

Toiminta Jyväskylässä

Kevät 2018



**Ryhmät ja toiminta muistisairauteen
sairastuneille, omaisille ja läheisille.
Kaikille avoimet tapahtumat ja tilaisuudet.**

KAIKILLE AVOIN TOIMINTA

Tutustumistunnit

Tutustumistunti on tarkoitettu muistisairaille ja omaisille, joille muistiyhdistyksen toiminta ei ole ennestään tuttua. Tarjolla aamukahvit, yhdistyksen työntekijät kertovat yhdistyksen järjestämästä toiminnasta. Ei edellytä jäsenyyttä.

Joka toinen keskiviikkoamu klo 10–11 yhdistyksen toimistolla. Yrjönkatu 37 B 15 osoitteessa: 24.1., 7.2. ja 21.2. Toimiston uudessa Rauhankatu 1, 40100 Jyväskylä osoitteessa: 7.3., 21.3., 4.4., 18.4., 2.5., 16.5., 30.5. ja 13.6.

Jyväskylä, Kahvila Hetkinen

Avoinna ympäri vuoden maanantaisin klo 13–15 yhdistyksen tiloissa (Yrjönkatu 37 B 15). Kahvila on avoin muistisairaille, omaisille ja kaikille muistiasioista kiinnostuneille! Kahvilassa keskustellaan vapaamuotoisesti ajankohtaisista tai päivänpolttavista asioista, kahvimaksu vapaaehtoinen. Erillistä ilmoittautumista ei tarvita. Kahvilassa on vapaaehtoinen kahvimaksu. Tervetuloa! *Huom!* 5.3. alkaen uusi osoite: Rauhankatu 1, 40100 Jyväskylä

TOIMINTA MUISTISAIRAILLE SEKÄ LÄHEISILLE

Jyväskylä, Musiikkiryhmä

Musiikkiryhmä on tarkoitettu muistisairautta sairastaville sekä henkilöille, joilla on muistioireita. Ryhmään voi tulla myös läheisen kanssa. Ei edellytä aikaisempaa musiikkitaustaa. Ryhmää ohjaa musiikkipedagogi Saara Heinonen. Joka toinen perjantai klo 13.00–14.00 Keskustan tuntumassa Taulumäellä Villa Tauluhovin valtuustosalissa. Osoite: Puistokatu 35, 40200 Jyväskylä. **Kokoontumiset keväällä 2018:** 5.1., 19.1., 2.2., 16.2., 2.3., 16.3., 13.4., 27.4., 11.5. ja 25.5. HUOM! 30.3. pitkäperjantaina ei ryhmää. Lisätiedot: p. 050 340 0545 / Saara Heinonen.

Palokka, Muistiryhmä

Onko sinulla tai läheiselläsi todettu muistisairaus? Tule mukaan Muistiryhmään tapaamaan samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia ihmisiä. Kokoontumme vaihtelevan toiminnan merkeissä Palokan Visalassa (Visalantie 5) noin kahden viikon välein maanantaisin klo 13–14.30. Ryhmä on tarkoitettu sairastuneille sekä läheisille. Ryhmän ensimmäinen tapaaminen 22.1. Lisätiedot: Outi Ronkainen / p. 044 561 4926

Jyväskylä, Kuntosaliryhmä

Kuntosaliryhmä kokoontuu Väinönkadun palvelukeskuksessa 9.1. alkaen aina tiistaisin klo 17–18.30. Huom! Poikkeuksena 16.1. ja 13.3. klo 18 alkaen. Ryhmä jatkuu 15.5. asti, jolloin viimeinen kerta. Hinta 50 €/kausi. Ryhmää ohjaa yhdistyksen vapaaehtoistoimijat. Ilmoittautumiset toimistolle: p. 044 561 4927.

Jyväskylä, Kulttuurikerho

Kaikille kulttuurista kiinnostuneille kerran kuukaudessa yhdistyksen toimistolla klo 13–14.30. Kerhon vetäjinä toimivat yhdistyksen vapaaehtoistoimijat. Tapaamiset keskiviikkoisin toimistolla: 3.1., 14.2., 7.3., 11.4. ja 9.5. Lisätietoja p. 040 744 1462 / Maire Urvas

Jyväskylä, Muistiryhmä

Yhdistyksen toimistolla kahden viikon välein keskiviikkoisin klo 13–14.30. Ryhmän kokoontumiset: 24.1., 7.2., 21.2., 7.3., 21.3., 4.4., 18.4., 2.5., 16.5. ja 30.5. Tavoitteena on tarjota muistisairautta sairastaville ihmisille ja heidän läheisilleen vertaistukea ja vaihtelevaa toimintaa. Lisätiedot: p. 044 561 4926 / Outi Ronkainen.

TOIMINTA MUISTISAIRAILLE

Jyväskylä, Muistinvirkistysryhmä

Muistinvirkistysryhmä on tarkoitettu alkavaa muistisairautta sairastaville sekä henkilöille, joilla on muistioireita. Ryhmä kokoontuu joka toinen torstai klo 13–14.30 yhdistyksen toimistolla.

Osoite: Yrjönkatu 37 B 15. 5. Osoite 5.3. alkaen Rauhankatu 1. Erillistä ilmoittautumista ei tarvita. Kokoontumiset: 4.1., 18.1., 1.2., 15.2., 1.3., 15.3., 29.3., 12.4., 26.4., 24.5., 7.6. ja 21.6. Huom, ryhmää ei ole helatorstaina 10.5.

