



## **Vertaistukiryhmä**

# **Hyviä muistivuosia yhdessä**

### **muistisairautta sairastaville ja heidän läheisilleen**

**Koskettaako muistisairaus elämäänne?**

**Kaipaatteko tukea muistisairauden kanssa elämiseen?**

Tulkaa tapaamaan kanssanne samassa elämäntilanteessa olevia. Ryhmässä voitte kuulla muita ja halutessanne jakaa kokemuksia. Saatte tietoa ja ymmärrystä muistisairauden kanssa elämiseen. Ryhmään voi osallistua myös yksin.

Ryhmän yhteisessä osuudessa kuullaan hyödyllistä tietoa vierailijoilta ja asiantuntijoilta. Tämän jälkeen jakaannutaan omiin vertaisryhmiin: sairastuneille on tarjolla mukavaa ohjattua toimintaa ja läheisille vertaistuellista keskustelua.

Ryhmä on maksuton eikä vaadi ilmoittautumista tai sitoutumista.  
Tervetuloa tutustumaan!

**PAIKKA: Seniorikulma, Hämeenkatu 9-15, Riihimäki**

**SYYSKAUSI: joka toinen torstai klo 10-12**

- to 29.8.** Potilasasiavastaava
- to 12.9.** Riihimäen seudun OmaisOiva: Kelan lomat ja kuntoutus
- to 26.9.** Hämeenlinnan kaupunginmuseo: Sylit-näyttely
- to 10.10.** Kotirinki-kotipalveluyritys
- to 24.10.** Gery ry: Voimaa ruuasta
- to 7.11.** Riihimäen seudun OmaisOiva: Siirtyminen pitkäaikaishoitoon
- to 21.11.** Suvanto ry: Turvallisen vanhuuden puolesta
- to 5.12.** Riihimäen seudun OmaisOiva: Omaishoitajan hyvinvointi
- to 19.12.** Pikkujoulut

**VOIT KYSYÄ LISÄÄ!**

**Kanta-Hämeen Asiantuntija- ja tukikeskus Muistiluotsi**

**Saila Lehtonen**

**puh. 040 824 5948**

**saila.lehtonen@muistiaina.fi**

**Tutustu myös Muistiluotsin muuhun toimintaan**

**www.muistiaina.fi**



**Muistiluotsi**  
**asiantuntija- ja tukikeskus**  
**Kanta-Häme**