

MUISTIVIIKKO

tapahtumat Espoossa 20.–26.9.2021

Muistiviikon teemana on *Hyvää elämää muistiystävällisessä yhteiskunnassa*. Muistiviikolla puhutaan kosketuksesta, läsnäolosta ja läheisyydestä.

Pidä huolta omasta muististasi osallistumalla Uudenmaan Muistiluotsin tapahtumiin, tue muistityötä liittymällä muistiyhdistyksen jäseneksi tai tule mukaan vapaaehtoiseksi toimintaan!

Luvassa osallistujapalkinto, kun tulet ratkomaan muistiradan tehtäviä yhdessä muistiohjaajan kanssa! Muina aikoina muistiratojen tehtävät ovat itsenäisesti suoritettavissa Muistiviikon ajan.

Muistiviikon ohjelma:

TI 21.9.

klo 10.00–11.00 **Muistijumppa**, [Teams-linkki](#).

klo 10.00–12.00 **Muistipiste**, Sellon kirjaston aula, Leppävaarankatu 9.

klo 14.00–15.30 **Muistitreeniä aivojen aktivointiin**, Tapiolan palvelukeskus.

klo 17.00–18.30 **Läsnäolo ja läheisyys** -webinaari, Teams

KE 22.9.

klo 13.00–14.00 **Muistiradan kävely (Muistiohjaaja paikalla)**,
Leppävaaran uimahallin edessä tapaaminen.

TO 23.9.

Klo 13.00–14.30 **Muistisairaana identiteettiä tukeva asuminen** -[webinaari, Teams](#).

PE 24.9.

klo 13.00–14.00 **Muistiradan kävely (Muistiohjaaja paikalla)**,
Tapiolassa Kulttuurikeskuksen edessä tapaaminen.

klo 13.00–14.00 **Muistitreeni**, [Teams-linkki](#).

Lisätietoja sekä ilmoittautumiset tiistain Tapiolan Muistitreeniin:
toimisto@espoonmuisti.fi tai 0400 364 453.

Lisätiedot muistiradoista seuraavalla sivulla →



Muistiviikon Muistiradat ovat esillä koko Muistiviikon ajan itsenäisesti suoritettavina seuraavissa paikoissa:

- ❖ LEPPÄVAARA: Kilonojanpolku, lähtöpiste Leppävaaran urheilupuiston hiekkakentän vierestä
- ❖ LIPPAJÄRVI: Lippajärven puoleinen rannan kävelytie
- ❖ MATINKYLÄ: Matinkylän ranta
- ❖ VIHHERLAAKSO: Viherkalliosta Karakallioon kulkeva kävelytie
- ❖ KAUNIAINEN: Gallträsk-järvi – Viherlaakson puoleinen kävelytie