

## Harrastus- ja kulttuuriohjelma

Saga Lakeudenlinna

31.3-6.4.2025, viikko 14

PÄIVÄ	AIKA	AKTIVITEETTI	SIJAINTI
maanantai 31.3.	8:15 10:00 17:00	ALLASJUMPPA- miehet PÄIVÄN POLTTAVAT PUHEENAIHEET ESTRADILLA: Sari Seittu ja Jussi Vuorela	Allasosasto Kabinetti Ravintola
tiistai 1.4.	10:00 14:00 15:00	ULKOILU- kävelylenkki lähialueille. Säävaraus. SAGAN TIETOVISA TUOLIJUMPPA	Lähtö aulasta Kahvila Kahvila
keskiviikko 2.4.	9:30 10:00 15:00	KUNTOSALIHARJOITTELU 1. ja 3.krs. KUNTOSALIHARJOITTELU 4. ja 5.krs. MÖLKKY	Kuntosali Kuntosali Aula
torstai 3.4.	9-11:30 10:00 13:00	ENNAKKOÄÄNESTYS ALLASJUMPPA-naiset KAUPPAREISSU IDEAPARKKIIN	Kabinetti Allasosasto Lähtö aulasta
perjantai 4.4.	10:00 12:00	AAMUVENYTTELYT-rauhallista liikettä ja rentouttavaa hengittelyä. KAHVILAN PERJANTAITORI – tervetuloa ostoksille.	Kahvila Kahvila
lauantai 5.4.	10:30 15:00	BINGO SAGA KINO: Lupaus (Suomi 2005)	Ravintola Kabinetti
sunnuntai 6.4.	10:00 14:15	JUMALANPALVELUS – TV/YLE 1 ULKOILU-kävelylenkki lähialueille. Säävaraus.	Aulan soivat Lähtö aulasta

## Ajankohtaista

- Lämpimästi tervetuloa mukaan toimintaamme! Seuraa viikkotiedotettamme ja tule mukaan ryhmiin ja tapahtumiin. Jos jokin asia mietityttää, ota yhteyttä henkilökuntaamme.
- Maanantai aloitetaan miesten allasjumballa ja yhteisellä keskustelutuokiolla. Iltapäivällä esiintyy Sari Seittu ja kitaristi Jussi Vuorela.
- Tiistaina ulkoilua, visailua ja tuolijumppaa.
- Keskiviikkona kuntosalilla on ohjaaja paikalla. Iltapäivällä mölkyn heittoa.
- Torstaina alue- ja kuntavaalien ennakoäänestys kabinetissa. Ota mukaasi henkilökortti ja postissa tullut äänestyskortti äänioikeudesta. Naisten allasjumppa aamupäivällä ja iltapäivällä kauppareissu Ideaparkkiin, ilmoittaudu neuvontaan. Kyyti Palitaksilla (10€).
- Perjantaina rauhalliset aamuvenyttelyt ja kahvilan herkkutorilla myynnissä maistuvia leivonnaisia.
- Lauantaina bingo ja Saga Kinossa Lupaus, joka on tehty yhteistyössä Lotta Svärd säätiön kanssa. Elokuva kertoo kolmesta nuoresta naisesta, jotka värväytyvät Lotta Svärd järjestöön.
- Sunnuntaina iltapäivällä ulkoilua yhdessä.
- Talon sanomalehdet luetaan kahvilassa, ei viedä huoneisiin!
- Saunavuorot
  - perjantaina naiset klo 17-20
  - lauantaina miehet klo 17-20
- Muistutus palautteen keräämisestä: keräämme jatkuvasti asukaspalautetta Roidu-laitteella, joka löytyy talon kahvilasta. Palautteen antaminen on tärkeä osa palveluidemme kehittämistä. Kiitos palautteestasi jo etukäteen!

