**MUISTIO**

**Kerho 03.10.2012 klo 10 Halkian Työväentalolla**:

- Osallistujia 21 (liite 10).

- Puheenjohtaja Leivoja avasi kokouksen ja toivotti Maisa Pajusen Mustijoen perusturvasta tervetulleeksi kerhoomme.

- Järjestettiin arpajaiset.

- Mustijoen perusturvasta muistihoitaja Maisa Pajunen kertoi muistiasioista ja niiden hoidosta perusturvassa mm:

Muistihoitaja Maisa Pajunen oli kerhossamme vieraana kertomassa muistiasioista ja niiden hoidosta Mustijoen perusturvassa. Lohdullisesti hän kertoi, että unohtaminen on normaalia ja opitut taidot eivät ruostu. Hälytysmerkkejä siitä, että kyse voikin olla muistisairudesta ovat mm. et muista asioita entiseen tapaan, unohdat sovittuja tapaamisia, lääkärin ohjeita, sinun on vaikea löytää oikeita sanoja, päätöksen teon vaikeus ja aloitekyvyttömyys. Mielialan ja persoonallisuuden muutokset puolestaan huomaavat läheiset helpommin kuin henkilö itse.

Myös stressi heikentää muistia ja verenpaine, kolesteroli sekä diabetes. Alkoholin liikakäyttö ja tupakointi ovat myrkkyä aivoille. Täytyy muistaa syödä monipuolisesti ja liikkua.

Muistihoitajan pakeille pääsee varaamalla itse ajan hänen kännykkänumerostaan: 040-3145 070 ja kynnys hänen luokseen on matala. Muistihoitaja ja muistipoliklinikka ovat Pornaisissa torstaisin. Muistipoliklinikalle pääsee yleislääkärin lähetteellä. Iloksemme kuulimme, että myös kotikäynnit ovat mahdollisia ja läheinen voi olla niissä mukana tarvittaessa!

Kiitimme Maisaa selkeästä ja mielenkiintoisesta esityksestä ja saimme vahvasti hänestä käsityksen, että kynnys hänen vastaanotolleen on tosiaan matala ja häntä on helppo lähestyä!

Muistihoitajan yhteystiedot löydät kotisivuiltamme alasivulta: Linkkejä ja tärkeitä yhteystietoja

- Vanhustenpäivän valtakunnallinen pääjuhla Järvenpäässä su 7.10.2012 klo 14 alkaen. Kahvitarjoilu klo 13-14 (Liite 1).

- Vie vanhus ulos- kampanja 4.10 – 6.1.2013. Aurinkomäkeläisten ulkoilutus siirtyy 4.10. klo 13, tavataan siellä (Liite 2).

- EKL:n jäsenmäärä nousi reilusti 77 000:een (Liite 3).

- Kansaneläkkeen tulorajat (Liite 4).

- Vartti- lehden Yhdistykset ja kerhot- palsta lehdessä loppunut, on vain netissä (Liite 5).

- Senioriteatterifestivaalit Tikkurilan Teatterissa 6. – 7.10.2012 (Liite 6).

- Pariboccian pm- kisat Porvoossa 17.11. Kokonhallissa.

- Kuntohaaste Mäntsälän Eläkkeensaajille esitetty. Lomakkeiden jako kerhossa haasteen suorituksia varten.

- Piirin virkistyspäivän kuulumiset/Matti ja tuloksia Kisakalliosta.

- Veikko Kippilän muistelot kunnalliskertomuksesta vuodelta 1967 Pornaisten kunnalliskodista. Veikko luovutti kunnalliskertomuksen työväen arkistoon.

- Kuulohoitaja halutaan kerhoon vieraaksi, ainakin jos kuuloauton saanti Pornaisiin ei toteudu. Sihteeri hoitaa asiaa ja tiedottaa siitä.

- Seuraavat Ikä-Infot, moniste jaossa ja ilmoitustaululle (Liite 7).

- Teatteriretki tehdään Riihimäen teatteriin 25.10. bussilla, hinta 35e/hlö. Ilmoittautumiset Leivojille.

- Yhdistyksen syyskokous pidetään ke 31.10.2012 Halkian Työväentalolla.

- Tietovisa käynnistyy ensi kerhossa 17.10. Laukkoskella. Sinne jokainen tuo yhden kysymyksen, joista arvotaan kysyttävät. Silloin arvotaan myös 3-4 miehiset sekajoukkueet. Visa viedään läpi sarjana, jokainen joukkue laatii kysymykset vuorollaan.

* Tulevat merkkipäivät:

Hilkka Lahtinen 17.10. 80v. – Ei juhli/Kortti/Iris hoitaa

Ensio Löfgren 23.10. 90v.

Katri Tammelin 21.12. 70v.

Muistion vakuudeksi:

Matti Leivoja Jorma Laukka

Puheenjohtaja Sihteeri.