

UUDENMAAN MUISTILUOTSIN MUISTIKAHVILA

Skomarsin torppa (Hakunila), Ratsumiehenpolku 1, 01200 Vantaa

Muistikahvilat ovat kaikille muististaan, muistin huollosta sekä aivoterveydestä kiinnostuneille avoimia luentotilaisuuksia. Kahvin lisäksi tarjolla on ajankohtaista tietoa muistista sekä myös muistia virkistävää toimintaa. Paikalla Uudenmaan Muistiluotsin muistiohjaaja. Osallistujamäärä on rajattu. Pyydämme ilmoittamaan osallistumisesta etukäteen muistiohjaajalle (yhteystiedot alla).

ma 24.1.2022 klo 13.00-14.30
Muistiluotsin esittely, tietoa kevään toiminnasta ja mukavaa muistitreeniä

ma 21.2.2022 klo 13.00-14.30
Muisti, muistisairaudet ja vinkkejä omaan muistinhuoltoon

ma 21.3.2022 klo 13.00-14.30
Oikeudellinen ennakointi - edunvalvontavaltuutus ja hoitotahto

ma 11.4.2022 klo 15.00 - 16.30
Mielenhyvinvointi osana muistinhuoltoa

ma 16.5.2022 klo 13.00 - 14.30
Musiikkia muistillesi - musiikki osan muistihuoltoa ja yhteislaulua

ma 13.6.2022 klo 13.00 -14.30
Kesäinen muistikahvila ulkoilun ja liikkumisen merkeissä

Ilmoittautumiset ja lisätiedot: 040 542 5253 tai asta.koskinen@espoonmuisti.fi

Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa