

**MUISTI-
KAHVILA**



UUDENMAAN MUISTILUOTSIN

**Muistikahvila
Klaukkalassa
syksy 2026**

**Klaukkalan kirjasto
Tello-sali kirjaston pohjakerroksessa
Kuonomäentie 2, Nurmijärvi**

Torstaina klo 10.00-11.30

Muistikahvilat ovat kaikille muististaan, muistin huollosta sekä aivoterveydestä kiinnostuneille avoimia luentotilaisuuksia. Tapahtuma on ilmainen. Kahvitarjoilu! Klaukkalan Muistikahvilat järjestetään yhteistyössä Klaukkalan Eläkeläiset ry:n kanssa.

**To 10.9. Liikunta ja muisti, vieraana Petra Sarajärvi
Nurmijärven liikuntapalveluista**

**To 5.11. Monipuolinen ravitsemus toimintakyvyn ja
aivoterveyden tukena, vieraana Geryn ravitsemusasiantuntija
Voimaa ruuasta -hankkeesta**

To 10.12. Muisti, uni ja rentoutuminen

Lisätietoa:

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



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa



**KLAUKKALAN
ELÄKELÄISET**