



## Oulun Seudun Muistiyhdistys ry:n helmikuun tapahtumat

### **Keskusteluryhmä omaisille, joiden muistisairauteen sairastunut läheinen on siirtynyt pitkäaikaishoitoon**

**Milloin** ke, 1. helmikuuta, 13:00 – 14:30  
**Missä** Pakkahuoneenkatu 15 A 5, Oulu ([kartta](#))

### **Musaryhmä pariskunnille**

**Milloin** to, 2. helmikuuta, 13:00 – 14:30  
**Missä** Pakkahuoneenkatu 15 A 5, Oulu, Suomi ([kartta](#))  
**Kuvaus** Musaryhmä pariskunnille. Lisätietoja Maaret Meriläinen, p. 040 520 9172. Tervetuloa!

### **Miesten kuntosaliryhmä**

**Milloin** pe, 3. helmikuuta, 13:45 – 15:00  
**Missä** Lassintalon Seniorikeskus, Myllytie 4, 4. krs ([kartta](#))  
**Kuvaus** Miesten kuntosaliryhmä muistisairauteen sairastuneille. Ryhmään mahtuu 8 miestä. Ilmoittautumiset viimeistään 16.1.2017. Vapaita paikkoja voi kysellä myöhemminkin. Ryhmästä vastaa muistiluotsiohjaaja Paula Mustonen, p. 044 524 2955. Ryhmä kokoontuu ulko-ovella klo 13.45.

### **Muistikaveri-koulutus**

- Milloin** ma, 6. helmikuuta, 10:00 – 16:00
- Missä** Kumppanuuskeskuksen Asema-kokoustila ([kartta](#))
- Kuvaus** Muisti-KaVeRi on koulutettu vapaaehtoinen, joka voi tarjota muistisairaille tukea omannäköisen elämän jatkumiseen ja arvokkaan elämän kokemiseen. Muisti-KaVeRi voi toimia esimerkiksi muistisairaana ihmisen kalakaverina, teatterikaverina, tanssikaverina, hiihtokaverina, lenkkikaverina, kauppakaverina - tai ihan vain kaverina yhteisen ajan jakamiseen. Kaikilla yhdistyksemme muistivapaaehtoisilla on mahdollisuus osallistua Muistikaveri-koulutukseen, mikä antaa hyvän tieto-/taitopohjan vapaaehtoisena toimimiseen yhdistyksessämme. Koulutukseen sisältyy kahvit ja lounas. Koulutus on osallistujille maksuton. Koulutuksen jälkeen voi päättää, lähteekö mukaan toimintaan. Ilmoittautuminen 27.1. mennessä p. 044 784 8434/Minna tai [minna.kaltio@osmy.fi](mailto:minna.kaltio@osmy.fi)

### **Musiikkiryhmä muistisairaille**

- Milloin** ma, 6. helmikuuta, 13:30 – 15:00
- Missä** Pakkahuoneenkatu 15 A 5, 3. krs, Oulu, Suomi ([kartta](#))
- Kuvaus** Ryhmä on tarkoitettu muistisairaille ihmisille. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa. Ilmoittautumiset ja lisätiedustelut Paula Mustonen p. 044 425 2955.

### **Muistikaveri-koulutus**

- Milloin** ti, 7. helmikuuta, 09:00 – 15:00
- Missä** Kumppanuuskeskuksen Asema-kokoustila ([kartta](#))
- Kuvaus** Muisti-KaVeRi on koulutettu vapaaehtoinen, joka voi tarjota muistisairaille tukea omannäköisen elämän jatkumiseen ja arvokkaan elämän kokemiseen. Muisti-KaVeRi voi toimia esimerkiksi muistisairaana ihmisen kalakaverina, teatterikaverina, tanssikaverina, hiihtokaverina, lenkkikaverina, kauppakaverina - tai ihan vain kaverina yhteisen ajan jakamiseen. Kaikilla yhdistyksemme muistivapaaehtoisilla on mahdollisuus osallistua Muistikaveri-koulutukseen, mikä antaa hyvän tieto-/taitopohjan vapaaehtoisena toimimiseen yhdistyksessämme. Koulutukseen sisältyy kahvit ja lounas. Koulutus on osallistujille maksuton. Koulutuksen jälkeen voi päättää, lähteekö mukaan toimintaan. Ilmoittautuminen 27.1. mennessä p. 044 784 8434/Minna tai [minna.kaltio@osmy.fi](mailto:minna.kaltio@osmy.fi)

### **Hymyhuulet, hyvän tuulen virtaryhmä**

**Milloin** ke, 8. helmikuuta, 13:30 – 15:00

**Missä** Pakkahuoneenkatu 15 A 5, 3. krs, Oulu, Suomi ([kartta](#))

**Kuvaus** Hymyhuulet, hyvän tuulen virtaryhmä muistisairauteen sairastuneille. Tule mukaan iloitsemaan yhdessäolosta. Tehdään yhdessä virkistäviä aivovireharjoitteita, pelataan erilaisia pelejä, lauletaan ja nautitaan hyvät päiväkahvit. Ilmoittautumiset/lisätietoja 1.2.2017 mennessä muistiluotsiohjaaja Paula Mustonen p. 044 425 2955. Ryhmään otetaan kahdeksan osallistujaa.

### **Miesten kuntosaliryhmä**

**Milloin** pe, 10. helmikuuta, 13:45 – 15:00

**Missä** Lassintalon Seniorikeskus, Myllytie 4, 4. krs ([kartta](#))

**Kuvaus** Miesten kuntosaliryhmä muistisairauteen sairastuneille. Ryhmään mahtuu 8 miestä. Ilmoittautumiset viimeistään 16.1.2017. Vapaita paikkoja voi kysellä myöhemminkin. Ryhmästä vastaa muistiluotsiohjaaja Paula Mustonen, p. 044 524 2955. Ryhmä kokoontuu ulko-ovella klo 13.45.

### **Ooppera Neljäntienristeys**

**Milloin** pe, 10. helmikuuta, 19:00 – 20:00

**Missä** Oulun Kaupunginteatteri, Kaarlenväylä 2, Oulu, Suomi ([kartta](#))

**Kuvaus** Hinta yhdistyksen jäsenille 30 €, eläkeläisille 41,50 €, normaali 46,50 €, opiskelijat, nuoret ja työttömät 19,50 €. Hinta sisältää teatterilipun ja väliaikakahvit. Lippujen varaus ja maksu viimeistään 24.01.2017 joko yhdistyksen tilille FI45 2050 1800 0325 11 tai toimistolle, Pakkahuoneenkatu 15 A 5, 3.krs. Puh. 044 033 2992.

### **Musiikkiryhmä muistisairaille**

**Milloin** ma, 13. helmikuuta, 13:30 – 15:00

**Missä** Pakkahuoneenkatu 15 A 5, 3. krs, Oulu, Suomi ([kartta](#))

**Kuvaus** Ryhmä on tarkoitettu muistisairaille ihmisille. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa. Ilmoittautumiset ja lisätiedustelut Paula Mustonen p. 044 425 2955.

### **Ystävänpäiväkahvittelut**

**Milloin** ti, 14. helmikuuta, 12:00 – 13:30

**Missä** Pakkahuoneenkatu 15 A 5, Oulu, Suomi ([kartta](#))

**Kuvaus** Luvassa mukavaa ohjelmaa ja makoisat kahvit. Kaikille avoin tilaisuus. Tervetuloa!



### **Musaryhmä pariskunnille**

**Milloin** to, 16. helmikuuta, 13:00 – 14:30

**Missä** Pakkahuoneenkatu 15 A 5, Oulu, Suomi ([kartta](#))

**Kuvaus** Musaryhmä pariskunnille. Lisätietoja Maaret Meriläinen, p. 040 520 9172. Tervetuloa!

### **Tyrnävän Muistikahvila**

**Milloin** to, 16. helmikuuta, 13:30 – 15:00

**Missä** Pappila, Vanhatie, Tyrnävä ([kartta](#))

**Kuvaus** Muistikahvilassa saat tietoa, muistista, ajankohtaisista aiheista ja tapaat tuttuja sekä tuntemattomia. Mukana kunnan muistihoitaja Sirpa Haapakorva. Tervetuloa!

### **Miesten kuntosaliryhmä**

**Milloin** pe, 17. helmikuuta, 13:45 – 15:00

**Missä** Lassintalon Seniorikeskus, Myllytie 4, 4. krs ([kartta](#))

**Kuvaus** Miesten kuntosaliryhmä muistisairauteen sairastuneille. Ryhmään mahtuu 8 miestä. Ilmoittautumiset viimeistään 16.1.2017. Vapaita paikkoja voi kysellä myöhemminkin. Ryhmästä vastaa muistiluotsiohjaaja Paula Mustonen, p. 044 524 2955. Ryhmä kokoontuu ulko-ovella klo 13.45.

### **Muistisairauteen sairastuneille tarkoitettu ryhmä / LIMINKA**

**Milloin** ma, 20. helmikuuta, 13:30 – 15:00

**Missä** Srk-talo, Pappilantie 6, Liminka ([kartta](#))

**Kuvaus** Omaishoitajien ryhmän ohessa toimiva muistisairauteen sairastuneille tarkoitettu ryhmä.

### **Musiikkiryhmä muistisairaille**

**Milloin** ma, 20. helmikuuta, 13:30 – 15:00

**Missä** Pakkahuoneenkatu 15 A 5, 3. krs, Oulu, Suomi ([kartta](#))

**Kuvaus** Ryhmä on tarkoitettu muistisairaille ihmisille. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa. Ilmoittautumiset ja lisätiedustelut Paula Mustonen p. 044 425 2955.

