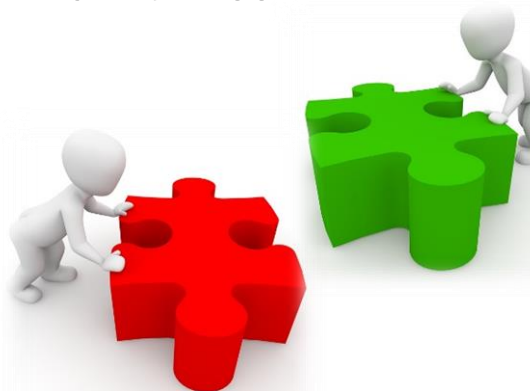


# Aivoterveys on elämänmittainen asia

[www.lapinmuistiyhdistys.fi](http://www.lapinmuistiyhdistys.fi)

- ✓ Koskaan ei ole liian varhaista aloittaa aivoterveellinen elämäntapa – eikä liian myöhäistä!
- ✓ Aivot, mieli ja keho ovat kokonaisuus, joista huolehtiminen mahdollistaa monipuolisen ja kiinnostavan elämän.
- ✓ Tule mukaan Lapin Muistikuntohankkeen järjestämään Aivoterveyslähettiläskoulutukseen!



Lapin  
Muistikunto  
-hanke  
2016–2018

Koulutuksessa tapaat muita samanhenkisiä ihmisiä, saat tietoa aivoterveysteen liittyvistä asioista ja kattavan materiaalipaketin, jonka avulla voit viedä viestiä Aivoterveysasioista omaan yhteisösi, esimerkiksi harrastusporukkaasi tai ystäväpiiriisi. Tällä tavoin voit olla mukana vaikuttamassa oman yhteisösi hyvinvointiin.

Myöhemmin järjestettävässä tsemppitapaamisessa voit vaihtaa kuulumisia ja kertoa kokemuksiasi muiden Aivoterveyslähettiläiden kanssa. Tukea vapaaehtoistyöhösi saat Lapin Muistiyhdistykseltä.

Kurssi järjestetään Caritas-palvelukeskuksen Aurora-salissa 20.2.2018 ja 28.2.2018 klo 12 – 15.

Ilmoittautuminen Lapin Muistiyhdistykselle toimistolle, sähköpostitse [toimisto@lapinmuistiyhdistys.fi](mailto:toimisto@lapinmuistiyhdistys.fi) tai puhelimitse 040 508 0482.

Mirja Heikkala, KM  
Hankesuunnittelija  
p. 045 668 3844  
[mirja@lapinmuistiyhdistys.fi](mailto:mirja@lapinmuistiyhdistys.fi)

Hanna Ruonala, sh (YAMK)  
Hanketyöntekijä  
p. 045 668 3845  
[hanna@lapinmuistiyhdistys.fi](mailto:hanna@lapinmuistiyhdistys.fi)

