

UUDENMAAN MUISTILUOTSIN

Vertaisryhmät

Muistitreeni- ja vertaistukiryhmä Järvenpää

Muistitreeneriryhmässä tuetaan muistia mukavan yhdessäolon merkeissä muistijumpalla sekä erilaisilla harjoitteilla.

Läheisten vertaistukiryhmässä haetaan voimavaroja arkeen ja jaetaan kokemuksia keskustellen. Vertaistuki tuo voimaa arkeen ja auttaa iloitsemaan pienistä hetkistä.

Molemmissa ryhmissä on oma ohjaaja. Kahvitarjoilu.

Osallistuminen on maksutonta.

Paikka: Myllytien toimintakeskus, eri kokoustilat/kokoonnutaan aulaan, Myllytie 11, Järvenpää

Aika:

- ma 16.8. klo 14.00-15.30
- ma 13.9. klo 14.00-15.30
- ma 18.10. klo 14.00-15.30
- ma 15.11. klo 14.00-15.30
- ma 13.12. klo 14.00-15.30

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

Muistiohjaaja Pia Kuusinen p. 040 739 5146 tai pia.kuusinen@espoonmuisti.fi
Muistiohjaaja Suvi Silvola p. 040 136 7977 tai suvi.silvola@espoonmuisti.fi

Mikäli joudumme turvautumaan suunnitellusta huolimatta koronarajoitusten takia etätapaamisiin, pidetään omaisille ja muistitreeneille yhteinen ryhmä Teams-alustalla.

