Muistitreeni- ja vertaistukiryhmä Järvenpää syksy 2019

Muistitreeniryhmässä tuetaan muistia mukavan yhdessäolon merkeissä muistijumpalla sekä erilaisilla harjoitteilla. Läheisen vertaistukiryhmissä haetaan voimavaroja arkeen ja jaetaan kokemuksia keskustellen.
Molemmissa ryhmissä on oma ohjaaja.
Kahvitarjoilu.
Osallistuminen on maksutonta.

Tapaamisajat kerran kuukaudessa **klo 14.00-15.45**
Myllytien toimintakeskus, Omaishoidonkeskus 3 krs.,
Myllytie 11, Järvenpää

ma 19.8.

ma 16.9.

ma 14.10.

ma 11.11.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset Uudenmaan Muistiluotsi

muistiohjaaja Pia Niiranen p. **040 739 5146** tai pia.niiranen@espoonmuisti.fi

muistiohjaaja Laura Närhi p. **040 136 7977** tai laura.narhi@espoonmuisti.fi

Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa

TUETTU VEIKKAUKSEN TUOTOILLA

Keski-Uudenmaan
Muistiyhdistys ry
Muistiliiton jäsen