

Harrastus- ja kulttuuriohjelma

Saga Käpylinna

5.-11.10.2026, viikko 41

PÄIVÄ	AIKA	AKTIVITEETTI	SIJAINTI
maanantai 5.10.	11.00-12.00 15.00>	ISTUMAJUMPPA – fysioterapeutti Riku KÄPYLINNAN NAISSET – naisten keskusteluryhmä	Huone 215 Kahvila
tiistai 6.10.	11.15-12.15 16.30-17.15 18.00-20.00	AGILES VIATORES – fysioterapeutti Kirsti (valituille) YHTEISLAULU – Raija Seilonen ja Kyösti Laihi KUOROHARJOITUS – Kansallis-Kuoro harjoittelee <i>Hammaslääkäri tekee tiistaina etukäteen sovittuja kotikäyntejä.</i>	Huone 215 Ravintolasali Ravintolasali
keskiviikko 7.10.	10.30-11.00 11.00-12.00 11.15-12.00 15.00-15.45 16.00-16.45	ALLASJUMPPA – fysioterapeutti Riku KUNTOSALI – fysioterapeutti Riku VIRIKEHETKI – vapaa-ajanohjaaja Jura BINGO – vapaa-ajanohjaaja Jura VIDEOKONSERTTI – vapaa-ajanohjaaja Jura	Allas Kuntosali Ryhmäkoti Ravintolasali Ravintolasali
torstai 8.10.	14.00-14.45 15.00-15.45 16.00-16.45 17.00-17.30	ULKOILU – vapaa-ajanohjaaja Jura TIETOVISA – vapaa-ajanohjaaja Jura TOIVEMUSIIKKI – vapaa-ajanohjaaja Jura LAVATANSSIJUMPPA – Laura Teittinen	Lähtö aulasta Ravintolasali Ravintolasali Huone 215
perjantai 9.10.	11.00-12.00 11.15-12.00 12.00> 15.00-17.00 16.00>	ISTUMAJUMPPA – fysioterapeutti Kirsti VIRIKEHETKI – vapaa-ajanohjaaja Jura PERJANTAITORI – myynnissä tuoreita leivonnaisia KINO SAGA – Giuseppe Tornatore: Cinema Paradiso (1988). Pienen italialaiskylän keskipiste on elokuvateatteri, jonka koneenkäyttäjänä toimii joviaali Alfredo. Eräänä päivänä konehuoneeseen kurkistaa pieni isätön Totò-poika, joka alkaa viettää aikaa Alfredon apulaisena elokuvanäytöksissä. Tarina seuraa heidän elinikäistä ystävyyttään elokuvien vaihtuessa ja maailman muuttuessa. Cinema Paradiso palkittiin parhaana vieraskielisenä elokuvana sekä Oscar-, Golden Globe-, César- että Bafta-palkintogaalassa. vapaa-ajanohjaaja Jura KÄPYLINNAN MIEHET – miesten keskusteluryhmä	Huone 215 Ryhmäkoti Kahvila Ravintolasali Kahvila
lauantai 10.10.	13.00-15.00 14.00> 17.00>	PELIPIIRI – kokoonnutaan omatoimisesti KÄSITYÖPIIRI – kokoonnutaan omatoimisesti LAULUPIIRI – kokoonnutaan omatoimisesti	Ravintolasali Kahvila Kahvila
sunnuntai 11.10.	15.00-15.45	KONSERTTI – Niina Saarelainen	Ravintolasali

Ajankohtaista

- Saunavuorot on tarkoitettu vain asukkaille, omainen voi olla mukana saunavuorolla. Ulkopuolisille saunavuoro 10€/kerta, maksun voi maksaa kahvilaan.
- Ravintolasalin televisionurkkaus on käytettävissä ohjelmien katsomiseen ja lautapeleihin, kun muu ohjelma on päätyttyä. Asukkaiden oma olohuone sijaitsee toisen kerroksen toimistossa. Kaapissa on askartelutarvikkeita, pelejä ja palapelejä. Olohuone on aina avoinna kaikille.
- Keräämme jatkuvasti asukaspalautetta Roidu-laitteella, joka löytyy talon aulasta. Palaute on tärkeä osa palveluidemme kehittämistä. Kiitos palautteestasi jo etukäteen!
- Saavuthan ajoissa kokoamaan ateriasi ennen lounaan päättymisaikaa. Korjaamme lounaan pois tasan kello 14.00. Kiitos!
- Allasjumppaan osallistuminen onnistuu laittamalla nimen pukuhuoneen 2 ovesta olevaan osallistujalistaan. Ilmoittautuminen seuraavan viikon jumppaan avautuu aina keskiviikkoisin edellisen allasjumpan jälkeen.
- Somevideot: Saga Käpylinnassa kuvataan lokakuussa palvelutalon ja asukkaiden arjesta kertovia somevideoita, joihin etsitään vapaaehtoisia. Osallistujille on luvassa pieni palkkio! Ilmoittautumiset suullisesti johtaja Armi Kuloheimolle.
- Saga Käpylinna saa tilata rokotteet kotihoidon palveluseteliasiakkaille, jotka eivät pääse rokotuspisteelle. Jos sinulla ei ole kotihoidon palveluseteli käytössä, rokote tulee hakea omalta terveysasemalta tai lähimmältä rokotuspisteeltä. Ajan voit varata lähimmälle rokotuspisteelle numerosta 09 310 46300. Tämä on Helsingin kaupungin päätös ja Saga Käpylinna toimii sen mukaisesti.

Yhteystiedot

- Johtaja Armi Kuloheimo 050 501 6186 (ma-pe klo 9-15) armi.kuloheimo@sagacare.fi (toimisto 1. krs, as 103)
- Palvelutalon hoitajan päivystys 050 468 3767 24h/vrk
- Palvelutalon sairaanhoitaja Katariina Ruusunen 050 329 7540 (ti-pe klo 8-14)
- Palvelutalon tiimivastaava Kirsi-Marja Kujala 050 468 4304
- Jalkahoitaja Ivan Cholokhov 041 318 3156
- Kampaaja Kati Määttä 040 836 4483
- Fysioterapeutti Kirsti Lindroos 050 501 7354 kirsti.lindroos@sagacare.fi
- Kahvila/vastaanotto 050 911 3875
- Ravintolapäällikkö Veli-Pekka Alanne 050 324 9543 veli-pekka.alanne@compass-group.fi

