

ILOLANSANOMAT

Joululahjat Ilolansalosta

Lahjakortti Salvan palveluihin on helppo lahja itselle ja läheiselle. Lahjakortilla saat esimerkiksi siivouksen, fysioterapian tai keittiön palveluita. Kysy lahjakorttia ravintolan kassalta. Kuntoutuksen tuotteet saat suoraan fysioterapeuteilta.

Jouluterveiset

Näiden Ilolansanomien mukana saat Jouluterveiset-lapun. Tuo terveisesi 10.12. mennessä infon postilaatikkoon. Terveiset julkaistaan Jouluilolansanomissa. Sanomissa on tarkemmin tietoa joulunajan ohjelmasta.

Joulukalenteri

Ilolansalon joulukalenteri avataan taas joka arkiamu aamunavauksen yhteydessä. Tule katsomaan, mitä tontut ovat jättäneet kalenteriin. Ravintolasalin aamunavauksessa kuulet päivän tapahtumat ja saat jumbppaa aivoille ja kropalle. Aamunavaukseen osallistuminen ei edellytä aamiaisen syömistä, mutta monipuolisen aamiaisen saat helposti Ravintola Ilolansalosta.

Joulupostimerkit

Ilolansalon kahvilassa on myynnissä joulupostimerkkejä. Yhden merkin hinta on 1,50 €. Edullisemmilla merkeillä joulukortit pitää lähettää viimeistään 13.12.2023.

Kinkkubingo

Perjantai 15.12. klo 10.30 Vanha sali
Joulun alla pelataan Ilolansalon perinteinen kinkkubingo. Pääpalkintona ”joulukinkku”. Tule mukaan. Osallistuminen on maksutonta.

Liukueste

Vaihtelevat kelit tuovat liukkaita kelejä. Kun liikut ulkona, muista olla varovainen. Ilolansalon kahvilassa on myynnissä kengän pohjaan laitettavia liukuesteitä. Esteitä on kahta eri kokoa. Niiden hinta on 10 €.

Krämpääkö kroppa?

Fysioterapeutin akuutti vastaanotto 8.12.
Salvan fysioterapeutti Anu Kannari katsoo alustavasti, mitä oireille voi tehdä. Varaa aika etukäteen fysioterapeutin maksuttomalle vastaanotolle 044 7213 355.

Kehonhuoltopäivä

Perjantai 1.12. Kuntosali
Tule aloittamaan joulukuu ihanan lempeällä liikunnalla. Mahdollisuus tutustua Salvan fysioterapeuttien tarjoamiin hoitoihin. Katso tarkemmin tiedot sisäsivuilta.

Terveisin Ilolansalon väki

PALVELUKESKUS ILOLANSALO

Joulukuu 2023



**Marraskuussa meitä
miellytti mahtava seura,
messevä musiikki sekä
yhteinen hyvä.**

JOULUKUU

Aloita päiväsi aamunavauksella.

Aamunavaus järjestetään joka arkiamu kello 8.30 ravintolasalissa.

Aamunavauksessa kuulet päivän ohjelman. Tarjolla on myös tietokilpakysymyksiä ja aamujumppa.

Tule aamunavaukseen ravintolasaliin tai kuuntele aamunavaus keskusradiosta.

Ravintolassa voit nauttia myös aamiaisen. Terveellinen ja säännöllinen ruoka on osa hyvinvointia ja lisää jaksamista.

Joulukuussa joulukalenteri avataan joka aamu aamunavauksen yhteydessä.

Tule katsomaan, mitä tontut ovat tuoneet yön aikana.

to 30.11. Jalkahoitaja Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.

Varaa aika Iloansalon Infosta. Hoidon hinta on 45 €

Modasol vaatemyynti Pääaula klo 10.30–14.00

Loppueriä ja paljon tarjouksia.

Aivotreenit Kabinetti Joutsen klo 13.00

Asukkaiden ja omaisten puurojuhla Ravintolasali klo 17.30

pe 1.12. Kehonhuoltopäivä Iloansalon kuntosali klo 10.45–14.00

Salvan kuntoutus järjestää Kehonhuoltopäivän.

Tule aloittamaan joulukuu ihanan lempeällä liikunnalla.

Osallistuminen on maksutonta.

10.35–11.30 Pilates. Harjoitteet tehdään lattialla, maton päällä

12.45–13.15 Liikkuvuusharjoituksia ja venyttelyä tuolilla istuen

13.15–13.30 Loppurentoutus

Päivän aikana on mahdollisuus lisäksi

- kokeilla kompressiolahkeita maksutta
- ottaa käsien parafiinihoitoja erikoishintaan 20 €
- testata tärinän vaikutusta rentoutumiseen
- ostaa terveystuotteita tai kuntoutuspalveluita pukin konttiin

Bingo Vanha Sali klo 10.30

Musta kuula Kabinetti Joutsen klo 13.00

Iloansalo soi: Hymyttäret ja totinen poika Ravintolasali klo 14.00

Ruotsinkielinen keskusteluryhmä Kabinetti Joutsen klo 15.00

su 3.12. Raamattu- ja virsiipiiri Ravintolasali klo 14.30

ma 4.12. Seija Mäkinen käsityömyynti Pääaula klo 10.00–14.00

Boccia Vanha sali klo 10.00

Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00

Pelikerho Vanha Sali klo 12.30

Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00

ti 5.12. Veteraanikuoro esiintyy Ravintolasali klo 14.00

Asukasilta Ravintolasali klo 18.00

ke 6.12. Itsenäisyyspäivä

JOULUKUU

- to 7.12.** **Aivotreenit** Kabinetti Joutsen klo 13.00
Levytuokio: Ollaan suomalaisia Ravintolasali klo 14.00
- pe 8.12.** **Fysioterapeutin akuutti vastaanottoaika**
Maksuton kartoituskäynti kropan krämppäämisiin
Salvan fysioterapeutti Anu Kannarin vastaanotolla.
Varaa aika etukäteen 044 7213 355.
Anja Lönnqvistin käsityömyynti Pääaula klo 10.00–14.00
Bingo Vanha Sali klo 10.30
Ilolansalo soi: Markku Peimola & Henna Rajaniemi
Ravintolasali klo 14.00
- la 9.12.** **”Kannarin pajan” Perfet Home -myynti** Pääaula klo 10.30–14.30
- su 10.12.** **Alusasumyynti** Pääaula klo 11.00–14.00
- ma 11.12.** **Jalkahoitaja Riitta Paju** K-kerroksen hoituhuoneessa.
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 45 €
Hilkka Seitzin käsityömyynti Pääaula klo 10.00–15.00
Boccia Vanha sali klo 10.00
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
Halikon nuorisoseuran senioritanssiryhmä: Iloista joulumeininkiä
Ravintolasali klo 14.00
Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00
- ti 12.12.** **Vyöhyketerapeutti Mervi Ahtinen** K-kerroksen hoituhuoneessa.
Varaa aika Ilolansalon infosta. Hoidon hinta 50 €.
Vyöhyketerapia tarjoaa koko kehon hoitoa jalkojen, säärien, käsien ja pään alueen kautta.
Seniorineuvola: Verensokerin mittaus klo 8.00–10.00
Makeis- ja maustemyyjä Pääaula klo 12.00–14.00
Ilolansalo soi: Pertun pojat Ravintolasali klo 14.00
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
- ke 13.12.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00
Yhteiskävely Pääovi klo 10.30
Kaiken kansan joululounas Ravintolasali klo 11.00–13.30
Ravintola Ilolansalon perinteinen joululounas.
Ikääntyvien yliopisto Kabinetti Joutsen klo 14.00
Musiikki elämän voimavarana. Kertomassa professori Suvi Saarikallio.
Tule katsomaan luentoa suorana lähetyksenä Jyväskylän yliopistosta.
- to 14.12.** **Villa Coco -myynti** Pääaula klo 10.00–14.00
Aivotreenit Kabinetti Joutsen klo 13.00
- pe 15.12.** **Kinkkubingo** Vanha Sali klo 10.30
Musta kuula Kabinetti Joutsen klo 13.00
Ilolansalo soi: Jäkälät Ravintolasali klo 14.00
Ruotsinkielinen keskusteluryhmä Kabinetti Joutsen klo 15.00
- la 16.12.** **Ilolansalo soi: Anu Kivelä & Jari Hakkarainen** Ravintolasali klo 15.00

JOULUKUU

- su 17.12. Raamattu- ja virsiipiiri** Peruttu
Seurakunnan tilaisuus Vanha Sali klo 15.30
Paikalla hoivamuusikko ja diakoni.
-
- ma 18.12. Joulumyyjäiset** Pääaula klo 10.00–15.00
Boccia Vanha sali klo 10.00
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
Ilolansalo soi: UE Ravintolasali klo 14.00
Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
-
- ti 19.12. Seniorineuvola: Verenpaineen mittaus** klo 9.00–11.00
Hyvien uutisten keskustelukerho Kabinetti Joutsen klo 13.30
Keskustellaan yhdessä iloisessa hengessä.
Salvavisa Vanha Sali klo 15.00
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
-
- ke 20.12. Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00
Yhteiskävely Pääovi klo 10.30
-
- to 21.12. Seniorineuvolan glögihetki** klo 10.00–11.00
Ilolansalon seniorineuvolan sairaanhoitajat kutsuvat juomaan kupposen glögiä joulun kunniaksi.
Riston valinnan joululauluja Vanha Sali klo 13.00
Aivotreenit Kabinetti Joutsen klo 13.00
-
- pe 22.12. Ilolansalo julistaa joulurauhan** Ravintolasali klo 8.30
Bingo Kabinetti Kielo klo 10.30
Huom paikka vaihtunut!
Ilolansalo soi: Soivakoti Ravintolasali klo 14.00
-
- la 23.12. Sonja laulattaa** Ravintolasali klo 15.00
-
- su 24.12. Jouluaatto**
-
- ma 25.12. Joulupäivä**
-
- ti 26.12. Tapaninpäivä**
-
- ke 27.12. Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00
Yhteiskävely Pääovi klo 10.30
Ilolansalo soi: Salon senioriharmonikkakerho Ravintolasali klo 14.00
-
- to 28.12. Jalkahoitaja Riitta Paju** K-kerroksen hoituhuoneessa.
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 45 €
Aivotreenit Kabinetti Joutsen klo 13.00
Levytuokio: Tunteet pinnassa Ravintolasali klo 14.00
-
- pe 29.12. Bingo** Vanha Sali klo 10.30
Ilolansalo soi: Kari, Janne & Jarmo Ravintolasali klo 14.00
-
- su 31.12. Uuden vuoden aatto**
Raamattu- ja virsiipiiri Ravintolasali klo 14.30
-