

# ILOLANSANOMAT



**MUISTIVIIKKO** OLI ja meni, mutta ei hätää- Ilolansalossa on aina muistiviikko. Haapalan Kirsi muistihoitajana on meidän käytössämme. Jos epäilet omaa muistiasi, testauta se. Saat hyviä ohjeita miten voit itse auttaa muistiasi, vai onko hyvä hankkia lääkitystä asiaan. Kirsin puhelin on 88372

**KUNTOSALI** on asukkaidemme käytössä joka päivä. Oman henkilökohtaisen ohjelman voit pyytää kuntoutukselta, se on hyvä tapa aloittaa harjoittelu. Monet ryhmät aloittivat näin syksyllä. Tarkista onko vielä tilaa ja mene rohkeasti mukaan ... Koskaan ei ole liian myöhäistä aloittaa lihaskunnon tai tasapainon harjoitus. Oman toimintakyvyn ylläpitäminen kannattaa!

## ELINTARVIKKEIDEN SÄILYTTÄMINEN PARVEKKEELLA ON KIELLETTY

Älä säilytä mitään elintarvikkeita parvekkeella, koska ne houkuttelevat tuholaisia, jotka leviävät nopeasti talossa.

## ASIAKKAIDEN ILMOITUKSET –

olemme laittamassa lyhyitä asiakasilmoituksia kokeiluna Ilolansanomiin. Voitte ostaa, myydä, lahjoittaa, kutsua nimipäiville tms. Tieto infoon hyvissä ajoin, mielellään ennen kuukauden 20. päivää. Tarkoitettu vain meidän asiakkaille (asukkaat, omaiset, kumppanimme ja ns. sidosryhmät ).

