

# ILOLANSANOMAT

**Korjaa astiasi** ravintolasalissa mahdollisuusiesi mukaan. Jos pystyt, palauta astiasi astiapalautuspisteelle. Teollasi autat henkilökuntaa, mutta pidät myös yllä omaa kuntoasi. Arjen pienet teot ovat tärkeä osa oman kunnan ylläpitämistä.

**Syyskuun** myötä myös Ilolansalon viikko-ohjelma on vaihtunut. Kesän aikana tauolla olleet ryhmät jatkuvat. Peli-kerho kokoontuu joka toinen tiistai. Tule mukaan pelaamaan kortti- ja lautapelejä yhdessä. Aivotreenit jatkuvat torstai-iltapäivissä. Erilaisten harjoitusten kanssa pidämme yllä muistin toimintaa. Boccia on ikäihmisille suunniteltu, sisätiloissa pelattava, helppo pallopele. Peli sopii myös liikuntarajoitteisille. Musta kuulaa pelataan joka toinen perjantai. Hyväntuulinen sanapeli, jossa keksitään sanoja kirjaimista. Ruotsinkielinen keskusteluryhmä sopii kaikille. Voit tulla vaikka vain kuunteluoppilaaksi. Ei tarvitse olla kielinero. Kielten puhuminen on hyvää harjoitusta aivoille kaiken ikäisenä.

**Seniorimessut** järjestetään Salon torilla 4.9.2024 klo 10.00–15.00. Ohjelmassa on muotinäytöksiä, mielenkiintoisia esittelijöitä, puhetta ajankohtaisista aiheista, sekä hyvää seuraa. Tänä vuonna messujen esiintyjänä on Tarja Lunnas.

## Salva 25 vuotta -juhlanäytelmä

Tiistai 27.8. klo 14.00 Vanha Sali

Ilolansalon asukkaat ovat tehneet näytelmän. Näytelmä kertoo yhdessä pärjäämisestä ja toisten auttamisesta. Kutsumme ensi-iltaan kaikki Palvelukeskus Ilolansalon asukkaat. Ensi-ilta on 27.8. klo 14.00 Vanhassa Salissa. Näytelmän kaksi muuta näytöstä ovat 29.8. klo 17.00 ja 1.9. klo 14.00.

**Seniorineuvolan** toiminta jatkuu myös syksyn myötä.

Joka kuukausi tarjolla on verenpaineen ja veren sokerin mittausta. Seniorineuvola järjestää myös luentoja mielenkiintoisista aiheista. Päivämäärät näille tapahtumille löydät Ilolansanomista.

## Ikääntyvien yliopisto

Parittoman viikon keskiviikko klo 14.00 Kabinetti Joutsen Ikääntyvien yliopisto jatkuu syyskuussa. Tarjolla on monipuolisesti luentoja mielenkiintoisista aiheista. Luennot lähetetään videon välityksellä suorana Jyväskylän yliopistosta. Kurssille ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Näet luentojen sisällön Ilolansanomista.

## Iloisin terveisin

Ilolansalon väki



## PALVELUKESKUS ILOLANSALO

Syyskuu 2024



**Kaikenlaista kesäkivaa.**

# SYYSKUU

## Aloita päiväsi aamunavauksella.

Aamunavaus järjestetään joka arkiamu 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.

- ti 27.8.** **Seniorineuvola: Verenpaineen mittaus** klo 9.00–11.00  
**Pelikerho** Peruttu  
**Salvan 25-vuotis juhlanäytelmä** Vanha Sali klo 14.00  
Näytelmän ensi-ilta. Lue lisää etusivulta.  
**Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- ke 28.8.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Kanttorin lauluhetki** Ravintolasali klo 14.00  
**Kesäkeittiö** Sisäpiha klo 17.00  
Myynnissä lettuja ja makkaraa. Musiikista vastaa Soivakoti.
- to 29.8.** **Jalkahoitaja**  
Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.  
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 48 €  
**Levytuokio: Lisää iskelmien naisia** Ravintolasali klo 14.00  
**Taiteiden yö**  
Ravintola auki koko illan  
○ **Salvan 25-vuotis juhlanäytelmä** klo 17.00 Vanha Sali  
Lue lisää etusivulta.  
○ **Karaokeilta** Ravintolasali klo 18.00–20.00
- pe 30.8.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Ilolansalo soi: Benjamin Enroth** Ravintolasali klo 14.00
- su 1.9.** **Salvan 25-vuotis juhlanäytelmä klo 14.00** Vanha Sali
- ma 2.9.** **Boccia** Vanha sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
- ti 3.9.** **Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- ke 4.9.** **Seniorimessut** Salon tori klo 10.00–15.00  
**Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00
- to 5.9.** **Aivotreenit** Kabinetti Joutsen klo 13.00  
**Levytuokio: Tähtiloistoa iltapäivään** Ravintolasali klo 14.00

