Liiku muistisi hyväksi Karjaalla!



Tiistaisin klo 10-11
4.2.-19.5.2020 (ei 18.2.)

Karjaalla Raaseporin Kansalaisopiston liikuntasalissa, Torikatu 8

Kevyttä kuntoliikuntaa, liikkeet voi tehdä oman kunnon mukaan. Ryhmä on suunnattu muistisairaille ja läheisille sekä muistinhuollosta kiinnostuneille.

Vesipullo, joustavat vaatteet ja iloista mieltä mukaan!
Ryhmä on osallistujille maksuton – ilmoittauduthan etukäteen!

Tervetuloa mukaan! Ilmoittautumiset ja lisätiedot:
Uudenmaan Muistiluotsi
muistiohjaaja Maija Hakala 040 752 7866
maija.hakala@espoonmuisti.fi
www.uudenmaanmuistiluotsi.fi

Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa

TUETTU VEIKKAUKSEN TUOTOILLA