

**MUISTI-
KAHVILA**



UUDENMAAN MUISTILUOTSIN

Muistikahvila syksy 2026

**Kellotupa
Koulutie 20,
Tuusula Kellokoski**

Muistikahvilat ovat kaikille muististaan, muistin huollosta sekä aivoterveydestä kiinnostuneille avoimia tilaisuuksia. Paikalla Uudenmaan Muistiluotsin muistiohjaaja. Kahvitarjoilu!

Maanantait klo 10.00-11.30

12.10. Monipuolinen ravitsemus toimintakyvyn ja aivoterveyden tukena, vieraana Geryn ravitsemusasiantuntija Voimaa ruuasta -hankkeesta

9.11. Muisti ja liikunta

7.12. Muisti, kulttuuri, taide ja musiikki

Tervetuloa!

Lisätietoja: Muistiohjaaja Anu Keränen
anu.keranen@espoonmuisti.fi p. 040 136 7977



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa