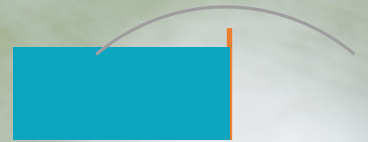


Muistikukko



2/2023

Pohjois-Savon Muistiluotsi



**Pään asiat ovat
pääasiamme**



Sisällysluettelo

Muistiluotsin kevätterveiset.....	4
Uusia kasvoja Muistiluotsilla.....	5
Riemastuttavaa teatteria miehiltä miehille	6
Runo.....	9
Lääketutkimukset.....	10
Kaikille avoimet kesätanssit.....	12
Uusi vertaistukiryhmä Helmi lisämessä.....	13
Tehtäviä.....	14
Muistojen Ladyjen kesäterveiset.....	17
Tehtävien vastaukset.....	18
Tulossa kesäretki ja kesän aukioloajat.....	19
Yhteystiedot.....	20

Pohjois-Savon Muisti ry

Hallituksen puheenjohtaja
Satu Pirskanen

Hallituksen sihteeri
Irma Purssila

Muistikukko 2/2023

Lehteä julkaisee Pohjois-Savon Muistiluotsi

Pohjois-Savon Muisti ry

Toimitus:

Pohjois-Savon Muisti ry:n työntekijät

Taitto:

Jenni Ryhänen

Lehden painos on 600 kpl

Lehteä jaetaan Pohjois-Savon Muistiluotsin toiminta-alueella yhdistyksen jäsenille, asiakkaille ja Muistiluotsin yhteistyökumppaneille.

Lehdestä ilmestyy vuonna 2023 neljä numeroa:

- helmikuu
- toukokuu
- syyskuu
- joulukuu

Aineistoa otetaan vastaan jatkuvasti.

Lehti on luettavissa myös osoitteessa psmuisti.fi

Kannen kuva Eeva-Maija Pietilä

Painopaikka Offsetpaino L. Tuovinen Ky



Muistiluotsin kevätterveiset

Kevät on edennyt nopeasti ja kesää odotellaan aurinkoisin mielin.

Muistiluotsin puolella on ollut henkilöstövaihdoksia, jotka ovat vaikuttaneet toimintaamme. Pikkuhiljaa olemme saaneet muistikahvilat ja eri ryhmät pyörimään normaaliin tapaan.

Ihana on ollut tavata jo toiminnassamme mukana olleita, mutta myös ihana on ollut huomata uusien asiakkaiden löytäneen meidät. Tulemalla rohkeasti mukaan ja käymällä eri ryhmissä tutustumassa,

uskomme, että jokaiselle löytyy se oma ryhmä, jossa on mukava käydä ja olla.

Muistikahviloita ja myös toiminnallisia ryhmiä pidetään toukokuun loppuun. Jotkin ryhmät jatkuvat vielä kesäkuun. Heinäkuussa sitten työntekijät lomailevat ja toimipisteemme Kuopiossa, Iisalmessa ja Varkaudessa ovat kiinni.

Lehden takakannesta löydät yhteistietomme. Ole rohkeasti yhteydessä, sillä olemme teitä varten.

Vietetään mukava, rentouttava ja lämmin kesä, sadepäivistä huolimatta.

Terveisin Muistiluotsit

Teksti Kaija Valta

P.S. Kiitän omasta puolestani kaikkia keväästä ja toivottelen auringonsäteistä kesää. Jään toukokuun alusta vuorotteluvapaalle ja palailen vuoden lopussa töihin. Vuorotteluvapaan sijaisena toimii Anna Liisa, jonka osa on jo tavannutkin mm. muistikahviloissa.

Kuva Eeva-Maija Pietilä

Hei, olen Anna Liisa Hamunen

Aloitin Kaijan sijaisena 2.5. Kuopion toimipisteessä. Olen kotoisin täältä Pohjois-Savosta, Kiuruvedeltä, ja asun nykyisin Siilinjärvellä.

Osa teistä onkin jo ennättänyt tavata minut Kuopion toimipisteellä sekä muutamissa Muistikahviloissa.

Otan tämän tehtävän vastaan kiitollisena, ja haluan kulkea tätä matkaa yhdessä teidän kanssanne teitä tukien ja kuunnellen.

Toivotan teidät kaikki tervetulleiksi Pohjois-Savon Muistiluotsin toimintaan ja tapahtumiin! Ollaan yhteyksissä!



Hyvää kevättä ja
tulevaa kesää teille kaikille!

