



# PUISTOKARTANO

## ASUKASTAPAHTUMAT 6.4.-3.5.2026

Muutokset ovat mahdollisia. Päivitetty ohjelma on ilmoitustaululla.

### Maanantai 6.4. 2. Pääsiäispäivä

09:00-10:00	Kuntosalin omatoimiryhmä	Kuntosali
15:00-16:00	<b>Naisten keskustelupiiri</b>	TV-huone
16:00-17:00	Sauna omatoimisille naisille	Sauna B/4. krs.
17:30-18:30	Sauna omatoimisille miehille	Sauna B/4. krs.

### Tiistai 7.4.

10:00-11:00	Ulkoilua vapaaehtoisen Tonym kanssa Omatoimisesti pärjääville!	
11:00-14:00	<b>Vaatemyynti Keltto Oy</b>	TV-huone
15:00-16:00	Tietovisa	Kabinetit, ravintola
16:30-17:30	<b>Seniorineuvola: Näkötuokio, Näkövammaisten liitto ry.</b>	Ravintola

### Keskiviikko 8.4.

13:00-13:45	<b>Trio Soft'n Blue esiintyy</b>	Aula
14:00-15:00	Seurakuntakerho	Kabinetit, ravintola

### Torstai 9.4. Mikael Agricolan päivä

10:00-10:30	<b>Jorman digiopastus</b> Tietokonehuone	B/4 krs.
10:00-11:00	Kuntosalin omatoimiryhmä	Kuntosali
10:00-12:00	<b>Työväenopiston käsityökurssi</b> ennakkoon ilmoittautuneille!	Saunakabinetti B/4 krs

### Perjantai 10.4.

10:00-10:30	Tuolijumppa	Aula
15:00-17:00	Asukkaiden pelit Lauta- ja korttipelejä	Kabinetit, ravintola
16:30-17:30	Puistokartanon pojat	Ravintola

### Lauantai 11.4.

13:00-13:30	<b>Vire-Lavis, tuolijumppaa</b>	Aula
15:00-17:00	Kirjakerho	Kabinetit, ravintola

### Sunnuntai 12.4.

### Maanantai 13.4.

09:00-10:00	Kuntosalin omatoimiryhmä	Kuntosali
12:30-13:30	<b>Ohjattu kuntosaliharjoittelu</b> Lisätietoa ilmoitustaululla!	Kuntosali
14:00-15:00	<b>Bingo</b>	Kabinetit, ravintola
16:00-17:00	Sauna omatoimisille naisille	Sauna B/4. krs.
17:30-18:30	Sauna omatoimisille miehille	Sauna B/4. krs.

### Tiistai 14.4.

10:00-11:00	Ulkoilua vapaaehtoisen ja Tarjan kanssa Omatoimisesti pärjääville!	
11:00-14:00	<b>Vaatemyynti SeniorShop</b>	TV-huone
15:00-16:00	Tietovisa	Kabinetit, ravintola

### Keskiviikko 15.4.

10:00-11:00	Muistia virkistävä tuokio Tehdään yhdessä aivojumppatehtäviä!	Aula
14:00-15:00	Seurakuntakerho	Kabinetit, ravintola

### Torstai 16.4.

10:00-11:00	Kuntosalin omatoimiryhmä	Kuntosali
10:00-12:00	<b>Työväenopiston käsityökurssi</b> ennakkoon ilmoittautuneille!	Saunakabinetti B/4 krs
14:00-15:00	Svenska klubben	Saunakabinetti B/4 krs.
14:00-15:00	Raamattupiiri	TV-huone
17:00-18:00	<b>Keskusteleva kulttuurikerho</b> ohjaaja Heli Leino-Holmsten	Saunakabinetti B/4 krs.

### Perjantai 17.4.

10:00-10:30	Tuolijumppa	Aula
15:00-17:00	Asukkaiden pelit	Kabinetit, ravintola
16:30-18:00	<b>Levyraati</b> Marja-Leena Muukka	Kabinetit, ravintola
16:30-17:30	Puistokartanon pojat	Ravintola

### Lauantai 18.4.

15:00-17:00	Kirjakerho	Kabinetit, ravintola
-------------	------------	----------------------

### Sunnuntai 19.4.

## Maanantai 20.4.

09:00-10:00	Kuntosalin omatoimiryhmä	Kuntosali
12:30-13:30	<b>Ohjattu kuntosaliharjoittelu</b> Lisätietoa ilmoitustaululla!	Kuntosali
13:00-14:30	<b>Kivien maalausta</b> <b>virikeohjaaja Hillan kanssa</b>	Saunakabinetti B 4/krs
15:00-16:00	Naisten keskustelupiiri	TV-huone
16:00-17:00	Sauna omatoimisille naisille	Sauna B/4. krs.
17:30-18:30	Sauna omatoimisille miehille	Sauna B/4. krs.

## Tiistai 21.4.

10:00-11:00	Ulkoilua vapaaehtoisen ja Tarjan kanssa Omatoimisesti pärjääville!	
14:00-15:00	<b>Seniorineuvola: Kuuloluento</b> <b>Tietoa kuulosta, sen heikkenemisestä,</b> <b>hoitamisesta ja ennaltaehkäisystä.</b> <b>Esitelmöimässä Uusikuulo.</b>	Ravintola
15:00-16:00	Tietovisa	Kabinetit, ravintola

## Keskiviikko 22.4.

10:00-12:00	<b>Kukkamyyniä</b> Soukanväylän puutarhamyymälä	Sisäpiha/Aula
14:00-15:00	Seurakuntakerho	Kabinetit, ravintola
16:30-17:30	<b>Trubaduuri Juha-Matti</b>	Aula

## Torstai 23.4.

10:00-10:30	<b>Jorman digiopastus</b> Tietokonehuone	B/4 krs.
10:00-11:00	Kuntosalin omatoimiryhmä	Kuntosali
17:15-18:15	Ilovirsi-lauluryhmä Espoonlahden helluntaiseurakunta	Kabinetit, ravintola

## Perjantai 24.4.

10:00-10:30	Tuolijumppa	Aula
15:00-17:00	Asukkaiden pelit	Kabinetit
16:30-17:30	Puistokartanon pojat	Ravintola

## Lauantai 25.4.

15:00-17:00	Kirjakerho	Kabinetit, ravintola
-------------	------------	----------------------

## Maanantai 27.4. Kansallinen veteraanipäivä

09:00-10:00	Kuntosalin omatoimiryhmä	Kuntosali
12:30-13:30	<b>Ohjattu kuntosaliharjoittelu</b> Lisätietoa ilmoitustaululla!	Kuntosali
14:00-15:00	<b>Bingo</b>	Kabinetit, ravintola
16:00-17:00	Sauna omatoimisille naisille	Sauna B/4. krs.
17:30-18:30	Sauna omatoimisille miehille	Sauna B/4. krs.

## Tiistai 28.4.

10:00-11:00	Ulkoilua vapaaehtoisen ja Tarjan kanssa Omatoimisesti pärjääville!	
13:30-14:15	<b>Varaslähtö Vappuun-konsertti</b> <b>Bianca Morales</b>	Aula
15:00-16:00	Tietovisa	Kabinetit, ravintola

## Keskiviikko 29.4.

12:00-15:30	<b>Kotioptikot Puistokartanossa</b> Lisätietoa ilmoitustaululla!	TV-huone
14:00-15:00	Seurakuntakerho	Kabinetit, ravintola

## Torstai 30.4.

10:00-10:30	<b>Tuolijumppa</b>	Aula
10:00-11:00	Kuntosalin omatoimiryhmä	Kuntosali
13:00-14:00	<b>Puistokartanon Ladyt</b> <b>esittävät keväisiä lauluja</b>	Aula
14:00-15:00	Svenska klubben	Saunakabinetti B/4 krs.

## Perjantai 1.5. Vapun päivä

	Vappulounas	
15:00-17:00	Asukkaiden pelit	Kabinetit
16:30-17:30	Puistokartanon pojat	Kabinetit, ravintola

## Lauantai 2.5.

15:00-17:00	Kirjakerho	TV-huone
-------------	------------	----------

