

# ILOLANSANOMAT

## Presidentinvaalit

Presidentinvaaleissa on toinen kierros. Ilolansalossa on presidentinvaalien laitosäänestys. Äänestys on keskiviikkona 31.1.2024. Äänestää voit klo 9.00–11.00 ja klo 11.45–14.45. Äänestyspaikka on Kabinetti Kielo. Kabinetti Kielo on Ravintolasalin vieressä. Ilolansalon laitosäänestyksessä voivat äänestää vain Ilolansalon asukkaat.

## Mummodisko

Ravintolasali 29.2. klo 14.00  
Palvelukeskus Ilolansalon toiminnasta vastaa SALVA ry. Yhdistys täyttää tänä vuonna 25 vuotta. Synttäreitä juhlitaan karkauspäivänä. Silloin saamme vieraaksemme Mummodiskon ja aina iloisen Tuija Piepposen. Mummodiskossa meistä jokainen saa iloita tanssin muodossa. Tule mukaan nauttimaan

## Pikakaveritempaus

Ravintolasali 12.2. klo 14.00  
Pikakaveritempauksessa tutustutaan uusiin ihmisiin. Leikkimielisessä tapahtumassa uuden ihmisen kanssa saa keskustella vain viisi minuuttia, kunnes pari vaihtuu. Kuinka ehtii tutustumaan toiseen viidessä minuutissa? Tule kokeilemaan ja tutustu uusiin ihmisiin.

## Helmikuun juhlapäivät

Helmikuuhunkin mahtuu monenlaista juhlapäivää, Salvan syntymäpäivien lisäksi. Runebergin päivänä aiheena ovat Johan, Walter ja Fredrika Runeberg. Keitä he olivat? Laskiaistiistaina luvassa on yhdessä oloa. Ystävänäpäivänä lauletaan ystävänlauluja ja Kalevalan päivänä tutustutaan kansallisteokseemme. Tarkemmat päivät ja tiedot löydät tämän Ilolansanomien sisäsivuilta.

**Terveisin** Ilolansalon väki



## PALVELUKESKUS ILOLANSALO

Helmikuu 2024



**Juhlavuosi on kilistelty  
käyntiin ja Ilolansalon  
Impi on ehtinyt jo olla  
monessa mukana.**

# HELMIKUU

## Aloita päiväsi aamunavauksella.

Aamunavaus järjestetään joka arkiamu kello 8.30 ravintolasalissa. Aamunavauksessa kuulet päivän ohjelman. Tarjolla on myös tietokilpakymsyksiä ja aamujumppa. Tule aamunavaukseen ravintolasaliin tai kuuntele aamunavaus keskusradiosta. Ravintolassa voit nauttia myös aamiaisen. Terveellinen ja säännöllinen ruoka on osa hyvinvointia ja lisää jaksamista.

---

**ke 31.1. Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00

**Yhteiskävely** Pääovi klo 10.30

**Ikääntyvien yliopisto** Kabinetti Joutsen klo 14.00

Aiheena taiteen hoitava vaikutus. Puhujana taidehistorioitsija Teija Isohauta. Tule seuraamaan suoraa lähetystä Jyväskylän yliopistosta.

---

**to 1.2. Aivotreenit** Kabinetti Joutsen klo 13.00

**Levytuokio: Tien päällä** Ravintolasali klo 14.00

---

**pe 2.2. Fysioterapeutin poliklinikka vastaanottoaika**

Maksuton kartoituskäynti kropan krämppiin

Salvan fysioterapeutti Anu Kannarin vastaanotolla.

Varaa aika etukäteen 044 7213 355.

**Seniorshop vaatemyynti** Pääaula klo 10.00–14.00

**Bingo** Vanha Sali klo 10.30

**Ilolansalo soi: Duo Hannu ja Vesa** Ravintolasali klo 14.00

---

**la 3.2. Riitta Muuro korttimyynti** Pääaula klo 11.00–13.00

**Ilolansalo soi: Timo & Hannu** Ravintolasali klo 15.00

---

**su 4.2. Seurakunnan tilaisuus** Ravintolasali klo 15.00

---

**ma 5.2. Boccia** Vanha sali klo 10.00

**Runebergin päivä** Kabinetti Joutsen klo 10.00

Keitä olivat Walter, Fredrika ja Johan Ludvig Runeberg?

**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00

**Pelikerho** Vanha Sali klo 12.30

**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00

Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.

---

**ti 6.2. Seniorineuvola: Verenpaineen mittaus** klo 9.00–11.00

**Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00

---

**ke 7.2. Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00

**Yhteiskävely** Pääovi klo 10.30

**Ikääntyvien yliopisto** Kabinetti Joutsen klo 14.00

Väylä-romaanin syntyprosessi, kirjailijavieraana Rosa Liksom.

Tule katsomaan luentoa suorana lähetyksenä Jyväskylän yliopistosta.

