

# ÖSTERBOTTENS MINNESLOTSENS VERKSAMHET HÖSTEN 2022

Minneslots
expert- och stödcenter
Österbotten

# ALLMÄNNA TILLSTÄLLNINGAR/FÖRELÄSNINGAR

**Hur klarar man vardagen med minnesjukdom?**
Föreläsningar, musik, kaffe samt information om Minneslotsens och Jakobstadsnejdens Alzheimerförenings verksamhet.
**Tid:** Tisdag 20.9. kl. 12.00-16.00
**Plats:** Församlingscentrum, Ebba Brahe esplanaden 2, 68600 Jakobstad
**Anmälan**: Satu Kujala t. 044 345 0594

**Demensföreningen Trivas firar 20-års jubileum**
För att uppmärksamma 20-års jubileet ordnas musik och sång med Ann-Katrine Burman och Yngve Lithén. Minneslotsen är också med.
**Tid:** Onsdag 21.9. kl. 14.00
**Plats:** Korsnäs UF, Vikingvägen 9, 66200 Korsnäs

**Expertföreläsning om klientavgifter, tjänster tillgängliga i hemmet och ansökning till intervall/servicehusplats**
**Tid:** Oktober-november
**Plats:** Korsholm/Vasa
**Anmälan och förfrågning**: Satu Kujala t. 044 345 0594

**Hur mår jag? -evenemang för anhöriga**
Information, FRK:s hälsopunkt, fotoutställning och kaffeservering.
**Tid:** Onsdag 23.9. kl. 17.00–19.00
**Plats:** Bergcenter, Berggatan 2, 65100 Vasa
**Anmälan**: Satu Kujala t. 044 345 0594

**Vackraste julsånger**
**Tid:** Torsdag 15.12. kl. 18.00
**Plats:** Brändö församlingshem, Kaptensgatan 14–16, 65200 Vasa
**Anmälan**: Satu Kujala t. 044 345 0594

# VÄLKOMMEN TILL VÅR VERKSAMHET!

Österbottens Minneslots ordnar verksamhet till personer med minnessjukdom, deras närstående och minnesintresserade. Minneslotsens verksamhet är gratis och man kan delta i verksamhet över kommungränserna.

Grupperna och tillställningarna har ett begränsat antal platser varför anmälan till grupper och evenemang behövs. Om det finns plats i gruppen, kan man också komma med mitt under termin. Ändringar i programmet kan förekomma och vi informerar de som anmält sig, om eventuella programändringar.

Vi ger handledning och rådgivning i minnesfrågor per telefon eller på tidsbeställning i hela regionen.

Scheman för aktiviteterna finns på sidan: www.muistiminne.fi

Aktuell information om vår verksamhet finns på våra hemsidor samt på Facebook och Instagram:
www.muistiminne.fi
www.facebook.com/Muistiminne
www.instagram.com/vaasan_seudun_muistiyhdistys




# GRUPPER

**After work – för närstående i arbetsför ålder**
För dig som är i arbetsför ålder och närstående till en person med minnessjukdom. Kom och träffa andra i liknande livssituation. Gemenskap, information och stöd.

**Kulturen aktiverar hjärnan**
Kulturtillställningarna erbjuder trevligt program som aktiverar hjärnan och minnet på ett varierande sätt. Tillställningarna är riktade till minnesfamiljer och ordnas på museum och utomhus.

**Minnescafé**
På minnescafé diskuterar vi om minnesfrågor och utbyter idéer. På Minnescafé kan vi tillsammans njuta av till exempel kultur och växlande besökare. Minnescafét riktas till personer med minnessjukdom och till deras närstående, samt till de som är intresserade av minnesfrågor.

**Minnesgrupp**
Gemenskap och aktivering vid en kopp kaffe. I minnesgrupperna friskar vi upp minnet och tränar minnet med mångsidig hjärngymnastik i trevligt sällskap. Gruppen är riktad till personer med en lindrig minnessjukdom eller nedsatt minnesfunktion.

**Diskussionsgrupp**
Diskussion och gemenskap över en kopp kaffe. Gruppen är riktad till personer med en lindrig minnessjukdom eller nedsatt minnesfunktion som känner behov av att diskutera sin situation med andra likasinnade.

**Minnestoner**
På Minnestoner tränar vi hjärnan med musiken. Man behöver inte vara expert inom musik, det räcker att man är intresserad. Minnestoner är riktad till personer med minnessjukdom och deras anhöriga.

**Må bra café – för personer som insjuknat i arbetsför ålder och deras närstående**
Minneslotsens träffpunkt för personer som har insjuknat i en minnessjukdom i arbetsför ålder samt deras
närstående. På träffen får man möta andra i liknande livssituation. Gemenskap, småprat och gott kaffe.



