

**TIETO – JA VERTAISKURSSI
MUISTISAIRAUSDIAGNOOSIN SAANEILLE JA LÄHEISILLE**

Ohjelma

Lauantai

- Klo 9.00 **Ilmoittautuminen ja aamukahvi**
- Klo 9.30 **Yhdistyksen ja kurssiohjelman esittely**
Teija Siipola, toiminnanjohtaja
- Klo 10.00 **Tutustuminen toisiin kurssilaisiin ryhmissä**
- Klo 12.00 **Lounas**
- Klo 13.00 **Yleistä muistisairauksista**
geriatrian erikoislääkäri
- Klo 13.30 **Sairauden mukana tulevia haasteita (omaiset)**
Muuttaako muistisairaus elämäämme? (sairastuneet)
- Klo 14.30 **Kahvi**
- Klo 15.00 **Muuttaako muistisairaus elämäämme? (omaiset)**
Keskustelua, yhdessäoloa, ulkoilua (sairastuneet)
- Klo 16.30 **Päivällinen**

Vapaata aikaa; lepoon, liikuntaan tai mahdollisuus kahdenkeskeiseen jutteluun henkilökunnan kanssa
- Klo 18.00–20.00 **Illanviettoa yhdessä**
Ohjaajat paikalla klo 20 saakka

Sunnuntai

Kaikille yhteinen ohjelma:

Klo 9.00 - 9.45

Aamupala

Klo 9.45

Edunvalvontavaltuus, hoitotahto ja testamentti
muistiohjaaja

Klo 10.45

Toimintakyvyn ylläpitäminen
muistiohjaaja

Klo 11.30

Liikunnasta voimaa
muistiohjaaja

Klo 12.30-13.30

Lounas

Klo 13.45

Kokemusten jakamista ja jatkosta sopiminen

Klo 14.30

Päätöskahvit

Hyvää kotimatkaa!