

KERRO JA KUULE

VERTAISTUKIRYHMÄ MUISTISAIRAUTEEN
SAIRASTUNEILLE JA HEIDÄN LÄHEISILLEEN



FORSSAN KAUPUNGINKIRJASTON
YLÄKERTA, WAHRENINKATU 4, FORSSA



KEVÄTKAUSI 2026
KERRAN KUUSSA TORSTAISIN KLO 13-15

Klo 13-14 Kahvit ja vierailija
Klo 14-15 Omiin ryhmiin jakautuminen

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

KEVÄTKAUDEN 2026 AIKATAULU JA VIERAILIJAT

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

To 29.1. Jaksaminen ja arjen voimavarat

Ilari Kokko, toiminnanjohtaja, MIELI Lounais-Hämeen mielenterveys ry

To 19.2. Perhehoito tutuksi Tiina Ryhtä, perhehoitaja

To 19.3. Ikääntymistä iloiten Christa Ahonen, projektiasiantuntija, Ikä iloiten -hanke

To 23.4. Hoivatarvikkeiden ja arjen apuvälineiden esitelyä Terhi Jalonen, DreamCare

To 21.5. Jalkaterapia Mika Leskinen, jalkaterapeutti, Ortofix

YHTEYSTIEDOT SAILA (MUISTILUOTSI) PUH. 040 824 5948 TAI INFO@MUISTIAINA.FI



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Kanta-Häme



Forssan Seudun
Muisti ry
Muistiliitto