

Aivojumppa ja muistiporina RISTIJÄRVI

Aivojumppa/muistiporina on tarkoitettu muististaan huolestuneille, vasta muistisairauteen sairastuneille sekä heidän läheisilleen.

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

Keskustellaan muistisairauksista, sekä niiden tuomista muutoksista arkeen. Tietoa, tukea ja vinkkejä.

torstaisin klo 11-12.30
19.2. / 19.3. / 23.4. / 21.5.

Kylätalo Pyrylä
Verkkotie 11, 88400 Ristijärvi

Ilmoittautuminen sekä lisätiedot:

Heidi Sirviö, muistiasiantuntija

p. 040 835 1660

heidi.sirvio@kainuunmuistiyhdistys.net

