

MUISTI-
KAHVILA



UUDENMAAN MUISTILUOTSIN MUISTIKAHVILA KEVÄT 2022

Myllytien toimintakeskus, Kulmakabinetti, Myllytie 11, **Järvenpää**

Muistikahvilat ovat kaikille muististaan, muistin huollosta sekä aivoterveydestä kiinnostuneille avoimia tilaisuuksia. Paikalla Uudenmaan Muistiluotsin muistiohjaaja.

Muisti ja muistin huolto

to 13.1.2022 klo 14.00-15.30

Liikunnan ja ravitsemuksen merkitys muistille ja aivoterveydelle

to 10.2.2022 klo 14.00-15.30

Ennakoiva oikeudellisuus – hoitotahto ja edunvalvontavaltuus

to 10.3.2022 klo 14.00-15.30

Muisti ja uni

to 7.4.2022 klo 14.00-15.30

Kodinturvallisuus

to 5.5.2022 klo 14.00-15.30

Vapaa pääsy, ei ennakkoilmoittautumista!

Lisätiedot:

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

ja muistiohjaaja Suvi Silvola p. 040 136 7977 suvi.silvola@espoonmuisti.fi