

**MUISTI-
KAHVILA**



KEVÄT 2023

**UUDENMAAN MUISTILUOTSIN
MUISTIKAHVILA**

**Tikkurilan asukastila,
Lummetie 2 b A, 01300 Vantaa**

Muistikahvilat ovat kaikille muististaan, muistin huollosta sekä aivoterveydestä kiinnostuneille avoimia luentotilaisuuksia. Tarjoilla on ajankohtaista tietoa muistista sekä myös muistia virkistävää toimintaa. Paikalla Uudenmaan Muistiluotsin muistiohjaaja.

perjantai 17.2. klo 10.30–12.00

Musiikki osana muistinhuoltoa

perjantai 17.3. klo 10.30–12.00

Mielen hyvinvointi muistin tukena

perjantai 14.4. klo 10.30–12.00

Liikunta ja muistinhuolto

Lisätiedot: Asta Koskinen, Muistiohjaaja,
asta.koskinen@espoonmuisti.fi tai 040 542 5253



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa