

Ryhmätoiminta Vantaalla kevät 2022

Muistitreeni- ja vertaisryhmät

Uudenmaan Muistiluotsin muistisairaille suunnatussa muistitreeniryhmässä harjoitetaan toimintakykyä muistia käyttäen ja aktivoiden.

Muistisairaalan läheisten ryhmässä jaetaan käytännön kokemuksia sekä keskustellaan niistä asioista, jotka kulloinkin mietityttävät. Ryhmiin tulee ilmoittautua etukäteen. Mukaan voi ilmoittautua myös kesken kauden. Osallistuminen on maksutonta.

Tikkurilan muistitreeni- ja vertaisryhmä

Ke 12.1. klo 10.30–12.00

Ke 9.2. klo 10.30–12.00

Ke 9.3. klo 10.30–12.00

Ke 6.4. klo 10.30–12.00

Ke 4.5. klo 10.30–12.00

Ke 1.6. klo 10.30–12.00

Myyrmäen muistitreeni- ja vertaisryhmä

Ke 12.1. klo 14–15.30

Ke 9.2. klo 14–15.30

Ke 9.3. klo 14–15.30

Ke 6.4. klo 14–15.30

Ke 4.5. klo 14–15.30

Ke 1.6. klo 14–15.30

Myyrmäen muistitreeni- ja vertaisryhmä

To 13.1. klo 13.30–15.00

To 10.2. klo 13.30–15.00

To 10.3. klo 13.30–15.00

To 7.4. klo 13.30–15.00

To 5.5. klo 13.30–15.00

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

asta.koskinen@espoonmuisti.fi / 040 542 5253

viviane.azema@espoonmuisti.fi / 040 516 3351



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa

Ryhmätoiminta Vantaalla kevät 2022

Muistitreeni- ja vertaisryhmät

Uudenmaan Muistiluotsin Muistisairaille suunnatussa muistitreeniryhmässä harjoitetaan toimintakykyä muistia käyttäen ja aktivoiden.

Muistisairaan läheisten ryhmässä jaetaan käytännön kokemuksia sekä keskustellaan niistä asioista, jotka kulloinkin mietityttävät. Ryhmiin tulee ilmoittautua etukäteen. Mukaan voi ilmoittautua myös kesken kauden.

Osallistuminen on maksutonta.

Korso, muistitreeni- ja vertaisryhmä

Ke 26.1. klo 10–11.30

Ke 23.2. klo 10–11.30

Ke 23.3. klo 10–11.30

Ke 27.4. klo 10–11.30

Ke 25.5. klo 10–11.30

Ke 22.6. klo 10–11.30

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

asta.koskinen@espoonmuisti.fi /040 542 5253

eliise.vares@espoonmuisti.fi/ 040 170 6771



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa