

# MUISTILUOTSI PORVOO

SYKSY 2021



**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.



## MAANANTAI

klo 9.30-11.00 Ajan hermolla!

Vertaistukiryhmä muistisairaille Kaivokatu 13.

16.8, 30.8, 13.9, 27.9, 11.10, 25.10, 8.11. ja 22.11.2021

Haastamme aivoja erilaisin tehtävin, keskustelemme ja kahvittelemme. Kaksikielinen.

Ennakkoilmoittautuminen (max 8 hlöä/ryhmä).



## TIISTAI

klo 10.00-11.30

Tunne menneisyytesi - sukututkimusryhmä muistisairaille.

Kaivokatu 13.

17.8, 31.8, 14.9, 28.9, 12.10, 26.10, 9.11, 23.11. ja 7.12. 2021

Ennakkoilmoittautuminen (max 8 hlöä/ryhmä).

klo 13.00-14.30

Omaisten vertaistukiryhmä. Kaksikielinen. Kaivokatu 13.

17.8, 21.9, 19.10. ja 21.11.2021.

Ennakkoilmoittautuminen.



## KESKIVIKKO

klo 10.00-11.30 Muista liikkua! -ryhmä.

Muistisairaiden vertaistukiryhmä, suomenkielinen ryhmä.

Kaivokatu 13, Porvoo

18.8, 1.9, 15.9, 29.9, 13.10, 27.10, 10.11, 24.11. ja 8.12.2021

Ennakkoilmoittautuminen.

# YHTEYSTIEDOT

Helsingin ja Itä-Uudenmaan Muistiluotsi

---

Kaivokatu 13  
06100 Porvoo

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

---

**MUISTINEUVO**  
ma,ti,to klo 12-17  
09 8766 550

Muistiohjaaja  
Henrietta Janhonen p. 044 765 5566  
[henrietta.janhone@muistihelsinki.fi](mailto:henrietta.janhone@muistihelsinki.fi)

 Helsingin ja Itä-Uudenmaan Muistiluotsi

 @muistihelsinki

 helsinginmuistiyhdistys