

## Ajattele aivojasi - mieti muistiasi!

Tervetuloa ulkoilemaan Aivoviikon rastiradan merkeissä Raaseporiin! Reittien varrella kysymykset ja vastaukset odottavat omatoimisia ulkoilijoita Aivoviikolla 14.-20.3.2022:

### **Karjaalla**

Muistiradan lähtöpisteen löydät Karjaalla Pumppullahdelta Antkärrin talolta

**Pohjassa** Gumnäsin ulkoilureitin varrella, lähtö uimarannalta

Frågorna till minnesorienteringen är uppsatta hela minnesveckan, start i:

**Karis** starten för minnesvandringen sker vid Antkärrgård, Pumpviken

**Pojo** vid Gumnäs simstrand

**Ekenäs** sågspånsbanan med start från vattentornet

Tule kuuntelemaan yhdessä **etäluentoa Ravitsemus, aivot ja muisti ke 16.3.2022** Uudenmaan Muistiluotsin toimistolle, Keskuskatu 65. Tilaisuudessa mukana Karjaan ja Pohjan Ikäihmisten tuki ry.

Kahvitarjoilu klo 16

Etäluento Klo 16.30-18

*Tervetuloa mukaan!*

Muistiohjaaja Maija Hakala 040 752 7866

Minneshandledare Petra Karjalainen 0400 321 239