---

**to 8.2. Aivotreenit** Kabinetti Joutsen klo 13.00

---

# HELMIKUU

- pe 9.2.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Musta kuula** Kabinetti Joutsen klo 13.00  
**Ilolansalo soi: Anna Schukov** Ravintolasali klo 14.15  
Huom! alkamisaika.  
**Ruotsinkielinen keskusteluryhmä** Kabinetti Joutsen klo 15.00
- 
- la 10.2.** **Lauantai toivotut** Ravintolasali klo 14.00
- 
- su 11.2.** **Raamattu- ja virsipiiri** Ravintolasali klo 14.30
- 
- ma 12.2.** **Boccia** Vanha sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Pikakaveritapahtuma** Ravintolasali klo 14.00  
**Salvavisa** Vanha Sali klo 15.00  
Ryhmätietovisailua, paikalle voi tulla yksinkin, ryhmiin mahtuu aina mukaan.  
**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
- 
- ti 13.2.** **Seniorineuvola: Verensokerin mittaus** klo 8.00–10.00  
**Ortobio kenkämyynti** Pääaula klo 10.00–13.00  
**Laskiaistiistain viettoa** Ravintolasali klo 14.00  
**Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- 
- ke 14.2.** **Ystävänäpäivä**  
**Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Yhteiskävely** Pääovi klo 10.30  
**Ilolansalo soi** Ravintolasali klo 14.00  
Sonja laulattaa ystäväpäivän lauluja  
**Ikäänntyvien yliopisto** Kabinetti Joutsen klo 14.00  
Miten pysyä kunnossa, kun liikkuminen on käynyt vaikeaksi?  
Kertomassa professori Sarianna Sipilä, Jyväskylän yliopistosta.  
Tule katsomaan luentoa suorana lähetyksenä Jyväskylän yliopistosta.
- 
- to 15.2.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.  
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 48 €  
**Modasol-vaatemyynti** Pääaula klo 10.30–14.00  
Uusi mallisto saapunut.  
**Aivotreenit** Kabinetti Joutsen klo 13.00
- 
- pe 16.2.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Ilolansalo soi: Markku Peimola ja Henna Rajaniemi**  
Ravintolasali klo 14.00
- 
- la 17.2.** **Ilolansalo soi: Soivakoti** Ravintolasali klo 15.00
- 
- ma 19.2.** **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  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.

# HELMIKUU

- ti 20.2.** **Ilolansalo laulaa** Ravintolasali klo 14.00  
Yhteislaulua Timo Rautalan ja Hannu Määttäsen säestyksellä.  
**Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- 
- ke 21.2.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Yhteiskävely** Pääovi klo 10.30  
**Ikääntyvien yliopisto** Kabinetti Joutsen klo 14.00  
Aiheena Kiina Xi Jinpingin aikakaudella. Kertomassa erikoistutkija Matti Puranen Maanpuolustuskorkeakoulusta.  
Tule katsomaan luentoa suorana lähetyksenä Jyväskylän yliopistosta.
- 
- to 22.2.** **Seniorineuvola: Kuulohuollon palvelupiste** Pääaula klo 13.00–15.00  
Kuuloyhdistyksen vapaaehtoiset antavat henkilökohtaista kuulo- lähipalvelua, neuvontaa ja opastusta kuulo- ja kuulokojeasioissa.  
**Aivotreenit** Kabinetti Joutsen klo 13.00  
**Levytuokio: Helmi-iskelmät** Ravintolasali klo 14.00
- 
- pe 23.3.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Musta kuula** Kabinetti Joutsen klo 13.00  
**Ilolansalo soi: Pepe Enroth** Ravintolasali klo 14.00  
**Ruotsinkielinen keskusteluryhmä** Kabinetti Joutsen klo 15.00
- 
- la 24.2.** **Ilolansalo soi: Sonja & Ismo** Ravintolasali klo 15.00
- 
- su 25.2.** **Raamattu- ja virsiipiiri** Ravintolasali klo 14.30
- 
- ma 26.2.** **Boccia** Vanha sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Juttelu tuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
- 
- ti 27.2.** **Hyvien uutisten keskustelukerho** Kabinetti Joutsen klo 13.30  
Keskustellaan yhdessä iloisessa hengessä.  
**Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- 
- ke 28.2.** **Jalkahoitaja Riitta Paju** K-kerroksen hoituhuoneessa.  
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 48 €  
**Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Yhteiskävely** Pääovi klo 10.30  
**Kalevalan päivä – Mieleni minun tekevi, aivoni ajattelevi**  
Kabinetti Joutsen klo 11.00  
**Ikääntyvien yliopisto** Kabinetti Joutsen klo 14.00  
Aiheena kaupunkilaisen juoma- ja ruokakulttuurin kehitysvaiheet.  
Kamarineuvos FL, FT h.c. Erkki Fredrikson  
Tule katsomaan luentoa suorana lähetyksenä Jyväskylän yliopistosta.
- 
- to 29.2.** **Aivotreenit** Kabinetti Joutsen klo 13.00  
**Salva 25 v - Mummodisko** Ravintolasali klo 14.00  
Tule tanssimaan yhdessä Tuija Piepposen kanssa.