

ILOLANSANOMAT

Ilolansalon asukkaat ovat tyytyväisiä ja antavat Ilolansalon palveluille arvosanan 4,5, kun 5 on suurin arvo. Suurimmalla osalla vastanneista on ystäviä, ei kuitenkaan jokaisella. Muutama myös tuntee olonsa usein yksinäiseksi ja kärsii siitä. Tässä haastetta meille jokaiselle. Asukaskysely tehtiin loppuvuodesta 2017.

Kuukauden asukkaat

-Kuudenkymmenen vuoden aikana kertyy paljon yhteisiä muistoja ja valokuvia, kertoo Raini Tyventö.

Juuri näin on käynyt Rainin ja Kyllikki Lindholmin välillä. Kuusikymmentäluvun alussa Kyllikki muutti miehensä ja pienten lastensa kanssa Porista Saloon, miehen työn perässä.

-”Emmää kyllä lähe mihinkään” sanoi Lindholmin muija silloinkin, kun mies sai siirron. Vaan aika nopeaan sitä sai taipua, Kyllikki muistelee puolen vuosisadan takaista elämänmuutostaan.

Lindholmit asettuivat Salonkadun toiselle puolelle ja saivat naapureikseen kadun toiselle puolelle Tyvennot. Perheiden lähes saman ikäiset tyttäret olivat heti parhaita ystäviä, joita ei erottaneet edes tuolloin kadun keskellä kulkenut oja.

-Se oli syvä ja täynnä vettä. Lopulta miehet laittoivat siihen pari lankkua, jotta tytöt pääsivät yli, eikä meidän tarvinnut kurkkia keittiön ikkunasta ja pelätä heidän putoamistaan, Kyllikki muistelee.



Parinkymmenen naapureina vietetyn vuoden jälkeen ystävät muuttivat eripuolille kaupunkia, mutta yhteydenpito pysyi edelleen. Kun Ilolansalo II valmistui, oli aika tulla uudestaan naapureiksi. Tosin vasta elokuussa, kun ei mökiltä raaskinut aikaisemmin lähteä.

-Tuttuja oli vuosien aikana ollut, vaikka kuinka paljon, mutta on aivan eri, jos on joku tuttava tai joku, jonka on tuntenut kuusikymmentä vuotta. Joskus tulee sellainen olo, että Kyllikki tietää kaikkien minun asiaini, mutta ei siitä mitään haittaakaan ole, Raini kuvailee pitkäaikaista ystävyyttä.

Ystävällistä helmikuuta toivottaa SALVAN väki



**PALVELUKESKUS
ILOLANSALON
ASUKASTIEDOTE**

**HELMIKUU
2018**



Hyvää ystävänpäivää!

HELMIKUU ILOLANSALOSSA

Aamunavaus klo 8.30 joka arki-aamu Ravintolasalissa. Tervetuloa kuuntelemaan päivän ajankohtaiset asiat, visailut ja aamujumpalle. Ei edellytä aamiaisen syömistä.

Ilolansalon aulassa helmikuussa Muurlan opiston valokuvataiteen opiskelijoiden näyttely Ilolansalon palvelukodin asukkaista.

