

LAUANTAIN PÄIVÄTOIMINTA

# LAUANTAIN PÄIVÄTOIMINTA



**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 maakuntiensa 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.

---

## Lauantain päivätoiminta

Päivätoiminta on ennaltaehkäisevää ja kuntoutumista tukevaa toimintaa, jolla edistetään kotona asuvien muistisairaiden fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä sekä sosiaalisia suhteita.

Päivätoiminnan tavoitteena on tukea ensisijaisesti muistisairaiden kotona asumista, ylläpitää omatoimisuutta ja itsenäistä tai tuettua selviytymistä kotioloissa sekä tukea omaishoitajien jaksamista.

Lauantain ryhmä kokoontuu klo 12-18.

## Tilat

Toimitilat ovat kodikkaat ja niissä on useampi ryhmätoimintatila. Käytössä on nykyaikaiset liikunta- ja kuntosalit. Läheinen Keskuspuisto tarjoaa hyvät ulkoilumahdollisuudet.

---

## Keittiö

Yhdistyksen oma keittiöhenkilökunta tekee herkullista ja terveellistä muistisairaille tarkoitettua ruokaa omassa keittiössämme. Ruokailut tapahtuvat viihtyisässä ruokasalissa.

---

## Hakeutuminen

Päivätoiminta on avointa kaikille muistisairaille asuinpaikasta riippumatta.

Paikkoja voi tiedustella  
Jari Jokiluhta 040 90 22250

---

## Hinta

Toimintapäivän hinta on 32,00 ja se sisältää ohjelman, lounaan ja kahvit. Hintaan ei sisälly kuljetusta.

# YHTEYSTIEDOT

---

**Terveyspuisto**  
**Tenholantie 12, 2.krs**  
**00280 Helsinki**

**09 454 2750**

**toimisto@alzhi.fi**

**www.alzhi.fi**

---

Lisätietoja ja tiedustelut:

Jari Jokiluhta

p. 040 902 2250

jari.jokiluhta@alzhi.fi

