

MUISTIYSTÄVÄLLISTÄ TOIMINTAA

Vaasa-Mustasaari-Laihia

Suomenkielinen toiminta

Syksy 2025



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Pohjanmaa



Muistiterveydeksi!
Minnesfrisk!



**Vaasan seudun
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen

Lämpimästi tervetuloa mukaan toimintaamme!

Pohjanmaan Muistiluotsi ja Muistiterveydeksi-hanke järjestävät ryhmätoimintaa, yleisötapahtumia sekä ohjausta ja tukea koko Pohjanmaan alueella, suomeksi ja ruotsiksi. Toiminta on suunnattu muistisairauteen sairastuneille, heidän läheisilleen, muististaan huolestuneille tai muistiasioista kiinnostuneille. Toiminta on maksutonta ja toimintaan voi osallistua yli kuntarajojen.

Ryhmiin ja tapahtumiin on rajoitettu osallistujamäärä ja niihin tulee ilmoittautua etukäteen. Mikäli ryhmässä on tilaa, ryhmään voi tulla mukaan myös kesken kauden. Muutokset ohjelmassa ovat mahdollisia ja tiedotamme mahdollisista ohjelmamuutoksista ilmoittautuneille. Tarkat tiedot toiminnoista ryhmien ja tapahtumien yhteydessä. Tässä esitteessä tietoa suomenkielisestä toiminnasta. Tietoa ruotsinkielisestä toiminnasta löytyy ohjelmastamme "Minnesvänlig verksamhet".

Pohjanmaan Muistiluotsi ja Muistiterveydeksi-hanke ovat osa Vaasan seudun Muistiyhdistyksen toimintaa. Toimintaa rahoittaa sosiaali- ja terveysministeriö sekä Pohjanmaan hyvinvointialue.

Meidät löytää:

Pohjanmaan Muistiluotsin toimisto,

Kirkkopuistikko 4, Vaasa

www.muistiminne.fi

www.facebook.com/Muistiminne

www.instagram.com/muistiluotsi_minneslotsen

www.instagram.com/muistiterveydeksi

Suomenkielinen toiminta syksy 2025

VAASA

Miesten juttuvuoro - miehille, joiden läheinen tai ystävä on sairastunut muistisairauteen

Vertaisryhmä miehille, joiden läheinen tai ystävä on sairastunut muistisairauteen. Toiminnan suunnittelussa ryhmäläiset ovat avainasemassa.

Aika: Tiistaisin 19.8., 9.9., 7.10., 11.11. ja 9.12. klo 12:30–14:00

Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi, Kirkkopuistikko 4, Vaasa

Ilmoittautuminen: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

Omaisten rupatteluvuoro - muistisairastuneen omaisille

Vertaisuuteen perustuva keskusteluryhmä on suunnattu muistisairastuneen omaisille.

Aika: Tiistaisin 5.8., 21.10., ja 25.11. klo 13:00–14:30

Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi, Kirkkopuistikko 4, Vaasa

Ilmoittautuminen: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

Pariskuntaryhmä - omaiselle ja muistisairastuneelle yhdessä

Vertaisryhmä omaiselle ja muistisairastuneelle yhdessä. Keskustelun lisäksi ryhmäkertojen sisältönä voi olla esim. liikuntaa ja muistijumppaa.

Pariskuntaryhmä 1

Aika: Maanantaina 25.8., jatkuen tiistaisin 30.9., 28.10. ja 18.11 klo 13:00–14:30

Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi, Kirkkopuistikko 4, Vaasa

Ilmoittautuminen: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

Pariskuntaryhmä 2

Aika: Keskiviikkoisin 10.9., 15.10., 12.11. ja 10.12. klo 13:00–14:30

Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi, Kirkkopuistikko 4, Vaasa

Ilmoittautuminen: Anna Muinonen p. 044 745 6190

Suomenkielinen toiminta syksy 2025

VAASA

Muistikuntopiiri - muististaan huolestuneille ja hiljattain muistisairauteen sairastuneille

Muistikin tarvitsee jumppaa! Muistikuntopiiri on suunnattu muististaan huolestuneille, ja muistiasiakkaille, joiden sairaus on varhaisessa vaiheessa. Vertaistuellisessa ryhmässä harjoitamme ajattelu- ja ongelmanratkaisutaitoja mm. monipuolisten kynä-paperitehtävien avulla.

Muistikuntopiiri 1

Aika: Keskiviikkoisin 17.9., 8.10., 22.10., 5.11. ja 19.11 klo 13:00–14:30

Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi, Kirkkopuistikko 4, Vaasa

Ilmoittautuminen: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

Muistikuntopiiri 2

Aika: Torstaisin 21.8., 4.9., 9.10., 6.11. & 4.12. klo 13:00–14:30

Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi, Kirkkopuistikko 4, Vaasa

Ilmoittautuminen: Anna Muinonen p. 044 745 6190

Muistikuntopiiri Vähäkyrö

Aika: Tiistaisin 5.8., 16.9., 7.10., 28.10. ja 25.11 klo 13:00–14:30

Paikka: Vähäkyrötalo, Vähänkyröntie 11, Vaasa

Ilmoittautuminen: Anna Muinonen p. 044 745 6190

Muistiklubi Vaasa - muistisairauteen sairastuneille

Ryhmäkerroilla on eri teemoja vaihdellen keskustelusta ja muistelusta aina toiminnalliseen ohjelmaan. Ryhmä kokoontuu tiiviisti ja vertaisuudella on suuri merkitys. Muistiklubi on suunnattu muistiasiakkaille, joilla sairauden oireet kuuluvat arkipäivään. Osallistujan tulee olla omatoiminen, sillä ryhmässä ei ole hoidollisia palveluja.

Aika: Perjantaisin 8.8., 22.8., 5.9., 19.9., 3.10., 17.10., 31.10. ja 7.11.
klo 10:30–12:00

Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi, Kirkkopuistikko 4, Vaasa

Ilmoittautuminen: Anna Muinonen p. 044 745 6190

Suomenkielinen toiminta syksy 2025

VAASA

Elämää muistisairauden kanssa- tapaamiset

Tiedon lisäksi tapaamisissa annetaan ja saadaan vertaistukea samankaltaiseen elämäntilanteeseen. Tapaaminen sisältää luennon (n. 45 min.), jonka pohjalta yhteisesti keskustelemme. Tapaamiset on suunnattu ensisijaisesti uusille osallistujille.

Aika: Tiistai 16.9. klo 13:00–14:30 Aihe: **“Hyvinvoinnista huolehtiminen”**

Torstai 23.10. klo 13:00–14:30 Aihe: **“Etuudet ja palvelut”**

Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi, Kirkkopuistikko 4, Vaasa

Ilmoittautuminen: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770.

Ilmoittautuminen viimeistään viikko ennen tapaamiskerran ajankohtaa.

Muistiterveys ryhmätoiminta – kaikille yli 65-vuotiaille, jotka ovat kiinnostuneita muistiterveydestä ja muistiterveyden edistämisestä

Tavoitteena on edistää muistiterveyttä harjoittaen kognitiivisen toimintakyvyn eri osa-alueita esim. keskittymistä, muistia, ongelmanratkaisua ja tarkkaavaisuutta. Harjoittelussa korostuu toiminnallisuus, aktiivisuus, kulttuuri, liikunta ja luonto. Ryhmässä vahvistetaan myös osallisuuden tunnetta ja sosiaalista aktiivisuutta.

Aika: Keskiviikkoisin 27.8., 10.9., 24.9., 8.10., 22.10., 5.11. ja 19.11.2025
klo 10:00-11:30

Paikka: Pohjanmaan Yhdistykset, Korsholmanpuistikko 44, Vaasa.
Kokoushuone Vartti, 2.krs.

