

UUDENMAAN MUISTILUOTSIN

Vertaisryhmät

Muistitreeneriryhmä Tuusula Hyrylä

Muistitreeneriryhmässä tuetaan muistia mukavan yhdessäolon merkeissä muistijumpalla sekä erilaisilla harjoitteilla.

Vertaistuki tuo voimaa arkeen ja auttaa iloitsemaan pienistä hetkistä.

Ryhmässä on ohjaaja. Kahvitarjoilu koronan salliessa.

Osallistuminen on maksutonta.

Paikka: Martta Augusta, Kievarinkaari 1

Aika: ke 19.1. klo 14.00-15.30
ke 23.2. klo 14.00-15.30
ma 23.3. klo 14.00-15.30
ma 20.4. klo 14.00-15.30
ma 4.5. klo 14.00-15.30

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

Muistiohjaaja Pia Kuusinen p. 040 739 5146 tai
pia.kuusinen@espoonmuisti.fi

Mikäli joudumme turvautumaan suunnitellusta huolimatta koronarajoitusten takia etätapaamisiin muistitreeneille ryhmä Teams-alustalla.