Anna Liisa
Muistiluotsi, Kuopio

Moi kaikille! Olen Ida Marie Kuusinen

Aloitin Varkauden Warikolla Muistiluotsina maaliskuussa.

Muutin pari vuotta sitten Varkauteen etelästä, Helsingistä. Sitä ennen asuin vieläkin etelämpänä, Kölnissä.

Varkaus on mukava pikkukaupunki, jossa on hyvä asua. Olen kiinnostunut aivoterveys- ja muistiasioista ja tämä työ tuntuu sopivan minulle oikein mukavasti.

Haastavaa on ollut alkaa ajatella



maantieteellisesti laajasti, sillä työhön kuuluu myös monta muuta kuntaa Varkauden lisäksi: Joroinen, Leppävirta, Suonenjoki ja Rautalampi. Mutta aivoterveysasiat ovat toki tärkeitä joka puolella.

Aikaisemmissa työpaikoissani mielenterveyshoitajana ja diakonina työpaikan fyysiset rajat olivat hyvinkin pienet: Vain se oma suljettu osasto tai diakoniatyössä yksi kaupunginosa.

Alussa on aina uuden paikan haasteet, mutta uskoisin, että tulen viihtymään nykyisessä työssäni oikein hyvin. Aivoterveys on aina ajankohtainen ja tärkeä aihe. Tässä asiassa tieto ei lisää tuskaa, vaan auttaa ymmärtämään lähimmäisiä entistä paremmin. Sitä ilosanomaa haluan olla jakamassa.

Terveisin Ida Marie
Muistiluotsi, yhdistystalo Warikko

Riemastuttavaa teatteria miehiltä miehille

Kun ihminen viihtyy, kun aistit elävät aktiivisesti hetkessä, kun mieli on tiiviisti kiinni mielenkiinnon kohteessa, silloin ihminen elää flow-tilassa. Näin kävi minulle ja näin tulkitsin kanssaihmisseni kokeneen.

Tiivis läsnäolo, ilo ja herskyvä mieli leijui ympärillämme Kuopion kaupunginteatterin katsomossa, kun seurasimme näytelmää neljän miehen elämäkokemuksista, taakse jääneen nuoruuden kaipuusta, toteutumattomista unelmista.

Kaikkea tätä ryydittivät Juha Vainion laulut, joita miehet vuoroillaan tulkitsivat eläytymisen ja tunteen voimallaan: Albatrossi, Kotkan poikii ilman siipii, Vanhoja poikia viiksekkäitä jne. Laulun lisäksi oli suuri ilo seurata esityksen koreografiaa, kun miehet tanssien ilmensivät laulujen tenhoa.

Miehistä Niilo (Esko Roine) esityksen loppupuolella toteaa kaihoisin mielin: ”Tämä saari Saimaalla, sen norpat, sen hiljaisuus ja rauha, antavat minulle voimaa elää. Kun saan olla täällä ja teidän kanssanne, ystävät, olen saanut rauhan sieluuni. Kun täällä ei vaadita mitään ja voi olla oma itsensä, minulta ei puutu mitään.” Tämän Niilo paljastaa ystävilleen eloisana illan päätteeksi. Niilo oli löytänyt levon sieluunsa ja samoin paikan, missä sen levon saattoi elää todeksi. Kunpa me ihmiset kaikki osaisimme rakentaa oman sielunrauhaamme näin ja elää sitä todeksi!

Näytelmässä ”Vanhoja poikia” miehet Saimaan saarella, luonnon helmassa, yksitellen vuoron perään, paljastivat mielensä salaisuuksia. Taidokkaasti rakennetut vuorosanat, juonen käänteet, toistensa tukeminen ja erilaisuuden hyväksyminen loivat miesten välille uskomatonta herkkyyttä, josta katsojat saattoivat löytää kosketuspintaa myös omaan elämäänsä ja samaistua miesten tarinoihin. Esitys oli teatteria parhaimmillaan loistavien näyttelijöiden tulkitsemana. Esko Roineen (Niilo) lisäksi Taneli Mäkelä (Lati), Puntti

Valtonen (Arvi) ja Tuomas Uusitalo (Pekka).

Tunteista ja elämän kolhuista avoimesti puhuminen sisältää aina riskin, joka voi johtaa loukkausiin, vähättelyyn tai nimittelyyn. Tässä näytelmässä tämä vaara oli myös läsnä, mutta aina miehistä löytyi tukija ja ymmärtäjä toinen toisilleen. Näytelmän läpäisi hyväntahtoisuus ja myötäeläminen.

