



UUDENMAAN MUISTILUOTSI

ILOA JA VOIMAA VÄREISTÄ

Syksy 2026

Myyrmäki, Vantaa

Tule mukaan nauttimaan kuvallisesta tutkimusmatkasta omaan luovuuteesi. Kurssi on tarkoitettu muistisairaana henkilön läheisille, oman hyvinvoinnin tueksi. Se on hetki itselle, jolloin rentoudutaan yhdessä, tunnistetaan omia voimavaroja ja vahvuuksia sekä opitaan tuntemaan omaa itseä maalaten ja värejä käyttäen. Sinun ei tarvitse osata piirtää tai maalata, sillä halu nauttia väreistä, muodoista ja materiaaleista riittää! Samanaikaisesti muistisairaana läheisesi on mahdollista osallistua viereisessä tilassa pidettävään muistitreeniryhmään.

Sisältää viisi tapaamista:

maanantait 21.9., 5.10., 19.10., 2.11. ja 16.11. klo 15.15-16.45

Ilmoittautuminen ja lisätiedot: Muistiohjaaja, Asta Koskinen
asta.koskinen@espoonmuisti.fi tai 040 542 5253



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa