Harrastus- ja kulttuuriohjelma

Saga Lakeudenlinna
30.11-6.12.2026, viikko 49

PÄIVÄ	AIKA	AKTIVITEETTI	SIJAINTI
maanantai 30.11.	8:15 10:00 15:00	ALLASJUMPPA-miehet PÄIVÄN POLTTAVAT PUHEENAIHEET MÖLKKYTURNAUS	Allasosasto Kabinetti Aula
tiistai 1.12	10:00 13:45	TUOLIJUMPPA KAUPPAREISSU JOULUOSTOKSILLE- Ideapark	Kahvila Lähtö aulasta
keskiviikko 2.12.	9:30-10:15 10:15-11:00 15:00	KUNTOSALIHARJOITTELU 1. JA 3.KRS. -ohjaaja KUNTOSALIHARJOITTELU 4. JA 5.KRS. -ohjaaja KUUNNELLAAN TOIVELAULUJA- Aiheena joulu	Kuntosali Kuntosali Ravintola
torstai 3.12.	10:00 15:00 16:00	ALLASJUMPPA- Naiset ULKOILU RAAMATUN ÄÄRELLÄ	Allasosasto Lähtö aulasta Ravintola
perjantai 4.12.	10:00 12-16:00 15:00	AAMUVENYTTELYT KAHVILAN PERJANTAITORI SAGAN TIETOVISA	Kahvila Kahvila Kahvila
lauantai 5.12.	10:30 15:00	BINGO SAGA KINO: Risto (Suomi 2011)	Ravintola Ravintola
sunnuntai 6.12.	10:00 14:15	JUMALANPALVELUS – TV/YLE 1 ITSENÄISYYSPÄIVÄN JUHLA	Aulan sohvat Ravintola

→

Ajankohtaista

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

- **Maanantaina** aamulla miesten allasjumppa ja ajankohtaisaiheista keskustelua. Iltapäivällä mölkkyturnaus.
- **Tiistaina** aamulla tuolijumppaa ja ostosreissu Ideaparkkiin. Kyydit Palitaksilla 7 € suunta. Varaa paikkasi ilmoittautumalla neuvontaan tai Katille.
- **Keskiviikkona** aamupäivällä kuntosaliharjoitukset ohjaajan avustuksella. Iltapäivällä kuunnellaan toivelauluja, kirjoita toiveesi paperille.
- **Torstaina** aamulla naisten allasjumppa. Iltapäivällä ulkoilua ja kokoonnutaan Maurin kanssa Raamatun äärelle.
- **Perjantaina** aamuvenyttelyt, kahvilan herkkutori ja iltapäivällä Sagan tietovisa.
- **Lauantaina** pelataan bingoa ja Saga kinossa kotimainen draamaelokuva Risto. Pääosassa Risto Kaskilahti. (Rakuten tv) Muista kahvilan leffatarjous!
- **Sunnuntaina** iltapäivällä vietämme Suomen itsenäisyyden juhlapäivää.
- Talon sanomalehdet luetaan kahvilassa, ei viedä huoneisiin!
- Siisti koti jouluksi kampanjahintaan, joulusiivoustarjous! Varaukset neuvonnasta.
- Ilmoittaudu Katille tai neuvontaan jos haluat lähteä Lapualle omatoimiretkelle teatteriin katsomaan Kekkosen tytärtä su 31.1 klo 14:00. Lippu 26 € + taksikyyti.

- **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. **Fysioterapia** on aiheena tällä hetkellä.
  Kiitos palautteestasi jo etukäteen.

- Ravintolatoiminnan palautteen voit antaa astiapalautuksen vieressä, seinällä olevalle laitteelle painamalla valitsemaasi hymiötä. Jos haluat tutustua lounasruoan ravintoarvoihin, ravintoarvovertailu löytyy kirjaston pöydältä.