



# M E R I K A R T A N O

## ASUKASTAPAHTUMAT 30.9. – 3.11.2024

Muutokset ovat mahdollisia. Päivitetty ohjelma on ilmoitustaululla.

### Maanantai 30.9.

09:00-10:00	Omatoiminen kuntosaliryhmä	Liikuntatila, P-kerros
10:00-11:00	Verkkaista ulkoilua Vilman kanssa	Lähtö aulasta
	<b>Esimerkiksi rollaattoria käyttäville!</b>	
13:00-14:30	Muistelevat miehet	Harrastetila
14:30-15:30	<b>Levyraati</b>	Ravintola
17:15-18:00	Kaisa laulattaa	Ravintola

### Tiistai 1.10. Miina Sillanpään päivä

14:00-15:30	Omatoiminen lauta- ja korttipeli -iltapäivä	Ravintola
17:00-19:00	Sauna omatoimisille miehille	Sauna, A/5. krs
17:30-19:00	<b>Yöhoidon muutokset,</b> <b>2. infotilaisuus asukkaille ja heidän läheisilleen</b>	Ravintola

### Keskiviikko 2.10.

10:00-11:00	Naisten yhteinen hetki	Harrastetila
13:00-15:00	Sarjakuvaryhmä senioreille	Saunakabinetti A/5. Krs
17:00-19:00	Sauna omatoimisille naisille	Sauna, A/5. krs

### Torstai 3.10.

10:00-11:00	Omatoiminen kuntosaliryhmä	Liikuntatila, P-kerros
13:00-14:00	Svenska klubben	Saunakabinetti A/5. krs
14:00-15:00	Muisteluryhmä	Harrastetila
	<b>Etukäteen ilmoittautuneille!</b>	
17:15-17:45	Verkkaista ulkoilua Lilo-koiran kanssa, <b>sopii kaikille!</b>	Lähtö aulasta

### Perjantai 4.10.

10:45-11:15	Tuolijumppa	Talvipuutarha
14:00-15:00	Seurakuntakerho	Harrastetila

### Lauantai 5.10.

### Sunnuntai 6.10.

## ***Vanhusten viikko: Hyvä arki, hyvä mieli***

### ***Maanantai 7.10.***

10:00-11:00	Omatoiminen kuntosaliryhmä	Liikuntatila, P-kerros
13:00-14:30	Muistelevat miehet	Harrastetila
14:00-15:30	Omatoiminen lauta- ja korttipeli -iltapäivä	Ravintola
17:15-18:00	Kaisa laulattaa	Ravintola

### ***Tiistai 8.10.***

10:00-14:00	Kotioptikoiden vastaanotto, <b>Varaa aika etukäteen tai tule käymään, lisätietoja ilmoitustaululla!</b>	Harrastetila
14:30-15:30	<b>Bingo</b>	Ravintola
17:00-19:00	Sauna omatoimisille miehille	Sauna, A/5. krs

### ***Keskiviikko 9.10.***

10:00-11:00	<b>Runonlausuntaa</b> , kirjailija Sinikka Paavilainen ja Päivi Miettinen	Aula
13:00-15:00	Sarjakuvaryhmä senioreille	Saunakabinetti A/5. Krs
14:30-15:30	<b>Tuokio rytmimusiikin ystäville, Leo Holmgren, Erja Uitto ja Ilkka Hanski soittavat!</b>	Ravintola
17:00-19:00	Sauna omatoimisille naisille	Sauna, A/5. krs

### ***Torstai 10.10. Aleksis Kiven päivä, Iäkkäiden ulkoilupäivä***

09:30-10:00	Lisävoimaa vuosiin ulkoilusta, <b>katsotaan yhdessä Ikäinstituutin webinaari!</b>	Harrastetila
10:00-11:00	Omatoiminen kuntosaliryhmä <b>Vilma paikalla!</b>	Liikuntatila, P-kerros
13:00-14:00	Svenska klubben	Saunakabinetti A/5. krs
15:30-16:00	Jorman digiopastus	Asukastietokonehuone
17:15-17:45	Verkkaista ulkoilua Lilo-koiran kanssa, <b>sopii kaikille!</b>	Lähtö aulasta

### ***Perjantai 11.10.***

10:45-11:15	Tuolijumppa	Talvipuutarha
14:00-15:00	Seurakuntakerho	Harrastetila

### ***Lauantai 12.10.***

### ***Sunnuntai 13.10.***

### Maanantai 14.10.

10:00-11:00	Omatoiminen kuntosaliryhmä	Liikuntatila, P-kerros
10:30-11:30	Kirjallisuuspiiri	Harrastetila
13:00-14:30	Muistelevat miehet	Harrastetila
13:00-14:00	Verkkaista ulkoilua Vilman kanssa	Lähtö aulasta
	<b>Esimerkiksi rollaattoria käyttäville!</b>	
14:00-15:30	Lauta- ja korttipeli -iltapäivä	Ravintola
17:15-18:00	Kaisa laulattaa	Ravintola

### Tiistai 15.10.

10:00-11:00	Muistia virkistävä hetki	Harrastetila
	<b>Tehdään yhdessä aivojumppatehtäviä!</b>	
14:30-15:30	<b>Levyraati</b>	Ravintola
17:00-19:00	Sauna omatoimisille miehille	Sauna, A/5. krs

### Keskiviikko 16.10.

10:00-11:00	Naisten yhteinen hetki	Harrastetila
17:00-19:00	Sauna omatoimisille naisille	Sauna, A/5. krs

### Torstai 17.10.

10:00-11:00	Omatoiminen kuntosaliryhmä	Liikuntatila, P-kerros
	<b>Vilma paikalla!</b>	
13:00-14:00	Svenska klubben	Saunakabinetti A/5. krs
14:00-15:00	Muisteluryhmä	Harrastetila
	<b>Etukäteen ilmoittautuneille!</b>	
17:15-17:45	Verkkaista ulkoilua	Lähtö aulasta
	Lilo-koiran kanssa, <b>sopii kaikille!</b>	

### Perjantai 18.10.

10:45-11:15	Tuolijumppa	Talvipuutarha
14:00-15:00	Seurakuntakerho	Harrastetila

### Lauantai 19.10.

### Sunnuntai 20.10.



### Maanantai 21.10.

10:00-11:00	Omatoiminen kuntosaliryhmä	Liikuntatila, P-kerros
13:00-14:30	Muistelevat miehet	Harrastetila
13:00-14:00	Verkkaista ulkoilua Vilman kanssa	Lähtö aulasta
	<b>Esimerkiksi rollaattoria käyttäville!</b>	
14:00-15:30	Lauta- ja korttipeli -iltapäivä	Ravintola
17:15-18:00	Kaisa laulattaa	Ravintola

### Tiistai 22.10.

10:00-11:00	<b>Kivien maalausta,</b> järjestää Omnian nuorten hyvinvointipaja	Harrastetila
14:30-15:30	<b>Levyraati</b>	Ravintola
17:00-19:00	Sauna omatoimisille miehille	Sauna, A/5. krs

### Keskiviikko 23.10.

10:00-13:00	Vaatemyynti, Keltto Oy	Talvipuutarha
10:00-11:00	Naisten yhteinen hetki	Harrastetila
13:00-15:00	Sarjakuvaryhmä senioreille	Saunakabinetti A/5. krs
17:00-19:00	<b>Syyskekkerit, ravintolan teemailta</b> <b>Etukäteen ilmoittautuneille,</b> <b>lisätietoa ilmoitustaululla!</b>	Ravintola
17:00-19:00	Sauna omatoimisille naisille	Sauna, A/5. krs

### Torstai 24.10. YK:n päivä

10:00-11:00	Omatoiminen kuntosaliryhmä <b>Vilma paikalla!</b>	Liikuntatila, P-kerros
10:30-12:00	Uudenmaan Muistiluotsi <b>Etukäteen ilmoittautuneille!</b>	Saunakabinetti A/5. krs ja harrastetila
13:00-14:00	Svenska klubben	Saunakabinetti A/5. kr
15:30-16:00	Jorman digiopastus	Asukastietokonehuone
17:15-17:45	Verkkaista ulkoilua Lilo-koiran kanssa, <b>sopii kaikille!</b>	Lähtö aulasta

### Perjantai 25.10.

10:45-11:15	Tuolijumppa	Talvipuutarha
14:00-15:00	Seurakuntakerho	Harrastetila

### Lauantai 26.10.

### Sunnuntai 27.10. Kesäaika päättyy!

### Maanantai 28.10.

10:00-11:00	Omatoiminen kuntosaliryhmä	Liikuntatila, P-kerros
13:00-14:30	Muistelevat miehet	Harrastetila
13:00-14:00	Verkkaista ulkoilua Vilman kanssa	Lähtö aulasta
	<b>Esimerkiksi rollaattoria käyttäville!</b>	
14:00-15:30	Lauta- ja korttipeli -iltapäivä	Ravintola
17:15-18:00	Kaisa laulattaa	Ravintola

### Tiistai 29.10.

10:00-11:00	Muistia virkistävä hetki	Harrastetila
	<b>Tehdään yhdessä aivojumppatehtäviä!</b>	
14:30-15:30	<b>Levyraati</b>	Ravintola
17:00-19:00	Sauna omatoimisille miehille	Sauna, A/5. krs

### Keskiviikko 30.10.

10:00-11:00	Naisten yhteinen hetki	Harrastetila
13:00-15:00	Sarjakuvaryhmä senioreille	Saunakabinetti A/5. krs
17:00-19:00	Sauna omatoimisille naisille	Sauna, A/5. krs

### Torstai 31.10.

10:00-11:00	Omatoiminen kuntosaliryhmä	Liikuntatila, P-kerros
	<b>Vilma paikalla!</b>	
13:00-14:00	Svenska klubben	Saunakabinetti A/5. kr
14:00-15:00	Muisteluryhmä	Harrastetila
	<b>Etukäteen ilmoittautuneille!</b>	
17:15-17:45	Verkkaista ulkoilua	Lähtö aulasta
	Lilo-koiran kanssa, <b>sopii kaikille!</b>	

### Perjantai 1.11.

10:45-11:15	Tuolijumppa	Talvipuutarha
13:00-14:00	TET-harjoittelijoiden tuottama ohjelma,	
	<b>Lisätietoa ilmoitustaululta lähempänä!</b>	
14:00-15:00	Seurakuntakerho	Harrastetila

### Lauantai 2.11. Pyhäinpäivä

### Sunnuntai 3.11.

