

# AVOIN MUISTIRYHMÄ

on tarkoitettu sinulle, joka olet hiljattain saanut muistidiagnoosin.

Avoin muistiryhmä on yhdenvertaisuutta korostava hyvän mielen ryhmä, jossa voit kohdata samassa elämäntilanteessa olevia, saada vertaistukea, tietoa aivoterveystestistä ja tukea arkeesi.

## Kevään 2020 Avoimia muistiryhmiä palvelukeskuksissa:

### Kampin palvelukeskus (os. Salomonkatu 21 B)

torstaisin klo 10–11.30 Fade 1.krs. Ryhmän jälkeen mahdollisuus yhteiseen omakustanteiseen lounaaseen.

**Lisätietoja** Jenni Turunen p. 09 310 24186 ja Merja Moilanen p. 09 310 22680

### Kinaporin palvelukeskus (os. Kinaporinkatu 7- 9)

perjantaisin klo 10-11.30 Ryhmis 4 krs.

Ryhmän jälkeen mahdollisuus yhteiseen omakustanteiseen lounaaseen.

**Lisätietoja** Saara Kallo p. 09 310 64141 ja Sara Bäckman p. 09 310 52919

### Koskelan palvelukeskus (os. Käpyläntie 11, N-talo, 1.krs)

perjantaisin klo 10–11 Kabinetti

Minnesgruppen fredagar kl.12.15-13.15 Kabinetti, Lätt stolgyrnastik. kl 13.30-14

**Lisätietoja** Tiina Laine p. 09 310 64474 ja Rebecka Lehmussaari p.09 310 50066

### Riistavuoren palvelukeskus (os. Isonnevantie 28)

tiistaisin klo 14–15.30, Ryhmätila Otso. **Lisätietoja** p. 09 310 64900

### Kannelmäen palvelukeskustoiminta (os. Urkupillintie 4)

torstaisin klo 13-14.30 Takkahuone. **Lisätietoja** p. 09 310 23389

### Roihuvuoren palvelukeskuksessa (os. Punahilkantie 16)

torstaisin klo 13.30–15.00. Ennen ryhmää mahdollisuus omakustanteiseen lounaaseen.

**Lisätietoja** Anniina Talanen p. 09 310 45125

### Laajasalon palvelukeskustoiminta (os. Rudolfintie 17-19 A-rappu)

tiistaisin klo 13-14.30. Ennen ryhmää mahdollisuus omakustanteiseen lounaaseen.

**Lisätietoja** Tarja Taimisto p. 09 310 51886

### Munkkiniemen palvelukeskuksessa (os. Laajalahdentie 30)

keskiviikkoisin klo 10- 11.30 salissa.

**Lisätietoja** Miia Meriläinen p. 09 310 44970 ja Jenni Granqvist p. 09 310 44572

### Kustaankartanon palvelukeskuksessa (os. Kivalterintie 16/ Oltermannintie 32, E-talo)

keskiviikkoisin ja torstaisin klo 11.00–12.30 E-talo pohjakerros, ryhmätila 3.

**Lisätietoja** Tytti Bäckström p. 09 310 45002

### Syystien palvelukeskuksessa (os. Takaniitynkuja 3)

maanantaisin klo 10–11.30 ryhmätila AV-tilassa.

**Lisätietoja** Kirsi Haapalainen p. 09 310 73986 (ma-ke) ja Pamela Peltonen p. 09 310 24919

**Lämpimästi tervetuloa mukaan sellaisena kuin olet!**

