

Uudenmaan Muistiluotsi järjestää toimintaa ja tiedollista tukea Espoon, Kauniaisten, Vantaan, Raaseporin, Hangon, Inkoon, Siuntion, Kirkkonummen, Keravan, Tuusulan, Nurmijärven ja Järvenpään alueella.

Toiminta on suunnattu muistisairaille ihmisille ja heidän läheisilleen sekä muille muistinsa hyvinvoinnista kiinnostuneille.

Uudenmaan Muistiluotsin taustalta löytyy viisi aktiivista yhdistystä Uudeltamaalta:

- **Espoon ja Kauniaisten Muistiyhdistys ry, Esbo och Grankulla Minnesförening rf**
- **Vantaan Muistiyhdistys ry**
- **Karjaan ja Pohjan ikäihmisten tuki ry, Stöd för de äldre i Karis och Pojo rf**
- **Äldreomsorgen i Ekenäs rf**
- **Keski-Uudenmaan Muistiyhdistys ry**



TAVOITAT MEIDÄT

toimisto@espoonmuisti.fi
p. 0400 364 453

Espoo:
Kauppamiehentie 6
02100 Espoo

Raasepori:
Keskuskatu 65
10300 Karjaa

Järvenpää:
Mannilantie 44
04400 Järvenpää

www.uudenmaanmuistiluotsi.fi



**Espoon ja Kauniaisten
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen



**TUKEA, TIETOA
& TOIMINTAA**



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa



Meille on tärkeää:

Muistisairaahan ihmisen ja hänen perheensä **oikeus omannäköiseen elämään** myös diagnoosin jälkeen.

Muistisairaahan ihmisen **mahdollisuus vaikuttaa ja osallistua** tasavertaisena jäsenenä omassa toimintaympäristössään.

Arkea helpottavan, kotona asumista tukevan ja mielekkään toiminnan tarjoaminen muistisairaille ihmisille ja heidän läheisilleen.

Muistisairaahan ihmisen äänen kuuleminen ja hänen kokemuksensa, tarpeidensa ja toiveidensa eteenpäin vieminen asianmukaisen hoidon ja tukipalveluiden saamisen varmistamiseksi.

Tiedon lisääminen muistisairauksista sekä sairastuneiden ja läheisten tukemisen mahdollisuuksista.

MUISTINEUVO
asiantuntija neuvoo ja ohjaa

☎ **09-8766 550**

(0,08 €/min + pvm)

ma, ti ja to klo 12–17, alkaen 18.1. 2016

 **VERTAISLINJA**
tukupuhelin muistisairaiden läheisille

☎ **0800 9 6000** joka päivä
klo 17-21
(maksuton)

Uudenmaan Muistiluotsi tarjoaa:

Muistineuvontaa muistisairaille ihmisille ja heidän läheisilleen.

Muistikahviloita kaikille muististaan kiinnostuneille. Tarjolla on kahvin lisäksi tietoa muistista sekä muistia virkistävää toimintaa.

Yleisöluentoja kaikille kiinnostuneille muistiin liittyen.

Muistitreeniryhmiä muistisairaille ihmisille. Ryhmissä virkistetään muistia erilaisten harjoitteiden ja toiminnan avulla mukavan yhdessäolon merkeissä.

Vertaistukiryhmiä muistisairaahan ihmisen läheisille. Ryhmässä on mahdollisuus kokemusten jakamiseen ja yhdessä tekemiseen.

Toiminnallisia ryhmiä harrastusmahdollisuudeksi muistisairaille ihmisille ja heidän läheisilleen.

Vapaaehtoistoimintaa Koulutusta ja osallistumisen mahdollisuuksia vapaaehtoisille.

Muistifoorumi vapaaehtoisille ja ammattilaisille alueellisen tiedon jakamiseksi ja verkostoitumisen mahdollistamiseksi.

Tule mukaan!