Salon Muistiyhdistyksen 3/2026

MUISTIPOSTI

muisti.

muisti. Salon Muistiyhdistys ry

TOIMINNANJOHTAJAN TERVEISET

Syksyinen tervehdys kaikille, olette ehkä jo hieman kaivanneet Muistipostia. Päätimme odottaa Muistiviikkoon, jolloin Muistiliiton ja meidän jäsenyhdistysten uudet logot julkaistiin. Vanha logomme jää hiljalleen taka-alalle ja otamme uuden logon käyttöön. Yhdistyksen nimi pysyy luonnollisesti ennallaan. Tässä vielä vanha ja uusi logo alla.

Salon Muistiyhdistys ry
Muistiliiton jäsen

muisti. Salon Muistiyhdistys ry

Näyttää raikkaalta, vai mitä mieltä olette?
Syksy on lähtenyt hyvin käyntiin, Muistiviikolla kohtasimme paljon alueen asukkaita luennoilla ja infopisteillä. Ole yhteydessä, jos haluat tulla juttelemaan kanssamme toimistolle p.044 3337853. Kokeilemme nyt syksyllä myös kaikille avoimia Muistitunteja, jolloin voit tulla kyselemään muistista ja tutustumaan toimintaamme. Ota rohkeasti yhteyttä, jos haluat tulla mukaan toimintaamme. Toimintaa on paljon ja sitä on eripuolilla toiminta-aluettamme. Toiminta on maksutonta. Tässä Muistipostissa loppuvuoden toimintaa, laita kalenteriin. Tässä muutama poiminta:

Muistikuoron yhteisvastuukonsertti pe 23.10. klo 18, Salon seurakuntatalon Kuparisalissa, Kirkkokatu 6, Salo. Tervetuloa!

Soivakoti /Heikki Laaksonen ja Samu-Markus Pyykkö esiintyvät ja laulattavat **pe 4.12. jouluisessa konsertissa Hilkansalissa** (Vilhonkatu 2, Salo) **Klo 10.30–11.30.** Tervetuloa!

Värikästä syksyä kaikille, Marika p. 044 731 0020

Hyvinvointi-iltapäivät

–Ikääntymiseen liittyvää asiaa

SYKSY 2026



Salon seurakuntatalo
Ma 19.10. klo 13–15
Kirkkokatu 6, 24100 Salo

Perttelin seurakuntatalo
Ma 26.10. klo 13–15
Mikolantie 5, 25360 Pertteli

Yhteisötila Toijan Tupa
Ma 2.11. klo 13–15
Toijantie 10, 25460 Kisko

Ohjelmassa:

Digilaitteet apuna arjessa, kokemuksia ja vinkkejä
Tuokio tanssiliikunnalle
Järjestävät tahot esittelevät toimintaansa
Kahvitarjoilu
Maksuton arvonta

Vapaa pääsy!

Lisätietoja:
Salon Muistiyhdistys
p. 044 333 7853

Tapahtuman järjestää Välittämisen verkosto

Salon SYTY ry
Punainen Risti
Salva ry
Salon omaishoitajat ry
salo
Salon Muistiyhdistys ry
Muistiliiton jäsen
SALON SEURAKUNTA
SUOMEN EV.LUT. KIRKKO
AVUSTAJAKESKUS
www.avustajakeskus.fi

TULOSSA

Somerolla YLEISÖLUENTO
Edunvalvontavaltuutus ja oikeudellinen ennakointi
Ti 3.11. klo 17–18.30
Kiiruun koulun auditorio, Kiiruuntie 4, Somero

Someron Säästöpankin lakimies puhuu edunvalvonta-valtuutuksesta ja muista tulevaisuuteen varautumisen keinoista kuten testamentista. Lisäksi tietoa muistiyhdistyksen toiminnasta. Infopisteellä tarjolla muistimateriaalia. Ei ennakkoilmoittautumista.

LÄÄKÄRILUENTO

Ke 4.11. KLO 11-12.30
Hilkansali, Vilhonkatu 2, Salo



Geriatri Marja-Liisa Vuoristo luennoi aiheesta:
Mikä on ikääntymistä, mikä sairautta?
Vanhuuden kognitiivisten toimintojen muutokset ja etenevät muistisairaudet.

Kognitiivinen ikääntyminen on osa luonnollista vanhenemisprosessia, joka alkaa usein jo keski-iässä, mutta etenee eri ihmisillä eri tahtiin. On tärkeää erottaa normaaliin ikääntymiseen kuuluvat muistimuutokset muistisairauden, kuten Alzheimerin taudin aiheuttamista muistiongelmista. Tervetuloa kuulemaan lisää!
Ei ennakkoilmoittautumista. Hilkansaliin mahtuu noin 120 hlöä.

Marja-Liisa Vuoristo on turkulainen yleislääketieteen ja geriatrian erikoislääkäri. Hänellä on yli 20 vuoden monipuolinen kokemus ikääntyneiden hoidosta, mukaan lukien muistipoliklinikka-, palvelutalo- ja kotisairaanhoitotyö sekä geriatrian ylilääkärin tehtävät. Hän on eläkkeellä ja pitää sivutoimista vastaanottoa Salon Mehiläisessä.

JOULUKUUN TAPAHTUMIA



Joulukuussa on tarjolla monenlaista ohjelmaa. Tervetuloa mukaan!

Ti 8.12. Joulukahvila Suomusjärvi

klo 10–12, Kitulan srk-keskus, Kitulantie 7.
Kauneimmat joululaulut pappi Aki Toivoniemen säestämänä.

Ti 8.12. Joulukahvila Salo

klo 10–12, Turuntie 21. Haitarimusiikkia ja jouluista tunnelmaa ja yhdessäoloa muistikahvilassa.

Ti 8.12. JÄSENISTÖN JOULUGLÖGIT

klo 14–16, Turuntie 21, Salo
Tervetuloa uudet ja vanhat jäsenet viettämään jouluinen hetki kanssamme! Yhdessäoloa ja jouluista ohjelmaa
Ilmoittaudu mukaan viim. pe 4.12.

To 10.12. Jouluista tunnelmaa Perniön aivotreeneissä yhdessä Yhresin kanssa

Klo 10–11.30, Yhteisötila Plakkar, Perniö.

Ma 14.12. Joulukahvila Kisko

klo 13–15, Valopilkku, Kuusitie 8.
Kauneimmat joululaulut pappi Aki Toivoniemen säestämänä.

Ti 15.12. MuistiOlkkarissa joululauluja

klo 13–15, Turuntie 21.
Kauneimmat joululaulut pappi Aki Toivoniemen säestämänä sekä yhdessäoloa jouluisissa tunnelmissa.

MINNAN TOIMINTARYHMÄ SAIRASTUNEILLE

20.10., 3.11., 17.11., 1.12., 15.12.
klo 10–12 Turuntie 21, Salo.
Ryhmä on tarkoitettu ensisijaisesti henkilöille, joilla on muistisairaus tai muistihäiriö. Ryhmässä keskustellaan, vaihdetaan kuulumisia ja haastetaan aivoja monipuolisella tekemisellä. **Uusia mahtuu mukaan, kysy lisää toiminnasta** p. 044 333 7853

MUISTIOLKKARI

Tietoa, vertaistukea ja virkistystä!
Toiminta on tarkoitettu Muistiperheille. Muistiperheellä tarkoitamme perhettä, jossa joku sairastaa muistisairautta kuten Alzheimerin tautia. Voit tulla yksin tai yhdessä läheisesi kanssa. Ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Tervetuloa mukaan!

Tapaamiset tiistaisin klo 13–15 Turuntie 21, Salo
Ti 20.10., 3.11., 17.11., 15.12.

TOIMINTAA PARISKUNNILLE

Toiminta on tarkoitettu Muistipariskunnille, joista toisella on muistisairaus. Vertaistukiryhmä kokoontuu säännöllisesti.

Ryhmällä on oma WhatsApp ryhmä, jossa tiedotetaan tarkemmin tapahtumista.
Lisätietoja toiminnasta saat Marikalta. Uusien pitää ilmoittautua ja tiedustella vapaita paikkoja.



Tapaamiset: tiistaina 27.10. ja 10.11.
Joulukuun tapaaminen sovitaan yhdessä.
klo 13–15, Turuntie 21, Salo

VERTAISTUKIRYHMÄT LÄHEISILLE

Vertaistukiryhmiä on erilaisia ja erilaisessa elämäntilanteessa oleville. Ryhmiä muodostetaan kysynnän ja tarpeen mukaan. **Tiesitkö, että voit saada yksilöllistä ohjausta ja tukea yksin tai yhdessä läheisesi kanssa.** Voit soittaa tai varata toimistolle ajan keskusteluun. **p. 044 333 7853** tai voit myös laittaa sähköpostia: muistiyhdistys@muistisalo.fi

PURKUPIIRI LÄHEISILLE

Ti 20.10., 3.11., 17.11., 1.12., 15.12.
klo 13–14.30, Salon SYTY, Helsingintie 6
Ryhmä muistisairaan läheisille, jotka haluavat jakaa ajatuksia muiden kanssa. Keskustelua ja vertaistukea kahvittelun lomassa. Ilmoittaudu mukaan p. 044 333 7854.