Ilmoittautuminen: Anne Hietanen, p. 044 901 3022

Liikuntaryhmä muistisairaille ja heidän läheisilleen

Ohjattu liikuntaryhmä on suunnattu muistisairaille ja heidän läheisilleen. Ryhmässä muistisairas ja hänen läheisensä harjoittelevat yhdessä lihaskuntoa ja tasapainoa lempeässä ja kannustavassa ilmapiirissä. Tavoitteena on ylläpitää toimintakykyä, edistää hyvinvointia ja tarjota yhteistä tekemistä arkeen. Rajoitettu paikkamäärä.

Aika: Maanantaisin 22.9. – 14.11.2025 klo 10:00-11:00

Paikka: Kuntokeskus Wasamove, Meijerinkatu 9, Vaasa

Ilmoittautuminen: Sirpa Kallio, p. 050 544 7293 tai
sirpa.kallio@muistiminne.fi

Suomenkielinen toiminta syksy 2025

VAASA

VIRTAPIIRI-KURSSI muistisairastuneiden omaisille ja läheisille

Pohjanmaan Muistiluotsin Virtapiiri-kurssin tavoitteena on antaa omaisille ja läheisille työkaluja omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen ja löytää konkreettisia keinoja arjessa jaksamiseen. Kurssin ohjaajana toimii Vaasan seudun Muistiyhdistyksen toiminnanjohtaja Henna Minkkinen (KM, terapeuttiopiskelija).

Ryhmään osallistuvien läheisillä on mahdollisuus osallistua samanaikaisesti järjestettävään muistisairastuneiden Virtapiiriin, jossa keskustelemme arjen voimavaroista. Osallistujan tulee olla omatoiminen, sillä ryhmässä ei ole hoidollisia palveluja.

Aika: Maanantaisin 6.10., 20.10., 27.10., 3.11., 10.11., 17.11. ja 8.12.2025
klo 14:00–15:30

Paikka: Pohjanmaan Yhdistykset, Korsholmanpuistikko 44, Vaasa

Ilmoittautuminen 29.9.2025 mennessä: Katja Kurunsaari-Lassila
p. 040 720 0770

Maksuttomaan ryhmään on rajoitettu osallistujamäärä, sitova ilmoittautuminen koskee kaikkia seitsemää kertaa.

Suomenkielinen toiminta syksy 2025

VAASA

Kulttuuri aktivoi aivoja - muistisairaille ja heidän läheisilleen

Kulttuuritapaamisilla tutustumme paikalliseen kulttuuritarjontaan vierailemalla esimerkiksi alueen museoissa ja taidenäyttelyissä.

Aika: Torstaina 28.8. klo 13:00–14:30

Paikka: Inkeri Julkunen ja muita naivisteja, Pohjanmaan museo

Aika: Torstaina 25.9. klo 13:00–14:30

Paikka: Jan-Olof Mallander - Extended Play, Kuntsin modernin taiteen museo

Aika: Torstaina 30.10. klo 13:00–14:30

Paikka: Hiljaiseloa, hehkuvia värejä, Tikanojan taidekoti

Aika: Torstaina 4.12. klo 13:00–14:30

Paikka: Yhteinen ruokailu, ilmoitetaan myöhemmin

Ilmoittautuminen: Tita Yli-Kätkä, p. 044 345 0594 tai
tita.yli-katka@muistiminne.fi

Suomenkielinen toiminta syksy 2025

MUSTASAARI

Muistikuntopiiri Sepänkylä - muististaan huolestuneille ja hiljattain muistisairauteen sairastuneille

Muistikin tarvitsee jumppaa! Muistikuntopiiri on suunnattu muististaan huolestuneille, ja muistiasiakkaille, joiden sairaus on varhaisessa vaiheessa. Vertaistuellisessa ryhmässä harjoitamme ajattelu- ja ongelmanratkaisutaitoja mm. monipuolisten kynä-paperitehtävien avulla.

Aika: Keskiviikkoisin 27.8., 17.9., 1.10., 22.10., 19.11. ja 3.12.
klo 13:00–14:30

Paikka: Senioripiste, Niilontie 1, Mustasaari

Ilmoittautuminen: Anna Muinonen p. 044 745 6190

Muistiterveys ryhmätoiminta – kaikille yli 65-vuotiaille, jotka ovat kiinnostuneita muistiterveydestä ja muistiterveyden edistämisestä

Tavoitteena on edistää muistiterveyttä harjoittaen kognitiivisen toimintakyvyn eri osa-alueita esim. keskittymistä, muistia, ongelmanratkaisua ja tarkkaavaisuutta. Harjoittelussa korostuu toiminnallisuus, aktiivisuus, kulttuuri, liikunta ja luonto. Ryhmässä vahvistetaan myös osallisuuden tunnetta ja sosiaalista aktiivisuutta.

Aika: Maanantaisin 25.8., 8.9., 22.9., 6.10., 20.10., 3.11. ja 17.11.
klo 10:00-11:30

Paikka: Senioripiste (Sepänkylä), Niilontie 1, Mustasaari. Opintuhuone.

Ilmoittautuminen: Anne Hietanen, p. 044 901 3022

Suomenkielinen toiminta syksy 2025

LAIHIA

Muistiklubi Laihia- muistisairauteen sairastuneille

Ryhmäkerroilla on eri teemoja vaihdellen keskustelusta ja muistelusta aina toiminnalliseen ohjelmaan. Ryhmä kokoontuu tiiviisti ja vertaisuudella on suuri merkitys. Muistiklubi on suunnattu muistiasiakkaille, joilla sairauden oireet kuuluvat arkipäivään. Osallistujan tulee olla omatoiminen, sillä ryhmässä ei ole hoidollisia palveluja.

Aika: Maanantaisin 4.8., 11.8., 18.8., 1.9., 8.9., 15.9., 29.9. klo 13:00–14:30

Paikka: Laihian kirjasto, Laihiantie 39, Laihia

Ilmoittautuminen: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

Muistikuntopiiri Laihia - muististaan huolestuneille ja hiljattain muistisairauteen sairastuneille

Muistikin tarvitsee jumppaa! Muistikuntopiiri on suunnattu muististaan huolestuneille, ja muistiasiakkaille, joiden sairaus on varhaisessa vaiheessa. Vertaistuellisessa ryhmässä harjoitamme ajattelu- ja ongelmanratkaisutaitoja mm. monipuolisten kynä-paperitehtävien avulla.

Aika: Torstaisin 11.9., 25.9., 9.10., 30.10., 20.11. ja 4.12. klo 13:00–14:30

Paikka: Laihian kirjasto, Laihiantie 39, Laihia

Ilmoittautuminen: Katja Kurunsaari-Lassila p. 040 720 0770

Suomenkielinen toiminta syksy 2025

LAIHIA

Laihian Muistikaffila - muistisairauteen sairastuneille, heidän läheisille ja muistiasioista kiinnostuneille

Muistikahvilassa keskustellaan muistiasioista, vaihdetaan ajatuksia ja nautitaan esimerkiksi kulttuurista ja vierailijoiden tuomasta tiedosta. Toiminta on suunnattu muistisairauteen sairastuneille, heidän läheisilleen ja muistiasioista kiinnostuneille.

Paikka: Siskontupa (Siskontie 3, Laihia)

Syksyn 2025 Aikataulu:

- **To 18.9. klo 13–14:30 *Huom! Laihian kirjastossa:*** Vanhoja arkistomateriaaleja ja keskustelua aiheesta.
- **To 23.10. klo 13–14:30** Mieli ry:n hanketyöntekijä kertomassa Mielen voimaa 75+ -vuotiaille -hankkeesta ja mielen hyvinvoinnista.
- **To 20.11. klo 13–14:30** Pohjanmaan ensi- ja turvakoti ry kertomassa lähisuhdeväkivallasta.

Avoin ryhmä, ei ilmoittautumista!

Lisätietoa: Tita Yli-Kätkä, p. 044 345 0594

TAPAHTUMAT

SYKSY 2025

Avoimet ovet Pohjanmaan Muistiluotsissa

Tervetuloa tutustumaan toimintaamme ja tiloihimme! Avoimien ovien aikana voit tavata henkilöstöä ja kuulla lisää toiminnastamme. Tarjolla on pientä purtavaa ja mukavaa yhdessäoloa – kaikki ovat lämpimästi tervetulleita!

Aika: Keskiviikko 13.8.2025 klo 13:00–15:00

Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi, Kirkkopuistikko 4, Vaasa

Asiantuntijaluento Pietarsaaressa

Ruotsinkielinen luento muistiterveyden edistämisestä. Luennolla käsitellään, miten voidaan edistää muistiterveyttä ja ennaltaehkäistä muistisairauksia. Luennoitsija: Jean Nyman, FM, laillistettu psykologi, Pietarsaaren Alzheimer yhdistyksen varapuheenjohtaja ja perustajajäsen. Luento on suunnattu kaikille kiinnostuneille.

Aika: Tiistai 9.9.2025 klo 14:00-16:00

Paikka: Heinätorikeskus, Kauppiaankatu 19, Pietarsaari

Ilmoittautuminen: Anne Hietanen, p. 044 901 3022 tai s-posti: anne.hietanen@muistiminne.fi

Webinaari (etä katsomo): Mitä uutta viimeaikainen tutkimus on tuonut muistisairauksien hoitoon?

Tule seuraamaan Muistiliiton Muistiviikon luentoa etä katsomossa! Luennon pitää geriatrian erikoislääkäri (HUS), asiantuntijalääkäri (THL) Hanna-Maria Roitto. Tarjoamme mahdollisuuden seurata luentoa yhdessä muiden kanssa POHY:n tiloissa. Luentoa on mahdollista seurata myös omalta laitteelta ja linkki tapahtumaan julkaistaan Muistiliiton sivulla lähempänä tilaisuuden ajankohtaa.

Tervetuloa mukaan!

Aika: Maanantai 15.9.2025 klo 17:00–19:00

Paikka: POHY, Korsholmanpuistikko 44, Vaasa

Ilmoittautuminen 8.9. mennessä: Tita Yli-Kätkä, p. 044 345 0594

TAPAHTUMAT

SYKSY 2025

Webinaari: Elämää muistahaasteiden kanssa

Webinaarissa saat tietoa muistisairauksien ennaltaehkäisystä ja muistiterveyden edistämisestä, muistiasiakkaan palvelupolusta sekä ennakoivasta hoitosuunnitelmasta. Tarkempi ohjelma ja sisältö julkaistaan myöhemmin. Webinaari kaikille kiinnostuneille sekä sairastuneille ja ammattilaisille. Tilaisuus on kaksikielinen.

Aika: Torstai 18.9. klo 15:00-17:00

Paikka: Teams

Ei ennakkoilmoittautumista. Avoin Teams-linkki julkaistaan lähempänä tilaisuutta.

Luento: Aivoterveys ennaltaehkäisevästä näkökulmasta

Anne Hietanen Muistiterveydeksi -hankkeesta luennoi aivoterveydestä ja siitä, miten aivoterveyttä voi tukea ennaltaehkäisevästi arjessa.

Aika: Maanantai 6.10.2025 klo 14:00–15:30

Paikka: Laihian kirjasto, Laihiantie 39, Laihia

Ilmoittautuminen 29.9. mennessä: Tita Yli-Kätkä, p. 044 345 0594

TAPAHTUMAT

SYKSY 2025

Asiantuntijaluento Pietarsaassa

Aivoterveys on paras pääoma: Viisi askelta muistisi hyvinvointiin

Aivot ovat tärkein pääoma ja aivojen hyvinvoinnista kannattaa pitää huolta. Aivoterveyttä voi edistää kiinnittämällä huomiota elintapoihin ja tekemällä aivoterveellisempiä valintoja arjessa. Luennolla keskustellaan, miten voit edistää aivoterveyttäsi ja pitää huolta muististasi viiden sormen ohjeella. Tilaisuuteen on varattu keskusteluaikaa. Luento on maksuton ja suunnattu kaikille aivoterveystä kiinnostuneille.

Aika: Tiistai 11.11.2025 klo 17:30-19:00

Paikka: Campus Allegro (5. krs.), Runeberginkatu 8, Pietarsaari

Ilmoittautuminen alkaen 18.8. Jatkuva ilmoittautuminen, Pietarsaaren suomenkielinen työväenopisto: www.tyovaenopisto.pietarsaari.fi tai puhelimitse n. 044 785 1256 ja 044 7851291.

Turvallisesti kotona – Tryggt hemma

Kaksikielinen kotiturvallisuustapahtuma yhteistyössä Vamian, Pohjanmaan Muistiluotsin ja Pelastuslaitoksen kanssa. Tapahtumassa painotetaan kotona asumisen turvallisuutta erityisesti ikäihmisille ja muistisairaille. Vamian opiskelijat esittelevät apuvälineitä ja teknologiaratkaisuja, jotka tukevat turvallista arkea kotona.

Aika: Torstai 20.11.2025 klo 13:00–15:00

Paikka: Vamia, Ruutinkellarintie 2, Vaasa

TAPAHTUMAT

SYKSY 2025

Seminaari omaishoitajille ja läheisille

Kaksikielinen seminaari yhteistyössä Pohjanmaan Muistiluotsin, Folkhälsanin ja FinFami Pohjanmaan kanssa. Ohjelma on suunnattu omaishoitajille ja läheisille, ja sisältää luentoja kotiin tuotettavista palveluista, kokemustarinoita sekä mielen hyvinvoinnista ja resilienssistä.

Aika: Torstai 27.11.2025 klo 13:00–16:00

Paikka: POHY, Korsholmanpuistikko 44, Vaasa

VAPAAEHTOISTOIMINNAN KOULUTUKSET JA TAPAAMISET

SYKSY 2025

Käsityövapaaehtoisten kokoontumiset

Käsityövapaaehtoiset tekevät käsitöitä lahjoitukseksi muistisairaille sekä kiitokseksi Muistiluotsin yhteistyötahoille.

Aika: Tiistaisin 16.9., 14.10., 11.11. ja 9.12. klo 15:00–16:30

Paikka: Pohjanmaan Muistiluotsi, Kirkkopuistikko 4, Vaasa

Ilmoittautuminen: Tita Yli-Kätkä, p. 044 345 0594 tai
tita.yli-katka@muistiminne.fi

OHJAUS JA TUKI

Henkilökohtainen tuki muistisairauteen sairastuneelle ja läheisille

Muistisairaus aiheuttaa usein kysymyksiä sairastuneelle sekä hänen läheisilleen ja tiedontarve on suuri. Ohjausta ja keskusteluapua antavat Muistiluotsin koordinaattorit, jotka ovat sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia. Palvelua annetaan kasvokkain Muistiluotsin toimistolla Vaasassa tai puhelimitse tai etäyhteydellä (Teams). Palvelut ovat maksuttomia.

Neuvonta ja ohjaus:

Ota yhteyttä matalalla kynnyksellä koordinaattoreihimme virka-aikana.

