

The background of the entire page is a warm, orange-toned image of autumn leaves, likely maple leaves, with some leaves showing signs of being eaten by insects. The leaves are scattered across the top and sides, with a soft focus effect.

Toiminta Jyväskylässä syksy 2025

Tervetuloa mukaan!



**Keski-Suomen
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Keski-Suomi

YHTEINEN TOIMINTA MUISTISAIRAUTEEN SAIRASTUNEILLE SEKÄ LÄHEISILLE

Toimintaan osallistuminen ei edellytä yhdistyksen jäsenyyttä. Muisti- ja muistinvirkistysryhmien osalta ohjaajat ovat henkilökohtaisesti yhteydessä aloituspäivämääristä ilmoittautuneisiin. **Tervetuloa mukaan!**



Yhdistyksen toimitilat: Rauhankatu 1, 40100 Jyväskylä

Muistiyhdistys tutuksi

Kerran kuukaudessa tiistaisin klo 16.30–17.30 yhdistyksen tiloissa.

Muistiyhdistys tutuksi -tunti on tarkoitettu muistisairauteen sairastuneille ja heidän läheisilleen sekä henkilöille, joille yhdistyksen toiminta ei ole ennestään tuttua. Yhdistyksen työntekijä kertoo toiminnasta.

Syksyn 2025 päivämäärät: 12.8., 9.9., 7.10., 18.11. ja 16.12.

Lisätiedot: Minna, p. 044 061 4928

Jyväskylän muistiryhmä

Kerran kuukaudessa keskiviikkoisin klo 13–14.30 yhdistyksen tiloissa.

Onko sinulla tai läheiselläsi todettu muistisairaus? Muistiryhmässä tapaat samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia ihmisiä vaihtelevan toiminnan merkeissä. Ryhmää ohjaa muistiluotsi. Muistisairauteen sairastuneille ja läheisille erilliset ryhmät.

Ilmoittautuminen ja lisätiedot:

Lea, p. 044 561 4926 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

Palokan muistiryhmä

Kerran kuukaudessa maanantaisin klo 13–14.30 Palokan kirjastolla.

(Koivutie 5). Onko sinulla tai läheiselläsi todettu muistisairaus? Muistiryhmässä tapaat samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia ihmisiä vaihtelevan toiminnan merkeissä. Ryhmää ohjaa muistiluotsi.

Ilmoittautuminen ja lisätiedot:

Lea, p. 044 561 4926 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

Työikäisenä muistisairauteen sairastuneiden ja läheisten vertaisryhmät

Kerran kuukaudessa maanantaisin klo 16–17.30 yhdistyksen tiloissa.

Kokemusten vaihtoa, tietoa ja virkistystä vaihtelevan toiminnan merkeissä alle 70-vuotiaana muistisairauteen sairastuneille ja heidän läheisilleen. Ryhmään voit tulla yhdessä tai erikseen. Yhteisten kahvitteluiden jälkeen muistisairauteen sairastuneet ja läheiset jakaantuvat eri tiloihin keskusteluun ja toimintaan. Ryhmiä ohjaavat muistiluotsit.

Ilmoittautuminen ja lisätiedot:

Sari, p. 040 847 4650 tai Lea, p. 044 561 4926, tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

Tikkakosken muistikahvila

To 23.10. klo 13-15 kirkon tiloissa (Kirkkokatu 18).

Tule keskustelemaan, virkistymään ja saamaan tietoa kahvittelun lomassa. Mukana muistiluotsi.

Ilmoittautuminen 20.10. mennessä:

Lea, p. 044 561 4926 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

Toivemusiikkituokiot

Kuunnellaan yhdessä toivekappaleita ja keskustellaan musiikin herättämistä ajatuksista. **Tuokiot yhdistyksen tiloissa. Ke 1.10. klo 13-14.30** teemana elokuvamusiikki ja **ke 10.12. klo 13-14.30** teemana joululaulut. Mukaan mahtuu 10 osallistujaa. **Ilmoittautuminen viimeistään viikko ennen tuokiota:**

Lea, p. 044 561 4926 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

TOIMINTA MUISTISAIRAUTEEN SAIRASTUNEILLE

Muistinvirkistysryhmä

Kahden viikon välein tiistaisin klo 10-11.30 yhdistyksen tiloissa.

Ryhmä alkavaa muistisairautta sairastaville henkilöille. Kokemusten vaihtoa, tietoa ja virkistystä vaihtelevan toiminnan merkeissä.

