



AIVOJUMPPA RISTIJÄRVI



Aivojumppa Brain gym®- ohjelmaa mukaileva aivojumppa sisältää liikkeitä, joilla harjoitetaan mm. keskittymistä, kuuntelemista ja näkemistä. Ryhmä on tarkoitettu muistisairauteen sairastuneille, heidän läheisilleen, sekä muististaan huolestuneille.

Tavoitteena on virkistää aivojen ja kehon kokonaisvaltaista toimintaa hermoratayhteyksiä vahvistavia harjoituksia tekemällä.

Torstaisin klo 11.30 - 13.00

27.2 , 27.3 , 24.4 , 15.5

Verkkotie 11, Pyrylä
Ristijärvi

Lisätiedot ja ilmoittautumiset

Heidi Sirviö, muistiasiantuntija

p. 040 835 1660

heidi.sirvio@kainuunmuistiyhdistys.net