



Ahaa! Aivotreeniä yhdessä - ryhmä

**Aloittaa toimintansa Hyvinvointiasema Sarastuksessa
(Inkeröisten senioritalot, Valtatie 10, Inkeroinen)**

**ryhmä aloittaa 7.2.2018
keskiviikkoisin klo 12-13.30 (ei 28.2)**

Ahaa! Aivotreeniryhmässä treenataan nimensä mukaisesti aivoja monipuolisten kynä-paperitehtävien avulla. Osa-alueina on keskittyminen, muisti, hahmottaminen, päättely ja kieli. Tehtävät tehdään ohjatusti, rennossa ilmapiirissä vailla suorituspaineita. Aivojen haastaminen ja harjoittaminen huoltaa aivoja ja voi auttaa myös arjen pulmissa.

Ryhmän kesto on kerrallaan n. 1-1,5 h.

Ohjaajana toimii vapaaehtoinen Ahaa! aivotreeniä yhdessä -ryhmänohjaaja Tomi Iivonen.

Tervetuloa haastamaan aivoja ryhmässä!

Lisätietoja: Hyvinvointiasema Sarastus
Valtatie 10, Inkeroinen
Palveluohjaaja Emma Kujala
Puh: 040-536 0156

