

Huolettaako ikääntymisen mukaanaan tuomat muutokset terveydessäsi ja muistissasi?

Hyvinvointitapahtuma ti 25.3.2025 klo 12.30-15.30

Hyvinvointia ikääntyneille



Tule mukaan innostavaan tapahtumaan Oulun Musiikkikeskuksen Tulinbergin saliin (os Leevi Madetojankatu 1-3, Oulu).

Voit kuunnella luentoa muistista ja esittelyjä ikäihmisten palveluista. Voit myös tutustua eri järjestöjen esittelypisteisiin.

Ohjelma

klo 12.30 Kahvi ja esittelypisteisiin tutustuminen

klo 13.10 Oulun ikäneuvola ikääntymisen tukena vastuuyksikköpäällikkö **Ulla Isopahkala, Pohde**

klo 13.25 Yhteistyöllä vaikuttavaa elintapaohjausta ikääntyville - FINGER toimintamalli, muistiterveysasiantuntija

Minna Kaltio, MuistiTerve Pohjois-Suomi

klo 13.40 Aino-neuvonta info, vastuuyksikköpäällikkö **Katri Ylitalo, Pohde**

klo 13.55 Ikääntyvien hyvinvoinnin edistäminen, hyvinvoinnin asiantuntija **Teija Heikkinen, Oulun kaupunki**

klo 14.10 Hyvinvointitauko, esittelypisteisiin tutustuminen

klo 14.40 Mikä tekee hyvää muistille? Geriatri **Petteri Viramo**

klo 15.10 Kysymykset ja kommentit

klo 15.30 Tilaisuus päättyy

Tilaisuus on maksuton.

Mukaan mahtuu 100 ensimmäistä.

Ilmoittautuminen 17.3.2025

mennessä. Ilmoittautuminen

puh. 040 725 7561 tai QR-koodilla:

