

MUISTILUOTSIN RYHMÄTOIMINTA KESKI-POHJANMAALLA



Tervetuloa mukaan ryhmätoimintaan! Ota yhteyttä ryhmän ohjaajaan, niin saat tietää ryhmästä enemmän!

MUISTISAIRAUTTA SAIRASTAVILLE

Muistitreffit

Työkäisenä (alle 68v.)
muistisairauteen
sairastuneiden oma
kohtauspaikka

**Lisätiedot: Liisa
puh. 044 772
0093**

LÄHEISILLE

Kahvitreffit

Vertaistukea ja tietoa henkilöille, joiden muistisairaus puoliso on
muuttanut pitkäaikaishoitoon

- Kokkola: kk:n viimeinen tiistai-iltapäivä

Lisätiedot: Kati puh. 044 770 0025

Työkäisten läheiset

Tietoa ja tukea työkäisenä muistisairauteen sairastuneiden (alle 68v.)
läheisille

- Kokkola: kerran kuukaudessa, alk. 9/22

Lisätiedot: Liisa puh. 044 772 0093

MUISTISAIRAUTTA SAIRASTAVILLE JA LÄHEISILLE

Nuppi ja ruppi -ryhmät

Vertaistukea ja tietoa elämään muistisairauden
kanssa sekä aivoja aktivoivaa tekemistä ja
yhdessäoloa. Läheisille ja sairastuneille pääasiallisesti
eriytetty ohjelma. Ryhmään voi tulla myös
sairastunut tai läheinen yksin.

- Kokkola: kaksi ryhmää, joka toinen ma
ja joka toinen ke iltapäivä
- Veteli: joka toinen keskiviikkoiltapäivä
- Toholampi: joka toinen tiistai-iltapäivä
- Kannus: kk:n ensimmäinen tiistai-iltapäivä
- Perho: kerran kuukaudessa
keskiviikko-iltapäivänä

**Lisätiedot:
Liisa puh. 044 772 0093**

Liikuntaryhmä

- Kokkola: sisäliikuntaryhmä joka torstai

Lisätiedot: Kati puh. 044 770 0025

Gretan aivotreenit netissä

Aivotreeniä rennossa ilmapiirissä joka toinen
tiistai. Osallistumiseen tarvitset älylaitteen,
nettiyhteyden ja
sähköpostiosoitteen.

**Lisätiedot: Greta puh. 040 026 8711 tai
greta.kauranen@suomenselänmuisti.fi**