

Mietityttääkö sinua,

- kuka kuuntelisi?
- kuka osaisi neuvoa?
- mistä saisin tukea kotona asumiseen?
- miten täytän näitä kaavakkeita?

Ei huolta!

Soita ja varaa henkilökohtainen neuvonta-aika tai tule käymään Kalevan kulmassa.

Kalevan kulmassa voit poiketa ma klo 12-15, ti-to klo 9-12 ja pe klo 9-12. Voit myös soittaa ilman murheita ma-to klo 8-16 ja pe klo 8-14.

p.0444000787,

p. 0444000774,

p. 0444000707 (Teiskontien pysäkki ti ja pe)

ILOA ARKEEN PYSÄKIT



KALEVAN KULMA



Syyskuu 2020



Aukioloajat

KALEVAN KULMA

ma 12-15
ti-to 9-12
pe 9-12
(suljettu 4.9., 18.9.)

VIITOSKERHON PYSÄKKI

ke 13-15
to 10-12 (parilliset viikot)

UUDENKYLÄN PYSÄKKI

to 13-15

TEISKONTIEN PYSÄKKI

ti 8-11, 12-15
(suljettu 15.9. klo 12-15)
pe 8-11, 12-14
(suljettu 4.9.)

Tervetuloa!



TULOSSA LOKAKUUSSA

Juhani Viidan matkassa - Roineen kierros

to 1.10.

Hinta 30–40 hengen ryhmällä 55 €/hlö. Retkimaksu sisältää bussikuljetukset, buffet-lounaan, pääsymaksut Äijälään ja Myllysaaren museoon, Rönnavikin tilaesittelyn + viinin, matkanjohdon Juhani Viidan johdolla sekä opastukset ja viihteet koko matkalle. Ilmoittaudu mukaan Kalevan kulman ohjaajille viimeistään 24.9. mennessä.

TULOSSA MARRASKUUSSA

Tule tanssimaan istumatansseja!

Uudenkylän pysäkki, torstaisin klo 13
12.11., 19.11., 26.11., 3.12., 10.12., 14.1., 21.1. ja 28.1.
Tanssikurssin tavoitteena on harjoittaa muistia, tuoda liikunnan iloa ja nauttia hyvästä musiikista. Ohjaajana Nääsvillen fysioterapeutti.

Lisätietoja tapahtumista, retkistä ja ryhmätuokioista saat Kalevan kulmasta. Yhteystiedot vihon lopussa.

TEISKONTIEN PYSÄKKI

Teiskontie 12

- Ti 1.9. klo 10 Tuolijumppa
klo 13 Mөлкyn heittoa
- Pe 4.9. Teiskontien pysäkki poikkeuksellisesti suljettu.**
- Ti 8.9. klo 10 Tuolijumppa
klo 13 Elämänpuun teko
- Pe 11.9. klo 12 Tuolitanssia
- Ti 15.9. klo 10 Tuolijumppa. Huom.! Iltapäivällä Teiskontien pysäkki poikkeuksellisesti suljettu**
- Ke 16.9. klo 13 Uutta! Tiesitkö, voit ehkäistä muistisairauksia? Harjoita muistiasi – haasta aivojasi -luento, Nääsவில் ry**
- Pe 18.9. klo 10-13 Vaatemyyntiä
- Ti 22.9. klo 10 Tuolijumppa
klo 13 Bingo
- Ke 23.9. klo 13 Uutta! Tiesitkö, voit ehkäistä muistisairauksia? Liiku riittävästi – palkitse aivoja -luento, Nääsவில் ry**
- Pe 25.9. klo 12 Iltapäiväjumppa
- Ti 29.9. klo 10 Tuolijumppa
klo 13 Maistellaan vähän juustoja
- Ke 30.9. klo 13 Uutta! Tiesitkö, voit ehkäistä muistisairauksia? Ravitse aivoja -luento, Nääsவில் ry**

Että kaikille olisi turvallista tulla pysäkeille, luethan ensimmäisen sivun hygieniaohjeet.

MUUTOKSET OHJELMIIN MAHDOLLISIA!

