

# Mietityttääkö muisti? Tule aivoterveysmessuille!

**18.–19.10.2023 | Kampin palvelukeskus,  
Salomonkatu 21 B | Vapaa pääsy**

## Ohjelma | Keskiviikko 18.10.

- Klo 10–11, 2. krs, juhlasali **Ravitsemus aivoterveiden edistäjänä,**  
Erjastiina Heikkinen, Sosiaali-, terveys- ja pelastustoimiala
- Klo 11.15–12.15, 2. krs, juhlasali **Edunvalvontavaltuutus,**  
Jari Jokiluhta, Helsingin muistiyhdistys ry
- Klo 13–14, 2. krs, juhlasali **Muistikahvila – Miten muistia testataan? Pitääkö olla huolissaan?**  
Jari Jokiluhta, Helsingin muistiyhdistys ry
- Klo 13–15, 2. krs, asiakastila **FloweRescue-kukkapaja**

## Ohjelma | Torstai 19.10.

- Klo 10–14, palvelukeskuksen ylä- ja alaulassa **verkostotoimijoiden esittelypöydät.**
- Klo 10–14, 2. krs, omaishoidon huone Broidi. **Läheistäsi hoivaava – tule keskustelemaan omaishoidosta.**
- Klo 10.30–11, 2. krs, juhlasali **Suun terveys ja muistisairaudet,** Rauni Pantti, suun terveydenhuolto,  
Sosiaali-, terveys- ja pelastustoimiala
- Klo 11–11.30, 2. krs, juhlasali **Liikunnan vaikutukset fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen,**  
Minna Ekman, liikuntapalvelut, Kulttuuri- ja vapaa-ajan toimiala
- Klo 11.30–12, 2. krs, juhlasali **Aivoterveiden 112 – Muistamisen taitoja,** Siiri Jaakson, Kulttuurinen  
moninaisuus – muistikeskus ry – MUKES
- Klo 12–12.30, 2. krs, juhlasali **Hyvinvointia sosiaalisista suhteista,**  
Laura Rautiainen, Vanhustyön keskusliitto
- Klo 12.30–13, 2. krs, juhlasali **Ikäntyneiden turvallisuus asuinalueilla,**  
Erja Rappe, Jere Rajaniemi, Ikäinstituutti

**Helsinki**

Messut järjestää  
Muistiystävällinen  
Helsinki-verkosto

**tapahtumat.hel.fi**