

OMAISTEN VERTAISTUKI- RYHMÄT

KEVÄT 2024



**Helsingin
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen

OMAISTEN VERTAISTUKIRYHMÄT

Vertaistuellalla 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

15.1.2024	klo 13.00 - 15.00
29.1.2024	klo 13.00 - 15.00
12.2.2024	klo 13.00 - 15.00
26.2.2024	klo 13.00 - 15.00
11.3.2024	klo 13.00 - 15.00
25.3.2024	klo 13.00 - 15.00
8.4.2024	klo 13.00 - 15.00
22.4.2024	klo 13.00 - 15.00
6.5.2024	klo 13.00 - 15.00
20.5.2024	klo 13.00 - 15.00
3.6.2024	klo 13.00 - 15.00

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

Tiistai

Vuosaaren Urheilutalo
Vuosaarentie 5, Hki

16.1.2024	klo 12.30-14.30
30.1.2024	klo 12.30-14.30
13.2.2024	klo 12.30-14.30
27.2.2024	klo 12.30-14.30
12.3.2024	klo 12.30-14.30
26.3.2024	klo 12.30-14.30
9.4.2024	klo 12.30-14.30
23.4.2024	klo 12.30-14.30
7.5.2024	klo 12.30-14.30
21.5.2024	klo 12.30-14.30
4.6.2024	klo 12.30-14.30
18.6.2024	klo 12.30-14.30

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:
Ryhmä on täynnä, jono on voi
ilmoittautua.
p. 044 770 9121 tai
toimisto@muistihelsinki.fi

Torstai

Vuosaaren Urheilutalo
Vuosaarentie 5, Hki

18.1.2024 klo 12.30-14.30
1.2.2024 klo 12.30-14.30
15.2.2024 klo 12.30-14.30
29.2.2024 klo 12.30-14.30
14.3.2024 klo 12.30-14.30
28.3.2024 klo 12.30-14.30
11.4.2024 klo 12.30-14.30
25.4.2024 klo 12.30-14.30
23.5.2025 klo 12.30-14.30
6.6.2024 klo 12.30-14.30
20.6.2024 klo 12.30-14.30

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:
p. 044 770 9121 tai
toimisto@muistihelsinki.fi



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Helsinki ja Itä-Uusimaa



Torstai

Iltaryhmä omaisille

Tenholantie 10 B/Teams

25.1.2024 klo 17.00-19.00

29.2.2024 Teams
klo 17.00-19.00
<https://bit.ly/3OM522B>

21.3.2024 klo 17.00-19.00

25.4.2024 Teams
klo 17.00-19.00
<https://bit.ly/3OM522B>

23.5.2024 klo 17.00-19.00

13.6.2024 Teams
klo 17.00-19.00
<https://bit.ly/3OM522B>

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:
Iiris Pilke
p. 040 902 2253 tai
iiris.pilke@muistihelsinki.fi



**Helsingin
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen

YHTEYSTIEDOT

Terveyspuisto
Tenholantie 10
00280 Helsinki

09 454 2750
www.muistihelsinki.fi

Lisätietoja:

Ruskeasuo (iltaryhmä)
Iiris Pilke
040 902 2253
iiris.pilke@muistihelsinki.fi

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

Vuosaari:
044 770 9121
toimisto@muistihelsinki.fi



**Helsingin
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen