



Vertaistuki- ja muistitreeniryhmät Tuusulan Jokelassa

Uudenmaan Muistiluotsin ja Keski-Uudenmaan Omaishoitajat ry:n yhteistyönä toteuttama vertaistuki - ja muistitreeniryhmä.

Muistisairaille suunnatussa muistitreeniryhmässä harjoitetaan toimintakykyä muistia käyttäen ja aktivoiden.

Omaistaan hoitavien vertaisryhmässä jaetaan käytännön kokemuksia sekä keskustellaan niistä asioista, jotka kulloinkin mietityttävät tai pysähdytään eri teemojen äärelle. Kaikki eri elämäntilanteissa olevat omaistaan hoitavat ovat tervetulleita mukaan.

Osallistuminen on maksutonta. Ennakkoilmoittautuminen!

Kokoontumiset syyskaudella 2024 maanantaisin kerran kuukaudessa
klo 13-14.30 26.8., 30.9., 28.10. ja 2.12.

Paikka: Jokela-talo, Keskustie 20

vertaistukiryhmä: Köksän takahuone, ***muistitreeni:*** Dojo

Tervetuloa mukaan yksin tai yhdessä!

Lisätiedot ja ilmoittautumiset Laura tai Anu

laura.kosonen@omaisoiva.net, puh. 050 320 3962

tai

anu.keranen@espoonmuisti.fi, puh. 040 136 7977

OmaisOiva



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus