



Vertaistuki- ja muistitreeniryhmät Klaukkalassa syksy 2026

Muistisairaille suunnatussa muistitreeniryhmässä on mahdollisuus jakaa kokemuksia toisten muistisairauteen sairastuneiden kanssa sekä osallistua muistia aktivoiviin harjoituksiin.

Muistisairaalan läheisten vertaistukiryhmässä jaetaan käytännön kokemuksia sekä keskustellaan niistä asioista, jotka kulloinkin mietityttävät.

Muistitreeni- ja vertaisryhmä kokoontuvat samanaikaisesti.

Muistitreeniryhmää ohjaa muistiohjaaja ja **läheisten vertaistukiryhmä on omatoiminen**, eli ryhmäläiset keskustelevalta vertaistuellisesti keskenään. Läheiset voivat ottaa kahvia muistitreeniryhmästä.

Tule mukaan yksin tai yhdessä läheisesi kanssa.

Osallistuminen on maksutonta. Kahvitarjoilu.

Ennakkoilmoittautuminen!

Kokoontumiset syyskaudella 2026
perjantaisin kerran kuukaudessa **klo 12.30-14.00**
21.8., 18.9., 2.10., 30.10. ja 27.11.

*Paikka: Klaukkalan kirjasto, Tello ja Vilho-salit, kirjaston pohjakerros
Kuonomäentie 2, Klaukkala*

Ennakkoilmoittautuminen ja lisätietoa:
anu.keranen@espoonmuisti.fi tai 040 136 7977



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa