

# Harrastus- ja kulttuuritoiminta

22.7.-28.7.2024 vko 30

PÄIVÄ	AIKA	MITÄ	MISSÄ
maanantai 22.7	11.00-13.00  15.00-16.00  16.30 alk.	<b>MAALAUSRYHMÄ</b> talon taidetarvikkeet käytettävissä, tervetuloa! <b>UUDEMPIEN JA TALOSSA PIDEMPÄÄN ASUNEIDEN KOHTAAMISHETKI</b> uusi asukas: onko sinulla kysyttävää? Paikalla myös vao Anna. <b>RUMMIKUBISTIT KOKOONTUVAT</b> kokoontukaa yhdessä pelaamaan ja seurustelemaan, ei ohjaajaa paikalla. Peli löytyy Salista.	Linnan 5. kerros  Ravintolasali  Sali, Puiston P-kerros
tiistai 23.7.	11.15-11.45 13.50-14.40  15.00-16.00  16.30 alk.	<b>TUOLIJUMPPA</b> vapaa-ajanohjaaja <b>NAISTENKERHO</b> naistenviikon kunniaksi keskustellaan ja oleskellaan leidiä kesken! Halutessasi ota mukaan mielikynsilakkasi niin tehdään lakkauksia keskustelun lomassa. <b>KÄVELYLENKKI JA -INFO</b> <b>LÄHIYMPÄRISTÖSTÄ</b> käydään vapaa-ajanohjaajan kanssa läpi lähiapteekit ja -kaupat, terveyskeskus sekä julkisilla kulkuvälineillä liikkumista Munkkiniemessä <b>KESÄBINGO</b> Maksa osallistumismaksu 1,10 € respaan kortilla tai tilille. Ota kuitti mukaan.	Kuntosali Sali, Puiston -kerros  Lähtö Respasta  Ravintolasali
keskiviikko 24.7.	10.00-12.00  15.15-15.45  15.30-17.00	<b>KÄDENTAI DOT</b> Ota oma luova projekti mukaan ja tule muiden seuraan! <b>HERNEPUSSIPELI</b> harjoitella tarkkuusheittoa asukasvetoisesti, ei ohjaajaa paikalla. Pussit löytyvät kuntosalista. <b>JOOGAN KAUTTA LUOVAAN LIIKKEESEEN-TYÖPAJA</b> Netta Varga	Sali, Puiston P-kerros  Kuntosali  Ravintolasali
torstai 25.7.	11.00-13.00  14.00-14.45  15.15-16.00 17.00 alk.	<b>MAALAUSRYHMÄ</b> talon taidetarvikkeet käytettävissä, tervetuloa! <b>MENNEISYYDEN FILOSOFIAA</b> pohditaan elämäämme taaksepäin: käännekohtiamme sekä pieniä ja suuria tunteita. Vao Anna paikalla. <b>MÖLKKY</b> <b>LE GROUPE FRANÇAIS</b>	Linnan 5. kerros  Sali, Puiston P-kerros  Kuntosali Linnan 5. kerros
perjantai 26.7.	10.00 alk.  13.00 alk. 14.00 alk.	<b>UUTISKATSAUS</b> keskustelkaa yhdessä ajankohtaisista asioista. Helsingin Sanomat ovat asukkaiden käytössä Kristallisalissa. Jätättehän lehden muiden asukkaiden luettavaksi tuokion päätteeksi. <b>PERJANTAITORI</b> <b>KORTTIPELIT</b> asukkaat kokoontuvat yhdessä pelaamaan, ei ohjaajaa paikalla. Kortit löytyvät kirjastosta.	Kristallisali  Respa Kirjasto



KÄÄNNÄ

	17.15 alk.	<b>ASUKKAIDEN VAPAAMUOTOINEN OLESKELUPIIRI</b> Tervetuloa oleskelemaan ja keskustelemaan! Tämän kerran aiheena unohtumaton teatteri/konserttielämys.	Ravintolasali
lauantai 27.7.	17.00	<b>VIIKOTTAINEN MUSIIKKIHARTAUUS</b> pastori Jan-Erik Lindqvist	Ravintolasali
sunnuntai 28.7.	15.00-16.00	<b>BILJARDIA</b> asukasvetoisesti	Puiston P-kerros

## AJANKOHTAISTA

- Vapaa-ajanohjaaja Anna lomailee 26.7.-29.7. Anna palaa töihin **ti 30.7.**
- Asukkaamme Eila Ihamäki on lahjoittanut Saga Munkkiniemeen maalaamansa taulun ”Sagan tytöt iltamenoissa”. Lämmin kiitos Eila! Taulua voi käydä katsomassa Ravintolasalin ja Dosentirinteen välisellä yhdyskäytävällä, tervetuloa!
- **Ma 22.7. klo 15-16** kokoonnutaan asukkaiden ja vapaa-ajanohjaaja Annan kanssa Ravintolasaliin keskustelemaan ja ihan vain oleskelemaan yhdessä. Osallistu mukavaan seuraan matalalla kynnyksellä: talossa pidempään asuneet neuvovat mielellään arkeen liittyvissä kysymyksissä vapaa-ajanohjaajan kanssa. Lämpimästi tervetuloa!
- **Ke 24.7. klo 15.30-17** kokeillaan joogaa aloitteilijoille ja kaikille joogasta innostuneille Netan johdolla! Tuokion aikataulu on vapaa: liity seuraan kun sinulle sopii. Voit joogata myös tuolilla istuen ja Netta tarjoaa vaihtoehtoisia tapoja yksilöidysti toteuttaa liikkeitä. Etukäteisosaamista tai harrastuneisuutta ei ryhmään osallistuakseen tarvita. Lämpimästi tervetuloa joogaamaan yhdessä!

Palautteesi on meille tärkeä! Muistathan, että voit antaa palautetta talon palveluista Happy Or Not -laitteella.

KÄÄNNÄ