ILOA ARKEEN PYSÄKIT



KALEVAN KULMA

PYSYTÄÄN TERVEENÄ JA PIDETÄÄN HUOLTA TOISISTAMME!

- Pysäkeille otetaan rajoitettu määrä kävijöitä. Jos haluat varmistaa paikkasi, ilmoittaudu ennakkoon Kalevan kulmaan.
- Tule paikalle vain terveenä.
- Pese kädet heti tullessasi, wc-käyntien yhteydessä ja pysäkiltä lähtiessäsi.
- Pidä 1–2 metrin turvaväli muihin ihmisiin.
- Vältä hähän halaamista ja kättelemistä.
- Yski tai aivasta hihaan tai kertakäyttöiseen nenäliinaan.
- Kalevan kulman ohjaajilta saat halutessasi käsidesiä.

KALEVAN KULMA

Väinämöisenkatu 25

- Ti 1.9. klo 10 Menee niin kuin Strömsössä
Ke 2.9. klo 10 Iloa digistä
To 3.9. klo 10 Kirjallisuuspysäkki
Ma 7.9. klo 13 Laulupysäkki, yhteisömuusikko Sanette Sevon
Vimmart ry:stä
Ti 8.9. klo 10 Menee niin kuin Strömsössä
Ke 9.9. klo 10 Iloa digistä
To 10.9. klo 10 Kirjallisuuspysäkki
Su 13.9. klo 13-15 Uutta! Sunnuntaipysäkki
Ma 14.9. klo 13 Iskelmäyhteislaulut
Ti 15.9. klo 10 Menee niin kuin Strömsössä
klo 13 Muistimattoharjoittelua, osa 1. Nääsவில்le ry
Ke 16.9. klo 10 Iloa digistä
To 17.9. klo 10 Kirjallisuuspysäkki
Ma 21.9. klo 13 Koira-avusteinen kuntoutustyö,
koira-ohjaaja Riitta Brick
Ti 22.9. klo 10 Menee niin kuin Strömsössä
klo 13 Muistimattoharjoittelua, osa 2. Nääsவில்le ry
Ke 23.9. klo 10 Iloa digistä
To 24.9. klo 10 Kirjallisuuspysäkki
Ma 28.9. klo 13 Terveisiä Mummon Kammarilta
Ti 29.9. klo 10 Menee niin kuin Strömsössä
klo 13 Muistimattoharjoittelua, osa 3. Nääsவில்le ry
Ke 30.9. klo 10 Iloa digistä

VIITOSKERHON PYSÄKKI

Pellervonkatu 19

- Ke 2.9. klo 13 Kaatumisen ehkäisy -kurssi, osa 1. Tietoa ja harjoituksia
mm. liikunnasta, tasapainosta ja ravitsemuksesta. Nääsவில்le ry
To 3.9. klo 10 Miesten pysäkki
Ke 9.9. klo 13 Kaatumisen ehkäisy -kurssi, osa 2. Nääsவில்le ry
Ke 16.9. klo 13 Kaatumisen ehkäisy -kurssi, osa 3. Nääsவில்le ry
To 17.9. klo 10 Miesten pysäkki
Ke 23.9. klo 13 Kaatumisen ehkäisy -kurssi, osa 4. Nääsவில்le ry
Ke 30.9. klo 13 Kaatumisen ehkäisy -kurssi, osa 5. Nääsவில்le ry

UUDENKYLÄN PYSÄKKI

Uudenkylänkuja 3

- To 3.9. klo 13 Katsaus Kalevala-korujen tarinoihin
Ti 8.9. klo 13 Luovuuden iloa, ilmaisutaidon opettaja Anne Herrala
To 10.9. klo 13 Elämäni biisi
Ti 15.9. klo 13 Luovuuden iloa, ilmaisutaidon opettaja Anne Herrala
To 17.9. klo 13 Myönteinen muistelutuokio
Ti 22.9. klo 13 Luovuuden iloa, ilmaisutaidon opettaja Anne Herrala
To 24.9. klo 13 Tieto-visa
Ti 29.9. klo 13 Luovuuden iloa, ilmaisutaidon opettaja Anne Herrala

**Että kaikille olisi turvallista tulla pysäkeille,
luethan ensimmäisen sivun hygieniaohjeet.**