

Gruppverksamhet Östra Nyland

Hösten 2024



Minneslots expert- och stödcenter Helsingfors och Östra Nyland

Skulle du vilja friska upp både dina hjärnceller och ditt humör mer i vardagen? Har du konstaterat minnessjukdom och känner att du gärna skulle få mer information och dela erfarenheter med andra i liknande situation? Välkommen med till Helsingfors och Östra Nylands avgiftsfria verksamhet!



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Helsinki ja Itä-Uusimaa



FINANSIERAD AV
Social- och
hälsovårdsministeriet

BORGÅ

(BRUNNSGATAN 13)

KRAFTEN I GEMENSKAP – STÖDGRUPP FÖR PERSONER MED MINNESSJUKDOM

Hjäringympa- och kamratstödsgrupp för personer med minnessjukdom i ett tidigt stadie. Gruppen träffas varannan onsdag.

kl. 12.30-14: 7.8, 21.8, 4.9.18.9, 2.19, 16.10, 30.10, 13.11, 27.11 och 11.12.2024

Förhandsanmälan: 044 765 5566 (vardagar kl. 9-15)
eller henrietta.janhonen@muistihelsinki.fi.

SIBBO

(SÖDERKULLA)

Under höstterminen 2024 startar vi i samarbete med Folkhälsan en hjärngympagrupp för personer med minnessjukdom samt stödgrupp för anhöriga. Grupperna träffas samtidigt i egna utrymmen så, att bägge grupperna får fokusera på eget område. Mer information på kommande.

Anmäl intresse till 044 750 5415 (vardagar kl. 9-15) eller emilia.eklund@muistihelsinki.fi.

LOVISA

(KOMPANJONSKAPSHUSET HÖRNAN,
SIBELIUSGATAN 3)

HJÄRNGYMPAGRUPP

Hjärngympa- och stödgrupp för personer med minnessjukdom i ett tidigt stadie. Gruppen träffas varannan veckor och startar igång vid minst tre deltagare. Välkommen med över kommunala gränser!

kl. 10-11.30: 13.8, 27.8, 10.9, 24.9, 8.10, 22.10, 5.11, 19.11, 3.12 och 17.12

STÖDGRUPP FÖR ANHÖRIGA

Är du anhörig eller närstående till en person med minnessjukdom? Kom med i vår kamratstödsverksamhet. Vi erbjuder regelbundna gruppträffar, där det finns utrymme för diskussion samt utbyte av goda tips till vardagen erfarenhetsexperter emellan. Välkommen med över kommunala gränser!

kl. 12.30-14: 6.8, 3.9, 1.10, 29.10 och 26.11

Förhandsanmälan till bägge grupper: 044 750 5415
(vardagar kl. 9-15) eller emilia eklund@muistihelsinki.fi.

KONTAKT

Helsingfors och Östra Nylands Minneslots



Helsingin ja
Itä-Uudenmaan Muistiluotsi



muistiluotsi_hki_itausimaa



www.muistihelsinki.fi

KONTOR

(öppet enligt överenskommelse)

Brunnsgatan 13, 06100 Borgå

Emilia Eklund

044 750 5415 (vardagar kl. 9-15)

emilia eklund@muistihelsinki.fi

Henrietta Janhonen

044 765 5566 (vardagar kl. 9-15)

henrietta.janhonen@muistihelsinki.fi

Lämna en kontaktbegäran åt oss genom att rikta kameran på smarttelefonen mot QR-koden bredvid. Klicka på länken i rutan och fyll i blanketten, så är vi snart i kontakt med dig!



"Jag tar nu skorna av mig, för det är ju som att komma hem"

-Minneslotsens gruppmedlem



Minneslots
expert- och stödcenter
Helsingfors och Östra Nyland