Kovin usein keskustelut miesten välillä kietoutuivat elämäkumppanin ympärille, joka oli ollut, mutta hylännyt, tai jota ei vielä ole kohdattu tai joka on, mutta osoittautunut eriluonteiseksi, etäiseksi.

Läheisyyden kaipuu pilkkotti toistuvasti miesten repliikistä. Harva ihminen onnistuu saamaan sitä, mitä syvimmillään kaipaa. Se oli tosiasia näytelmässä, mutta se on tosiasia myös elävässä elämässä. Siitä huolimatta elämä voi olla hyvää.

Pekalla, ryhmän nuorimmalla, oli eniten ongelmia itsensä kanssa. Pekka ei ollut koskaan onnistunut löytämään naisen läheisyyttä. Pekan yksinhuoltajaisä, Arvi, aliarvioi poikansa kykyä pärjätä elämässä. Niilo ja Lati vuorostaan tsemppasivat Pekkaa kaiken aikaa ja tästä Pekan itsetunto vahvistui. Hän ilmaisi laulamallaan laululla ”Kotkan poikii, ilman siipii” oman yksin jäämisensä ja läheisyyden kaipuun koskettavan syvällisesti.

**”Varmaa vain on, että haaveeni nuo
Täytyneet milloinkaan ei.
Kuinka nyt kaipaen ystävän luo.
Kohtalo kun kauaksi vei.”**

Niilon, Saimaan saaren isännän verkot riippuivat ladon seinustalla. Ei laskenut Niilo enää verkkoja veteen. Ei ollut syytä viritellä verkkoja sukupuuton partaalla olevan norpan kuutin hengen menoksi. Mutta ei laskenut verkkoja Niilo enää Mirjallekaan. Mirja oli vuosikymmeniä sitten tullut saareen ja Niilo toivonut, että Mirja jäisi. Mirjalle saari ja Niilo eivät riittäneet, ja hän lähti pois. Kirjeet, jotka lähdön jälkeen kirjoitettiin, olivat kaikki Niilon käsialaa ja ne Mirjalle lähettämättä jäi. Niilon tulkinta tapahtuneesta kiteytyi lauluun ”Vanhoja poikia viiksekkäitä”.

**”Tanssittu koskaan ei Nestorin häitä.
Maailma houkutti pois morsion.
Vanhojapoikia viiksekkäitä.
Mies sekä hylje kumpikin on.”**

Kuopion Muistiluotsin Altavastaajat -miestenryhmä oli katsomassa Tommi Auvisen ohjaamaa Vanhoja poikia -teatterikappaletta Kuopion

kaupunginteatterissa 14.2.

Esitys on herättänyt vuosien ajan paljon huomiota. Sen kantaesitys oli Tampereen työväenteatterissa 6.11.2018, ja se pyörii edelleen teattereissa eri puolella Suomea. Tämäkin esitys oli lähes loppuunmyyty.

Tässä ryhmämme miesten mielipiteitä esityksestä:

Jorma Kaikkonen vanhana teatterilaisena (Varkauden teatterissa 1970-luvulla) muisteli omia teatterikokemuksiaan ja kertoi kokeneensa näytelmän aikana samaistumista näyttelijöiden pariin, aivan kuin itse olisi kuulunut neljän miehen joukkoon.

Kyseessä lienee aivan sama flow-tila, josta puhuin tämän kirjoituksen alussa. Jormaa miellytti neljän vanhan pojan laulutaito, vaikka kukaan heistä ei varsinaisen ammattilaulaja ollutkaan.

Näytelmän vahva tunnelma välittyi varmasti näyttelijöihin kerta toisensa jälkeen esityksestä esitykseen, mikä luonnostaan innostaa heitäkin riemukkaisiin, autenttisiin laulujen tulkintoihin. Yleisöllä tunnelman luomisessa on suuri merkitys.

Juonen hieno rakenne myös miellytti Jormaa



Näytelmän puoliajalla Altavastaajista osa kuvassa oikealta vasemmalle: Heikki Tossavainen, Jorma Kaikkonen, Mauri Koistinen, Markku Varjoranta ja Juha Jokinen.

kuten montaa muutakin ryhmäläistämme. Juonihan oli rakennettu puhtaasti Juha Vainion laulujen sanoitusten varaan. Kunkin laulun sanat aivan kuin ensiksi elettiin miesten elämäntarinoissa. Sen jälkeen se näyttelijöistä laulun tulkitsi, jonka esittämään elämäntarinaa (rooliin) laulu osuvimmin liittyi.