***Terveisin Ilolansalon väki,***  
info p.7213 **300** (arkisin klo 9-15)

## PALVELUKESKUS ILOLANSALON ASUKASTIEDOTE LOKAKUU 2015



***Sadonkorjuun aika***

# LOKAKUU ILOLANSALOSSA

Kuukauden taiteilijana Terttu Vainio



- to 1.10 Seniorshop vaatemyynti aulassa klo 10-14
- to 1.10 Kävellään kimpassa markkinoille, lähtö klo 13  
pääovelta, ilmoita infoon aamupäivän aikana, jos  
tarvitset saattajan
- la 3.10 Lauantain toivotut – Kabinetti Tammi klo 13-14
- ti 6.10 ASUKASILTA ”kahvia ja korppua” klo18 **KABINETTI METSÄ**, seurustelua,  
pelejä! Tule tutustumaan talon asukkaisiin!
- ti 6.10 Verensokerimittaus klo 8 alkaen (2 €) Seniorineuvola, ilman ajanvarausta
- ti 6.10 Seniorsurf- päivä, ohjelmaa klo 10 alkaen, tarkempi ohjelma jaetaan kotiin
- ke 7.10 Tuolijumppa klo 10.30 - 11.00 Vanha Sali
- ke 7.10 Kiikkustuoli- Ikäihmisten sanomat ilmestyy!!!
- ke 7.10 Seniorimessut VPK:n talolla, Asemakatu 3, katso mainos takakannesta!
- to 8.10 LÄÄKÄRI TALOSSA, (Sallab) Ajanvaraus Eeva Ikoselta p. 88 364
- to 8.10 Silkkimaalausryhmä kokoontuu K-kerroksen päiväkammarissa klo 10
- to 8.10 Vietämme valtakunnallista ulkoilupäivää yhdessä Aurinkoleijonan  
päiväkodin lasten kanssa – lähtö ulkoilemaan esteettömälle polulle klo 9.30  
Ilolansalon sisäpihalla, jos tarvitset saattajan, ilmoittaudu infoon 6.10  
mennessä.
- to 8.10 Muistin Aarreaitta – ryhmä, muistipähkinät, kokoontuu poikkeuksellisesti jo  
klo 11-12, Vanha Sali
- pe 9.10 Riitta Muuro myy kortteja aulassa klo 10-13
- pe 9.10 Infotilaisuus Seniorineuvolassa teemalla ”Tietoa aivoterveystä,  
muistisairauksista ja niihin liittyvistä apuvälineistä” klo 10-11
- pe 9.10 SENIORIVISATURN AUS(SALVAvisa) klo 14 Ravintolasalissa, tietovisailua 5  
henkilön ryhmissä – tällä kertaa valtakunnallinen seniorivisailuturnaus,  
vieraina Tampereen, Turun ja Helsingin joukkueet – Tervetuloa  
kannustamaan Ilolansalo voittoon!
- ma 12.10 Jalkahoitaja talossa klo 8.30 alk. Ajanvaraus info tai asukaspuhelin 300
- ti 13.10 Ailin runo- ja monitoimipiiri klo 10, Vanha Sali
- ti 13.10 ASUKASILTA ”kahvia ja korppua” klo 18 Vanha Sali, seurustelua, pelejä!
- ke 14.10 Manun tuolijumppa klo 10.30 Vanha Sali
- ke 14.10 Vaatemyynti, tmi Ritva Seppälä, syksyn uutuuksia miehille ja naisille aulassa  
klo 10-13
- ke 14.10 Ilolansalo Soi , iltapäiväTANSSIT klo 14.30-16 Ravintolasalissa Yrjö ja  
Paavo Teurin tahtiin, ei sisäänpääsymaksua
- to 15.10 KAUSIKLUBI Helin johdolla kabinetti Tammessa klo 10.30-11.15\*
- la 17.10 Lauantain toivotut – ryhmä Kabinetti Tammi klo 13-14, maksuton
- la 17.10 Isovanhempien päivän kunniaksi PERHEPÄIVÄ Ravintola Ilolansalossa klo  
11-13.30, maistuvaa ruokaa myös suvun pienimmille! Leikkinurkkaus
- ma 19.10 Ilolansalo tutuksi klo 11, jutellaan asumisesta Ilolansalossa kabinetti Tammi
- ma 19.10 Ilolansalon Kino klo 17 Kabinetti Kielossa, elokuvana ”Maailman paras”  
juoksijalegenda Paavo Nurmesta
- ti 20.10 Verenpaineen mittaus klo 9 - 11 Seniorineuvola, asukkaille maksuton, ei  
ajanvarausta
- ti 20.10 ASUKASILTA ”kahvia ja korppua” klo 18 Vanha Sali, seurustelua, pelejä!
- ke 21.10 Tuolijumppa klo 10.30 - 11.00 Vanha Sali
- ke 21.10 Ehtoollishartaus Ravintolasalissa klo 14.30
- pe 23.10 Muistineuvola, muistihoitajan vastaanotto Seniorineuvolassa, ajanvaraus  
etukäteän Kirsi Haapala p. 044 721 3372, asukaspuhelin 88372 maksullinen.

<b>pe 23.10</b>	<b>Veteraanituokio</b> Vanhassa Salissa Risto Lietepohjan johdolla; Aiheena "Jälleenrakennuksen aika" klo 13.00
<b>pe 23.10</b>	<b>Riitta Muuro</b> myy kortteja aulassa klo 10-14
<b>ma 26.10</b>	<b>Jalkahoitaja talossa</b> klo 8.30 alkaen. Ajanvaraus info tai p. 300, maksullinen.
<b>ma 26.10</b>	<b>Seniorineuvola</b> , sairaanhoitajan vastaanotto klo 9.00 alkaen. Varaa aika p. 88 364/Ikonen, maksullinen.
<b>to 27.10</b>	<b>Ailin runo- ja monitoimipiiri</b> klo 10, Vanha Sali
<b>ti 27.10</b>	<b>ASUKASILTA</b> "kahvia ja korppua" klo 18 Vanha Sali, seurustelua, pelejä!
<b>ti 28.10</b>	<b>Manun tuolijumppa</b> klo 10.30 Vanha Sali
<b>ke 28.10</b>	<b>Seurakuntakerho</b> diakoni Pirjo Harstisen johdolla Palvelukodissa klo 14.30
<b>ke 28.10</b>	<b>Ikäakatemia</b> , Päätoimittaja Ville Pohjonen, aiheena "Miten uutinen syntyy?" klo 17.30 Ravintolasalissa, maksuton
<b>to 29.10</b>	<b>Henna Kavander esittelee Colosen ihonhoitotuotteita</b> aulassa klo 10-13
<b>pe 30.10</b>	<b>Ilolansalo Soi, lauluryhmä Junkkarit Ravintolasalissa</b> klo 14



## Tervetuloa mukaan viikoittaisiin ryhmiin!

<b>ma</b>	<b>Puuhapiiri</b>	<b>klo 13</b>	K-kerros, Päiväkammari *
<b>ti</b>	<b>Ailin runo- ja monitoimipiiri</b> (parilliset viikot)	<b>klo 10</b>	Vanha Sali *
	<b>Asukasilta</b> , "kahvia ja korppua"	<b>klo 18</b>	Kabinetti Metsä *
	<b>Laulukööri</b> (parilliset viikot)	<b>klo 13</b>	Vanha Sali*
	<b>Hengelliset laulut</b> (parittomat viikot)	<b>klo 13</b>	Vanha Sali*
<b>ke</b>	<b>Tuolijumppa</b> (parittomat viikot)	<b>klo 10.30</b>	Vanha Sali *
	<b>Manun jumppa</b> (parilliset viikot)	<b>klo 10.30</b>	Vanha Sali *
	<b>Lukupiiri</b>	<b>klo 13</b>	Kabinetti Kielo *
	(luetaan Aino Sibeliuksen elämäkertaa)		
	<b>Kimppakävely (ei ohjaajaa)</b>	<b>klo 14.30</b>	lähtö Ilolansalon pääovealta *
	<b>Ikämiesten kuntosaliryhmä</b>	<b>klo 16</b>	Kuntosali *
<b>to</b>	<b>Muistin Aarreaitta, Muistipähkinät</b>	<b>klo 13.30</b>	Vanha Sali klubikortti/2 €
<b>pe</b>	<b>Bingo</b>	<b>klo 10.30</b>	Vanha Sali klubikortti/2 €
<b>la</b>	<b>Luantain toivotut – ryhmä</b> (parilliset viikot)	<b>klo 13</b>	Kabinetti Tammi *
<b>su</b>	<b>Raamattu- ja virsiipiiri</b>	<b>klo 13.30</b>	Vanha Sali *

**Huom! \* ryhmä maksuton jos ei hintaa mainittu erikseen!**

### kuntosalivuorot:

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

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



# SENIORIMESSUT

## TULEVAISUUTTA RAKENTAMAAN

keskiviikkona 7.10.2015 klo 10-17

Salon VPK talolla, Asemakatu 3

**Monipuoliset messut Salon seudun senioriväestölle (55+) Kiinnostava ja innostava kattaus paikallisista palveluista ja tuotteista**

### Ohjelma:

- Avaus Iloansalon Vahvat leidit -kuntosaliyhmä
- Yhdistyksiä ja yrityksiä esillä
- Tuote-esittelyjä ja senioritarjouksia
- Apuvälineitä ja harrastuksia esittelyssä
- Ravintola Iloansalon messubuffetissa herkkuja
- Imitaattori-trubaduuri Martti Koivisto klo 10.30 ja 13.30
- Muotinäytös; Maripuoti ja Sokos klo 11,13,15
- "Liikettä ja Hyvää Oloa Gymiltä"  
– Senioristeppiryhmä esiintyy klo 12
- Hannu Määttänen juontaa

**Maksuton sisäänpääsy! Tervetuloa!**



Seniorimessujen suojelijana  
Suomen tasavallan presidentti  
Sauli Niinistö

**Salva ry ja pääyhteistyökumppanit:**