Ilmoittautuminen ja lisätiedot:

Lea p. 044 561 4926 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

Naisten muistinvirkistysryhmät

Kahden viikon välein torstaisin klo 10-11.30 sekä 13-14.30 yhdistyksen tiloissa.

Kokemusten vaihtoa, tietoa ja virkistystä vaihtelevan toiminnan merkeissä muistisairauteen sairastuneille naisille. Ryhmää ohjaa muistiluotsi.

Ilmoittautuminen ja lisätiedot:

Sini, p. 040 594 0954 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

Miesten muistinvirkistysryhmä

Kahden viikon välein tiistaisin klo 13-14.30 yhdistyksen tiloissa.

Kokemusten vaihtoa, tietoa ja virkistystä vaihtelevan toiminnan merkeissä muistisairauteen sairastuneille miehille. Ryhmää ohjaa muistiluotsi.

Ilmoittautuminen ja lisätiedot:

Lea, p. 044 561 4926 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

TOIMINTA OMAISILLE JA LÄHEISILLE

Omaisklubi

Kerran kuukaudessa tiistaisin klo 14-15.30 yhdistyksen tiloissa.

Muistisairaiden omaishoitajille ja muille läheisille tauko arjen keskellä; kokemusten vaihtoa, tietoa ja virkistystä. Ryhmää ohjaa muistiluotsi.

Syksyn 2025 päivämäärät: 12.8., 9.9., 7.10., 18.11. ja 16.12.

Ilmoittautuminen: Minna, p. 044 061 4928 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

KAIKILLE AVOIN TOIMINTA

Muistikahvila

Kaikille avoin kahvila **arkimaanantaisin klo 13–14.30 yhdistyksen tiloissa 18.8.2025 alkaen**. Kahvilassa keskustellaan vapaamuotoisesti, kahvila ei ole ohjattua ryhmätoimintaa. Ei vaadi ilmoittautumista.

Lisätietoja: p. 044 561 4927 tai toimisto@ksmuisti.fi

Kulttuurikerho

Kerran kuukaudessa keskiviikkoisin klo 10–11.30 yhdistyksen tiloissa.

Kaikille kulttuurista kiinnostuneille. Ryhmää ohjaa yhdistyksen vapaaehtoinen. **Syksy 2025:** 27.8., 24.9., 29.10., 26.11., joulukuun tapaaminen sovitaan erikseen.

Lisätietoja: Maire, p. 040 744 1462

TAPAHTUMAT

Luennot

Voit osallistua etäkatsomoon yhdistyksen tiloissa Jyväskylässä tai seurata luentoa omalta laitteeltasi Teams-yhteydellä. **Ilmoittautuminen viimeistään luentoa edeltävänä arkipäivänä:** p. 044 061 4928 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

- Tunteet ja itsemyötätunto ke 3.9. klo 16–17.30
- Mitä uutta tutkimus on tuonut muistisairauksien hoitoon? Ma 15.9. klo 17–18.30
- 72 tuntia varautuminen kotona to 18.9. klo 16.30–18
- Muistisairautta sairastavien perhehoito Keski-Suomessa ti 11.11. klo 16.30–18

Muistiviikon aamukahvit

Pe 19.9. klo 10–12 yhdistyksen tiloissa (Rauhankatu 1). Toiminnan esittelyä, kahvitarjoilu. Ei vaadi ilmoittautumista. **Lisätiedot:** Minna, p. 044 061 4928

Joulujuhla

To 4.12.2025 klo 16–17.30 Kansalaistoiminnan keskus Mataran Matara-salissa (Matarankatu 6 A1, 40100 Jyväskylä). **Ilmoittautuminen viim. 27.11. ja lisätiedot:** Minna p. 044 061 4928 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

YHTEYSTIEDOT

Ohjaus ja neuvonta

Muistiluotseiltamme on mahdollisuus saada maksutonta ohjausta ja neuvontaa muistiasioissa. Yhteyttä voit ottaa puhelimitse, sähköpostitse, kotisivujen chatin tai sähköisen yhteydenottolomakkeen kautta. Voimme sopia myös henkilökohtaisen tapaamisajan yhdistyksen tiloihin tai etäyhteyksin.

Lisätietoja: p. 044 561 4926 tai muistiluotsi@ksmuisti.fi

Rauhankatu 1, 40100 Jyväskylä

Avoinna ma 10–15

puh. 044 561 4926 / muistiluotsi

puh. 044 061 4928 / toiminnanjohtaja

www.ksmuisti.fi

muistiluotsi@ksmuisti.fi