

Aivojumbppa Hyrynsalmi

Aivojumbpassa yhdistellään Brain Gym®- ohjelmaa mukailevia liikkeitä, sekä tuolitanssia. Liikkeillä harjoitetaan mm. keskittymistä, tasapainoa ja koordinaatiota. Ryhmä on tarkoitettu muistisairauteen sairastuneille, heidän läheisilleen sekä muististaan huolestuneille.

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

Maanantaisin

16.2. / 2.3. / 13.4. / 11.5.

klo 10:30–11:30

Kunnantalolla, Laskutie 1, Hyrynsalmi

TERVETULOA!



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Kainuu

Lisätiedot ja ilmoittautuminen:

Tuija Moilanen 040 1896 831

tuija.moilanen@kainuunmuistiyhdistys.net