

Salva ry jäsenkirje 2/2020



Salostako Suomen onnellisin kaupunki ikääntyneille?

Jäin pohtimaan otsikon kysymystä, kun pidimme syksyn Seniorimessujen ensimmäisen palaverin? Messujen teema, On onni vanheta, on myös lokakuisen vanhusten viikon teema. Minusta Salon kannattaisi tavoitella onnellisimman kaupungin titteliä. Ei ole huono, jos seniori-ikäiset valitsevat kaupungin asuinpaikakseen, kaikkea vielä. Juuri eläkkeelle jääneet ovat rikkaus ja voimavara mille hyvänsä kaupungille. Moni salolainen tuntee näitä vastikään kaupunkiin muuttaneita ja on kuullut heidän ylistäviä puheitaan Salon hyvistä puolista. Niistä tekijöistä, joita ei aina arjessa näe, vaikka ne ovat ympärillämme. Olisiko aika hypätä heidän saappaisiinsa ja nähdä kotikaupunki Salo uusin silmin?

Mitä se onnellisuus sitten on? Yhdelle yhtä, toiselle toista. Uskon kuitenkin, että monelle onnea tuovat läheiset ihmiset; perhe ja ystävät. Terveys ja toimintakyky ovat itsestään selviä, samoin riittävä toimeentulo. Mitä muuta, kannattaa miettiä ja tulla torille kertomaan?

Salvan matkassa jäsenillä on mahdollisuus osallistua virikkeelliseen ja liikunnalliseen tekemiseen, tuoreet viikko-ohjelmat kutsuvat osallistumaan. Tervetuloa.

Tämän lisäksi järjestämme kuukausittain tapahtumia mm. Ikäakatemian infotilaisuuksia. Kevään aikana kannustamme olemaan ajoissa liikkeellä ja varautumaan moniin käytännönkin asioihin, jotta tulevaisuus olisi huoleton ja turvallinen.

Salvan kevätkokous on Iloansalossa **tiistaina 31.3.2020** klo 17.30. Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat, mm. vuoden 2019 tilinpäätös. Tervetuloa!

Arkisin terveisin

Anne Juntti, toiminnanjohtaja
044 7213 350 | anne.juntti@salva.fi

P.S. Tämän kirjeen mukana on toimitettu jäsenkortit 2020.

Kutsumme kylään

Iloansalon **Ikäkeskus avataan 2.4.** Silloin vietetään Kutsumatta kylään -päivää. Me kutsumme kaikki kylään tutustumaan toimintaamme. Ikäkeskuksen avajaiskahvit tarjotaan klo 14.00-15.30. Tehdään Iloansalo tutuksi etenkin uusille seniorisalolaisille.

”Kannattaa tulla hyvissä ajoin”

Yksittäisiä asuntoja Palvelukeskus Iloansalossa on vapaana. Kerro itsellesi tai ystävällesi, ettei ole liian aikaista muuttaa. Voit osallistua erilaisiin virikeryhmiimme. Iloansalosta on lyhyt matka, vaikka Salon torille. Tule tutustumaan ja tiedustele lisää, Anne 044 7213 350.

TERVETULOA ILOA ARKEEN -PYSÄKILLE VIRKISTYMÄÄN

Ilolansalo soi

Pe 13.3.	klo 14.30	Klaus Pennanen
Pe 20.3.	klo 14.30	UE – gospelia ja ikivihreitä
Pe 27.3.	klo 14.30	Ajokoirat
Pe 3.4.	klo 14.30	Kapa Ahonen
To 9.4.	klo 14.30	Kiirastanssit. Hannu's tanssittaa.
La 11.4.	klo 15.00	Kari Nieminen ja musiikkia pääsiäisen ratoksi
Pe 17.4.	klo 14.30	Mikko Kuivala & San Karit esittävät J.Karjalaisen hittejä
Su 19.4.	klo 15.00	Salon kamarikuoro: Kevään lauluja
Pe 24.4.	klo 14.30	Junkkarit
Ma 27.4.	klo 10.00	Veteraanikuoro

Ilolansalo laulaa

Ke 25.3.	klo 14.00	Kanttorin lauluhetki
Ke 22.4.	klo 14.00	Kanttorin lauluhetki
Ke 29.4.	klo 14.00	Yhteislaulua Atte Jäntin säestyksellä

Ikäakatemia

Ti 17.3. klo 17.30 **Edunvalvonta-asiaa, mitkä asiat on hyvä hoitaa ajoissa**
Kirsi-Marja Kaarlela, toiminnanjohtaja Salon Muistiyhdistys

Ti 21.4. klo 17.30 **Ikääntymisen lakiasiat**
Lakimies Erja Haikkonen Erlexia Oy:stä

Ilolansalo tutuksi maanantait **16.3., 20.4. ja 18.5.** klo 11.00 Palvelukeskus Ilolansalo. Tule tutustumaan ja kyselemään asumisesta ja palveluista Ilolansalossa, tuo tuttavasikin.

Seniorineuvola

Ti 17.3.	klo 8.00-10.00	Verensokerin mittaus
Ti 24.3.	klo 9.00-11.00	Verenpaineen mittaus
Ti 31.3.	klo 10.00	Reissuhammas
Ti 14.4.	klo 8.00-10.00	Verensokerin mittaus
Ti 21.4.	klo 9.00-11.00	Verenpaineen mittaus
Ti 28.4.	klo 10.00	Sydämen asialla

Sisältöä elämään

Pirkko Arstila luennoi sisällön löytämisestä elämään Salon VPK:n talolla tiistaina 28.4. klo 13.00. Samalla salolaiset järjestöt esittelevät toimintaansa. Myös Salva on paikalla. Toivottavasti tavataan.

Seniorimessut

Tänä vuonna Seniorimessut järjestetään Salon torilla 2.9. Tule esiintymään Talent-hetkeemme, ilmoittautumiset ennakkoon pasi.maenpaa@salva.fi , 044 7213 378.

Jäsenille ohjattu kuntosali

Salvan kuntoutus järjestää kuntosalin esittelyn. Jäsenemme pääsevät tutustumaan kuntosalimme laitteisiin ammattilaisten opastuksella. Merkitse kalenteriisi maanantai 30.3. klo 16.00 ja tule tutustumaan mitä on tarjolla ja miten niitä käytetään.

Hyödynnä Salvan jäsenyytesi etuja. Ilolansalon kuntosali on avoinna jäsenille joka päivä. Salvan terveysliikuntaryhmiin voit hypätä mukaan milloin vain, tutustumiskerta on ilmainen. Aikataulun löydät Ilolansalon infosta tai www.salva.fi viikko-ohjelma (liitteenä). Lähde mukaan vaikkapa ikämiesten kuntosaliryhmään tiistai-iltapäivisin klo 16.

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
8.00-9.00	6.00-8.00				11.00-13.00	11.00-13.00
18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	17.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00