MIESTEN OMA VERTAISTUKIRYHMÄ

To 5.11., 3.12.
klo 15–17, Turuntie 21, Salo
Ryhmässä jaetaan kokemuksia muistisairaan puolisona ja saadaan vertaistukea muilta samassa tilanteessa olevilta. Vetäjänä kokenut vapaaehtoinen Eero.

LESKET

Leskien ryhmä kokoontuu pienen tauon jälkeen, mukaan voivat tulla vanhat ja uudet, joita leskeys koskettaa.
Ke 21.10. ja 25.11. klo 15-16:30 Turuntie 21, Salo.



PÄIVÄTOIMINTA TUO ILOA JA SISÄLTÖÄ ARKEEN

Salon Muistiyhdistyksen **päivätoiminta tukee arkea ja toimintakykyä.** Päivätoiminta on erityisesti muistisairautta sairastaville suunnattua toimintaa. Tavoitteena on tukea hyvinvointia, toimintakykyä ja arjessa selviytymistä sekä tarjota mielekästä tekemistä ja yhdessäoloa. Toiminnassa huomioidaan osallistujien yksilölliset tarpeet ja voimavarat.



Päivätoimintaan osallistuminen edellyttää Varhan päätöstä. Palvelu on maksullista ja mukaan pääsee Varhan päätöksellä. Hyvinvointialue laskuttaa asiakasta sopimuksen mukaan, omaishoidonvapaita voi myös käyttää päivätoimintaan. Palveluohjaajat neuvovat näissä asioissa.

Päivätoimintaa on tarjolla neljänä päivänä viikossa. Toimintapäivät ovat ma, ke, to ja pe klo 8:30-14:30.

Anne, Minna R., Minna M. ja Nina

p. 044 031 9872 paivapaikka@muistisalo.fi

KAIKILLE AVOINTA TIETOA JA OHJAUSTA

Muistitunti -Kysy lisää muistista

Ti 20.10. ja 27.10. klo 15.30–17, Turuntie 21, Salo

Ohjausta ja neuvontaa muistiasioissa ja mahdollisuus kysyä lisää muistisairauteen liittyen. Tervetuloa käymään!

KAIKILLE AVOIN TOIMINTA

Sosiaali- ja terveysministeriön RAHOITTAMA

MUISTIKAHVILAT AVOIMIA KOHTAAMISPAIKKOJA. Kahviloissa keskustellaan muistista sekä eri teemoista, tutustutaan uusiin ihmisiin sekä kahvitellaan hyvässä seurassa, naurua unohtamatta.



MUISTIKAHVILA SALO (keskusta)

Ti 27.10., 10.11., 24.11., 8.12.
klo 10-11:30, Turuntie 21, Salo.

MUISTIKAHVILA SOMERO

Pe 30.10., 13.11., 27.11., 11.12.
klo 10-11:30, Toimistohotelli, Heikintie 5, Somero

MAANANTAIKLUBI Somerolla

Ma 9.11., 7.12. klo 13–14.30, Muistiyhdistys vetovastuussa. Syreenisali, Turuntie 14, Somero.

MUISTIKAHVILA SUOMUSJÄRVI

Ti 13.10., 27.10., 10.11., 24.11., 8.12. klo 10-11:30,
Kitulan srk-keskus, Kitulantie 7, Suomusjärvi. Huom!

MUISTIKAHVILA KISKO

Ma 19.10., 16.11., 30.11., 14.12.
klo 13-14:30, Toijan Valopilkku, Kuusitie 8, Kisko.
HUOM! KISKON HYVINVOINTI-ILTAPÄIVÄ ON ma 2.11., silloin ei ole Muistikahvilaa.

Turinatupa, Yhteisötila Toijan tupa, Toijantie 10.

Turinatupa on kohtaamispaikka varttuneemmalle väelle. Järjestäjinä Yhres, Salon yhteisöpalvelut, Salon Kulttuuripalvelut, Salon Muistiyhdistys. Muistiyhdistys mukana **ke 21.10., 18.11., 2.12. klo 9.30–11.**



ENNALTAEHKÄISEVÄ TOIMINTA

Sosiaali- ja terveysministeriön RAHOITTAMA

MARJAN MUISTITEHTÄVÄRYHMÄT

Ma klo 10–11.30 ja klo 12-13.30, Salon Sytyssä.
19.10., 2.11., 16.11., 30.11., 14.12.
Marjan ryhmissä aktivoidaan aivoja, tehdään tehtäviä ja kahvitellaan. Tarkoitettu muistinhuollosta kiinnostuneille. Ryhmiä ohjaa Marja. Ryhmä on täynnä!

AIVOTREENIT

Ma klo 12.30-14, Salon Sytyssä
12.10., 26.10., 9.11., 23.11., 7.12., 21.12. Aktivoidaan aivoja erilaisilla tehtävillä ja vaihdetaan kuulumisia. Ryhmää ohjaa Riitta-Maija ja Marika.
Ryhmä on täynnä!

