



KEITÄ OLEMME?

Olemme kolmen innokkaan fysioterapiaopiskelijan tiimi LAB-ammattikorkeakoulusta. Sydäntämme lähellä ovat ikääntyneet ja heidän toimintakykynsä sekä kokonaisvaltainen hyvinvointi, johon haluamme antaa oman panoksemme. Tarjoamamme toiminta on osa opinnäytetyötämme, yhteistyössä Pirkanmaan muistiyhdistys ry:n kanssa.

ILMOITTAUTUMINEN

19.6. mennessä:

Puhelin: 044 099 0166

Sähköposti: toimisto@pirkanmaanmuistiyhdistys.fi



MUISTIKUNTOUTUSTA LUONTOYMPÄRISTÖSSÄ

Muistikuntoutujille ja omaishoitajille



KENELLE?

Ikääntyneille muistisairaille ja heidän omaishoitajilleen.

MITÄ TARJOAMME?

Käytännöllisiä keinoja toimintakyvyn ylläpitoon ja hyvinvointiin, jotka tukevat muistikuntoutujan ja omaishoitajan päivittäistä arkea yhdessä.

HUOMIOITAVAA

Toimimme ulkona, joten sopiva pukeutuminen sään mukaan huomioitava. Sateen tai muuten huonon ulkoiluilman sattuessa, toiminta tapahtuu sisätiloissa.



AIKATAULU JA TEEMAT

ELOKUU (klo 10-11:30)

8.8. Tasapaino

22.8. Liikkuvuus

SYYSKUU (klo 10-11:30)

12.9. Arjen lihasvoima

26.9. Rentoutuminen ja voimavarat

LOKAKUU (klo 10-11:30)

10.10. Ravinto ja aivoterveys (sisätiloissa)