MUISTIYHDISTYS MUUTTAA!

5.3.2018 alkaen Muistiyhdistyksen toimisto palvelee uudessa osoitteessa!

Uusi osoite: Rauhankatu 1, 40100 Jyväskylä. Huomaathan että Yrjönkadun ryhmät siirtyvät 5. maaliskuuta alkaen uuteen osoitteeseen.

TOIMINTA OMAISILLE

Jyväskylä, Miesten keilailuryhmä

Sinun ei tarvitse olla virallinen omaishoitaja, riittää, että olet mies, jonka läheisellä on muistisairaus. Ryhmä kokoontuu kerran kuussa torstaisin klo 13–14.30 keilailun merkeissä Cumulus Laajavuoressa (ent. Rantasipi). Kokoontumiset: 4.1., 1.2., 1.3., 12.4., 24.5. ja 21.6. Omavastuu 5 €/kerta laskutetaan kävijöiltä jälkikäteen. Huom! Yhtä aikaa kokoontuu muistinvirkistysryhmä Jyväskylän toimistolla. Lisätietoja p. 044 561 4927 / toimisto.

Omaisklubi

Muistisairaiden omaishoitajille ja läheisille. Ei ilmoittautumista. Paikkana yhdistyksen toimisto Jyväskylässä.

- Virkistävä tauko arjen keskellä. Kokemusten vaihtoa, tietoa ja virkistystä. Ohjattu ryhmä. Kerran kuukaudessa tiistaisin klo 13–15. Kevään tapaamiset: 23.1., 20.2., 20.3., 17.4. ja 29.5.
- Vapaata keskustelua ja kokemusten vaihtoa omaishoitajille ja läheisille omatoimisesti. Ei ohjattua toimintaa. Kerran kuukaudessa tiistaisin klo 13–15. Tapaamiset: 6.2., 6.3., 3.4., (ei tapaamista vappuna 1.5.) ja 8.5.

Jyväskylä, Aikuisten lasten ryhmä

Tarkoitettu henkilöille, joiden vanhemmilla on muistisairaus. Ryhmä jatkaa keväällä kerran kuukaudessa tiistaisin klo 17. Kokoontumiset: 23.1., 20.2., 20.3., 17.4. ja 29.5. Yhdistyksen toimistolla Yrjönkatu 37 B 15, Jyväskylä. 5.3. alkaen uusi osoite Rauhankatu 1, 40100 Jyväskylä. Lisätietoja 044 561 4926 / Outi Ronkainen.

Muistisairaahan kohtaaminen – valmennusta ja vertaisuutta muistisairaiden läheisille

Kommunikointi muistisairaahan kanssa muuttuu ja voi olla haastavaa, koska sairaus vaikuttaa monin tavoin ihmiseen ja vuorovaikutukseen. Valmennus perustuu TunteVa® -toimintamalliin, joka on vuorovaikutusmenetelmä muistisairaahan kohtaamiseen. TunteVa – menetelmä lisää valmiutta muistisairaahan ihmisen ymmärtämiseen ja hänen tukemiseensa vuorovaikutuksellisin keinoin. **Valmennuksen tapaamiset:** 8.3., 19.3. ja 5.4. klo 15–17.30 yhdistyksen toimistolla, Rauhankatu 1. **Lisätiedot ja ilmoittautumiset** Ulla Halonen, puh. 044 061 4928 / ulla.halonen@ksmuisti.fi

MUUT TAPAHTUMAT JA TILAISUUDET

Kuukausi-illat Jyväskylässä

Kuukausitapaamiset Sepänkeskuksessa (Kyllikinkatu 1) kerran kuukaudessa keskiviikkoisin klo 18. Tilaisuuksissa kahvitarjoilu.

- **14.2.** Ystävänäpäivä.
- **14.3.**
- **25.4.** Kevätkokous.
- **23.5.** Kevätjuhla.

Katso lisää tapahtumia, koulutuksia ja retkiä jäsenkirjeestämme tai kotisivuilta www.ksmuisti.fi

Avoimia yleisötilaisuuksia

Sepänkeskuksella klo 18

Sepänkeskus, Kyllikinkatu 1, 40100 Jyväskylä.

- **28.3. Muistisairaahan kohtaaminen,** muistisairaiden läheisille, omaisille. Kehittämispäällikkö Ulla Halonen.
- **11.4. Oikeudellisen ennakoinnin keinot,** Petri Willman varatuomari, luvan saanut oikeudenkäyntiasiamies, Talenom Oy.

YHTEYSTIEDOT

Keski-Suomen Muistiyhdistys ry

Yrjönkatu 37 B 15, 40100 Jyväskylä
Huom! Osoite 5.3.2018 alkaen on Rauhankatu 1, 40100 Jyväskylä

Avoimna ma-to klo 9-15, pe suljettu
puh. 044 561 4927
toimisto@ksmuisti.fi

Outi Ronkainen puh. 044 561 4926
Ulla Halonen puh. 044 061 4928
Marianna Ikonen puh. 040 486 7973
torstaisin

www.ksmuisti.fi

MUISTIYHDISTYS MUUTTAA!

Uusi osoite 5.3.2018 alkaen on Rauhankatu 1, 40100 Jyväskylä.