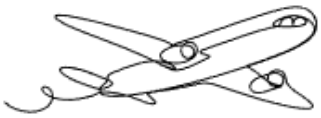
PERNIÖN AIVOTREENIT

To klo 10-11.30
29.10., 12.11., 26.11., 10.12.
Yhteisötila Plakkar, Heikkiläntie 2, Perniö.
Tule mukaan aivotreeneihin aktivoimaan aivoja erilaisilla tehtävillä. Ei tarvitse ilmoittautua!

NUPPI JA NOPPA -ryhmä, Yhteisötila Majakka

Hornintie 5b, Halikko
Pe klo 13-14.30
9.10., 23.10., 6.11., 20.11., 4.12.
Kaikille avoin ryhmä, tehdään aivoja aktivoivia tehtäviä. Ohjaajana toimii Ulla. Ei tarvitse ilmoittautua!

AIVOPÄHKINÄT



Pohjoismaat

Etsi sanasokkelosta Pohjoismaat ja niiden pääkaupungit.
Täydennä taulukko.

Z	O	L	C	U	N	Q	M	C	H	I	G	H	K	L	R	U	V	O	U
P	J	S	A	Q	A	H	E	Z	L	S	N	L	X	U	O	W	H	Q	X
G	R	Z	W	T	U	F	Y	E	Z	L	U	X	X	W	B	Z	I	C	H
P	Q	O	S	I	O	L	Z	A	N	A	B	D	A	Y	C	T	S	A	T
I	P	H	H	Y	J	F	H	P	M	N	K	I	I	S	Y	F	K	V	L
Q	W	D	L	F	Y	H	T	S	V	T	T	F	W	P	O	I	I	D	B
C	B	L	Q	Z	K	H	E	L	S	I	N	K	I	S	S	M	J	Z	T
I	O	D	R	R	P	M	W	U	O	X	G	M	P	A	N	I	U	E	D
S	K	U	Z	E	F	L	W	W	A	K	Y	E	Z	P	I	W	F	C	T
B	R	T	L	Y	G	J	V	Y	A	S	B	B	L	F	S	Y	F	X	A
A	U	V	P	K	L	L	C	P	K	K	X	J	L	U	A	V	S	P	N
S	O	Y	I	J	N	K	Ö	Ö	P	E	N	H	A	M	I	N	A	B	S
E	T	B	J	A	S	E	O	M	F	L	X	F	Q	E	Z	E	E	B	K
W	S	X	X	V	S	A	S	I	K	O	O	D	B	U	Y	F	D	X	A
Z	I	T	V	I	N	I	L	W	U	I	W	F	J	R	C	Z	C	H	C
V	S	S	I	K	F	P	O	I	E	V	C	F	K	Z	I	G	C	Q	D
X	P	W	W	G	U	Y	U	E	F	Y	R	Q	T	N	V	O	K	L	H
R	I	G	B	Q	E	P	P	T	U	K	H	O	L	M	A	G	D	P	D
Y	V	G	M	Z	D	L	F	D	T	F	B	Q	V	S	K	B	V	R	F
W	X	D	S	U	O	M	I	I	A	X	L	T	Q	V	N	O	R	J	A

valtio	pääkaupunki

freeed.com

VINKKI!
Jos et tarvitse Muistipostia paperisena, niin TEE EKOTEKO JA TILAA MUISTIPOSTI SÄHKÖPOSTIISI. Laita sähköpostia muistiyhdistys@muistisalo.fi

Yhdistyksen jäsenmaksu 23€/vuosi

YHTEYSTIEDOT

SALON MUISTIYHDISTYS RY **p. 044 333 7853**
Turuntie 21, 24240 Salo
www.muistisalo.fi
www.facebook.com/muistisalo

Marika Lindholm, toiminnanjohtaja
p. 044 731 0020 marika.lindholm@muistisalo.fi

Pauliina Römpötti, muistiohjaaja/yhdistyssihteeri
p. 044 333 7854, pauliina.rompotti@muistisalo.fi

MUISTIYHDISTYKSEN PÄIVÄPAIKKA p. 044 031 9872
Anne Alanko, päivätoiminnan vastaava ohjaaja
paivapaikka@muistisalo.fi

Minna Röyhkiö, päivätoiminnan ohjaaja
minna.royhkio@muistisalo.fi

Salon Muistiyhdistyksen hallitus v. 2026:
Tuula Suominen (pj), Kaisa Niinistö, Henna Lehtola, Raila Hakamäki, Merja Saarinen, Anne Nikander ja Krista Elo.

Toimintaamme rahoittavat:

Sosiaali- ja terveysministeriön RAHOITTAMA

varha Varsinais-Suomen hyvinvointialue

salo

Somero