

UUDENMAAN MUISTILUOTSIN

Muistitreeniryhmä Leppävaarassa SYKSY 2026

**Leppävaaran palvelukeskus
(Leppävaaran elä ja asu -seniorikeskus), Säterinkatu 3**

Ryhmässä pääset harjoittamaan muistiasi erilaisten vaihtelevien ja hauskojen tehtävien avulla. Saat samalla tietoa muistiin ja aivoterveysteen vaikuttavista tekijöistä mukavassa ja rennossa seurassa.

Ryhmä on avoin kaikille muistinhoollosta kiinnostuneille.
Ryhmää ohjaavat Uudenmaan Muistiluotsin vapaaehtoiset.
Osallistujamäärä on rajattu. Ryhmään tulee ilmoittautua etukäteen.

Ryhmä kokoontuu klo 13.30-15:

**Ma 7.9.
Ma 21.9.
Ma 5.10.
Ma 19.10.
Ma 2.11.
Ma 16.11.
Ma 30.11.
Ma 14.12.**

Ennakkoilmoittautuminen ja lisätiedot:
asta.koskinen@espoonmuisti.fi tai 040 542 5253



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa