



UUSI AIVOTREENI –RYHMÄ ALOITTA...

Ahaa! Aivotreeniryhmässä treenataan nimensä mukaisesti aivoja monipuolisten kynä-paperitehtävien avulla. Tehtävät tehdään ohjatusti, rennossa ilmapiirissä vailla suorituspaineita. Aivojen haastaminen ja harjoittaminen huoltaa aivoja ja voi auttaa myös arjen pulmissa. **Ennakoilmoittautuminen 15.3. mennessä!**

Tervetuloa harjoittamaan aivoja ryhmässä!

Ryhmä aloittaa maanantaina 20.3.2023

Aika Klo 10-11

Kesto 9 kertaa, 29.5.2023 asti (ei pääsiäisenä eikä Vappuna)

Ryhmä kokoontuu ViaDia Senioritalo, Asemantie 1 A, Nummela

Yhteydenotot muistiohjaaja Maija Hakala
040-752 7866
maija.hakala@espoonmuisti.fi

RYHMÄÄN OSALLISTUMISEEN
EI TARVITSE MUUTA KUIN
INNOSTUSTA JA
ENNAKKOLUULOTONTA ASENNETTA