

UUDENMAAN MUISTILUOTSIN

Vertaisryhmät

Muistitreeni- ja vertaistukiryhmä Nurmijärvi Klaukkala

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: Klaukkalan kirjasto, Kuonomäentie 2, Tello ja Vilho kokoustilat, alakerta, Nurmijärvi Klaukkala

Aika: ma 10.1. klo 13.30-15.00

ma 7.2. klo 13.30-15.00

ma 7.3. klo 13.30-15.00

ma 4.4. klo 13.30-15.00

ma 2.5. klo 13.30-15.00

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.

