

MUISTI-
KAHVILA



UUDENMAAN MUISTILUOTSIN Muisti-infot Espoonlahdessa

Esponlahden kirjasto, Espoonlahdenkatu 8

Tapahtumat ovat suunnattu kaikille muististaan, muistin huollosta sekä aivoterveystä kiinnostuneille. Tarjolla on ajankohtaista tietoa muistista sekä myös muistia virkistävää toimintaa. Paikalla Uudenmaan Muistiluotsin muistiohjaaja.

Muistikahvilat loppuvuonna 2024:

maanantai 4.11. klo 11.15-12.45

Muisti ja ravinto

maanantai 2.12. klo 11.15-12.45

Muisti ja liikunta

Tervetuloa mukaan kuuntelemaan ja keskustelemaan!

Lisätietoja:

Eliise Vares, muistiohjaaja

eliise.vares@espoonmuisti.fi tai 040 516 3351



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Uusimaa