

ILOLANSANOMAT

UUSIN HARRASTUKSIN UUTEEN VUOTEEN TARJOLLA ILOLANSALOSSA:



Ulkoilukaveri Salvan vapaaehtoisesta! Nämä vapaaehtoiset voivat lähteä ulkoilemaan vaikka muutaman tunnin varoituksella arkipäivisin. Ilmoita ulkoiluhalukkuutesi hoitajalle, joka soittaa ulkoilukaverille! Lisätietoja myös Anulta p. 88356

Leikitään näyttelemistä . ryhmä starttaa ma 12.1. klo 10. Ohjaajana vapaaehtoisemme Elsa Rantanen, joka on itse näytellyt mm. harrastajateattereissa. Tarkoitus on kaivaa esiin osallistujasta oma sisäinen näyttelijä, aiempaa kokemusta näyttelemisestä ei tarvita, harjoituksia tehdään pikemminkin leikin kautta kuin rypyytsaisesti. Ei ennakoilmoittautumista. Nähdään Vanhassa Salissa!

Ystäväpiiri-ryhmä alkaa to 12.2. klo 13-15 Ilolansalossa. Ryhmässä pyritään lieventämään yksinäisyyden tunnetta keskusteluin ja esimerkiksi kulttuurin keinoin. Ryhmä on ns. suljettu ryhmä, jossa osallistujat eivät vaihdu. Ystäväpiiri kokoontuu viikoittain, yhteensä 12 kertaa, ohjaajina toimivat Ilolansalon hoitaja Ritva sekä vapaaehtoinen Virve. **Ilmoittaudu infoon tammikuun aikana**, kaikki ilmoittautuneet haastatellaan ennen ryhmän alkua. Ryhmään valitaan korkeintaan 8 henkilöä.

Tasapainoryhmä on paljon odotettu ja se alkaa tammikuussa. Sisältää alkulämmittelyä, tasapainoharjoitteita sekä loppuvenyttelyä. Ohjaajana fysioterapeutti, maksu 10 krt/55 " . kysy lisää ja ilmoittaudu fysioterapeuteille asukaspuhelimella 88355.

Päivätoimintaan voit osallistua Ilolansalossa keskiviikkoisin. Ryhmä on tarkoitettu erityisesti niille joilla esim. muistisairautta, ovat omaisensa hoidossa tai tarvitsevat tukea kotona pärjäämisessä. Koko päivän hinta 59,50 " (aamupala, lounas, kahvi sekä koko päivän toiminta) ja puoli päivää 25 " . Päivän tavoitteena on tarjota asiakkaalle virkistystä sekä toimintakykyä ylläpitävää toimintaa, esim. ulkoilua, tuolijumppaa, kädentaitoja, muistipähkinöitä, tietoisuuksia. Lisätiedot Emilialta, 88374.

Lisää tekemistä löytyy toisaalta Ilolansanomista. On tärkeä lähteä mukaan toimintaan. Uusia toivotaan mukaan!

ASUKASNEUVOSTOVAALIT . jaamme tammikuun puolivälissä erillisen vaalitiedotteen, josta löytyy ehdokkaiden nimet ja äänestysohje.

Uteliaana kohti tulevaa...
Terveisin Ilolansalon väki

PALVELUKESKUS ILOLANSALON ASUKASTIEDOTE

TAMMIKUU 2015



Kohta on jo Kesä?



TAMMIKUUN ILOLANSALOSSA

- ma 5.1.** Jalkahoitaja klo 8.30 alkaen. Ajanvaraukset info tai asukaspuhelimella 300
EI Puuhapiiriä
- ti 6.1.** Ailin runo- ja monitoimipiiri klo 10, Vanha Sali (loppiaisesta huolimatta!)
EI laulukööriä!
ASUKASILTA -kahvia ja korppua+klo 18 Vanha sali, vapaata seurustelua, pelejä!
- ke 7.1.** Manun tuolijumppa klo 10.30 Vanha Sali, maksuton
Kanttorin lauluhetki Ravintolasalissa klo 14.30
- to 8.1.** LÄÄKÄRI TALOSSA, (Sallab) Ajanvaraukset etukäteen Eeva Ikoselta p. 88 364
- pe 9.1.** SALVAvisa klo 14 Ravintolasalissa, tietovisailua 5 henkilön ryhmissä
- la 10.1.** Lauantain toivotut **Ē** ryhmä Vanhassa Salissa klo 13-14, maksuton
- ma 12.1.** Verensokerimittaus klo 8 alkaen (2 ") Seniorineuvola, ilman ajanvarausta
Leikitään näyttelystä **Ē** ryhmä alkaa! klo 10 Vanhassa Salissa **UUTTA!**
- Puuhapiiri jatkaa vanhaan malliin uusissa tiloissa K-kerros Päiväkammari klo 13-15**
- ti 13.1.** KARAOKEtanssit Hannu Määttäsen johdolla klo 17.30 Ravintolasalissa
ASUKASILTA -kahvia ja korppua+klo 18 Vanha sali, vapaata seurustelua, pelejä!
- ke 14.1.** Tuolijumppa klo 10.30 - 11.00 Vanha Sali, maksuton
- to 15.1.** Seniorineuvolassa Infotilaisuus jalkojen hyvinvoinnista yhteistyössä Kuninkaantien Apteekin kanssa klo 10.00
Tasapainoryhmä alkaa ennakkoon ilmoittautuneille klo 11 kuntosalilla
- pe 16.1.** Riitta Muuro myy kortteja klo 10 - 13 pääaulassa
- Veteraanituokio Risto Lietepohjan johdolla klo 13 Vanha Sali, Aiheena Ĩ Muistellemme joulukirkkomatkoja! maksuton**
- ma 19.1.** Verenpaineen mittaus klo 8 - 10 Seniorineuvola, maksuton, ei ajanvarausta
Jalkahoitaja talossa klo 8.30 alkaen. Ajanvaraukset info tai asukaspuhelimella 300
- ti 20.1.** Ailin runo- ja monitoimipiiri klo 10, Vanha Sali
Ikäakatemia klo 17.30, Ravintolasali, Toimittaja Asko Lehtonen aiheena Ĩ Miten uutisesta tehdään huumoria?Ĩ maksuton
EI ASUKASILTAA!
- ke 21.1.** Manun tuolijumppa klo 10.30 Vanha Sali, maksuton
- to 22.1.** Kausiklubi klo 10.30 Anne Juntin kanssa, Kabinetti Tammi
- pe 23.1.** Muistineuvola, muistihoidajan vastaanotto, ajanvaraus etukäteen Kirsi Haapala asukaspuhelimella p. 88 372, Seniorineuvola. Varaa aika jos muisti huolestuttaa!
Ilolansalo Soi Ē lauluryhmä Junkkarit Ravintolasalissa klo 14
- la 24.1.** Lauantain toivotut **Ē** ryhmä Vanhassa Salissa klo 13-14, maksuton
SALVA ry:n vapaaehtoistoiminta esillä kauppa- ja harrastuskeskus Plazan Fun & Hobby tapahtumassa klo 10-16
- ma 26.1.** Seniorineuvola, sairaanhoitajan vastaanotto klo 8.00 alkaen. Varaa aika etukäteen p. 88364/lkonen
- ti 27.1.** Tiedotustilaisuus Ystäväpiiri- ryhmätoiminnasta Ravintolasalissa klo 14.15
ASUKASILTA -kahvia ja korppua+klo 18 Vanha sali, vapaata seurustelua, pelejä!
- ke 28.1.** Tuolijumppa klo 10.30 - 11.00 Vanha Sali, maksuton
Ilolansalon Kino klo 17, Vanha Sali, elokuvana Ĩ Raja 1918Ĩ, maksuton
- pe 30.1.** Riitta Muuro myy kortteja klo 10 - 13 pääaulassa

Uutta Ravintola Ilolansalossa!

Ala carte lounas Perjantaina 30.1.2015 klo 12 - 14

Kolmen ruokalajin lounas, kaksi eri menu vaihtoehtoa

Pöytävaraukset ti 27.1.2015 mennessä (ei ilman pöytävarausta) Ravintola Ilolansalon kahviin, elina.tuominen@salva.fi tai puh 02 721 3353, asukaspuhelimella 353.

VIIKON VIRKISTYKSEKSI ILOLANSALOSSA Å

Tammikuun viikko-ohjelman ryhmät Ë Tervetuloa mukaan uudet tuttavuudet!

Päivä alkaa mukavasti aamunavauksella joka arkiamu klo 8.30 Ravintolasalissa!

ma	Leikitään näyttölemistä (12.1. alk)	klo 10	Vanha Sali
	Puuhapiiri (12.1. alk)	klo 13-15	K-kerroksen päiväkamvari
	**Vahvat leikit kuntosaliryhmä (12.1.alk)	klo 9.30	Kuntosali ilmoittaudu p.88355
	***Sisulla ja sydämellä kuntosaliryhmä	klo 11	Kuntosali ilmoittaudu p.88358
	***Sisulla ja sydämellä kuntosaliryhmä	klo 12.45	Kuntosali ilmoittaudu p.88358
ti	Ailin runo- ja monitoimipiiri	klo 10	Vanha Sali
	Hengelliset laulut (parittomat viikot)	klo 13	Vanha Sali
	Laulukööri (parilliset viikot, 20.1. alk.)	klo 13	Vanha Sali
	Asukasilta	klo 18	Vanha Sali
ke	**Leiditsumppa (7.1. alk)	klo 9.30	Kuntosali
	Tuolijumppa (parittomat viikot)	klo 10.30	Vanha Sali
	Manun jumppa (parilliset viikot)	klo 10.30	Vanha Sali
	***Tasapainoryhmä	klo 11	Kuntosali ilmoittaudu p. 88358
	Lukuryhmä	klo 13	Kabinetti Kielo
	Kimppakävely (ei ohjaajaa)	klo 14.30	lähtö Ilolansalon pääovelta
	Ikämiesten ohjattu kuntosaliryhmä	klo 16	Kuntosali
to	*Muistin Aarreaitta, Muistipähkinät	klo 13.30	Vanha Sali
pe	*Bingo	klo 10.30	Vanha Sali
	*Vahvat leikit kuntosaliryhmä (15.1.alk)	klo 9.30	Kuntosali
	*Veteraanien kuntosaliryhmä	klo 11.30	Kuntosali
la	Lauantain toivotut (parilliset viikot)	klo 13	Vanha Sali
su	Raamattu- ja virsiipiiri	klo 13.30	Vanha Sali

merkitty ryhmä maksullinen, joko klubikortti/2 Ötai **kuntoklubikortilla Ëosta omasi Infosta, *laskutetaan erikseen*

Virikkeellisistä ja liikunnallisista ryhmien sisällöstä lisätietoa viikko-ohjelma esitteessä

HUOM! Aulan ilmoitustaululta päivän tapahtumat ja muutokset!

Ajankohtaisimman tiedon kunkin päivän tapahtumista ja esim. tapahtuman ajasta ja paikasta löydät pääaulan lehtilukusalin **tussitaululta**, kannattaa tarkkailla päivittäin! Silloin tällöin, yhteensattumista johtuen esim. tapahtumapaikka voi muuttua ennalta ilmoitetusta

ILOLANSALON kuntosalivuorot

Asukkaille

ma-to	klo 17-18
pe	klo 16-17
la	klo 10-11
su	klo 9-10

SALVA ry:n jäsenet

ma-to	klo 18-19
pe	klo 17-18
la	klo 11-12 ja 15-16
su	klo 10-11 ja 15-16



ja jäseneksi voi liittyä jokainen, jota vanheneminen kiinnostaa Å jäsenmaksu v. 2015 25 Ö

SALVAN PUHELINLUETTELO

Asukaspuhelimella soittaessa työntekijän kännykkänumeroon valitse 88 ja kolme viimeistä numeroa esim. 88367. Keskukseen ja muille asukkaille soittaessa riittää kolme viimeistä numeroa.

Info, vaihde ma - pe klo 9-15	(02) 7213 300
Johtaja Anne Juntti	044 7213 350
Taluspäällikkö Terhi Tuominen	044 7213 351
Palvelupäällikkö Heli Koskela	044 7213 352
Palveluohjaaja Anu Hirvikorpi	044 7213 356
Hallintosihteeri Sini Rajala	044 7213 367
SOTE- Palvelupäällikkö Taina Vilén	044 7213 360
Palvelutalo, kotihoito, vastaava sairaanhoitaja Eeva Ikonen	044 7213 364
Palvelutalo, kotihoito, kotipalvelun ohjaaja Hannele Leino	044 7213 357
Palvelutalo I, kotihoito, hoitajat	044 7213 380
Palvelutalo II, kotihoito, hoitajat	044 7213 390
Aatoskoti, sairaanhoitaja Janina Somerpalo	044 7213 361
Aatoskoti, hoitajat	044 7213 362
Ainokoti vastaava hoitaja Kirsi Haapala	044 7213 372
Ainokoti, hoitajat	044 7213 365
Ravitsemuspalvelu, palvelupäällikkö Elina Tuominen	044 7213 353
Ravintola Ilolansalo	044 7213 354
vastaava fysioterapeutti Anne Lehtinen	044 7213 358
fysioterapeutti Johanna Raittila	044 7213 370
fysioterapeutti Anu Kannari	044 7213 355
Päivätoiminta, toimintaterapeutti Emilia Paasi	044 7213 374
SALVAN siivous, vastaava laitoshuoltaja Kaisa Palohonka	044 7213 368
SALVAN siivous, laitoshuoltajat	044 7213 369
Parturi-Kampaamo Sarah	(02) 7213 699
Talonmies, kiinteistöhuolto, Minna Pesonen klo 6-14	044 055 6435
Talonmiespäivystys klo 14 →	(02) 731 7153
Isännöitsijä Erkki Kaskela	(02) 721 7265

sähköposti etunimi.sukunimi@salva.fi