

SARASTUKSEN OHJELMA

HELMIKUU 2019

VIIKKO 6:

HYVINVOINTIASEMA SARASTUS

Valtatie 10, 46900 Inkeroinen

Palveluohjaaja puh: 040-5360156

hyvinvointiasema@kymijoenhoiva.fi

**Avoinna arkisin klo 9-14.30,
palveluohjaaja paikalla, ohjausta ja
neuvontaa saatavilla.**

Maanantai 4.2.2019

klo 10-10.30

Syreenissä tuolijumppa

klo 12-12.30

Tietovisa

klo 13-14.30

Suora virtuaaliluento Kouvolan

Ikäopistosta: Myötätuntoisen mielen voima

NETTITUPA avoinna arkisin klo 10-12,
henkilökohtaista opastusta.

LUENTO!

Tiistai 5.2.2019

klo 9-10

Keilailua

klo 12.30-13.30

Yhteislaulua pianon säestyksellä

klo 14-15

Kimmoja aivoille: Pelailua,
keskustelua ja virkistymistä, ohjaa
vapaaehtoinen Kimmo



Keskiviikko 6.2.2019

klo 10-10.30

Syreenissä keppijumppa

klo 10.30-11

Ritvan Pähkinät

klo 13.30-15

Syreenissä Senioritanssi-iltapäivä,
Inkeröisten liikuntaseuran
Uskollisuuden kiltä mukana



Torstai 7.2.2019

klo 10-11

Bingo

klo 12-13

Käsitöitä ja rupattelua

klo 13-14.30

Muistoissa taikaa –mennyttä aikaa:
Muistellaan Inkeröisten alueeseen liittyviä
muistoja, voit tuoda myös valokuvia

Muistojä!

Perjantai 8.2.2019

klo 9.30-10.30

Leikkiä päiväkodin lasten kanssa

klo 13-14

Ilmapallolentopalloa



Ohjelmamuutokset mahdollisia.

SARASTUKSEN OHJELMA

HELMIKUU 2019

VIIKKO 7:

HYVINVOINTIASEMA SARASTUS
Valtatie 10, 46900 Inkeroinen
Palveluohjaaja puh: 040-5360156
hyvinvointiasema@kymijoenhoiva.fi
Avoinna arkisin klo 9-14.30,
palveluohjaaja paikalla, ohjausta
ja neuvontaa saatavilla.

NETTITUPA avoinna arkisin klo 10-12,
henkilökohtaista opastusta.

Maanantai 11.2.2019

klo 10-10.30 Syreenissä tuolijumppa
klo 12-13 Käsitöitä ja rupattelua
klo 13-14.30 Ystävyyden tupa: tavataan muita,
jutellaan ja kahvitellaan



Tiistai 12.2.2019

klo 9-10 Curlingia
klo 12.30-13.30 Minä luen sinulle-kampanjan
lukutilaisuus. Lukijoita tulee
monikulttuurikeskus Saagasta
klo 14-15.30 Karaokea



Keskiviikko 13.2.2019

klo 10-10.30 Syreenissä keppijumppa
klo 10.30-11.15 Aivojumppaa
klo 13.30-14.30 Syreenissä Jorce ja CeCe
esittävät tanssimusiikkia



Torstai 14.2.2019

klo 10-11 Syreenissä hartaus ja ehtoollinen
klo 12-14 Hyvän mielen eväät-ryhmä
etukäteen ilmoittautuneille

Nettitupa suljettu, Sarastus suljettu klo 9-12.

Perjantai 15.2.2019

klo 9.30-10.30 Puuhaa päiväkodin lasten kanssa
klo 13-14 Yhteisulkoilua



Ohjelmamuutokset mahdollisia.

SARASTUKSEN OHJELMA

HELMIKUU 2019

VIKKO 8:

HYVINVOINTIASEMA SARASTUS
Valtatie 10, 46900 Inkeroinen
Palveluohjaaja puh: 040-5360156
hyvinvointiasema@kymijoenhoiva.fi
Avoimna arkisin klo 9-14.30,
palveluohjaaja paikalla, ohjausta
ja neuvontaa saatavilla.

NETTITUPA avoimna arkisin klo 10-12,
henkilökohtaista opastusta.

Maanantai 18.2.2019

klo 10-10.30 Tuolijumppa Syreenissä

klo 12-12.30 Tietovisa

Sarastus suljettu klo 13 eteenpäin.



Tiistai 19.2.2019

klo 9-10 Bocciaa

klo 12-13 Tietoa ikääntyvien palveluista ja etuuksista

klo 13-14 Käsitöitä ja rupattelua

klo 14-15 Kimmokkeita aivoille: Pelailua,
keskustelua ja virkistymistä

Keskiviikko 20.2.2019

klo 10-10.30 Syreenissä keppijumppa

klo 10.30-11 Ritvan Pähkinät

klo 13.30-14.30 Syreenissä Wetreät Weikot
esittävät tanssimusiikkia



Sarastus suljettu klo 13 eteenpäin.

Torstai 21.2.2019

klo 10-11 Muistikahvila: Aktivointia aivoille ja keholle

klo 12-12.45 Lukutoukat

klo 13-14.30 Muistoissa taikaa –mennyttä aika:
Muistellaan Anjalan alueeseen liittyviä
muistoja, saa tuoda valokuviakin!



Perjantai 22.2.2019

klo 9.30-10.30 Puuhaa päiväkodin lasten kanssa

klo 13-14 Tuolitanssia



Ohjelmamuutokset mahdollisia.

SARASTUKSEN OHJELMA

HELMIKUU 2019

VIIKKO 9:

HYVINVOINTIASEMA SARASTUS

Valtatie 10, 46900 Inkeroinen
Palveluohjaaja puh: 040-5360156
hyvinvointiasema@kymijoenhoiva.fi
Avoimna arkisin klo 9-14.30,
palveluohjaaja paikalla, ohjausta ja
neuvontaa saatavilla.

NETTITUPA avoimna arkisin klo 10-12,
henkilökohtaista opastusta.



Maanantai 25.2.2019

klo 10-10.30 Syreenissä tuolijumppa

Sarastus ja Nettitupa muuten suljettu, palveluohjaaja lomalla.

Tiistai 26.2.2019

Sarastus ja Nettitupa suljettu, palveluohjaaja lomalla.

Keskiviikko 27.2.2019

klo 10-10.30 Syreenissä keppijumppa

klo 13.30-14.30 Syreenissä Hormoonit Boys
esittää tanssimusiikkia



Sarastus ja Nettitupa muuten suljettu, palveluohjaaja lomalla.

Torstai 28.2.2019

klo 9-9.45 Aivojumppaa

klo 10-11 Runotupa

klo 12-13 Käsitöitä ja rupattelua

klo 13-14 Sanan ja sävelen iltapäivä,
Anjalankosken srk



Perjantai 1.3.2019

klo 9.30-10.30 Puuhaa päiväkodin lasten kanssa

klo 13-14 Takapihalla laskiaismäen koelaskua



Ohjelmamuutokset mahdollisia.