



**Pidätkö
yhteislauluista,
liikkumisesta tai
muuten vain
vanhemman
sukupolven
ilahduttamisesta?**

**Vapaaehtoistyöstä
arvokas lisä
ansioluetteloon -
Tule apuohjaajaksi
ryhmiimme**



**Tuo
merkityksellistä
sisältöä
muistisairauteen
sairastuneiden
henkilöiden sekä
heidän läheistensä
arkeen.**



**Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Helsinki ja Itä-Uusimaa**

Me Helsingin ja Itä-Uudenmaan Muistiluotsilla olemme STEA-rahoitteinen järjestö, joka tarjoaa säännöllistä maksutonta toimintaa muistisairauteen sairastuneille sekä omaisille. Yksi tärkeimmistä rooleistamme on ohjata erilaisia aivojumppa- ja vertaistukiryhmiä alkuvaiheessa sairautta oleville sekä vertaistukiryhmiä läheisille. Tähän haluamme ottaa sinut mukaan!

Miltä kuulostaa vaikuttamistyö vapaaehtoisena Helsingin ja Itä-Uudenmaan Muistiluotsilla? Vapaaehtoisena saat:

- ✓ Perehdytyksen tehtävään
- ✓ Ammattilaisen läsnäolon
- ✓ Työtodistuksen suorituksesta tehtävästä.
- ✓ Mahdollisuuden lisätä ansioluetteloon arvokas työnkuva
- ✓ Mahdollisuuden vaikuttaa siihen kuinka usein työskentelet.
- ✓ Kohdata iloisia muistisairauden alkuvaiheen sairastuneita ryhmäläisiä

Me vuorostamme toivomme, että toisit asiakkaillemme omia taitojasi ryhmiimme. Jos esimerkiksi pidät kitaran soittamisesta tai yhteislaulujen vetämisestä tai jos olet oppinut miten kuntosalin laitteet toimivat tai miten tuolijumppaa ohjataan, käytä ne taidot ryhmissämme! Kanssasi toimii koko ajan ammattilainen, joka on tilanteesta vastuussa, sinun läsnäolosi on siis arvokas bonus. Voit itse vaikuttaa omaan aikatauluusi ja voit tulla mukaan kertaluontoisesti tai säännöllisesti esimerkiksi kerran kuukaudessa.

Toivomme saavamme sinut vapaaehtoiseksemme, taitosi ovat tärkeitä monelle! Hae siis mukaan jo tänään!



**Skannaa QR-koodia, jätä
yhteystietosi ja olemme sinuun
pian yhteydessä!**

**Tai lähetä sähköpostia
emilia.eklund@muistihelsinki.fi**