VANTAAN MUISTIYHDISTYS RY

Hiekkaharjuntie 13 C, 01300 Vantaa (ei käyntiä)
vantaan.muistiyhdistys@kolumbus.fi
Puh. 040 726 4430

JÄSENKIRJE 5/2022

11.11.2022

Hyvä muistiyhdistyksemme jäsen

Syksy on saapunut ja lehdet varisevat sää on syksyisen epävakaa ja sateinen. Toivottavasti vältätte syysflunssan.

Korona näyttää olevan jatkossa osa elämäämme. Tällä hetkellä ei rajoituksia tapahtumiin ole. Pidetään terveysturvallisesti huolta toisistamme: käsien huolellinen peseminen ehkäisee myös muita infektioita, yskiessä ei pärskitä ympärille – eikä maskien käyttöäkään tietyissä tilanteissa tarvitse vältellä.

Yhdistyksen syyskokous pidetään **22.11.2022 klo 17.00** alkaen, kokouspaikka yhdistyksen toimisto Hiekkaharjuntie 13 C. Kokouksessa käsitellään sääntöjen määräämät asiat, mm. valitaan yhdistyksen puheenjohtaja ja hallituksen jäsenet vuodelle 2023 sekä vahvistetaan toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2023. Jäsenet voivat esittää käsiteltäviä asioita lähettämällä esityksensä yhdistyksen sähköpostiin. Tervetuloa! Kahvitarjoilu!

SYKSYN MUUTA TOIMINTAA:

Kuntosaliharjoittelu Koivukylän vanhustenkeskuksessa jatkuu joulukuulle saakka **torstaisin klo 11-12.30.** Kuntosaliharjoittelu on tarkoitettu omatoimisesti selviytyville yhdistyksemme jäsenille. Mukana voi tarvittaessa olla omainen tai ystävä avustamassa. Lisää osanottajia mahtuu ryhmään. Tervetuloa! Kuntosalilla on liikunnanohjaaja opastamassa harjoittelua kaksi kertaa kuukaudessa. Tiedustelut Tuula Heinonen puhelin **044 200 0972.**

Omaisten vertaisryhmä jatkaa myös kokoontumisia kuukauden ensimmäisenä maanantaina **5.9.2022**. Tiedustelut Tuula Heinonen puhelin **044 200 0972.**

Metropolian **Uusia säveliä etsimässä** – hankeen muistiperheryhmä aloittaa torstaisin 6.10.2022 alkaen klo 13–14.30 Simonkylän päivätoimintakeskuksessa, Simontie 5, 01300 Vantaa. Ryhmä tarjoaa musiikillista toimintaa omaishoitoperheille. Osallistuminen on maksutonta, eikä aikaisempaa kokemusta musiikista tarvita.
Tiedustelut ja ilmoittautuminen Laura Juvonen, puhelin **040 686 0550.**

Pirteitä syksyn päiviä ja hyvää joulun aikaa

Vantaan Muistiyhdistyksen hallitus