Juuri tästä syntyi näytelmän vahva vire, joka vaikutti syvästi meidän katsojien mielenmaisemaan. Vielä Jorma totesi, että viimeistään tämä näytelmä teki katsojasta Junnun laulujen ystävän, vaikka ei aikaisemmin olisi säveltäjän ja sanoittajan lauluista pitänytkaan.

Juha Jokinen ryhmäläisemmämme oli tullut teatteriin vaimonsa kanssa. Juha kertoi yllättyneensä tavattomasti näytelmästä ja samoin hänen vaimonsa. Hyvin virkistävä keskipäivä teatterissa ja lämmin henki seurasi koko iltapäivän. Elämys oli sen kaltainen, että sen muistaa vielä pitkään ja mielellään muistikuviiin palaa.

Mauri Koistinen vuorostaan samaistui näytelmän saarielämään. Näytelmän tapahtumapaikkanahan oli saari Saimaalla.

Mauri kertoi, että hän on syntynyt

kirjaimellisesti Soisalonsaarella Kallaveden ja Suvasveden välissä. Tuohon aikaan kulkuyhteydet olivat niin hankalat synnytyslaitokselle, että synnytykset tapahtuivat kotona kuten Maurinkin tapauksessa.

Mauri on elänyt huomattavan osan elämästään Soisalonsaarella, joten kaikki rantaan ja veteen liittyvä on hänelle kiehtovaa ja konkreettista. Näytelmän saariinkin lipui Mauriin.


Tässä tapauksertomus Altavastaajien teatterivierailusta. Yhteenvetona saatoimme sanoa, että teatteriin kannattaa aina lähteä, kun siihen tarjoutuu luonteva mahdollisuus.

Aivoillekin näytelmän seuraaminen on hyväksi: Hyvässä näytelmässä me voimme peilata omaa elämäämme näkemäämme ja kokemaamme. Voimme jakaa kokemuksemme keskenämme ja oppia samalla ymmärtämään elämää ylipäättään ja omaa elämäämme erityisesti entistä paremmin.

Kuvat ja teksti Mauri Tiainen



Loppuaplodien räikuessa ja yleisön noustua innostuksesta seisomaan näyttämön suuntaan otettu kuva, jossa näyttelijät vielä laulavat ylimääräisen laulun "Käyn ahon laittaa, ilman paitaa" näyttämöorkesteri "Kiharakolmion" säestämänä.



Ystäväni –
tahdon kertoa sinulle
mitä 'peltopäähkämö'
opetti minulle.

Jos elämän pyörteissä
– tahallaan tai vahingossa –
meitä joku käy tyrkkimässä
– paikaltaan pois nykimässä.

Ei anneta periksi,
vaan peltopäähkämön tavoin
otetaan uusiksi.

Vaikka kuinka pienellä
elämän rönssyllä,
jonka saimme säilytellä.

Sitkeästi sisulla alkaen
itseemme luottaen
ylöspäin kurottaen
voimia uusia saaden
valmistuu elämän kukkanen.
Keralla ystävämme
taas iloita saamme.

Syksyllä 2002/ Aili Rajavaara

Haemme 30-74-vuotiaita osallistujia Alzheimer - lääketutkimukseen



Tutkimus selvittää, onko NIO752-lääkeaine turvallinen ja hyvin siedetty henkilöillä, joilla on alkava tai lievä Alzheimerin tauti. Samalla tutkitaan, voiko se vähentää aivoille haitallisen tau-proteiinin tuotantoa aivoissa.

Saatatte soveltua osallistujaksi tähän tutkimukseen, jos

- Olette 30-74-vuotias
- Teillä on alkava tai lievä lääkärin toteama Alzheimerin tauti
- Teillä on joku läheinen henkilö, joka voi tulla mukana kaikille tutkimuskäynneille

Tutkimukseen osallistuminen kestää noin 7 kuukautta.

Tutkimuslääke ja käynteihin liittyvät tutkimukset ovat tutkittaville maksuttomia. Tutkimuslääke ei korvaa mahdollisesti käytössä olevaa Alzheimer-lääkitystä, vaan aiempi lääkitys saa jatkua normaalisti.

Lisätietoja ja tutkimukseen ilmoittautuminen

Tutkimuksen toimeksiantaja on lääkeyritys Novartis Finland Oy/ Novartis Pharma AG. Tutkimuksesta vastaava henkilö Suomessa on professori Juha Rinne.

Tutkimus suoritetaan Suomessa seuraavissa tutkimuskeskuksissa, joista saatte lisätietoja:

Voitte lähettää sähköpostia tai soitella klo 13 - 15.

Leena Lukkari-Kuronen, Nurse

Study Coordinator

University of Eastern Finland | UEF | Brain Research Unit

Kuopio Campus | Mediteknia

Yliopistoranta 1C | P.O. Box 1627 | 70211 Kuopio | Finland

040 552 4075 | [leena.lukkari-kuronen\(at\)uef.fi](mailto:leena.lukkari-kuronen@uef.fi)

Irina Heikkinen, Master of Health Care

Study Coordinator

University of Eastern Finland | UEF | Brain Research Unit

Kuopio Campus | Mediteknia

Yliopistoranta 1C | P.O. Box 1627 | 70211 Kuopio | Finland

050 341 9914 | [irina.heikkinen\(at\)uef.fi](mailto:irina.heikkinen@uef.fi)



Kliininen lääketutkimus lievää muistisairautta sairastaville

Etsimme osallistujia kansainväliseen kliiniseen lääketutkimukseen, jonka tarkoituksena on selvittää, soveltuuko semaglutidi-niminen aikuistyyppin (tyypin 2) diabeteksen hoitoon käytetty lääke myös muistisairauksien hoitoon. Tutkimuksessa arvioidaan semaglutidin turvallisuutta ja vaikutuksia lumelääkkeeseen verrattuna.

Saatatte soveltua osallistujaksi tutkimukseen, mikäli:

- Olette 55-85 -vuotias
- Teillä on lievä muistitoimintojen häiriö, joka mahdollisesti ennakoii alkavaa Alzheimerin tautia, tai lievässä vaiheessa oleva Alzheimerin tauti
- Teillä on sopiva lähiomainen tai muu läheinen henkilö, joka haluaa osallistua tutkimukseen kansanne tutkittavan tukihenkilönä
- Teillä ei ole muuta vakavaa neurologista tai psykiatrista sairautta
- Teillä ei ole vakavaa munuais-, sydän- tai verisuonisairautta, syöpäsairautta tai tyyppin 1 diabetesta

Tutkimukseen kuuluu:

- Lääkärintarkastuksia, muistitestejä ja kyselyitä päivittäisten toimienne sujumisesta
- Aivojen magneetti- tai tietokonetomografiakuvaus tutkimuksen alussa
- Aivojen positroniemissiotomografiakuvaus (PET) tai selkäydinnesteenäytteen ottaminen tutkimuksen alussa amyloidin (Alzheimerin tautiin liittyvä valkuaisaine) kertymisen toteamiseksi
- Veri- ja virtsanäytteiden ottaminen useita kertoja tutkimuksen aikana

Osallistujat käyttävät tutkimuslääkitystä kaikkiaan noin kolmen vuoden ajan. Muiden lääkkeiden käyttäminen muistisairauden hoitoon on sallittua tämän tutkimuksen aikana. Tutkimukseen osallistuminen on maksutonta. Tutkimusta tehdään Suomessa kolmessa tutkimuskeskuksessa, Helsingissä, Kuopiossa ja Turussa. Tutkimuskäynneistä johtuvat kohtuulliset matkakulut korvataan.

Tutkimuksesta vastaava henkilö Suomessa on professori Juha Rinne, CRST Oy, Turku.

Jos olette kiinnostunut tutkimukseen osallistumisesta, ottakaa yhteyttä:

Lisätietoja tutkimuksesta:

Tutkimushoitaja Tarja Lappalainen
arkisin klo 13-15: 040 353 2231
sähköpostiosoite tarja.lappalainen (at) uef.fi

Tiesitkö, että tanssi on erityisen hyvää liikettä ajatellen aivoterveyttäsi?

Siis huolla ja helli aivojasi tanssaten!



POHJOIS-SAVON MUISTI RY JÄRJESTÄÄ
KAIKILLE AVOIMET
KESÄTANSSIT
15.6.2023 klo 13-15
lisalmen nuorisotalo, Kirkkopuistonkatu 25

Voit tulla paikan päälle myös vain nauttimaan elävästä musiikista ja letkeästä tunnelmasta.

Kanttiinissa myytävänä kahvia, pullaa ja arpalippuja!



