

Neurotreeni-tapaamiset

Neurologiset yhdessä Kuhmo

Neurotreeni-ryhmä on suunnattu henkilöille, joilla on neurologinen sairaus jonka muistiongelmät tai muu kognitiiviset oireet vaikuttavat arjessa selviytymiseen.

Ryhmän osallistujille tarjotaan tietoa, ohjausta ja neuvontaa muistiin ja kognitiivisiin oireisiin liittyvistä asioista. Osallistujien kanssa keskustellaan muisti- ja aivoterveysteen liittyvistä asioista, tulevaisuuteen varautumisen keinoista sekä kodin turvallisuuteen liittyvistä aiheista. Ryhmässä keskustellaan myös osallistujien toiveista lähteviä aiheita.

Tapaamisissa on myös toiminnallinen osio, jossa on aivojumppaa, aivoja aktivoivia harjoitteita, musiikkia ja vinkkejä kotiharjoitteluun

Kokoontumiset ovat seuraavasti;

- **Ti 4.2. klo 13.30-15**
- **Ti 4.3. klo 13.30-15**
- **Ti 1.4. klo 13.30-15**
- **Ti 6.5. klo 13.30-15**

Os. Ikolan Pappila, Hyryntie 26, 88900 Kuhmo

Ryhmässä käydyt keskustelut ja tekemiset pysyvät luottamuksellisina osallistujien välillä.

Lisätiedot ryhmästä ja ilmoittautumiset ;

Elli Heikkilä - Anttonen p. 044 748 0663

elli.heikkila-anttonen@kainuunmuistiyhdistys.net