

Harrastus- ja kulttuuriohjelma

Saga Lakeudenlinna

17.-23.8.2026, viikko 34

PÄIVÄ	AIKA	AKTIVITEETTI	SIJAINTI
maanantai 17.8.	8:15 10:00 15:00	ALLASJUMPPA- Miehet PÄIVÄN POLTTAVAT PUHEENAIHEET PELATAAN KORTTIPELEJÄ	Allasosasto Kabinetti Kabinetti
tiistai 18.8.	10:00 15:00 16:30	TUOLIJUMPPA MÖLKKY FÄRITÄ WANHAA SEINÄJOKEA- omatoiminen kädentaito ja keskusteluhetki	Kahvila Aula Kabinetti
keskiviikko 19.8.	9:30-10:15 10:15-11:00 15:00	KUNTOSALIHARJOITTELU 1. JA 3.KRS. -ohjaaja KUNTOSALIHARJOITTELU 4. JA 5.KRS. -ohjaaja ULKOILU JOKIRANTAAN	Kuntosali Kuntosali Lähtö aulasta
torstai 20.8.	10:00 14:00	ALLASJUMPPA- Naiset PIHAPELIPÄIVÄ	Allasosasto Terassi ja piha
perjantai 21.8.	10:00 12-16:00 15:00	AAMUVENYTTELYT KAHVILAN PERJANTAITORI SAGAN TIETOVISA	Kahvila Kahvila Kahvila
lauantai 22.8.	10:30 15:00	BINGO SAGAKINO: Radio Suomen kesäkonsertti Arttu Wiskari	Ravintola Kabinetti
sunnuntai 23.8.	10:00 14:15	JUMALANPALVELUS – TV/YLE 1 RAUHALLINEN ULKOILU-kävelylenkki lähialueille.	Aulan sohvut Lähtö aulasta



Ajankohtaista

Lämpimästi tervetuloa mukaan toimintaamme! Seuraa viikkotiedotettamme ja tule mukaan ryhmiin ja tapahtumiin. Jos jokin asia mietityttää, ota yhteyttä henkilökuntaamme.

- **Maanantaina** aamulla miesten allasjumppaa ja keskustelua ajankohtaisista aiheista. Iltapäivällä korttihait kokoontuvat kabinetissa korttien ääreen.
 - **Tiistaina** tuolijumppaa ja iltapäivällä pelataan mölkkyä aulassa. Alkuillasta on mahdollista kokoontua muistelemaan vanhoja Seinäjokisia rakennuksia ja halutessasi myös väritellä niitä (omatoiminen.)
 - **Keskiviikkona** kuntosaliharjoitukset ohjaajan avustuksella. Iltapäivällä käydään kävelyllä lähialueella (säävaraus).
 - **Torstaina** aamulla naisten allasjumppa. Iltapäivällä syödään kesäherkkuja terassilla ja pelataan pihapelejä. Mahdollisuus päästä myös riksapyörän kyytiin.
 - **Perjantaina** aamuvenyttelyt, kahvilan herkkutori ja iltapäivällä Sagan tietovisa.
 - **Lauantaina** aamupäivällä bingo. Iltapäivällä Saga Kinossa Radio Suomen kesäkonsertti. Yle areenasta.
 - **Sunnuntaina** ulkoillaan sään salliessa.
 - Talon sanomalehdet luetaan kahvilassa, ei viedä huoneisiin!
 - **Yleiset saunavuorot**
 - **perjantaina** naiset klo 17–20.
 - **lauantaina** miehet klo 17–20.
 - neuvonnasta voit varata myös oman saunavuorosi.
-
- Muistutus palautteen keräämisestä: keräämme jatkuvasti asukaspalautetta Roidu-laitteella, joka löytyy ala-aulasta. Palautteen antaminen on tärkeä osa palveluidemme kehittämistä. Kiitos palautteestasi jo etukäteen.
 - Ravintolatoiminnan palautteen voit antaa linjaston päässä, seinällä olevalle laitteelle painamalla valitsemaasi hymiötä. Jos haluat tutustua lounasruoan ravintoarvoihin, ravintoarvovertailu löytyy kirjaston pöydältä.

