

NYT MUN PÄÄSSÄ EI RAKSUTA -TYÖTTÖMYYS ON UHKA AIVOTERVEYDELLE TALVEN RYHMÄT 2017

Ryhmät kokoontuvat viikoittain. Lähtö erilaisiin kohteisiin tapahtuu pääsääntöisesti Muistiyhdistyksen toimistolta (os. Lindemaninkatu 1.) Ryhmäkertojen kellonajat voivat vaihdella. Ryhmätoimintaan tullaan mukaan alkuhaastattelun kautta.

KUNTOSALIRYHMÄ Tiistaisin klo 11-12

- 10.1. Kuntopiiri
- 17.1. Kuntopiiri
- 24.1. Kuntopiiri
- 31.1. Kuntopiiri
- 7.2. Kuntopiiri
- 14.2. Kuntopiiri
- 21.2. Kuntopiiri
- 28.2. Kuntopiiri
- 7.3. Kuntopiiri
- 14.3. Kuntopiiri

LUONTO- JA KULTTUURIRYHMÄ Keskiviikkoisin klo 13-15

- 11.1. Luontoretki
- 18.1. Taidenäyttely
- 25.1. Retkiluistelu
- 1.2. Konsertti
- 8.2. Pilkkireissu
- 15.2. Ystäväpäivä
- 22.2. Lelumuseo
- 1.3. Pulkkamäki
- 8.3. Taidetuokio
- 15.3. Luontovalokuvausta

RAVITSEMUSRYHMÄ Torstaisin klo 9-11

- 12.1. Tietoa ravitsemuksesta
- 19.1. Tietoa ravitsemuksesta
- 26.1. Kokkailua
- 2.2. Kokkailua
- 9.2. Kokkailua
- 16.2. Kokkailua
- 23.2. Kokkailua
- 2.3. Kokkailua
- 9.3. Kokkailua
- 16.3. Kokkailua

VERTAISKAHVILA –KULMA Perjantaisin klo 13-15

- 13.1. Aivojumppaa
- 20.1. Kiitollisuus
- 27.1. Vapaaehtoistyö
- 3.2. Lautapelejä ja rupattelua
- 10.2. Työllisyys
- 17.2. Talouden hoitaminen
- 24.2. Asuminen
- 3.3. Lautapelejä ja rupattelua
- 10.3. Kirjallisuus
- 17.3. Väriä elämään

LISÄTIETOJA:

Elina: 040 673 0777, elina.koivumaki@jamsanmuistiyhdistys.fi
Jani: 050 375 2513, jani.huotari@jamsanmuistiyhdistys.fi

www.jamsanmuistiyhdistys.fi
#Nyt mun päässä ei raksuta



Tervetuloa mukaan projektimme
ryhmätoimintaan!

