

ILOLANSANOMAT

Infon myytävät tuotteet

Infossa myytävät tuotteet voit jatkossa ostaa Ilolansalon kahvilasta. Kahvila on avoinna pidempään ja henkilökunta on aina paikalla. Kahvilassa käy maksuvälineenä myös Ilolansalon avain. Avain on sama, jolla maksat muun muassa syömisestä Ilolansalon ravintolassa.

Kahvilassa on nyt saatavilla postimerkkejä, adresseja sekä kuntoklubikortteja. Lisäksi kahvilasta voit ostaa peruselintarvikkeita sekä tuoreita leipomisia.

Infosta saat edelleen apua moniin asioihin kuten asumiseen Ilolansalossa sekä tietokoneen käytössä.

Risut ja ruusut

Maanantai 6.3. klo 14.00 Ravintolasali

Käymme yhdessä läpi palautteet, joita Ilolansalon asukkaat ja asiakkaat ovat antaneet. Henkilökunta vastaa tarvittaessa annettuihin palautteisiin.

Tilaisuudessa kerrotaan myös tulevista hinnanmuutoksista. Jos sinulla on palautetta annettavana Ilolansalon palveluista tai toiminnasta, voit jättää sen esimerkiksi pääoven luota löytyvään postilaatikkoon. Kaikenlainen palaute on tärkeää toiminnan kehittämisen kannalta.

Eduskuntavaalien laitosäänestys

Keskiviikko 22.3. Kabinetti Joutsen klo 9.00–11.00 ja 11.45–14.45

Eduskuntavaalien 2023 laitosäänestys järjestetään myös Ilolansalossa. Laitosäänestyksessä voivat äänestää vain Palvelukeskus Ilolansalon asukkaat. Ota äänestyspaikalle mukaan henkilöllisyystodistus.

Salvan henkilökunta auttaa tarvittaessa äänestämisessä.

Infotilaisuus Kelan palveluista

Torstai 9.3. klo 14.00 Ravintolasali

Kelan palveluasiantuntija Marita Ranta tulee vieraaksi Ilolansaloon. Hän kertoo mitä palveluita Kela tarjoaa ikäihmisille.

Ravintola Ilolansalon toripäivä

Perjantai 3.3. klo 11.00–13.00

Ravintola Ilolansalo järjestää toripäivän. Myynnissä on suolaista ja makeaa leivonnaista. Tule tekemään ostoksia.

English conversation group

Maanantaisin klo 14.00 Vanha Sali

Ylläpidä englannin kielen taitojasi. Käymme keskustelua tutuista asioista. Kielillä puhuminen on hyvä harjoitus muistillesi. Vetäjänä toimii sosionomiopiskelija Miko.

Tuo kuvasi esille. Tuo sinulle tärkeä valokuva toisten nähtäväksi. Kuva voi olla lapsuudestasi, kodistasi tai vaikka työstäsi. Tuo kuva infoon 18.3. mennessä. Kuvia katsotaan yhdessä maaliskuun lopulla.

Tämän runon haluaisin kuulla. Kerro mielirunosi. Jätä runo-toiveesi Ilolansalon postilaatikkoon. Runoesityksiä kuunnellaan videoilta huhtikuussa.

Terveisin Ilolansalon väki



PALVELUKESKUS ILOLANSALO

Maaliskuu 2023



**Nautitaan tiedosta ja
toiminnasta.**

MAALISKUU

Aloita päiväsi aamunavauksella.

Aamunavaus järjestetään joka arkiamu kello 8.30 ravintolasalissa. Aamunavauksessa kuulet päivän ohjelman. Tarjolla on myös tietokilpakymsymyksiä ja aamujumppa.

Tule aamunavaukseen ravintolasaliin tai kuuntele aamunavaus keskusradiosta.

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

ma 27.2. **Boccia** Vanha sali klo 10.00

Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00

Sonja laulattaa Ravintolasali klo 14.00

English conversation group Vanha Sali klo 14.00

Tule keskustelemaan englanniksi. Puhuminen on jumppaa aivoille.

Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00

ti 28.2. **Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00

ke 1.3. **Tuolijumppa** Vanha sali klo 9.30

Keppikävely Pääovi klo 10.00

Kanttorin lauluhetki Ravintolasali klo 14.00

Ikääntyvien yliopisto Kabinetti Joutsen klo 14.00

Hyvä ravitsemus iäkkään hyvinvoinnin ja toimintakyvyn tukipilari.

Dosentti Irma Nykänen. Suorana lähetyksenä Jyväskylän yliopistosta.

to 2.3. **Käsityö- ja pelikerho** Vanha Sali klo 12.30

Aivotreenit Kabinetti Joutsen klo 14.00

pe 3.3. **Ravintola Ilolansalon toripäivä** klo 11.00–13.00

SeniorShop myynti Pääaula klo 10.00–14.00

Bingo Vanha Sali klo 10.30

Ilolansalo soi: Kielot Ravintolasali klo 14.00

ma 6.3. **Risut ja ruusut** Ravintolasali klo 8.30

Tule kuuntelemaan mitä palautteita olemme saaneet asukkailta ja asiakkailta viimeisen puolen vuoden aikana.

Jalkahoitaja Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.

Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 45 €

Boccia Vanha sali klo 10.00

Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00

English conversation group Vanha Sali klo 14.00

Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00

ti 7.3. **Seniorineuvola: Verensokerin mittaus** klo 8.00–10.00

Ilolansalo laulaa Ravintolasali klo 14.00

Risto Salovaara & Yrjö Teuri laulattavat

Asukasilta Ravintolasali klo 18.00

ke 8.3. **Tuolijumppa** Vanha sali klo 9.30

Keppikävely Pääovi klo 10.00

Ikääntyvien yliopisto Vanha Sali klo 14.00

Miksi nykymusiikki on niin vaikeaa? Puhumassa säveltäjä Osmo Räihälä.

MAALISKUU

- to 9.3.** **Käsityö- ja pelikerho** Vanha Sali klo 12.30
Infotilaisuus Kelan palveluista Ravintolasali klo 14.00
Marita Ranta Kelasta kertoo, miten Kela auttaa ikäihmisiä ja mitä etuuksia on saatavilla.
Aivotreenit Peruttu
-
- pe 10.3.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30
Musta kuula Kabinetti Joutsen klo 13.00
Ilolansalo soi: Markku Peimola & Henna Rajaniemi
Ravintolasali klo 14.00
-
- la 11.3.** **Lauantai toivotut** Vanha Sali klo 13.00
-
- su 12.3.** **Raamattu- ja virsipiiri** Ravintolasali klo 14.30
-
- ma 13.3.** **Modasol-vaatemyynti - Uusi mallisto saapunut** Pääaula klo 10.30–14.00
Boccia Vanha sali klo 10.00
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
English conversation group Vanha Sali klo 14.00
Tule keskustelemaan englanniksi.
Kielillä puhuminen on hyvää aivojumppaa.
Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
-
- ti 14.3.** **Seniorineuvola: Verenpaineen mittaus** klo 9.00–11.00
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
-
- ke 15.3.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 9.30
Keppikävely Pääovi klo 10.00
Ikääntyvien yliopisto Kabinetti Joutsen klo 14.00
Muuttolinnut palaavat – mutta yhä pienempinä parvina. Luennoitsijoina ornitologi Pertti Koskimies ja valokuvaaja Jussi Murtosaari.
Luento suorana lähetyksenä Jyväskylän yliopistosta.
-
- to 16.3.** **Käsityö- ja pelikerho** Vanha Sali klo 12.30
Aivotreenit Kabinetti Joutsen klo 14.00
-
- pe 17.3.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30
Ilolansalo soi: Maalistanssit Ravintolasali klo 14.00
-
- la 18.3.** **Sonja laulattaa** Ravintolasali klo 14.00
Yhteislaulua Sonjan johdolla.
-
- su 19.3.** **Seurakunnan tilaisuus** Ravintolasali klo 14.30
Paikalla diakoniatyöntekijä Niina Jyllilä Salon seurakunnasta.
-
- ma 20.3.** **Boccia** Vanha sali klo 10.00
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
Ilolansalo laulaa: Yhteislaulua Ravintolasali klo 14.00
English conversation group Vanha Sali klo 14.00
Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.

MAALISKUU

- ti 21.3.** **Ortobio kenkämyynti** Pääaula klo 10.00–14.00
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
-
- ke 22.3.** **Eduskuntavaalien laitosäänestys**
Kabinetti Joutsen klo 9.00–11.00 ja 11.45–14.45
Lue lisää aiheesta Ilolansanomien etusivulta.
Jalkahoitaja Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 45 €
Tuolijumppa Vanha sali klo 9.30
Keppikävely Pääovi klo 10.00
Ikääntyvien yliopisto Vanha sali klo 14.00
Nykyarkkitehtuurin trendejä, suunnanmuutos ja katsaus menneisyyteen.
Kertomassa arkkitehti Henna Helander. Luento suorana Jyväskylästä.
-
- to 23.3.** **Käsityö- ja pelikerho** Vanha Sali klo 12.30
Aivotreenit Kabinetti Joutsen klo 14.00
-
- pe 24.3.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30
Musta kuula Kabinetti Joutsen klo 13.00
Ilolansalo soi: Pepe Enroth Ravintolasali klo 14.00
-
- la 25.3.** **Lauantain toivotut** Vanha Sali klo 13.00
-
- su 26.3.** **Raamattu- ja virsiپیri** Ravintolasali klo 14.30
-
- ma 27.3.** **Boccia** Vanha sali klo 10.00
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
English conversation group Vanha Sali klo 14.00
Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00
-
- ti 28.3.** **Seniorineuvola: Lihaskunto ja tasapaino kävelyn tukena**
Kabinetti Koivu klo 10.00
Salvan kuntoutuksen fysioterapeutit kertovat mitä pitäisi huomioida rollaattorin kanssa kävellessä.
Hyvien uutisten keskustelukerho Kabinetti Joutsen klo 13.30
Keskustellaan yhdessä iloisessa hengessä.
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
-
- ke 29.3.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 9.30
Keppikävely Pääovi klo 10.00
Kanttorin lauluhetki Ravintolasali klo 14.00
Ikääntyvien yliopisto Kabinetti Joutsen klo 14.00
Priorisointi terveydenhuollossa. Yliopistosairaalan johtaja Miia Turpeinen,
-
- to 30.3.** **Käsityö- ja pelikerho** Vanha Sali klo 12.30
Aivotreenit Kabinetti Joutsen klo 14.00
-
- pe 31.3.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30
Ilolansalo soi: Junkkarit Ravintolasali klo 14.00