- to 1.2.** **Raamattupiiri** Tammikabinetti klo 10.30
Musta kuula Vanha Sali klo 13.00
Muistin aarreaitta -ryhmä klubikortti/2 € Vanha Sali klo 14.30
Valokuvausnäyttelyn avajaiset Pääaula klo 15.00
Viime marraskuussa Muurlan Opiston Valokuvauslinjan opiskelijat tutustuivat Ilolansalon Palvelukotien asukkaisiin ja heidän elämäänsä ja kuvasivat potret-teja sekä tilannekuvia heidän arjestaan. Tervetuloa kaikki asukkaat.
- pe 2.2.** **Tmi Pekka Helttunen** Pääaula klo 10.30-14.00
Sukkia ja paitoja ynnä muuta
Bingo klubikortti / 2 € Vanha Sali klo 10.30
Museopäivä lähtö Ilolansalon pääovi klo 13.30
Elliott Erwittin Retrospective -valokuvanäyttely Taidemuseo Veturitallissa. Näyttelyyn ilmainen sisäänpääsy. Ilmoittaudu Infoon torstaihin 2.2. mennessä.
Ilolansalo soi: Yhteislaulua haitarin säestyksellä Ravintolasali klo 14.30
- su 4.2.** **Raamattu- ja virsi-piiri** Vanha Sali klo 13.30
- ma 5.2.** **Boccia** Vanha Sali klo 10.00
Raamattuhetki Kabinetti Tammi klo 10.30
UUSI RYHMÄ. Tule yhdessä kuuntelemaan Jukka Norvannon radio-ohjel-maa, jossa käsitellään raamatun eri kohtia.
Puuhapiiri K-kerroksen Päiväkammari klo 13.00
Miesten vuoro Vanha Sali klo 14.00
Tervetuloa Ilolansalon miehet!
- ti 6.2.** **Seija Kantonen** koru- ja vaatemyynti aula klo 10.00-13.00
Ailin runo- ja monitoimipiiri Aino-koti klo 10.00
Laulukööri Vanha Sali klo 13.00 Tule mukaan yhteislauluun.
Sirpan kirjallisuuspiiri kokoontuminen pääaulassa klo 14.00
Tule mukaan keskustelemaan kirjoista ja lukemisesta
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
- ke 7.2.** **Iloa Arkeen -pysäkin avaus** Infon kulmilla klo 10.15
Tervetuloa tutustumaan Iloa arkeen -pysäkkiin
Raamattuhetki Kabinetti Tammi klo 10.30
Tule yhdessä kuuntelemaan radio-ohjelmaa, jossa käsitellään raamatun eri kohtia.
Manun jumppa Vanha Sali klo 11.00
Lukuryhmä Kabinetti Kielto klo 13.00
- to 8.2.** **SENIORINEUVOLA Lääkäri talossa** (Sallab) klo 12.00-15.00
Ajanvaraus 044 7213 364
Riitta Muuro myy kortteja klo 10.00-14.00 Pääaula
Raamattupiiri Tammikabinetti klo 10.30
Muistin aarreaitta -ryhmä klubikortti/2 € Vanha Sali klo 14.30
- pe 9.2.** **RISUT JA RUUSUT** Ravintolasali klo 8.30
Aamun avauksessa. Tule kuulemaan minkälaista palautetta on saatu. Asukasneu-vosto julkistaa Vuoden tiimin.
Bingo klubikortti / 2 € Vanha Sali klo 10.30
Ilolansalo soi: Kalervo Helenius ja tytöt talvitunnelmissa
Ravintolasali klo 14.30
- la 10.2.** **Lauantain toivotut** Vanha Sali klo 13.00
- su 11.2.** **Raamattu- ja virsi-piiri** Vanha Sali klo 13.30

HELMIKUU ILOLANSALOSSA

- ma 12.2.** **Boccia** Vanha Sali klo 10.00
Raamattuhetki Kabinetti Tammi klo 10.30
Puuhapiiri K-kerroksen Päiväkammari klo 13.00
- ti 13.2.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa, tai tarvittaessa kotona
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 37 €
SILKKIS-ryhmä Päivätoimintatila klo 13.00
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
- ke 14.2.** **SENIORINEUVOLA verensokerin mittaus** klo 8.00–10.00
Raamattuhetki Kabinetti Tammi klo 10.30
Tule yhdessä kuuntelemaan Jukka Norvannon radio-ohjelmaa, jossa käsitellään raamatun eri kohtia.
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
Lukuryhmä Kabinetti Kielo klo 13.00
Ilolansalo soi: Perttelin iltapäiväkuoro esiintyy Ravintolasali klo 14.30
Lauluja naisista
- to 15.2.** **Raamattupiiri** Tammikabinetti klo 10.30
Musta kuula Vanha Sali klo 13.00
Muistin aarreaitta -ryhmä klubikortti/2 € Vanha Sali klo 14.30
- pe 16.2.** **Muistineuvola** muistihoitajan vastaanotto Seniorineuvola, maksullinen
ajanvaraus etukäteen Kirsi Haapala 044 721 3372
Bingo klubikortti / 2 € Vanha Sali klo 10.30
SALVAvisa Vanha Sali klo 13.00
Ryhmätietovisailua, paikalle voi tulla yksinkin, ryhmiin mahtuu aina mukaan.
Ilolansalo soi: Markku Peimola ja Henna Rajaniemi Ravintolasali klo 14.30
Ystävänlauluja.
- su 18.2.** **Raamattu- ja virsiapiiri** Vanha Sali klo 13.30
- ma 19.2.** **Boccia** Vanha Sali klo 10.00
Raamattuhetki Kabinetti Tammi klo 10.30
Tule yhdessä kuuntelemaan Jukka Norvannon radio-ohjelmaa, jossa käsitellään raamatun eri kohtia.
Puuhapiiri K-kerroksen Päiväkammari klo 13.00
Miesten vuoro Vanha Sali klo 14.00
Tervetuloa Ilolansalon miehet.
- ti 20.2.** **SENIORINEUVOLA verenpaineen mittaus** klo 9.00–11.00
Ailin runo- ja monitoimipiiri Aino-koti klo 10.00
Laulukööri Vanha Sali klo 13.00
Tule mukaan yhteislauluun.
Helmirieha Ilolansalon sisäpiha klo 13.30
Tule mukaan nauttimaan talven riemusta. Tarjolla mehua ja makkaraa sekä mukavaa tekemistä ja hyvää seuraa.
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
- ke 21.2.** **Raamattuhetki** Kabinetti Tammi klo 10.30
UUSI RYHMÄ. Tule yhdessä kuuntelemaan Jukka Norvannon radio-ohjelmaa, jossa käsitellään raamatun eri kohtia.
Manun jumppa Vanha Sali klo 11.00
Lukuryhmä Kabinetti Kielo klo 13.00
- to 22.2.** **SENIORINEUVOLA Päänsärky – huimaus – mikä avuksi** klo 10.00
Raamattupiiri Tammikabinetti klo 10.30
Muistin aarreaitta -ryhmä klubikortti/2 € Vanha Sali klo 14.30
-