# SYYSKUU

- pe 6.9. Fysioterapeutin poliklinikka vastaanottoaika**  
Maksuton kartoituskäynti kropan krämppiin  
Salvan fysioterapeutti Anu Kannarin vastaanotolla.  
Varaa aika etukäteen 044 7213 355.  
**Seniorshop** Pääaula klo 10.00–14.00  
**Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Musta kuula** Peruttu  
**Ilolansalo soi: Nicke & Caravan pojat: Tukkilaiset tuloo**  
Ravintolasali klo 14.00  
**Ruotsinkielinen keskusteluryhmä** Kabinetti Joutsen klo 15.00
- la 7.9. Ilolansalo soi: Sonja laulattaa** Ravintolasali klo 15.00
- su 8.9. Raamattu- ja virsiipiiri** Ravintolasali klo 14.30
- ma 9.9. Jalkahoitaja Riitta Paju** K-kerroksen hoituhuoneessa.  
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 48 €  
**Boccia** Vanha sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
- ti 10.9. Pelikerho** Vanha Sali klo 13.00  
**Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- ke 11.9. Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Ikääntyvien yliopisto** Kabinetti Joutsen klo 14.00  
Lukutaito ja kirjallisuus eloonjäämistaitoina  
Lukuvuoden avaus: Professori Marja-Kristiina Lerkkanen.  
Luennoitsijana toimittaja ja kirjallisuuden opettaja Aleks Salusjärvi.  
Tule katsomaan luentoa suorana lähetyksenä Jyväskylän yliopistosta.
- to 12.9. Aivotreenit** Kabinetti Joutsen klo 13.00  
**Ilolansalo soi: Jari Markus** Ravintolasali klo 14.00
- pe 13.9. Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Ilolansalo soi: Pispalan sälli** Ravintolasali klo 14.00
- la 14.9. Lauantain toivotut** Ravintolasali klo 14.00
- ma 16.9. Boccia** Vanha sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
- ti 17.9. Seniorineuvola: Verensokerin mittaus** klo 8.00–10.00  
**Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- ke 18.9. Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Ilolansalo laulaa** Ravintolasali klo 14.00  
Yhteislaulua Atte Jäntin ja Pertti Laineen johdolla.  
Tule katsomaan luentoa suorana lähetyksenä Jyväskylän yliopistosta.

# SYYSKUU

- 
- to 19.9.** **Aivotreenit** Kabinetti Joutsen klo 13.00  
**Levytuokio: Pikkutuhmaa, ei tosikoille** Ravintolasali klo 14.00
- 
- pe 20.9.** **Hilkka Seitz käsityömyynti** Pääaula klo 10.00–14.00  
**Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Musta kuula** Kabinetti Joutsen klo 13.00  
**Ilolansalo soi: Anna Schukov** Ravintolasali klo 14.00  
**Ruotsinkielinen keskusteluryhmä** Peruttu
- 
- la 21.9.** **”Kannarin pajan” Perfect Home myynti** Pääaula klo 10.00–14.00
- 
- su 22.9.** **Raamattu- ja virsipiiri** Ravintolasali klo 14.30
- 
- ma 23.9.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.  
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 48 €  
**Boccia** Vanha sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Hyvien uutisten keskustelukerho** Kabinetti Joutsen klo 13.30  
Keskustellaan yhdessä iloisessa hengessä.  
**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
- 
- ti 24.9.** **Ortobio kenkämyynti** Pääaula klo 10.00–14.00  
**Seniorineuvola: Verenpaineen mittaus** klo 9.00–11.00  
**Pelikerho** Vanha Sali klo 13.00  
**Salvavisa** Vanha Sali klo 15.00  
Leikkimielinen joukkuetietokilpailu. Tule mukaan pelaamaan yhdessä.  
**Asukasilta** Ravintolasali klo 18.00
- 
- ke 25.9.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00  
**Kanttorin lauluhetki** Ravintolasali klo 14.00  
**Ikääntyvien yliopisto** Kabinetti Joutsen klo 14.00  
Faktasta fiktion: miten tutkija alkaa sepittää satuja  
Luennoitsijana kirjailija Virpi Hämeen-Anttila.  
Tule katsomaan luentoa suorana lähetyksenä Jyväskylän yliopistosta.  
**Ilolansalo soi: Seppo Lankinen** Ravintolasali klo 18.00
- 
- to 26.9.** **Aivotreenit** Kabinetti Joutsen klo 13.00  
**Seurakunnan tilaisuus** Ravintolasali klo 15.00
- 
- pe 27.9.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30  
**Ilolansalon markkinat** Pääaula klo 10.00–12.00  
**Ilolansalo soi: Kielot** Ravintolasali klo 14.00
- 
- la 28.9.** **Lauantain toivotut** Ravintolasali klo 14.00
- 
- ma 30.9.** **Boccia** Vanha sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Juttelutuokio** E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00  
Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan illan ratoksi.
-