

MUISTI-  
KAHVILA



## UUDENMAAN MUISTILUOTSIN

### MUISTIKAHVILA

Tapiolan palvelukeskus, Länsituuli 1 A, 3. krs.

Muistikahvilat ovat kaikille muististaan, muistin huollosta sekä aivoterveystä kiinnostuneille avoimia luentotilaisuuksia. Kahvin lisäksi tarjolla ajankohtaista tietoa muistista sekä myös muistia virkistävää toimintaa. Paikalla on Uudenmaan Muistiluotsin muistiohjaaja. **Osallistujamäärä on rajattu. Pyydämme ilmoittamaan osallistumisesta etukäteen muistiohjaajalle (yhteystiedot alla).**

ti 31.8.2021 klo 14-15.30

Uudenmaan Muistiluotsin esittely

- tietoa muistista ja muistinhuollosta

ti 21.9.2021 klo 14-15.30

Muistitreeniä aivojen aktivointiin

ti 19.10.2021 klo 14-15.30

Oikeudellinen ennakointi

- tietoa tuista ja etuuksista

ti 16.11.2021 klo 14-15.30

Kodin turvallisuus

ti 21.12. 2021 klo 14-15.30

Muistelusta mielen hyvinvointia

Ilmoittautumiset ja lisätiedot: 040 542 5253 tai [asta.koskinen@espoonmuisti.fi](mailto:asta.koskinen@espoonmuisti.fi)