



POHJANMAAN MUISTILUOTSIN SUOMENKIELINEN TOIMINTA / KEVÄT 2020

Pohjanmaan Muistiluotsin toiminta on suunnattu muistisairastuneille ja heidän läheisilleen. Ryhmiin ja tilaisuuksiin tulee aina ilmoittautua. Tiedotamme mahdollisista ohjelma- ja aikataulumuutoksista ilmoittautuneille. Toimintaan osallistuminen on maksutonta. Tervetuloa mukaan!

RYHMÄT JA TAPAAMISET

MUISTIKUNTOPIIRIT

Muistikuntopiiri on tarkoitettu vasta muistisairauteen sairastuneille sekä henkilöille, joilla on lieviä muistioireita. Muistikuntopiiri-ryhmässä harjoitetaan ajattelu- ja ongelmanratkaisutaitoja kynä-paperitehtävillä. **Muistikuntopiiri-ryhmiin on rajoitettu osallistujamäärä.**

Laihialla: ma 13.1., ma 27.1., ma 10.2., ma 2.3., ma 23.3., ti 14.4., ma 4.5. ja ma 25.5.
klo 13.00–14.30. Paikka: Laihian Kirjasto.

Mustasaarella: pe 10.1., pe 31.1., pe 21.2., pe 6.3., pe 20.3., pe 3.4., pe 8.5. ja pe 29.5.
klo 10.00–11.30. Paikka: Senioripiste.

Vaasassa: ke 29.1., ke 12.2., ke 26.2., ke 18.3., ke 1.4., ke 15.4., ke 29.4. ja ke 13.5.
klo 13.30–15.00. Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi. ***Vaasan Muistikuntopiiri on suunnattu työikäisenä sairastuneille.***

Tiedustelut ja ilmoittautumiset: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

PIDÄ PÄÄKOPPA HYVÄNÄ – MUISTITREENIT

Keskustelua muistiasioiden tiimoilta sekä harjoitetaan ajattelu- ja ongelmanratkaisutaitoja kynä-paperitehtävillä. ***Ryhmään tulee ilmoittautua pe 13.3. mennessä.***

Pietarsaarella: ti 17.3., ke 8.4. ja ke 6.5. klo 12.00–13.30.
Paikka: Pietarsaaren kaupunginkirjaston ryhmähuone.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

VERTAISUUDESTA VOIMAA – MUISTIKAFFILA

Keskustelua muistiasioiden tiimoilta sekä muistijumppaa.

Kristiinankaupungissa: ma 24.2., ma 20.4. ja ma 11.5.
klo 12.00–13.30. Paikka: Terveyskeskuksen kokoushuone.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

MIESTEN JUTTUVUORO – VERTAISTUKITAPAAMISET

Vertaisuuteen perustuva ryhmä on suunnattu miehille, joiden omainen tai ystävä on sairastunut muistisairauteen.

Vaasassa: to 23.1., ke 19.2., to 19.3., to 16.4. ja to 14.5. klo 12.30–14.00. Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

VERTAISTUKITAPAAMISET TYÖIKÄISILLE OMAISILLE JA LÄHEISILLE

Vertaisuuteen perustuva ryhmä on suunnattu muistisairauteen sairastuneen läheisille. **Ryhmään tulee ilmoittautua ma 2.3. mennessä.**

Vaasassa: to 5.3., to 2.4., ti 28.4. ja ti 26.5. klo 16.00–17.30. Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

TIETOA JA TUKEA MUISTISAIRASTUNEIDEN OMAISILLE, LÄHEISILLE JA YSTÄVILLE

Mustasaassa: ti 25.2. klo 13.00–14.30. Vertaistukitapaaminen järjestetään yhteistyössä Mustasaaren kunnan Omaisten kahvilan kanssa. Lisätietoja myöhemmin. **Ilmoittautumiset pe 21.2. mennessä.**

Tiedustelut ja ilmoittautumiset: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

YLEISÖTILAISUUDET

AIVOVIIKKO

Aivoviikolla (vko 11) Pohjanmaan Muistiluotsi järjestää yhdessä Vamian kanssa infopisteitä Vaasassa, Vähässäkyrössä sekä Mustasaassa. Tarkemmat tiedot tulossa kevään aikana. Seuraa ilmoittelua kotisivuillamme sekä Facebookissa. **Tiedustelut: Satu Kujala p. 044 345 0594**

LUENTOTILAISUUS, PUHJANA KAJ KUNNAS

Luentotilaisuus keskiviikkona 10.6 klo 16.00 ja klo 18.00. Kaj Kunnaksen luento käsittelee positiivisen ajattelun ja asenteen vaikutusta hyvinvointiin sekä luottamuksen rakentamista erilaisissa elämäntilanteissa. Tarkemmat tiedot tilaisuudesta tulossa kevään aikana. Seuraa ilmoittelua kotisivuillamme ja Facebookissa.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset: Satu Kujala p. 044 345 0594

Lisätietoja Pohjanmaan Muistiluotsin toiminnasta:

Henna Minkkinen, toiminnanjohtaja	044 345 0591	henna.minkkinen@muistiminne.fi
Katja Kurunsaari-Lassila, koordinaattori <i>Suomenkielinen asiakastyö</i>	040 720 0770	katja.kurunsaari-lassila@muistiminne.fi
Eeva Ehn, koordinaattori <i>Ruotsinkielinen asiakastyö</i>	044 345 0590	eeva.ehn@muistiminne.fi
Satu Kujala, assistentti	044 345 0594	satu.kujala@muistiminne.fi
Kotisivut: www.muistiminne.fi	Facebook: www.facebook.com/muistiminne	