



AIVOJUMPPA RISTIJÄRVI

Aivojumppa Brain Gym®- ohjelmaa mukaileva aivojumppa sisältää liikkeitä, joilla harjoitetaan mm. keskittymistä, kuuntelemista ja näkemistä.

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

Tapaamiset syksyllä 2024

Torstaisin klo 11.30-13

26.9 / 31.10 / 28.11 / 19.12

Pyrylä, Verkkotie 11

88400 Ristijärvi

Kahvitarjoilu, ei osallistumismaksua

Tervetuloa!

Lisätiedot ja ilmoittautumiset

Heidi Sirviö, muistiasiantuntija

p. 040 835 1660

heidi.sirvio@kainuunmuistiyhdistys.net



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Kainuu