

OMAISTEN VERTAISTUKI- RYHMÄT

KEVÄT 2023



**Helsingin
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen

OMAISTEN VERTAISTUKIRYHMÄT

Vertaistueella on tärkeä merkitys muistisairaiden omaisille. Vertaistuki on yhdessäoloa, joka antaa voimaa, mahdollisuuden keskustella ja kuulla arkipäivän selviytymiseen liittyvistä monista asioista. Kokemus siitä, ettei ole yksin, on suuri voimavara.

Maanantai

Helsingin Muistiyhdistys
Tenholantie 10B, P-kerros
00280 Helsinki

9.1.2023	klo 13.00 - 15.00
23.1.2023	klo 13.00 - 15.00
6.2.2023	klo 13.00 - 15.00
20.2.2023	klo 13.00 - 15.00
6.3.2023	klo 13.00 - 15.00
20.3.2023	klo 13.00 - 15.00
3.4.2023	klo 13.00 - 15.00
17.4.2023	klo 13.00 - 15.00
15.5.2023	klo 13.00 - 15.00
29.5.2023	klo 13.00 - 15.00
12.6.2023	klo 13.00 - 15.00

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:
p. 040 902 2256
jaana.jukarainen@muistihelsinki.fi

Tiistai

Vuosaaren Urheilutalo
Vuosaarentie 5, Hki

3.1.2023	klo 12.30-14.30
17.1.2023	klo 12.30-14.30
31.1.2023	klo 12.30-14.30
14.2.2023	klo 12.30-14.30
28.2.2023	klo 12.30-14.30
14.3.2023	klo 12.30-14.30
28.3.2023	klo 12.30-14.30
11.4.2023	klo 12.30-14.30
25.4.2023	klo 12.30-14.30
9.5.2023	klo 12.30-14.30
23.5.2023	klo 12.30-14.30
6.6.2023	klo 12.30-14.30
20.6.2023	klo 12.30-14.30

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:
Nina Kalliomäki
p. 044 770 9121 tai
nina.kalliomaki@muistihelsinki.fi

Torstai

Vuosaaren Urheilutalo
Vuosaarentie 5, Hki

12.1.2023	klo 12.30-14.30
26.1.2023	klo 12.30-14.30
9.2.2023	klo 12.30-14.30
23.2.2023	klo 12.30-14.30
9.3.2023	klo 12.30-14.30
23.3.2023	klo 12.30-14.30
6.4.2023	klo 12.30-14.30
20.4.2023	klo 12.30-14.30
4.5.2023	klo 12.30-14.30
18.5.2023	klo 12.30-14.30
1.6.2023	klo 12.30-14.30
15.6.2023	klo 12.30-14.30

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:
Nina Kalliomäki
p. 044 770 9121 tai
nina.kalliomaki@muistihelsinki.fi



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Helsinki ja Itä-Uusimaa



Torstai

Iltaryhmä omaisille

Tenholantie 10 B/Teams

19.1.2023	klo 17.00-19.00
16.2.2023	klo 17.00-19.00
16.3.2023	klo 17.00-19.00
20.4.2023	klo 17.00-19.00
11.5.2023	klo 17.00-19.00

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:
Maarit Turu-Gromoff
p. 040 902 2253 tai
maarit.turu-gromoff@muistihelsinki.fi



**Helsingin
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen

YHTEYSTIEDOT

Terveyspuisto
Tenholantie 10
00280 Helsinki

09 454 2750
www.muistihelsinki.fi

Lisätietoja:

Ruskeasuo (iltaryhmä)
Maarit Turu-Gromoff
040 902 2253
maarit.turu-gromoff@muistihelsinki.fi

Ruskeasuo (iltapäiväryhmä)
Jaana Jukarainen
040 902 2256
jaana.jukarainen@muistihelsinki.fi

Vuosaari:
Nina Kalliomäki
044 770 9121
nina.kalliomaki@muistihelsinki.fi



**Helsingin
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen