

HELSINGIN MUISTIYHDISTYS

# HELSINGIN MUISTIYHDISTYS



**Helsingin  
Muistiyhdistys ry**  
Muistiliiton jäsen

# Yhdistys

Helsingin Muistiyhdistys on perustettu vuonna 1986. Ajankukaiset toimitilat sijaitsevat Terveyspuistossa Ruskeasuolla ja lisäksi toimintaa järjestetään eri puolilla Helsinkiä. Yhdistys on valtakunnallisen Muistiliiton jäsen. Yhdistyksen toimintaa ohjaavat jäsenkokoukset sekä hallitus.

## Toiminnan tarkoitus

Yhdistyksen tarkoituksena on kehittää muistisairaiden ja heidän läheistensä monipuolisia palveluja, edunvalvontaa ja niihin liittyvää tiedottamista, neuvontaa ja muistisairauksien ennaltaehkäisyä.

---

## Päivätoiminta

Päivätoiminta on ennaltaehkäisevää ja kuntoutumista tukevaa toimintaa, jolla edistetään kotona asuvien muistisairaiden fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä sekä sosiaalisia suhteita.

Muistisairaiden päivätoimintaan voi hakea Helsingin kaupungin Seniori-infon kautta.

Palveluun kuuluu mm. edestakainen ryhmäkuljetus, ateriat sekä monipuolinen ohjelma.

Päivätoimintaa järjestetään maanantaista perjantaihin.

Päivätoimintaan voi osallistua myös lyhytaikaisesti omalla kustannuksella.

# Jäseneksi liittyminen

Yhdistyksen jäseneksi voi liittyä yksityinen henkilö ja kannattajajäseneksi myös yhteisö. Vuonna 2020 jäsenmaksu on 40€/vuosi. Kannattajajäsenmaksu on 400€. Jäsenmaksu sisältää yhdistyksen Synapsi-lehden ja Muistiliiton Muisti-lehden.

---

## Vertaistukiryhmät

Yhdistys järjestää vertaistukiryhmiä muistisairaiden läheisille joka toinen maanantai-iltapäivä sekä työssäkäyville läheisille torstai-iltaisin kerran kuukaudessa.

---

## Muistiluotsi

Muistiluotsi on muistisairauksien asiantuntija- ja tukikeskus, jossa vahvistetaan muistisairauksiin liittyvää vapaaehtois- ja vertaistointia sekä varmistetaan muistisairaiden äänen kuuluminen.

Helsingin ja Itä-Uudenmaan Muistiluotsin toimintamuotoja ovat:

- liikunta- ja aivo-treeniryhmät
  - vapaaehtoistoiminta
  - Muistiaktiivit-ryhmä
- 

## Muistineuvonta

Yhdistyksen muistineuvojalta saa tietoa eri muistisairauksiin liittyen. Hän auttaa myös mm. edunvalvonta- ja hoitotahtoasioissa. Henkilökohtaiseen tapaamiseen voi varata ajan joko toimistolle tai sopia kotikäynnin.

# YHTEYSTIEDOT

Helsingin Muistiyhdistys ry

Terveyspuisto  
Tenholantie 12, 2. krs  
00280 Helsinki

Puhelin  
09 454 2750

Fax  
09 4542 7530

Sähköposti [toimisto@alzhki.fi](mailto:toimisto@alzhki.fi)  
Kotisivut [www.alzhki.fi](http://www.alzhki.fi)



Helsingin Muistiyhdistys ry



@alzhki



helsinginmuistiyhdistys

## Yhdistyksen muut numerot:

Toiminnanjohtaja  
040 589 2776

Päivätoiminta  
09 4542 7533/  
044 705 6054

Päivätoiminnan vastaava  
ohjaaja 040 902 2253

Vapaaehtoistyö/Omaisat  
044 770 9121

Toimisto  
09 454 2750

Alle 65-v päivätoiminta  
040 902 2254 (ke-to)

Muistineuvonta  
040 902 2250

Liikunta- ja aivotreeniryhmät  
044 765 3999

