

Tervetuloa senioritapaamiseen!

Epilepsialiitto ja **Uudenmaan epilepsiyhdistys** järjestävät yhteistyössä retken alkukesän luontoon ikääntyneille ja läheisille Sipoonkorven kansallispuistossa **ke 1.6. klo 11.00- n. 14.00**.

Lähtöpaikkamme on: Tasakalliontie, Vantaa.
Tästä lähdemme Storträskin reitille.

Evästämme järven rannalla keittokatoksessa pienen lounaan. Lähtöpaikalta eväspaikalle on noin 1km ja kokonaismatka järven ympäri kiertäen on 3km. Reitti on helppokulkuista, järven ympäri kuljetaan pitkospuita.

Seurustelun lomassa pohdimme hyvän mielen palikoita ja sitä, miten arjessa voimme tukea omaa hyvinvointia.

Tilaisuus on maksuton.

Ilmoittautuminen viimeistään ti 24.5. nettisivujemme kautta:

<https://www.epilepsia.fi/tapahtuma/retki-alkukesan-luontoon-ikaantyneille-ja-laheisille/>

Lisätiedot:

Paula: paula.salminen@epilepsia.fi tai 050 574 2488.

Laura: laura.uusimaa@epilepsia.fi tai 050 535 4009.

