

3 PÄÄKIRJOITUS Liikunta on aivoterveysten paras ystävä



4 IHMINEN Perintö muistisairaiden iloksi

8 INSPIRAATIO Muistijoogaa aivojen hyvinvointiin



12 INFORMAATIO Edunvalvontavaltuutuksen teko kannattaa

14 TAPAHTUMAT



30 VAIKUTTAJA Uutta neurokeskusta rakentamassa

32 TUTKITTUA Liikunta kohentaa muistisairaan elämää



34 KOETTUA ”Kuinka kotona oltais”

38 AJANKOHTAISTA

40 PÅ SVENSKA

42 VIERASKYNÄ Muistilangat tarjoaa mahdollisuuden kurkistaa muistisairaan maailmaan

43 AIVOPÄHKINÄ

MUISTI 1/2019

32. vuosikerta • Aikakauslehtien Liiton jäsen • ISSN 0787-054X • **PAINOSMÄÄRÄ** 19 000 kpl • **JULKAISIJA** Muistiliitto ry, Pasilanraito 9 B, 00240 Helsinki, p. 09 6226 200, www.muistiliitto.fi • **TILAUSHINTA** Vuosikerta 35 € • **ILMESTYY** neljä kertaa v. 2019, seuraava 20.5.2019 • **TOIMITUSNEUVOSTO** Toimitussihteeri Anne Leinonen, Anna Tamminen, Ulla Korpela, Ville Kujansuu, Jouni Rasi • **TOIMITUS JA TAITTO** MAK Media Oy, Nikkilänkatu 5 F, 30100 Forssa, www.makmedia.fi • **PAINO** Erweko Oy, Oulu • **ILMOITUSMYNTI** www.muistiliitto.fi/fi/muistiliitto/muisti-lehti • Kirjoittajien artikkeleissa esittämät mielipiteet ovat heidän omiaan eivätkä välttämättä edusta julkaisijayhteisön kantaa.