

Uudenmaan Muistiluotsin

Muistikahvilat

Kirkkonummella ja Siuntiossa

Muistikahvilat on tarkoitettu kaikille muististaan kiinnostuneille.

Tilaisuudet ovat maksuttomia. Tervetuloa!

Kirkkonummi: Veikkolan kirjasto, Rotko-sali, Allastie 9

ke 5.2. klo 10.30-12

Läheisenä muistisairas – vinkkejä vuorovaikutukseen

ke 18.3. klo 10.30-12

Arjen turvallisuus kotiympäristössä

ke 15.4. klo 10.30-12

Keskustellaan oikeudellisesta ennakkoinnista ja hoitotahdosta

ke 13.5. klo 10.30-12

Liikunnan merkitys muistin hyvinvoinnille

ke 10.6. klo 10.30-12

Aivojumppaa – jaetaan omia vinkkejä ja haastetaan muistia

Kirkkonummi: Masala, Palvelutalo Valkokulta, Vernerintie 9B, 1. kerros

Ma klo 13-14.30 13.1., 10.2., 9.3., 6.4., 4.5.2020

Siuntio: Kunnantalo, neuvotteluhuone 1 krs., Puistopolku 1

ti 28.1. klo 13.30-15

Läheisenä muistisairas – vinkkejä vuorovaikutukseen

ti 25.2. klo 13.30-15

Arjen turvallisuus kotiympäristössä

ti 24.3. klo 13.30-15

Keskustellaan oikeudellisesta ennakkoinnista ja hoitotahdosta

ti 21.4. klo 13.30-15

Liikunnan merkitys muistin hyvinvoinnille

ti 19.5. klo 13.30-15

Aivojumppaa – jaetaan omia vinkkejä ja haastetaan muistia

lisätiedot:

muistiohjaaja Maija Hakala 040 752 7866 tai maija.hakala@espoonmuisti.fi



Nylands Minneslots

Minnescafé

Kyrkslätt och Ingå

På minnescafé kan man vid en kopp kaffe få information om och diskutera minnesfrågor.
Tillfällen är öppna för alla och kostnadsfria. Välkommen!

Kyrkslätt: Masaby, Servicehuset Valkokulta, Vernersvägen 9B, vån. 1
Må kl. 11-12.30
13.1., 10.2., 9.3., 6.4., 4.5.2020

Ingå: Lönneberga, Glasverandan i nedre vån., Hemstigen 7
Tisdag kl. 13-14.30
4.2., 3.3., 31.3., 5.5., 9.6.2020

Information:

minneshandledare Hanna Strandell 0400 321 239 eller
hanna.strandell@espoonmuisti.fi