



JUHUU! -Muistiterveyttä yhdessä

AIKA: Joka maanantai klo 11.30-13.00, **alkaen 19.8.**

PAIKKA: Toimisto, Kanta-Hämeen muistiyhdistys
Kasarmikatu 12, Hämeenlinna

Kaipaatko muistin ja mielen virkistystä sekä juttuseuraa?
Haluatko tukea muistisi hyvinvointia rennolla mielellä,
mukavassa porukassa?

Juhuu! -ryhmässä poristaan paljon, jumpataan muistia ja kehoa, muistellaan mukavia ja ymmärretään enemmän yhdessä. Ryhmä sopii kaikille muistinsa hyvinvoinnista huolehtiville, myös muistisairauteen sairastuneille ja heidän läheisilleen .

Ryhmä on maksuton eikä vaadi ennakoilmoittautumista.

Lisätietoja: tiina.leiskamo@muistiaina.fi
p. 0444932388

 **Muistiluotsi**
asiantuntija- ja tukikeskus
Kanta-Häme