

Toimintaa työikäisenä muistisairauteen sairastuneille

Etävertaisryhmä työikäisille muistisairaille

Vertaisryhmässä haetaan voimavaroja arkeen ja jaetaan kokemuksia keskustellen toisten työikäisenä muistisairauteen sairastuneiden kanssa. Osallistuminen on maksutonta. Kokoonnumme 1 krt/ kk etäyhteydellä (Teams-sovellus).

TO 18.3. klo 10-11

TO 15.4. klo 10-11

TO 20.5. klo 10-11

TO 10.6. klo 10-11

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

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

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

Tenkkapoo -vertaisryhmä työikäisille muistisairaille

Ryhmä kokoontuu joka toinen tiistai klo 12-13 Teamsin välityksellä. Ryhmässä vaihdellaan kuulumisia, jaetaan kokemuksia ja tehdään aktivoivia harjoitteita rennolla fiiliksellä yhdessä.

Tenkkapoo-ryhmä kokoontuu normaalisti Leppävaarassa.

Lisätietoja: Viviane Azéma 040 516 3351 tai viviane.azema@espoonmuisti.fi

Lotta Parkkola 040 743 3158 tai lotta.parkkola@espoonmuisti.fi

Etävertaisryhmä työikäisille muistisairaille

Vertaisryhmässä haetaan voimavaroja arkeen ja jaetaan kokemuksia keskustellen toisten työikäisenä muistisairauteen sairastuneiden kanssa. Osallistuminen on maksutonta. Normaalisti kokoonnutaan Keravalla.

Kokoonnumme 1 krt/kk etäyhteydellä (Teams-sovellus).

To 18.3. klo 13.30-14.30

To 8.4. klo 13.30-14.30

To 6.5. klo 13.30-14.30

To 10.6. klo 13.30-14.30

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

Pia Kuusinen p. 040 739 5146 pia.kuusinen@espoonmuisti.fi