

Harrastus- ja kulttuuritoiminta

13.5.-19.5.2024, viikko 20

PÄIVÄ	AIKA	MITÄ	MISSÄ
maanantai 13.5.	10.00-10.45 13.00-14.00 14.00-15.10 15.20-16.50 17.00-	NAISTEN VESIJUMPPA SANARISTIKOITA KÄSITYÖPIIRI BILJARDIKISA harjoittelu NAAPURILÄHIÖ omatoiminen keskusteluhetki	Saunaosasto Kabinetti Kabinetti 2 krs D-rappu Kabinetti
tiistai 14.5.	10.00-10.45 13.10-14.30 14.50-15.30 15.50-16.50 17.00-	MIESTEN VESIJUMPPA ULKOILUA Pikku-Vesijärven puistossa LAULETAAN Vanhoja lastenlauluja tallenne BILJARDIAKISA NAAPURILÄHIÖ omatoiminen	Saunaosasto Lähtö kahvilan ovelta Kabinetti 2 krs D-rappu Kabinetti
keskiviikko 15.5.	11.00-11.30 13.00-16.00 13.10-14.10 14.20-15.20 15.30-16.30 15.40-16.40 17.00-	KUNTOPIIRI NAISTEN SAUNAVUORO MUISTIJUMPPANA DIGIPELIT TALOKIERROS uusille asukkaille KEVÄINEN KONSERTTI Pirjo Lehti kts. lisätiedot KORTTIPELIT NAAPURILÄHIÖ Koronapeliä omatoimisesti	Kuntosali Saunaosasto Kabinetti Kabinetti Ravintolasali Kabinetti Kabinetti
torstai 16.5.	10.00-11.00 13.00-16.00 13.20-13.50 14.00-15.00 15.20-15.40 16.00-16.50 14.45-15.20 15.30-16.05 16.15-16.50 17.00-	LIIKKEELLÄ MUISTIA AKTIVOIMAAN digi-harjoitus MIESTEN SAUNAVUORO TUOLIJUMPPA tanssillinen NAISTENBILJARDI ESS-LUKUHETKI RAUHALLINEN ULKOILU ASUKASINFO 4. kerros ASUKASINFO 3. kerros ASUKASINFO 1. ja 2. kerros NAAPURILÄHIÖ omatoimista pelailua yhdessä naapurin kanssa	Kabinetti Saunaosasto Kabinetti Kabinetti 4krs. D-rappu Lähtö kahvilan ovelta Ravintolasali Ravintolasali Ravintolasali Kabinetti
perjantai 17.5.	10.00-15.00 12.30-12.50 13.00-14.00 14.20-14.50 15.00-16.00	PERJANTAITORI TUOLIJUMPPA KORTTIPELIT PERJANTAIBINGO NATALIAN KONSERTTI	Ravintola Kabinetti Kabinetti Kabinetti Ravintolasali
lauantai 18.5.	16.00-	NAAPURILÄHIÖ Biljardia yhdessä omatoiminen	2 krs. D-rappu
sunnuntai 19.5.	16.00	NAAPURILÄHIÖ pelejä ja keskusteluja yhdessä omatoimisesti	Kabinetti



AJANKOHTAISTA

- Kaikki huolto- ja tilaustyöt ilmoitetaan vapaa-ajanohjaajalle vastaanottoon puh. 050 4783 792
- Jos ovesi lukko vilkuttaa valoja, ilmoitathan asian vastaanottoon.

- Saunavuorojen varaaminen vastaanotosta puh. 050 4783 792
Viikolle 21 saunavuorot varattavissa maanantaista klo 9.00 alkaen torstaihin 16.5. klo 13.00 mennessä.
- Saunaosastolle vain vaaleapohjaisilla kengillä ja otathan pefletin mukaan. Muistathan myös viedä pesuaineet muknasi kotiisi sekä huolehdi, että saunatilat jäävät siistiksi jälkeesi.
- Saunavuoroja varattavissa ma-to
 - maanantai klo 11.15-18.00
 - tiistai klo 11.15-18.00
 - keskiviikko klo 10.00-13.00 ja klo 16.00-18.00
 - torstaille klo 10.00-13.00 ja klo 16.00-18.00
 - Vapaa uima-altaan käyttö, sauna ei käytössä
 - Naiset perjantaina klo 9.30-18.00
 - Miehet lauantaina klo 9.30-18.00.

- Biljardikisojen ensimmäinen peli pelataan tiistaina.
- Talokierros uusille ja uudehkoille asukkaille, tervetuloa mukaan tutustumaan taloon ja keskustelemaan vapaa-ajanohjaajan kanssa.
- Lauletaan yhdessä vanhoja lauluja tallenteen mukana, tervetuloa ! kesto 31 min.
- Laulaja Pirjo Lehti ja oppilaansa Aki Einar esiintyvät ja tuovat keväisen mielen sydämeen. Tervetuloa kuuntelemaan !
- Liikkeellä muistia aktivoimaan digi-harjoitus joka toteutetaan pienryhmässä. Se pohjautuu Hiihtomuseossa toteutettuun harjoitukseen. Liikuntaharjoitukset on suunniteltu ikäihmisille, eli ne tehdään pääosin tuolilla istuen. Harjoitusta varten kannattaa pukea rennot vaatteet. Kesto 30 min.
Tarja Kindstedt on fysioterapeutti sekä geriatrisen- ja muistikuntoutuksen asiantuntija. Hän on työskennellyt yli 20 vuotta ikääntyneiden parissa.

Info-kansiossa ilmoittautumislomake Lahden historialliseen museoon 12.6.2024 klo 15.00-16.30 opastuksella. Lisätiedot lomakkeella.

Perjantaitorilla leivonnaisia myynnissä, tervetuloa!

Lahden kaupunki tiedottaa:

Entisen Jalkarannantien paikalle rakennetaan puistomainen viihtyisä jalankulku- ja pyöräily-yhteys keskustasta Pikku-Vesijärven puistoon. Valmistuttuaan Ranta-Kartanon puistoväylä yhdistää keskustan Vesijärven rantaan. Rakentaminen alkaa toukokuussa.

Alustava tieto:

Europarlamenttivaalit Salpalinnassa ke 29.5. klo 14.30-16 (mahdollisesti pitempäänkin).

Lähempänä ajankohtaa saamme tarkemmat tiedot.