Neuvonta ja ohjaus voivat koskea:

- Tietoa muistisairauksista ja niiden vaikutuksista elämään
- Tietoa palvelu- ja tukimuodoista (Ei hakemusten täyttöä tai lähetystä)
- Kaipaavat tietoa muistisairaahan kohtaamisesta ja vinkkejä arkeen
- Tukea sairastuneen ja omaisen hyvinvointiin
- Yleistietoa oikeudellisesta ennakkoinnista, kuten. hoitotahdosta tai edunvalvontavaltuutuksesta

Henkilökohtainen keskusteluapu

Henkilökohtainen keskusteluapu on kohdennettu sinulle muistisairauteen sairastunut tai muistisairaahan läheinen, joka tarvitset tukea elämäntilanteeseesi ja haluat keskustella sosiaali- ja terveysalan ammattilaisen kanssa.

Henkilökohtaisia tapaamisia tarjotaan 1–5 kertaa/ asiakas tarpeen mukaan. Yksi tapaaminen kestää 45 minuuttia. Aika varataan etukäteen asiakastyön koordinaattorilta.

Ohjaukseen ja neuvontaan liittyvät peruseriaatteen:

- Työntekijämme vastaavat yleisluontoisiin kysymyksiin
- Neuvonta on luottamuksellista: koordinaattoreita sitoo vaitiolovelvollisuus.
- Neuvontapalvelussa ei synny hoitosuhdetta, joten siihen ei sovelleta lakia potilaan asemasta ja oikeuksista.
- Neuvontapalvelu ei korvaa lääkärin, muistihoitajan tai muun terveydenhuollon ammattihenkilön antamaa neuvontaa, tutkimusta tai hoitoa.

Yhteystiedot:

Katja Kurunsaari-Lassila, p. 040 720 0770

Anna Muinonen, p. 044 745 6190

MUISTINEUVO

tukipuhelin muistisairaille ja läheisille
sekä muististaan huolestuneille

09 8766 550 vastajina
alan ammattilaiset

Ma, ti ja to klo 12–17 (puhelun hinta operaattorin hinnoittelun mukaan).
Minneslinjen betjänar på svenska på samma telefonnummer tis kl. 15–17.



”Minua rohkaistiin
hakemaan palveluja, joista
en edes tiennyt.”

VERTAISLINJA

tukipuhelin muistisairaiden läheisille

0800 9 6000 vastajina
kokeneet omaishoitajat

Ma–la klo 17–20 (puhelu on maksuton).



”Vertaistuki antoi
uusia näkökulmia
tilanteeseemme.”

YHTEYSTIEDOT

Pohjanmaan Muistiluotsi
Kirkkopuistikko 4, 65100 Vaasa
info@muistiminne.fi
www.muistiminne.fi

Toiminnanjohtaja:

Henna Minkkinen (Yhteistyö, tiedotus sekä hallinnolliset asiat)
p. 044 345 0591
henna.minkkinen@muistiminne.fi

Muistiluotsityöntekijät:

Katja Kurunsaari-Lassila (Suomenkielinen neuvonta ja ryhmätoiminta)
p. 040 720 0770
katja.kurunsaari-lassila@muistiminne.fi

Anna Muinonen (Suomen- ja ruotsinkielinen neuvonta ja ryhmätoiminta)
p. 044 745 6190
anna.muinonen@muistiminne.fi

Sirpa Kallio (Suomenkielinen ryhmätoiminta)
p. 050 544 7293
sirpa.kallio@muistiminne.fi

Jenny Forsén (Ruotsinkielinen neuvonta ja ryhmätoiminta)
p. 044 345 0590
jenny.forsen@muistiminne.fi

Tita Yli-Kätkä (Viestintä ja vapaaehtoistoiminta)
p. 044 345 0594
tita.yli-katka@muistiminne.fi

Muistiterveydeksi! -hankkeen työntekijät:

Eeva Ehn (Muistiterveys ryhmät)
p. 050 548 9073
eeva.ehn@muistiminne.fi

Anne Hietanen (Muistiterveys ryhmät)
p. 044 901 3022
anne.hietanen@muistiminne.fi



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Pohjanmaa