

Vertaisryhmät muistisairaille ja läheisille

Läheisten etävertaisryhmä

Vertaisryhmä on suunnattu läheisille, joiden puoliso on sairastunut muistisairauteen. Ryhmässä jaetaan käytännön kokemuksia sekä keskustellaan niistä asioista, jotka kulloinkin mietityttävät.

TI 23.3. klo 10–11

TI 20.4. klo 10–11

TI 18.5. klo 10–11

TI 8.6. klo 10–11

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

Maija Hakala 040 752 7866 tai maija.hakala@espoonmuisti.fi

Vertaisryhmä omaisille ja muistitreenareille (Espoo)

Espoon alueen aiemmin paikan päällä kokoontuneet vertaisryhmät Tapiolan, Espoonlahden ja Viherlaakson alueilta on yhdistetty yhdeksi etäryhmäksi. Ryhmässä käydään vertaistuellista keskustelua sekä tehdään muistitreeniharjoituksia.

KE 24.2 klo 11–12

KE 24.3 klo 11–12

KE 28.4 klo 11–12

KE 26.5 klo 11–12

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

Lotta Parkkola 040 7433158 tai lotta.parkkola@espoonmuisti.fi

Asta Koskinen 040 542 5253 tai asta.koskinen@espoonmuisti.fi

Jatkuu seuraavilla sivuilla → → →

Vertaisryhmä omaisille ja muistitreenareille (Espoo)

Espoon alueen aiemmin paikan päällä kokoontuneet vertaisryhmät Tapiolan ja Espoon keskuksen alueilta on yhdistetty yhdeksi etäryhmäksi. Ryhmässä käydään vertaistuellista keskustelua sekä tehdään muistitreeniharjoituksia

TO 11.3 klo 14-15

TO 8.4 klo 14-15

TO 6.5 klo 14-15

TO 3.6 klo 14-15

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

Asta Koskinen 040 542 5253 tai asta.koskinen@espoonmuisti.fi

Lotta Parkkola 040 7433158 tai lotta.parkkola@espoonmuisti.fi

Vertaisryhmä omaisille ja muistitreenareille (Vantaa)

Vantaan alueen aiemmin paikan päällä kokoontuneet vertaisryhmät Myyrmäen ja Tikkurilan alueilta on yhdistetty yhdeksi etäryhmäksi. Ryhmässä käydään vertaistuellista keskustelua sekä tehdään muistitreeniharjoituksia.

KE 17.3 klo 14-15

KE 14.4 klo 14-15

KE 12.5 klo 14-15

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

Asta Koskinen 040 542 5253 tai asta.koskinen@espoonmuisti.fi

Viviane Azema 040 516 3351 tai viviane.azema@espoonmuisti.fi

Vertaisryhmät ja muistitreeniryhmät Kirkkonummella

Vertaisryhmä on suunnattu läheisille, joiden puoliso on sairastunut muistisairauteen. Ryhmässä jaetaan käytännön kokemuksia sekä keskustellaan niistä asioista, jotka kulloinkin mietityttävät. Muistisairaille suunnatussa ryhmässä treenataan muistia ja vaihdetaan kuulumisia mukavan yhdessäolon merkeissä.

Toistaiseksi ryhmät on yhdistetty ja kokoontuvat etäyhteydellä.

Kysy lisää: Maija Hakala 040 752 7866 tai maija.hakala@espoonmuisti.fi

Jatkuu seuraavilla sivulla → → →

Vertaisryhmät ja muistitreeniryhmät Karjaalla

Vertaisryhmä on suunnattu läheisille, joiden puoliso on sairastunut muistisairauteen. Ryhmässä jaetaan käytännön kokemuksia sekä keskustellaan niistä asioista, jotka kulloinkin mietityttävät. Toistaiseksi ryhmän kuulumiset vaihdetaan ryhmäpuheluina sovittuina aikoina.

Muistisairaille suunnatussa ryhmässä treenataan muistia ja vaihdetaan kuulumisia mukavan yhdessäolon merkeissä. Sairastuneiden ryhmä ei toistaiseksi kokoonnu.

Kysy lisää: Maija Hakala 040 752 7866 tai maija.hakala@espoonmuisti.fi

Vertaisryhmä omaisille ja muistitreenareille (Järvenpää ja Hyrylä)

Järvenpään ja Tuusulan alueen aiemmin paikan päällä kokoontuneet vertaisryhmät, on yhdistetty yhdeksi etäryhmäksi. Ryhmässä käydään vertaistuellista keskustelua sekä tehdään muistitreeniharjoituksia. Normaalisti ryhmät kokoontuvat Järvenpäässä ja Tuusulan Hyrylässä.

Ma 8.3. klo 14.00-15.00

Ma 12.4. klo 14.00-15.00

Ma 17.5. klo 14.00-15.00

Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Pia Kuusinen p. 040 739 5146 tai pia.kuusinen@espoonmuisti.fi

Vertaisryhmä omaisille ja muistitreenareille (Nurmijärvi kirkonkylä, Nurmijärvi Klaukkala ja Kerava)

Nurmijärven ja Keravan alueen aiemmin paikan päällä kokoontuneet vertaisryhmät, on yhdistetty yhdeksi etäryhmäksi. Ryhmässä käydään vertaistuellista keskustelua sekä tehdään muistitreeniharjoituksia. Normaalisti ryhmät kokoontuvat Nurmijärven kirkonkylässä, Nurmijärven Klaukkalassa ja Keravalla.

To 11.3. 13.30-14.30

To 15.4. 13.30-14.30

To 20.5. 13.30-14.30

Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Pia Kuusinen p. 040 739 5146 tai pia.kuusinen@espoonmuisti.fi