

# MUISTITREENI SOTKAMO



## Treenataan muistia erilaisin keinoin!

Muistitreeni on tarkoitettu muististaan huolestuneille, vasta muistisairauteen sairastuneille sekä heidän läheisilleen.

Tapaamisissa tehdään muistia ja aivotoimintaa aktivoivia tehtäviä. Keskustellaan muistiin liittyvistä asioista.

---

**Torstaisin klo 14 - 15.30**

13.2 , 13.3 , 10.4 , 8.5

Sotkamon työväentalo,  
Akkoniementie 3, 88600 Sotkamo

### **Ilmoittautuminen sekä lisätiedot:**

Heidi Sirviö, muistiasiantuntija

p. 040 835 1660

[heidi.sirvio@kainuunmuistiyhdistys.net](mailto:heidi.sirvio@kainuunmuistiyhdistys.net)