



# Yhdistyksen menu

## TIETOA JA NEUVONTAA

- Puhelimitse tai sähköpostilla
- "Henkireikä" -tapaamiset keskustellen kahden kesken tai perheen kanssa  
-> **vara aika tapaamiseen toimistolle tai lähelle sinua**
- Kirjallista materiaalia, oppaita

## ENSITIETOA

- Ensietopäivillä, toteutetaan yhdessä hyvinvointialueen kanssa
- Tilaisuuksissa ja ryhmissä

## TEEMATIETOA JA YLEISÖLUENTOJA

- Aivoterveys ja muistin huolto
- Hyvinvointi, osallisuus
- Muistisairaudet
- Omaishoitajuus
- Oikeudet, etuisuudet
- Edunvalvontavaltuutus ja hoitotahto
- Muut ajankohtaiset aiheet tarpeen mukaan
- Lisäksi pidämme yhteisluentoja muiden toimijoiden tai yhdistysten kanssa
- Webinaarit

## TOIMINTAA

- Osallistumismahdollisuuksia koko maakunnan alueella ja monia niistä lähipalveluina
- Huomioimme sairastuneiden ja omaisten vertaistuen, aivoterveiden, yksinäisyyden vähenemisen ja muisti- ja ikäystävällisyyden

## RYHMÄT

- Ryhmiä on kymmeniä eri puolilla maakuntaa:
  - ✓ Sairastuneiden ja omaisten vertaisryhmät
  - ✓ Muistikahvilat
  - ✓ Työkäisenä sairastuneiden vertaisryhmät
  - ✓ Kylien ja kortteleiden virkistävät ryhmät
  - ✓ Etäryhmät Teamsin kautta
  - ✓ OVET-omaishoitajavalmennus- ja Omahaitovalmennus- sekä Kohtaamistaide-ryhmät ym.

## RETKET, LOMAT & KURSSIT

- Omia retkiä ja virkistäviä tapahtumia ja kursseja
- Tietoa KELAn sopeutumis- valmennus- ja kuntoutus- kursseista

## VAPAAEHTOISENA

- Saat koulutuksen ja tuen yhdistykseltä toimintaasi
- Voit olla esim.
  - ✓ ohjaajana ryhmässä yksin tai ystäväsi kanssa,
  - ✓ kahvinkeittoapuna,
  - ✓ tapahtumissa apukäsinä,
  - ✓ vapaaehtoisena ystävästä
  - ✓ muussa itsellesi tärkeässä toiminnassa – mikä sinulle sopii

## MUISTIAKTIIVINA

- Olet mukana muistisairaiden ja läheisten ryhmässä, joka kokouksissaan ottaa kantaa E-P:n Muistiyhdistyksen toimintaan, alueen palveluihin ja ajankohtaisiin asioihin

## TARJOAMME

- Järjestö- ja yhdistystoimintaa sekä vapaaehtoistoimintaa
- Palvelut ovat maksuttomia
- Maksullisia luentoja esim. työyhteisöille ja oppilaitoksille
  - ✓ STM / STEA
  - ✓ Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue
  - ✓ Yksittäiset säätiöt, muut toimijat ja yksityiset henkilöt tukevat toimintaa

**www.muistiyhdistys.fi**

**@muistiyhdistys**

\* Muistineuvonta arkipäivisin E-P:n Muistiluotsi.....050 5956 588 / 050 4402 643 / 0400 919 523

\* vapaaehtoistoiminta .....050 5362 692

\* toiminnanjohtaja .....0400 919 523

Sähköposti toimisto@muistiyhdistys.fi ja toimiston osoite: EP:n Muistiyhdistys ry, Viitaväylä 11, 62375 Ylihärmä

**Voit liittyä jäseneksi soittamalla meille tai kotisivujemme lomakkeen kautta. Olet tervetullut mukaan!**