



Mietityttääkö muisti?

Tule aivoterveysmessuille

to 7.11.2024 klo 10–14.30

Kampin palvelukeskus, Salomonkatu 21 B

Ohjelma juhlasalissa, 2. krs

Klo 10–10.30 Hyvä uni ikääntyessä

Timo Partonen, tutkimusprofessori, THL

Klo 11–11.30 Ravitsemus aivoterveysten edistäjänä

Erjastiina Heikkinen, vastaava ravitsemusterapeutti, Sotepe

Klo 12–12.30 Päihteiden käytön vaikutus ikääntyneen hyvinvointiin

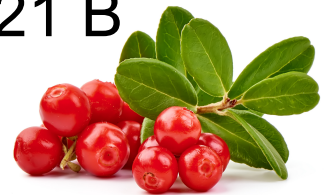
Maarit Ajalin ja Sofia Pietarinen, Mielenterveyttä tukevat senioripalvelut

Klo 13–13.30 Musiikin vaikutus aivoterveysten

Lotta Ahveninen, väitöskirjatutkija, Helsingin yliopisto

Klo 14–14.30 Senioritanssikokeiluja

Elina Karvinen, Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liitto



Saat luotettavaa tietoa Helsingin muistipalveluista ja aivoterveysten edistämisestä.

Tule tutustumaan ja keskustelemaan ikäihmisten hyvinvointi- ja terveyspalveluista. Esittelijöitä kahdessa kerroksessa!

KOPS-muistitreenit, Broidi, 2. krs
klo 10.30–10.45 ja 11.30–11.45

Mielikuvamaalarit, Fade, 1. krs
Avoimet ovet klo 10–12

Käsityöklubi Kipinä, Ompelimo, –2 krs
Avoimet ovet klo 13–15.30

