

# MINNESLOTS BORGÅ



**Minneslots**  
**expert- och stödcenter**  
Helsingfors och Östra Nyland

# Minneslots

Minneslotsarna är landskapsvisa expert- och stödcentraler som upprätthålls av Alzheimer Centralförbundets medlemsföreningar. Centralerna erbjuder hjälp och stöd för de minnessjuka och deras närstående. Centraler finns i totalt 18 landskap och de bildar ett rikstäckande nätverk.

Minneslotsarna gör påverkningsarbete för de minnessjukas jämlikhet och för ett bra liv för de minnessjuka, och de fungerar aktivt inom sina landskaps nätverk. I Minneslotsarna förstärks i synnerhet frivillig- och stödverksamhet som berör minnessjukdomar, samt säkerställs även att de minnessjukas röst blir hörd.

Social- och hälsovårdsministeriet stöder det landsomfattande nätverket och verksamheten med Veikkaus intäkter.

---

## Måndag

kl 9.30-11.00

Stödgrupp för minnessjuka.

Vi diskuterar, planera och förbereder sunda hjärnvänliga mellanmål. Dessutom tränar vi hjärnan.

Vi träffas i Minneslotsen utrymmen i adressen

Brunnsgatan 13, 06100 Borgå

Gruppen är tvåspråkig. Förhandsanmälan!

kl 12.00-14.00

Minnescafé i samarbete med Omaisoiiva.

Genom regelbundna träffar, under trevliga former, gör vi tillvaron lite lättare för närstående och personer med alzheimer- eller annan demenssjukdom.

Wsoy-huset, Mannerheimsgatan 20, 06100 Borgå

21.1, 18.2, 18.3, 15.4. och 20.5.2019

# Tisdag

- kl 8.00-10.00 Öppna dörrar i Minneslotsen  
Möjlighet till individuell handledning.  
Förhandsanmälan!
- kl 14.00-15.30 Minnescafé i Minneslotsen, Brunnsgratan 13  
Genom regelbundna träffar, under trevliga former, gör vi tillvaron lite lättare för närstående och personer med alzheimer- eller annan demenssjukdom.
- kl 14.00-17.00 Minneslinjen är en svenskspråkig servicelinje.  
Minneslinjens mål är att stöda personer med minnessjukdomar och deras anhöriga. Minneslinjen är också riktad för personer som arbetar med minnesfrågor inom social och hälsovården.  
Telefonnumret är 09 8766 550
- kl 17.30-19.00 Stödgrupp för närstående; också arbetsålder  
22.1, 26.2, 26.3, 23.4. och 28.5.2019
- 

# Onsdag

- kl 12.00-13.30  
Gemensam Minneslunch i restaurant  
i Zum Beispiel, Krämaregatan 2.  
Dagar: 6.2, 6.3. och 3.4.2019  
På egen bekostnad.
- kl 14.00-15.30  
Minns träna! -gruppen  
Brunnsgratan 13.  
Vi tränar lätt stryka, rörlighet,  
koordination, balans, uthållighet  
och minne.



# KONTAKT

MINNESLOTS - HELSINGFORS  
OCH ÖSTRA NYLAND

---

Brunnsgatan 13  
06100 Borgå

044 765 5566  
[www.alzhki.fi](http://www.alzhki.fi)

---

Minneshandledare  
Henrietta Janhonen p. 044 765 5566  
[henrietta.janhonen@alzhki.fi](mailto:henrietta.janhonen@alzhki.fi)



Helsingin Alzheimer-yhdistys ry



[@alzhki.fi](https://twitter.com/alzhki.fi)



[alzheimeryhdistys](https://www.instagram.com/alzheimeryhdistys)

