

UUDENMAAN MUISTILUOTSIN

AIVOVIIKON TAPAHTUMAT

ESPOOSSA JA KAUNIAISSA

9.-15.3.2020

Teemana: Vaali aivojasi!

Keskiviikkona 11.3. klo 13.30-15 **Muistikahvila – Liikunta ja muisti**

Palvelukeskus Villa Breda, Bredantie 16, Kauniainen

Teemana Liikunnan merkitys muistille ja aivoterveydelle. Monipuolista tietoa liikunnan vaikutuksista muistiin ja terveyteen. Saat vinkkejä, miten voit lisätä arkiliikuntaa helpoilla ja yksinkertaisilla tavoilla päiväsi. Vapaa pääsy. Kahvitarjoilu.

Torstaina 12.3. klo 16 **Muisti-ilta EMMAssa**

Puhujana Ari Rosenvall

LL, yleislääket. erik.lääk., muistisairauksien erikoispätevyys

Näyttelykeskus WeeGee, Ahertajantie 5, Tapiola, juhlatila Aitio

Tilaisuuden päätyttyä on mahdollisuus tutustua EMMAn näyttelyihin. Maksuton tilaisuus. Huom. Paikkoja rajoitetusti.

Perjantaina 13.3. klo 10-13

Aivohoitola Matinkylässä

Ison Omenan palvelutori, Suomenlahdentie 1, 3. krs

Tarjolla tietoa, materiaalia ja toimintaa herättelemässä keskustelua miten aivoja voi vaalia. Tietoisku ja Aivoviikon teemasta palvelutorin Stagella n. klo 11.30.

Tervetuloa mukaan!



Tuettu Veikkauksen tuotoilla