# VASA

## After work – för närstående i arbetsför ålder

**Tid:** Tisdag 6.9. och 29.11.
kl. 16.30–18.00
**Plats:** Österbottens Minneslots, Kyrkoesplanaden 4, Vasa
**Anmälan**: Diana Rosenlöf t. 044 345 0590

## Kulturen aktiverar hjärnan - minnesfamiljer

**Tid:** Fredag 9.9., 23.9., 7.10. och 21.10.
kl. 13.00–14.30
**Plats:** Stundars museum fredag 9.9. kl. 13.00
Brage museum fredag 23.9. kl. 13.00
Edvinsstigen (promenad), fredag 7.10. kl. 13
Strömsö (promenad), fredag 21.10 kl. 13.30 (obs.tiden!)
**Anmälan**: Diana Rosenlöf t. 044 345 0590

## Minnesgrupp - personer med en lindrig minnessjukdom eller nedsatt minnesfunktion

**Tid:** Fredag 16.9. kl. 10.30–12.00., 30.9. kl. 13.00–14.30.,
14.10. kl. 10.30–14.30., 28.10. kl. 10.30–12.00.,
11.11. kl. 13–14.30. och 9.12. kl. 10.30–12.00
**Plats:** Österbottens Minneslots, Kyrkoesplanaden 4
**Anmälan**: Diana Rosenlöf t. 044 345 0590

## Må bra café – för personer i arbetsförålder och deras närstående

**Tid:** Måndag 18.11., 2.12. och 16.12.
kl. 13.00–14.30
**Plats:** Österbottens Minneslots, Kyrkoesplanaden 4
**Anmälan**: Diana Rosenlöf t. 044 345 0590



## KORSHOLM

### Minnesgrupp - personer med en lindrig minnessjukdom eller nedsatt minnesfunktion

**Tid:** Måndag 22.8., 5.9., 19.9., 3.10., 17.10., 31.10., 14.11. och 28.11. kl. 13.30–15.00
**Plats:** Seniorpunkten, Niklasvägen 1, Studierummet
**Anmälan**: Diana Rosenlöf t. 044 345 0590

### Diskussionsgrupp - personer med en lindrig minnessjukdom eller nedsatt minnesfunktion

**Tid:** Onsdag 31.8., 14.9., 5.10., 19.10., 26.10., 16.11., 30.11. och 7.12., kl. 13.00–14.30
**Plats:** Seniorpunkten, Niklasvägen 1, Studierummet
**Anmälan**: Diana Rosenlöf t. 044 345 0590

## MALAX

### Minnescafé - personer med minnessjukdom och till deras anhöriga, samt till de som är intresserade av minnesfrågor

**Tid:** Torsdag 25.8., 15.9., 27.10. och 24.11. kl. 13.00–14.30
**Plats:** Malax Kyrkhem, Snickerivägen 2
**Anmälan**: Anna Muinonen t. 044 745 6190

## NÄRPES

### Minnesgrupp - personer med en lindrig minnessjukdom eller nedsatt minnesfunktion

**Tid:** Måndag 25.8., 8.9., 29.9., 27.10. och 3.11. kl. 10.30–12.00
**Plats:** Folkhälsanhuset, Åvägen 7
**Anmälan**: Diana Rosenlöf t. 044 345 0590

## ORAVAIS

### Minnesgrupp - personer med en lindrig minnessjukdom eller nedsatt minnesfunktion

**Tid:** Måndag 29.8., 12.9., 26.9., 10.10., 24.10., 7.11., 21.11. och 12.12. kl. 13.00–14.30
**Plats:** Oravais hvc, Öurvägen 25, Matsalen
**Anmälan**: Diana Rosenlöf t. 044 345 0590

## JAKOBSTAD

### Minnesgrupp - personer med en lindrig minnessjukdom eller nedsatt minnesfunktion

**Tid:** Torsdag 18.8., 15.9., 20.10. och 17.11. kl. 12.00–13.30
**Plats:** Stadsbiblioteket, Runebergsgatan 12, vån. 2
**Anmälan**: Diana Rosenlöf t. 044 345 0590

### Minnestoner - riktad till personer med minnessjukdom och deras anhöriga

**Tid:** Måndag 29.8., 26.9., 24.10. och 21.11. kl. 13.00–14.00
**Plats:** Hötorgcenter, Köpmansgatan 19
**Anmälan**: Anna Muinonen t. 044 745 6190

## NYKARLEBY

### Minnescafé - personer med minnessjukdom och till deras anhöriga, samt till de som är intresserade av minnesfrågor

**Tid:** Torsdag 8.9., 6.10., 3.11., och 1.12. kl. 13.00–14.30
**Plats:** Nykarleby församlingshem, Gustav Adolfsgatan 5
**Anmälan**: Anna Muinonen, t. 044 745 6190

# KONTAKTUPPGIFTER

Österbottens Minneslots / Vasanejdens Minnesförening
Kyrkoesplanaden 4, 65100 Vasa
info@muistiminne.fi
www.muistiminne.fi

## Verksamhetsledare:

Henna Minkkinen (samarbete, information och administrativa frågor)
t. 044 345 0591
henna.minkkinen@muistiminne.fi

## Minneslotsens personal:

Diana Rosenlöf (rådgivning och grupparbete på svenska)
t. 044 345 0590
diana.rosenlof@muistiminne.fi



Anna Muinonen (frivilligverksamhet)
t. 044 745 6190
anna.muinonen@muistiminne.fi

Katja Kurunsaari-Lassila (rådgivning och grupparbete på finska)
t. 040 720 0770
katja.kurunsaari-lassila@muistiminne.fi

Satu Kujala (kontor och allmänna tillställningar)
t. 044 345 0594
satu.kujala@muistiminne.fi

Minneslots
expert- och stödcenter
Österbotten