Harrastus- ja kulttuuriohjelma

Saga Helapuisto
23.11.–29.11. 2026, viikko 48

PÄIVÄ	AIKA	AKTIVITEETTI	SIJAINTI
maanantai 23.11.	10.00.–12.00. 12.00.–13.00. 15.00	Askartelukerho Värityskerho Esiintyy: Duo tähdet	Askarteluhuone, 1.krs. Saunakabinetti, 5.krs. Kahvila, 1.krs
tiistai 24.11.	11.15 15.00	Tuolijumppa, fysioterapeutti Leskiryhmä vertaistukea ja keskustelu (omatoiminen) *	Kahvila, 1.krs Kabinetti, 5.krs
keskiviikko 25.11.	12.00–13.00 12.45–14.30 15.00	Kuntosali, fysioterapeutti Tule askartelemaan oma joulukortti! Kauneimmat joululaulut, yhteislaulut esiintyvät Hanna (piano) ja Jorma (laulu)	Kuntosali, 1.krs Kabinetti, 1.krs. Kahvila, 1.krs.
torstai 26.11.	10.00.-12.00 11.30 14.00	Askartelukerho Tuolijumppa, fysioterapeutti Muistiluento, Lääketieteen tohtori Kari Raij, muista kahvilan välipala tarjous. 2.90.	Askarteluhuone, 1.krs. Kahvila, 1.krs. Kabinetti, 1
perjantai 27.11.	10.00 16.00	Tuolijumppa, fysioterapeutti Kuvia ja kertomuksia Armeniasta. Mikko Räikkönen	Kahvila, 1.krs Kabinetti, 1.krs.
lauantai 28.11.	11.00 11.00	Ulkoilu, (omatoiminen) Biljardi, (omatoiminen)	Lähtö kahvilasta Pelihuone, -1.krs.
sunnuntai 29.11.	11.00. 14.30	Ulkoilu (Omatoiminen) Elokuva: Laivan kannella (elonet)	Pääovi, 1.krs. Kabinetti, 1.krs

Käännä sivu

Ajankohtaista

- Mikäli tilaat itsellesi ruuan kotiin, tilaathan sen hoitajilta puhelimitse numerosta 050 466 331

- Sairaanhoitajan Kirsin vastaanotto ti 24.11. klo.11.30–12.00.

- * Leskiryhmä, yhdessäoloa, saa puhua, kuunnella ja löytää vertaistukea samankaltaisessa elämäntilanteessa olevilta.

- **Tutankhamun-näyttely**
  Malmin jäähallissa on tammikuun loppuun asti Tutankhamun-näyttely. Olisiko kiinnostuneita lähtemään yhdessä tutustumaan näyttelyyn? Ei-sitova ilmoittautuminen respaan marraskuun aikana.

- Keräämme jatkuvasti asukaspalautetta Roidu- laitteella. Laite löytyy jäätelölaarin vierestä. Fysioterapia on aiheena tällä hetkellä.

- Yleinen saunavuoro naiset klo 16.00–20.00 MA ja TO
- Yleinen saunavuoro miehet klo 16.00–20.00 TI ja PE
  Saunavuorot ovat omatoimisia. Paikalla ei ole henkilökuntaa.

Tärkeitä puhelinnumeroita:

- Hoitajat: p.050 466 3313
- Sairaanhoitaja Kirsi p.050 343 1434. Sairaanhoitaja Kirsi on tavoitettavissa arkisin pääsääntöisesti 9.00.–14.00.
- Fysioterapeutti Ruusu p.050 326 0469
- Parturi-kampaaja Anu p.044 377 3207