



Lokakuun kuukausitiedote

Muistiyhdistyksen toimitilat ovat osoitteessa Pakkahuoneenkatu 15 A 5, 3.krs. (ellei toisin mainita), 90100 Oulu. Osaan tilaisuuksista ja ryhmistä on ilmoittautuminen. Lisätietoja saa jäsenlehdestämme Syyskellosta tai toimistolta puh. 044 033 2992 tai yhdistys@osmy.fi.

VIIKKO 40

- Ma 2.10 **Rokuan loma muistisairaille ja läheisille 2.10. – 7.10. (MTLH)**
- Kiinni Elämässä – Aivotreeniryhmä työikäisille**
Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 12.00-13.30
- Ti 3.10 **Lähelläsi -kurssi pariskunnille**
Muistiyhdistyksellä klo 12.00 – 15.00
- Kiinni Elämässä Miesten klubi**
Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 13.00 – 15.00
- Musiikkikerho muistisairauteen sairastuneille**
Muistiyhdistyksellä klo 13.30 – 15.00
- Ke 4.10 **Merkityksellinen arki -toimintaterapiaryhmä pariskunnille (täynnä)**
Muistiyhdistyksellä klo 10.30 – 12.30
- Kiinni Elämässä Naistenklubi**
Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 13.00 – 15.00
- Keskusteluryhmä omaisille, joiden muistisairauteen sairastunut läheinen on siirtynyt
pitkäaikaishoitoon**
Muistiyhdistyksellä klo 13.00 – 14.30
- Musiikkia muistisi iloksi -kerho KEMPELE**
Kempeleen srk-koti, Tiilitie 1, klo 13.00 – 14.30
- Pariskuntien kuntosaliryhmä**
Hiirosen hoivakodin kuntosalilla, osoitteessa Merikotkantie 5, klo 14.00 – 15.30
- Vapaaehtoisten iltapäiväkahvit**
Muistiyhdistyksellä klo 15.00 – 16.30

To 5.10 **Yhdessä eteenpäin -vuorovaikutusryhmä pariskunnille**

Muistiyhdistyksellä klo 10.00 – 11.30



Suomi 100 -yhteislaulutilaisuus

Keskustan seurakuntatalolla, osoitteessa Isokatu 17, klo 13.00 – 14.30



Pe 6.10 **Voimaa ja tasapainoa -ryhmä pariskunnille**

Raksilan uimahallin liikuntasalissa klo 10.00 – 11.00

Pariskuntien luontoliikuntaryhmä

Koitelissa, klo 12.30 – 16.30

Yhdessä kohti aivoterveyttä -kurssi OULU

Oulu, Pohjankartano, luentosali 2, klo 13.30 – 15.30

Miesten kuntosaliryhmä muistisairauteen sairastuneille

Myllytie 4, 4.krs, Lassintalon seniorikeskus, klo 14.00 – 15.00

VIKKO 41

Ma 9.10 **Musiikin tahtiin –liikuntaryhmä pariskunnille**

Oulu, Intiön kasarmin liikuntasali, Upseerinkatu 4, klo 10.00 – 11.30

Kiinni Elämässä – Aivotreeniryhmä työikäisille

Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 12.00-13.30

Tehdään yhdessä –naisten ryhmä muistisairauteen sairastuneille ja muille kiinnostuneille

Muistiyhdistyksellä klo 13.30 - 15.00

Aivorassi ryhmä (täynnä)

Klubitalo Pönnkä, osoitteessa Saunaranta 12, klo 14.00 – 15.00

Muhoksen muistikahvila

Töllintie 8, päiväkeskus, klo 14.00 – 15.30

Ti 10.10 **Lähelläsi -kurssi pariskunnille**

Muistiyhdistyksellä klo 12.00 – 15.00

Kiinni Elämässä Miesten klubi

Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 13.00 – 15.00

Musiikkikerho muistisairauteen sairastuneille

Muistiyhdistyksellä klo 13.30 – 15.00

Kiimingin muistikahvila, mukavasti muistista: Maarit Lampela

Senioritalo, Terveystie 3, klo 13.00 – 15.00

Kiinni Elämässä – Läheisten vertaistapaaminen

Muistiyhdistyksellä, 2.krs. klo 17.00 – 19.00

Ke 11.10 **Merkityksellinen arki -toimintaterapiaryhmä pariskunnille (täynnä)**

Muistiyhdistyksellä klo 10.30 – 12.30

Kiinni Elämässä Naistenklubi

Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 13.00 – 15.00

Hymyhuulet -miesten ryhmä

Muistiyhdistyksellä klo 13.30 – 15.00

Pariskuntien kuntosaliryhmä

Hiirosen hoivakodin kuntosalilla, osoitteessa Merikotkantie 5, klo 14.00 – 15.30

Tapaaminen aikuisille lapsille, joilla vanhempi sairastunut muistisairauteen

Muistiyhdistyksellä 2.krs. klo 17.00 – 19.00

To 12.10

Laula kanssain -musiikkiryhmä pariskunnille

Muistiyhdistyksellä klo 13.00 – 14.30

Yhdessä kohti aivoterveyttä -kurssi HAUKIPUDAS

Haukipudas, Keskuskuja 3, Opiston tietotila 13.00 – 15.00

Tyrnävän muistikahvila

Mankilantie 1, Seurakuntatalo, klo 13.30 – 15.00

Mielen hyvinvoinnin silta -ryhmä omaisille

Muistiyhdistyksellä 2.krs. klo 14.00 – 15.30

Pe 13.10

Voimaa ja tasapainoa -ryhmä pariskunnille

Raksilan uimahallin liikuntasalissa klo 10.00 – 11.00

Miesten kuntosaliryhmä muistisairauteen sairastuneille

Myllytie 4, 4.krs, Lassintalon seniorikeskus, klo 14.00 – 15.00

Yhdessä kohti aivoterveyttä -kurssi OULU

Oulu, Pohjankartano, luentosali 2, klo 13.30 – 15.30

VIKKO 42

Ma 16.10

Musiikin tahtiin –liikuntaryhmä pariskunnille

Oulu, Intiön kasarmin liikuntasali, Upseerinkatu 4, klo 10.00 – 11.30

Kiinni Elämässä – Aivotreeniryhmä työikäisille

Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 12.00-13.30

Tehdään yhdessä –naisten ryhmä muistisairauteen sairastuneille ja muille kiinnostuneille

Muistiyhdistyksellä klo 13.30 - 15.00

Aivorassi ryhmä (täynnä)

Klubitalo Pönnkä, osoitteessa Saunaranta 12, klo 14.00 – 15.00

Ti 17.10

Lähelläsi -kurssi pariskunnille

Muistiyhdistyksellä klo 12.00 – 15.00

Kiinni Elämässä Miesten klubi

Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 13.00 – 15.00

Musiikkikerho muistisairauteen sairastuneille

Muistiyhdistyksellä klo 13.30 – 15.00

Haukiputaan muistikahvila

Kirkkotie 10, Seurakuntakeskus, Frosteruksen Sali 13.30 – 15.00

Ke 18.10

Lähelläsi -kurssin päätösloma 18. – 20.10**Merkityksellinen arki -toimintaterapiaryhmä pariskunnille (täynnä)**

Muistiyhdistyksellä klo 10.30 – 12.30

Kiinni Elämässä Naistenklubi

Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 13.00 – 15.00

Pyhäjoen muistikahvila

Kirjasto, Ruukintie 1, klo 13.00 – 14.30

Pariskuntien kuntosaliryhmä

Hiirosen hoivakodin kuntosalilla, osoitteessa Merikotkantie 5, klo 14.00 – 15.30

Tietoa muistisairauksista -yleisöluento (Maija-Helena Keränen, geriatri)

Keskustan seurakuntatalo, Isokatu 17 klo 17.00 – 18.30

Aivoterveyslähettäläskoulutus

Aleksinkulma, Aino-Sali, Aleksanterinkatu 9, klo 9.00 – 15.00

Runohetki

Muistiyhdistyksellä klo 13.00 – 14.30

Limingan muistikahvila

Limingan kirjasto, Liminganraitti 5, klo 13.00 – 14.30

Miesten kuntosaliryhmä muistisairauteen sairastuneille

Myllytie 4, 4.krs, Lassintalon seniorikeskus, klo 14.00 – 15.00



To 19.10

Pe 20.10

VIKKO 43

Ma 23.10

Musiikin tahtiin –liikuntaryhmä pariskunnille

Oulu, Intiön kasarmin liikuntasali, Upseerinkatu 4, klo 10.00 – 11.30

Kiinni Elämässä – Aivotreeniryhmä työikäisille

Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 12.00-13.30

Limingan muistisairaiden ryhmä

Limingan seurakuntatalolla, Pappilantie 6, klo 13.30 – 15.00

Ti 24.10

Kiinni Elämässä Miesten klubi

Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 13.00 – 15.00

Ke 25.10

Kiinni Elämässä Naistenklubi

Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 13.00 – 15.00

Hymyhuulet -miesten ryhmä

Muistiyhdistyksellä klo 13.30 – 15.00

Pariskuntien kuntosaliryhmä

Hiirosen hoivakodin kuntosalilla, osoitteessa Merikotkantie 5, klo 14.00 – 15.30

To 26.10

Laula kanssain -musiikkiryhmä pariskunnille

Muistiyhdistyksellä klo 13.00 – 14.30

Mielen hyvinvoinnin silta -ryhmä omaisille

Muistiyhdistyksellä 2.krs. klo 14.00 – 15.30

Pe 27.10

Omaisten retki Rokualle

Rokua Health & Spa -kylpylässä, klo 8.00 – 17.30

Voimaa ja tasapainoa -ryhmä pariskunnille

Raksilan uimahallin liikuntasalissa klo 10.00 – 11.00

VIKKO 44

Ma 30.10

Musiikin tahtiin –liikuntaryhmä pariskunnille

Oulu, Intiön kasarmin liikuntasali, Upseerinkatu 4, klo 10.00 – 11.30

Kiinni Elämässä – Aivotreeniryhmä työikäisille

Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 12.00-13.30

Mielen hyvinvoinnin ryhmä pariskunnille

Muistiyhdistyksellä klo 13.30 – 15.00

Aivorassi ryhmä (täynnä)

Klubitalo Pönnkä, osoitteessa Saunaranta 12, klo 14.00 – 15.00

Kaukovainion muistikahvila

Iloa arkeen pysäkki, Merikotkantie 1, klo 14.30 – 16.00

Omaisten ilta

Muistiyhdistyksellä klo 17.00 – 19.00

Ti 31.10

Kiinni Elämässä Miesten klubi

Muistiyhdistyksellä 2.krs klo 13.00 – 15.00

Musiikkikerho muistisairauteen sairastuneille

Muistiyhdistyksellä klo 13.30 – 15.00