HELMIKUU ILOLANSALOSSA

- pe 23.2.** **Bingo** klubikortti / 2 € Vanha Sali klo 10.30
Veteraanituokio Muistelmia talvelta 1918 Vanha Sali 13.00
Risto Lietepohjan johdolla keskustelua Suomen Sisällissodan vuodesta
Ilolansalo soi: Harmonikkapartio kera Ritva ja Sinikka Ravintolasali klo 14.30
- la 24.2.** **Lauantain toivotut** Vanha Sali klo 13.00
- su 25.2.** **Raamattu- ja virsiipiiri** Vanha Sali klo 13.30
- ma 26.2.** **Boccia** Vanha Sali klo 10.00
Raamattuhetki Kabinetti Tammi klo 10.30
UUSI RYHMÄ. Tule yhdessä kuuntelemaan Jukka Norvannon radio-ohjelmaa, jossa käsitellään raamatun eri kohtia.
Puuhapiiri K-kerroksen Päiväkammari klo 13.00
Ilolansalon kino esittää: Onnellinen mies Kabinetti Joutsen klo 17.00
Arto Paasilinnan satiirinen kertomus siltainsinööri Jaatisesta ja hänen toimistaan Kuusmäen kunnassa.
- ti 27.2.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa, tai tarvittaessa kotona
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 37 €
SENIORINEUVOLA sairaanhoitajan vastaanotto klo 9.00
Ajanvaraus 044 7213 364 Eeva-Kaarina Ikonen, maksullinen
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
- ke 28.2.** **Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00
Lukuryhmä Kabinetti Kielto klo 13.00
Ilolansalo laulaa: Oo Las Palmas Ravintolasali klo 14.30
Talviloman kunniaksi lauletaan yhdessä lauluja matkoista etelän lomakohteisiin.
IKÄAKATEMIA: Kerrataan Kalevalaa Ravintola Ilolansalo klo 17.30
Kalevalanpäivän merkeissä keskustelua Suomen kansalliseepoksesta lehtori Sirpa Lehtosen johdolla.

PITÄÄKÖ OLLA HUOLISSAAN

Seniorineuvolassa käynnistyvät Pitääkö olla huolissaan -tilaisuudet. Kerran kuukaudessa sairaanhoitaja Eeva Ikonen vastaa asukkailta etukäteen tulleisiin, hyvinvointiin liittyviin kysymyksiin. Toimita mieltäsi askarruttava kysymys Seniorineuvolan postilaatikkoon ja tule kuuntelemaan vastauksia. Pitääkö olla huolissaan -päivät löydät Ilolansanomista.

Mistä polven nesteilyssä on kyse?

Usein tämäkin vaiva liittyy polven nivelrikkoon, jonka taudinkuvaan kuuluvat myös tulehdusvaiheet. Kun tulehdusvaihe iskee, polven nivelonteloon kertyy nivelnestettä ja polveen voi tulla särkyä ja liikerajoituksia. Polvinivelen turpoaminen voi johtua myös polvivammasta tai reumatulehduksesta. Neste aiheuttaa polveen kiristystä ja polvi tuntuu jäykemmältä.

Nesteen kertymisen syy pitää aina selvittää lääkärissä

Pitääkö olla huolissaan ensimmäisen kerran maaliskuussa.