### **Musiikkiryhmä muistisairaille henkilöille / KEMPELE**

**Milloin** ti, 21. helmikuuta, 13:00 – 14:30

**Missä** Keskustan srk-talo, Tiilitie 1, Kempele ([kartta](#))

### "Tietoa muistisairauksista" -luento

Milloin	ti, 21. helmikuuta, 17:00 – 19:00
Missä	Keskustan seurakuntatalo, Isokatu 17, Oulu, Suomi ( <a href="#">kartta</a> )
Kuvaus	Luennoitsijana geriatri Maija-Helena Keränen

### Järjestöpiste Kaiku/OYS

Milloin	ke, 22. helmikuuta, 08:30 – 11:30
Missä	OYS:n B1-aula ( <a href="#">kartta</a> )
Kuvaus	Järjestöpiste Kaiku on Pohjois-Pohjanmaan sosiaali- ja terveysturvayhdistyksen Järjestöt sairaalassa -hankkeen toimintaa. Hankkeen toiminnassa on mukana Oulun yliopistollinen sairaala, Oulun ammattikorkeakoulu ja yli 30 sosiaali- ja terveystalouden järjestöä. Pisteessä on: - mahdollisuus kahdenkeskiseen keskusteluun - tapahtumia ja teemapäiviä - ohjausta järjestöjen toimintaan - järjestöjen esittelypäiviä – vapaaehtoistoimintaa

### Hymyhuulet, hyvän tuulen virtaryhmä

Milloin	ke, 22. helmikuuta, 13:30 – 15:00
Missä	Pakkahuoneenkatu 15 A 5, 3. krs, Oulu, Suomi ( <a href="#">kartta</a> )
Kuvaus	Hymyhuulet, hyvän tuulen virtaryhmä muistisairauteen sairastuneille. Tule mukaan iloitsemaan yhdessäolosta. Tehdään yhdessä virkistäviä aivovireharjoitteita, pelataan erilaisia pelejä, lauletaan ja nautitaan hyvät päiväkahvit. Ilmoittautumiset/lisätietoja 1.2.2017 mennessä muistiluotsiohjaaja Paula Mustonen p. 044 425 2955. Ryhmään otetaan kahdeksan osallistujaa.

### Runohetki

Milloin	to, 23. helmikuuta, 13:00 – 14:30
Missä	Pakkahuoneenkatu 15 A 5, Oulu, Suomi ( <a href="#">kartta</a> )
Kuvaus	Tule viihtymään yhteiseen runohetkeen. Halutessasi voit tuoda mukanasasi oman tai lempirunosi. Kahvitarjoilut!

### Musiikkiryhmä muistisairaille

Milloin	ma, 27. helmikuuta, 13:30 – 15:00
Missä	Pakkahuoneenkatu 15 A 5, 3. krs, Oulu, Suomi ( <a href="#">kartta</a> )
Kuvaus	Ryhmä on tarkoitettu muistisairaille ihmisille. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa. Ilmoittautumiset ja lisätiedustelut Paula Mustonen p. 044 425 2955.

### **Kaukovainion Muistikahvila**

- Milloin** ma, 27. helmikuuta, 14:00 – 15:30
- Missä** Iloa arkeen pysäkki, Merikotkantie 1, 90250 Oulu ([kartta](#))
- Kuvaus** Muistikahvilassa kokoonnutaan yhdessä kahvikupposen ääreen. Sieltä saat tietoa muistista, erilaisista ajankohtaisista aiheista, tapaa tuttuja ja tuntemattomia. Muistikahvila toimii Ilonpisara hankkeen kanssa. Lisätietoja Paula Mustonen p. 044 425 2955.

### **Omaisten ilta**

- Milloin** ma, 27. helmikuuta, 17:00 – 18:30
- Missä** Pakkahuoneenkatu 15 A 5, 2. krs, Oulu ([kartta](#))
- Kuvaus** Tervetuloa!

### **Retki Turkan ratsurinteelle Sanginsuuhun**

- Milloin** ti, 28. helmikuuta, 10:00 – 14:00
- Missä** Turkan Ratsurinne, Turkanrinne, Oulu, Suomi ([kartta](#))
- Kuvaus** Retkellä on kaksi tuntia toimintaa tallilla, jossa saa harjata hevosia. Lisäksi pääsee rekiajelulle sekä halutessaan saa myös talutusratsastusta. Retken omavastuu 5 €/henkilö. Sisältäen matkat, opastuksen ja kahvituksen paikan päällä. Retken järjestää RAIMO-hanke. Ilmoittautuminen 11.5. mennessä yhdistyksen toimistoon Sailalle puh. 044 033 2992 tai yhdistys@osmy.fi Tarkka aikataulu varmistuu myöhemmin.

### **Muistisairauteen sairastuneille ja heidän omaisilleen yhtä aikaa kokoontuvat ryhmät / li**

- Milloin** ti, 28. helmikuuta, 12:00 – 13:30
- Missä** Seurakuntatalo, li ([kartta](#))
- Kuvaus** Lisätietoja: diakoniatyöntekijä Sanna Karppinen p. 0407376955