

UUDENMAAN MUISTILUOTSI



Hyvinkään muistitreeni -ja vertaistukiryhmät syksy 2026

**Onnensilta, Kankurinkatu 4-6, rappu A7,
kulku Värttinäpolun puolelta,**

Muistisairaille suunnatussa ryhmässä treenataan muistia ja vaihdetaan kuulumisia mukavan yhdessäolon merkeissä.

Läheisten ryhmässä jaetaan käytännön kokemuksia sekä keskustellaan asioista, mitkä kulloinkin mietityttävät.

Ryhmiin voi tulla yksin tai yhdessä läheisen kanssa. Kumpikin ryhmä kokoontuu yhtä aikaa. Muistitreeniryhmää ohjaa muistiohjaaja ja läheisten vertaistukiryhmää Hyvinkään Muisti ry:n vapaaehtoinen. Osallistuminen on maksutonta. Ennakkoilmoittautuminen!

Tiistait 1.9., 29.9., 27.10. ja 24.11. klo 10.30–12.00

Ennakkoilmoittautuminen ja lisätietoa:

Anu Keränen, muistiohjaaja
anu.keranen@espoonmuisti.fi tai 040 136 7977



**Hyvinkään
Muisti ry**
Muistiliiton jäsen



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa