

# ILOLANSANOMAT

**Heinäkuun** lopulla alkaa Suomessa satokausi, kun ensimmäiset marjat kypsyvät. Lisäksi tehdään heinätyöt, kuten kuukauden nimikin kertoo.

Heinäkuu on monin tavoin kesäisin kuukausi.

Heinäkuussa tulevat keskiverroin korkeimmat lämpötilat, vaikka vuoden pisin päivä onkin jo kesäkuussa.

Heinäkuussa lämpötila voi olla yli 20 asteen jopa vuorokauden ympäri.

Myös ukkosta esiintyy eniten heinäkuussa.

**Lämpötilan** noustessa on tärkeää muistaa juoda.

Hikoilemme huomaamatta koko päivän. Helteillä syöminenkin on tärkeää. Hikoilun mukana suola poistuu elimistöstä. Syö, vaikka aina ei olisikaan nälkä.

**Asunnot** käyvät Ilolansalossakin kuumiksi kesän myötä. Asuntoja kannattaa tuulettaa aamulla, kun ulkona on vielä viileää. Parvekkeen ovea ei kannata pitää auki päivällä. Parvekkeet lämpenevät nopeasti auringon myötä. Pidä ikkunaverhot tai kaihtimet suljettuna päivällä, jolloin estät suoran auringon paisteen pääsyn asuntoon.

Kabinetti Joutsen on ilmastoitu tila. Voit tulla vilvoittelemaan Joutseneen. Joutsen löytyy Ilolansalon aulasta, D-rapun hissien vierestä.

**Kesän** aikana voit nähdä monta uutta kasvoa Ilolansalon käytävillä. Vakituinen henkilökuntamme pitää ansaittuja kesälomiaan. Lomalaisia paikkaavat muun muassa alojen opiskelijat. Kohdellaan heitä ystävällisesti. Näytetään yhdessä, että tämä on ala, jossa on mukava työskennellä. Heidän apuaan tarvitaan jatkossakin. He ovat tulevaisuuden osaajia.

Myös kesäkoululaiset ovat apunamme. He ovat nuoria, jotka auttavat erilaisissa käytännön töissä.

Nuorille on tärkeää ensimmäinen kokemus työelämästä. Ollaan heillekin ystävällisiä ja näytetään, että työssä viihtyy.

## Salvan sukat

Salvan sukat ovat nyt myynnissä. Valkoiset sukat on koristeltu Salvan logolla. Sukkia on saatavilla neljää eri kokoa; 36–38, 39–42, 43–46 ja 47–50.

Voit ostaa sukat Ilolansalon kahvilasta.

Sukkapari maksaa 6 €.

**Terveisin** Ilolansalon väki



## PALVELUKESKUS ILOLANSALO

Heinäkuu 2024



**Kaikenlaista kesäkivaa.**

# HEINÄKUU

## Aloita päiväsi aamunavauksella.

Aamunavaus järjestetään joka arki-aamu kello 8.30 ravintolasalissa.

Aamunavauksessa kuulet päivän ohjelman. Tarjolla on myös visakysymyksiä 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 1.7.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.  
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 48 €  
**Mölkky** Sisäpiha klo 10.00  
Sateen sattuessa bocciaa Vanhassa Salissa.  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
- ti 2.7.** **Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- ke 3.7.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Ulkoilua yhdessä** Pääovi klo 10.30  
**Kesäkeittiö** Sisäpiha klo 17.00  
Myynnissä lettuja ja makkaraa. Musiikista vastaa Soivakoti.
- to 4.7.** **Levytuokio** Ravintolasali klo 14.00
- pe 5.7.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Ilolansalo soi: Kari Nieminen & Jarmo Mattila** Ravintolasali klo 14.00
- ma 8.7.** **Mölkky** Sisäpiha klo 10.00  
Sateen sattuessa bocciaa Vanhassa Salissa.  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
- ti 9.7.** **Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- ke 10.7.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Ulkoilua yhdessä** Pääovi klo 10.30  
**Kesäkeittiö** Sisäpiha klo 17.00  
Myynnissä lettuja ja makkaraa.  
Musiikista vastaa Pirkko Pelander & Antti Vainio
- pe 12.7.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Musta kuula** Kabinetti Joutsen klo 13.00  
**Ilolansalo soi: Timo Rautala ja Hannu Määttänen**  
Ravintolasali klo 14.00
- la 13.7.** **Ilolansalo soi: Soivakoti** Ravintolasali klo 15.00
- su 14.7.** **Raamattu- ja virsiپیری** Ravintolasali klo 14.30

# HEINÄKUU

- 
- ma 15.7.** **Mölkky** Sisäpiha klo 10.00  
Sateen sattuessa bocciaa Vanhassa Salissa.  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
- 
- ti 16.7.** **Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- 
- ke 17.7.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Ulkoilua yhdessä** Pääovi klo 10.30  
**Kesäkeittiö** Sisäpiha klo 17.00  
Myynnissä lettuja ja makkaraa.  
Musiikista vastaa Tutta Carpelan & Timo Rautala
- 
- to 18.7.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.  
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 48 €  
**Ilolansalo laulaa** Ravintolasali klo 14.00  
Yhteislaulua Sanna Räisäsen johdolla.
- 
- pe 19.7.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Ilolansalo soi: Soivakoti** Ravintolasali klo 14.00
- 
- la 20.7.** **"Kannarin pajan" Perfect Home -myynti** Pääaula klo 10.30–14.00  
Tarjolla käyttö- sisustus- ja lahjatavaroita.  
**Sonja laulattaa** Ravintolasali klo 15.00
- 
- ma 22.7.** **Mölkky** Sisäpiha klo 10.00  
Sateen sattuessa bocciaa Vanhassa Salissa.  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
- 
- ti 23.7.** **Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- 
- ke 24.7.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Ulkoilua yhdessä** Pääovi klo 10.30  
**Kesäkeittiö** Sisäpiha klo 17.00  
Myynnissä lettuja ja makkaraa.  
Musiikista vastaa Atte Jäntti.
- 
- pe 26.7.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Musta kuula** Kabinetti Joutsen klo 13.00  
**Ilolansalo soi: Atte Jäntti & Pertti Laine**  
Ravintolasali klo 14.00
- 
- la 27.7.** **Ilolansalo soi: Soivakoti** Ravintolasali klo 15.00
- 
- su 28.7.** **Raamattu- ja virsipiiri** Ravintolasali klo 14.30
-

# HEINÄKUU

- ma 29.7.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.  
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 48 €  
**Mölkky** Sisäpiha klo 10.00  
Sateen sattuessa bocciaa Vanhassa Salissa.  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
- ti 30.7.** **Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- ke 31.7.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Ulkoilua yhdessä** Pääovi klo 10.30  
**Kesäkeittiö** Sisäpiha klo 17.00  
Myynnissä lettuja ja makkaraa.  
Musiikista vastaa Soivakoti.

## Kesäkeittiö

### KESKIVIIKKOISIN KLO 17.00–18.00 SISÄPIHALLA

Ilolansalon perinteinen kesäkeittiö keskiviikkoisin. Myytävänä on makkaraa ja muurinpohjalettuja. Illan ratoksi tarjolla elävää musiikkia

- 3.7. Soivakoti  
10.7. Pirkko Pelander ja Antti Vainio  
17.7. Tutta Carpelan & Timo Rautala  
24.7. Atte Jänntti  
31.7. Soivakoti  
7.8. Markku Peimola & Henna Rajaniemi  
14.8. Pihafestarit: Emmi Raasumaa Trio  
21.8. Katriina Rainio & Timo Rautala  
28.8. Soivakoti