ESIINTYJÄ: JUHA VARTIAINEN



Lippu: 12 e

Yhdistyksen jäsen: 8e

Tilaan on esteetön kulku



**Pohjois-Savon
Muisti ry**
Muistiliiton jäsen



Lisätietoja:
Muistiluotsi p.044 066 1238

UUSI RYHMÄ ALKAA!

Toiminnallinen vertaistukiryhmä Helmi on muistisairauteen sairastuneiden oma ryhmä, jonka sisältö räätälöidään osallistujien mielenkiinnon kohteiden ja toiveiden mukaisesti.

Tule suunnittelemaan ryhmän sisältöä kanssamme!

Toiminta voi olla esimerkiksi leivontaa, sauvakävelyä, jutustelua, käsitöitä, musiikin kuuntelua, rentoutumista, pelailua tai vaikkapa elokuvien katsomista yhdessä!

Ryhmässä voi myös halutessaan samalla jakaa ajatuksia ja kokemuksia sairauteen liittyvistä asioista toisten kanssa.

Ryhmää ohjaa koulutettu vapaaehtoinen ja toiminta on osallistujille maksutonta.

Ensimmäinen kokoontuminen 11.5.2023 klo 13-14

Yhdistystalo Vakka
Pohjolankatu 4, Iisalmi

Tervetuloa mukaan!

Lisätietoja:
Pohjois-Savon Muistiluotsi Minna Lappalainen
p. 044 066 1238
minna.lappalainen@psmuisti.fi



1. Puro... (veden tuottama ääni)
2. Tämän jälkeen puoli kuuta kesään
3. Rapisee talven jäljiltä kengän alla, hiekoitus-
4. Pehmeä, hopeanharmaa keväällä puussa
5. Tästä ei päivääkään
6. Lehden alku koivussa
7. Veikattava järviin liittyvä keväällä
8. Harmittaa keväällä ja kesällä allergista
9. Kukkii kesä-heinäkuussa voimakkaalla tuoksulla ennen marjoja
10. Heitetään pois ensimmäisellä uinnilla
11. Kukkii penkissä keltaisena keväällä
12. Kevään munarikas juhla
13. "Keltainen _____ mikset sä jo tuu..."
14. Tarvitsevat puhdistusta kaupungeissa talven jäljiltä
15. Varottava kohta kevätjäillä
16. Solmitaan voikukista
17. Laulu-, kansallislintu
18. Kesältä odotettu
19. Taivaalla saapuva muodostelma ja kevään merkki
20. Vaihtaa turkin harmaasta punaiseen
21. Peittävät maan vihreydellä
22. Pääsiäisen keltainen linnunpoika
23. Saa lakin lukion jälkeen



