

MUISTILUOTSI PORVOO



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Helsinki ja Itä-Uusimaa

Muistiluotsi

Muistiluotsit ovat Muistiliiton jäsenyhdistysten ylläpitämiä maakunnallisia asiantuntija- ja tukikeskuksia, jotka tarjoavat apua ja tukea muistisairaille ja heidän läheisilleen. Muistiluotsit muodostavat koko maan kattavan verkoston toimien 18 maakunnassa.

Muistiluotsit tekevät vaikuttamistyötä muistisairaiden yhdenvertaisuuden ja hyvän elämän puolesta sekä toimivat aktiivisesti maakuntiansa verkostoissa. Muistiluotseissa vahvistetaan erityisesti muistisairauksiin liittyvää vapaaehtois- ja vertaistoimintaa sekä varmistetaan muistisairaiden äänen kuuluminen.

Valtakunnallista verkostoa ja alueellisia keskuksia rahoittaa sosiaali- ja terveysministeriö Veikkauksen tuotoilla.

MAANANTAI

klo 9.00-10.00 Neuvontaa ja avoimet ovet

klo 10.00-12.00

Vertaistukiryhmä muistisairaille Kaivokatu 13.
Haastamme aivoja erilaisin tehtävin, keskustelemme ja kahvittelemme. Kaksikielinen. Ennakkoilmoittautuminen

klo 12.00-14.00

Muistikahvila Yhdistyskeskus/WSOY:n talo yhteistyössä OmaisOivan kanssa. Avoin tilaisuus, jossa muististaan kiinnostuneet saavat tietoa muistisairauksista.
21.1, 18.2, 18.3, 15.4. ja 20.5.2019.

klo 14.00-16.00

Omaisten vertaistukiryhmä
Kaivokatu 13: 28.1, 25.2, 25.3, 22.4. ja 20.5.2019

TIISTAI

klo 9.00-10.00 Neuvontaa ja avoimet ovet

klo 12.00-14.00

Muistikahvila, Kaivokatu 13
22.1, 26.2, 26.3, 23.4. ja 28.5.2019

klo 18.00-20.00

Työssäkäyvien omaisten vertaitukiryhmä
Kaivokatu 13. Ennakoilmoittautuminen.
22.1, 26.2, 26.3, 23.4. ja 28.5.2019

KESKIVIikko

klo 9.00-10.00

Neuvontaa ja avoimet ovet

klo 10.00-11.30

Muista liikkua! -ryhmä. Kaivokatu 13
Harjoitellaan kehon hallintaa,
tasapainoa, voimaa liikkuvuutta sekä
teemme aivotreenitehtäviä.
Ennakoilmoittautuminen.

klo 12.00-14.00

Omakustanteinen yhteislounas
6.2, 6.3. ja 3.4.2019
Zum Beispiel, Rihkamakatu 2,
06100 Porvoo






YHTEYSTIEDOT

Helsingin ja Itä-Uudenmaan Muistiluotsi

Kaivokatu 13
06100 Porvoo

044 765 5566
www.alzhki.fi

Muistiohjaaja
Henrietta Janhonen p. 044 765 5566
henrietta.janhonen@alzhki.fi

-  Helsingin Alzheimer-yhdistys ry
-  @alzhki.fi
-  alheimeryhdistys

