

TAMPEREEN RYHMÄTOIMINTA OMAISILLE

OMAISTEN RYHMÄ

Ryhmä on tarkoitettu sairastuneiden omaisille, jotka haluavat jakaa ryhmässä kokemuksia läheisen sairastumiseen liittyvistä asioista. Ryhmä kokoontuu kerran kuukaudessa iltaisin, klo 17 - 18.30.

OMAISHOITAJANA TOIMIVIEN NAISTEN VERTAISRYHMÄ

Vertaisryhmä omaishoitajana toimiville naisille. Samaan aikaan miehet voivat osallistua ohjattuun ryhmään. Kokoontumiset joka toinen keskiviikko klo 10.00 - 11.30.

OMAISHOITAJANA TOIMIVIEN MIESTEN VERTAISRYHMÄ

Vertaisryhmä omaishoitajana toimiville miehille. Samaan aikaan naiset voivat osallistua ohjattuun ryhmään. Kokoontumiset joka toinen torstai klo 10.00 - 11.30.

KUN JÄIN YKSIN – RYHMÄ OMAISILLE

Ryhmä omaisille, joiden puoliso on siirtynyt pitkäaikaishoitoon. Tukea tunteiden kohtaamiseen ja läpikäymiseen. Joka toinen maanantai klo 10.00 - 11.30.

ILOA ARKEEN

Ryhmä omaisille, jotka haluavat elämäänsä iloa ja vaihtelua. Ryhmässä tehdään osallistujien toiveiden mukaan erilaista kivaa. Tarvittaessa sairastuneen voi tuoda hoivapysäkillä. Ryhmä kokoontuu perjantaisin klo 10.00 – 12.00.

LIIKUNTA RYHMÄ

Muistiyhdistyksen ja Tampereen kaupungin yhteistyönä järjestetään muistisairaille ja omaisille yhteinen liikuntaryhmä. Ryhmä kokoontuu keskiviikkoisin Ratinassa klo 13 - 14.15. Ryhmämaksu on n. 30€/kausi. Laskutuksen hoitaa kaupunki. Ohjauksesta vastaa kaupungin liikunnanohjaajat. Ilmoittautumista ei tarvita, voit mennä suoraan Ratiinaan.

HOIVAPYSÄKKI

Huolehdimme muistisairaasta, jolloin omaiselle jää aikaa itselleen, asiointiin tai hän voi osallistua esim. Iloa arkeen ryhmään. Hoivapysäkki toimii yhdistyksen toimitiloissa perjantaisin klo 9 – 12 ja se on maksuton. Tarjolla välipala ja yhdessä tekemistä. Ilmoittautumiset saman viikon keskiviikkona.

RYHMÄ TYÖIKÄISILLE

Kysy lisää: Sirpa Kotisaari puh. 050 360 5224, sirpa.kotisaari@saunalahti.fi

TERVETULOA MUKAAN!

ILMOITTAUTUMISET JA TIEDUSTELUT:

Pirkanmaan Muistiyhdistys ry
Kalevantie 1, 33100 TAMPERE
puh. (03) 223 2344, sähköposti: muistiyhdistys@saunalahti.fi