

**MAKSU-
TON**

**65+
HELSINKILÄINEN
MUISTIPERHE**

LUONNOSTA VIREYTTÄ MUISTIPERHEELLE

Luonto virkistää, elvyttää ja on tärkeä osa hyvinvointiamme. Tervetuloa mukaan kokemaan luonnon hyvinvointivaikutuksia, syventämään luontoyhteyttä ja virkistymään mukavassa porukassa -hakemaan luonto osaksi arkea!

Liikumme helppokulkuisessa Vuosaaren lähiluonnossa. Muistisairauteen sairastuneet omassa ryhmässä ja omaishoitajat (myös epäviralliset) omassaan.

**Ryhmät (max 6 hlö) kokoontuvat
3 kertaa 7.5.2025 alkaen
keskiviikkoisin klo 13-14.30**

Lisätiedot ja ilmoittautumiset:
Senioritoiminnan luontokoordinaattori Anne Rauma
p. 050 313 3736 / anne.rauma@omakotisaatio.fi

Yhteistyössä: Helsingin ja Itä-Uusimaan Muistiluotsi ja Omakotisäätien Senioritoiminta