

Harrastus- ja kulttuuriohjelma

Saga Tammilinna

12.05.-18.05.2025, viikko 20

PÄIVÄ	AIKA	AKTIVITEETTI	SIJAINTI
maanantai 12.05	10.00-10.45 13.45-14.30	Tuolijumppa (Piia) Korttelikävely (Piia)	Juhlasali Vast.otto
tiistai 13.05	10.15-11.00 13.00-13.45 14.00-15.30	Ylös, ulos ja lenkille (Minna) Runopiiri kokoontuu (Minna) Luento: Uniapnea/ Resmed	Vast.otto Juhlasali Juhlasali
keskiviikko 14.05	10.00-10.45 11.00-11.45 13.15-14.00 14.30-15.15	Rupattelua uutisista (Minna) Tasapainoryhmä (Piia) Bingo (Minna) Luento: Äänisen matka (Oiva/Minna)	Olohuone Juhlasali Juhlasali Juhlasali
torstai 15.05	10.15-11.00 13.15-14.00 14.30-15.15	Sagan tietovisa (Minna) Suomi-pelihetki (Minna) Ihmeitä tekevä ikoni (Minna)	Kahvila Kahvila Juhlasali
perjantai 16.05	10.00-10.30 11.00-11.45 13.00- 13.30-14.00	Vesijumppa 1. ilm. etukät. (Piia) Vesijumppa 2. ilm.etukät. (Piia) Perjantaitori Tuolijumppa (Piia)	Allasosasto Allasosasto Kahvila Kahvila
lauantai 17.05	14.00- 15.00-	Mölkyn pelaamista Lauantaikahvit asukkaiden kesken (omakust.)	Sisäpiha Kahvila
sunnuntai 18.05	14.00- 15.30-	Mölkyn pelaamista Viikonlopun elokuva: Viimeinen keisari	Sisäpiha Juhlasali

Ajankohtaista

Kahvilan terveiset: pe 16.05 lounas päättyy jo klo 13.30 henkilökunnan koulutuksen vuoksi. Kahvila avoinna normaalisti.

Ti 13.05 klo 14.00-15.30 Luento uniapneasta ja CPAP-laitteen käytöstä; uusi kansansairaus, jota monet ihmiset sairastavat tietämättään. Sairaus, mitä tulisi hoitaa joko uniapnealaitteella tai kiskohoidolla, sillä hoitamattomana se aiheuttaa ikäviä rinnakkaissairauksia.

CPAP-laitehoidon aloittaminen ei kuitenkaan aina lähde sujumaan moitteettomasti; mutta sitäkin voidaan auttaa laitetuntemuksen myötä. Tiedätkö, miten esim. voit alentaa CPAP-laitteen painetta itse? Tule kuuntelemaan maahantuoja Resmedin luentoa ja esittämään omia kysymyksiäsi.

Ke 14.05 klo 14.30-15.15 Kuulemme asukkaamme Oiva Räsäsen Äänisen matkasta; tulkaa kaikki kuuntelemaan!

To 15.05 klo 14.30-15.15 Katsomme tv:stä Valamon kansanopiston opettaja Pekka Tuovisen johdatuksen Konevitsan Jumalaäidin ikoniin. Konevitsan Jumalanäidin ikoni on Suomen vanhin ikoni, ja se kuuluu ns. ihmeitä tekeviin ikoneihin. Ihmeistä kerrotaan, vaikka ne eivät ole julkisia asioita.

Su 18.05 klo 15.30- viikonlopun elokuvana ”Viimeinen keisari”, mikä on elämäkertaelokuva kiinan viimeisestä lapsi-keisarista ennen vallankumousta, ja se on voittanut parhaan elokuvan Oscar-palkinnon. Tulkaa katsomaan elokuvaa!

Johtaja Ranja Kontturi paikalla ma 12.05 ja ti 13.05.