HERKKU- SANASOKKELO

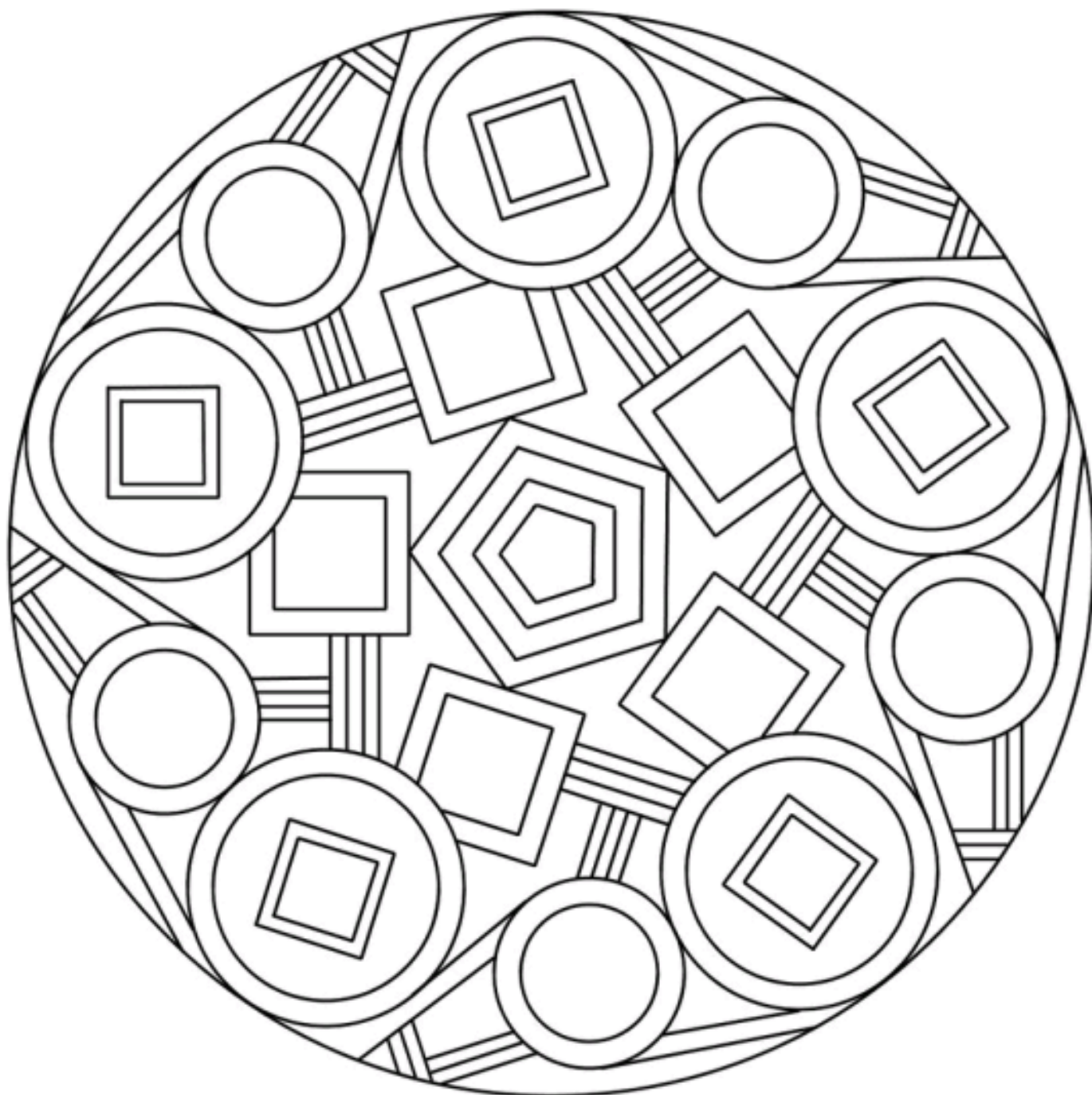
Mitä sanoja löydät?

Sanat voivat olla etuperin, takaperin, vaakasuoraan tai pystysuoraan.



T	Ä	N	I	K	H	Ä	P	A	L	O	U	S
U	K	K	A	K	A	V	I	U	K	S	Ö	I
M	V	I	I	N	E	R	I	I	I	L	L	N
U	K	A	M	R	E	K	R	K	K	E	E	A
F	A	V	O	A	I	U	A	K	K	I	T	A
F	R	L	U	H	S	P	K	N	A	V	Ä	P
I	K	A	S	K	T	P	K	U	I	O	Ä	I
N	I	H	S	A	I	R	A	M	M	S	J	S
I	T	T	E	B	R	O	S	I	L	S	I	R
P	U	O	L	U	K	K	A	R	A	H	K	A
U	K	K	A	K	A	K	K	I	S	N	A	M
P	U	S	U	K	L	A	A	L	E	V	Y	P

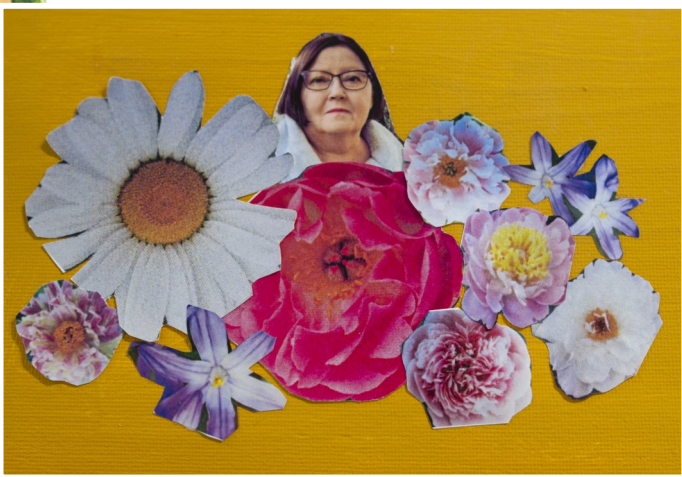
Väritä kuva haluamillasi väreillä



Värityskuva coloringhome.com



*Muistojen Ladyjen kukkaisia
tervehdyksiä ja hyvän kesän toivotus
kaikille lukijoille!*



Tehtävien ratkaisut:



RATKAISU

VAAKA: kerma, kuivakakku, mansikkakakku, puolukkarahka, pusu, sorbetti, suklaalevy, suolapähkinät, viineri

PYSTY: halva, jäätelö, karkit, korppu, lakritsi, leivos, marsipaani, mousse, muffini, munkki, piirakka, rahka, salmiakki

BONUSTEHTÄVÄ:

Mikä sana muodostuu käyttämättä jääneistä kirjaimista?

T	Ä	N	I	K	H	Ä	P	A	L	O	U	S
U	K	K	A	K	A	V	I	U	K	S	Ö	I
M	V	I	I	N	E	R	I	I	I	L	L	N
U	K	A	M	R	E	K	R	K	K	E	E	A
F	A	V	O	A	I	U	A	K	K	I	T	A
F	R	L	U	H	S	P	K	N	A	V	Ä	P
I	K	A	S	K	T	P	K	U	I	O	Ä	I
N	I	H	S	A	I	R	A	M	M	S	J	S
I	T	T	E	B	R	O	S	I	L	S	I	R
P	U	O	L	U	K	K	A	R	A	H	K	A
U	K	K	A	K	A	K	K	I	S	N	A	M
P	U	S	U	K	L	A	A	L	E	V	Y	P

CC BY-NC 4.0 Kirsi Alastalo 2022 | Kuvat: Pixabay | RyhmäRenki.fi | Herkkusanakkelo TÄSO 3

1. S O L I S E E I S E E N

2. P E I P P E L I

3. S K E N K O R V A

4. P A J U N Y N E N L Ä P Ö L Y A

5. P Ä Ä S K Y R E N L Ä P Ö L Y A

6. H I I R E N L Ä P Ö L Y A

7. J Ä I I T E H T U R K K I

8. S I I T E H T U R K K I

9. P I I R S I S S I

10. T A L V I T U R K K I

11. N A R S I S S I

12. P Ä Ä S I Ä I N E N

13. T O U K O K U U

14. K A D U T U L A

15. S U L A

16. S E P P E L E S E N

17. J O U T S E N

18. L Ä M P Ö P U R A

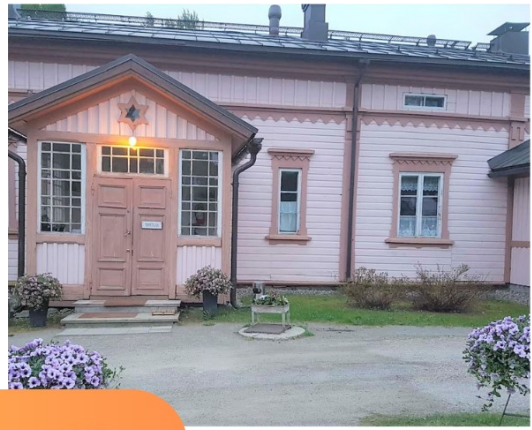
19. K U R K I A V A S V I T U

20. O R A V A S V I T U

21. K A S V I T U

22. T I P U

23. Y L I O P P I L A S



Kesäretki Pieksämäelle

Ruokailu Pöyhölän pappilassa.

**Lisätiedot, aikataulu ym.
Ilmoitetaan lähempänä
ajankohtaa.**

ke 14.6.2023



**Pohjois-Savon
Muisti ry**
Muistiliiton jäsen

Muistiluotsin toimipisteet Kuopiossa,
Iisalmessa ja Varkaudessa ovat suljettu
heinäkuun ajan 3.- 28.7.2023

Avoinna taas ma 31.7. alkaen.

Hyvää kesää!

Pohjois-Savon Muistiluotsi

p. 017 2633 980 toimisto(at)psmuisti.fi psmuisti.fi

sähköpostit: etunimi.sukunimi(at)psmuisti.fi

Kuopio

Lapinlinnankatu 2
70100 KUOPIO

Eija Rytkönen

toiminnanjohtaja
p. 040 526 3481

Anna Liisa Hamunen

muistiluotsi
p. 044 779 0606

Jenni Ryhänen

toimistotyöntekijä
p. 017 2633 980

Iisalmi

Yhdistystalo Vakka
Pohjolankatu 4
74100 IISALMI

Minna Lappalainen

muistiluotsi
p. 044 066 1238

Varkaus

Yhdistystalo Warikko
Ahlströminkatu 22
78250 VARKAUS

Ida Kuusinen

muistiluotsi
P. 040 556 3586



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Pohjois-Savo

Löydät meidät
myös:



Pohjois-Savon Muisti ry



#pohjoissavonmuistiry

www.psmuisti.fi