

# ILOLANSANOMAT

**Toukokuu** tuo vapun, helatorstain ja helluntain tykömme. Mukana tulevat myös kevään merkit ja lämpö. Nautitaan yhdessä auringosta ja heräävistä luonnon väreistä.

**Kuntosalimme** on taas asukkaidemme käytössä. Salilla voi olla kerralla enintään kuusi henkilöä. Älä tule paikalle, jos olet ollut sairaana lähiaikoina. Puhdista laitteet aina oman käyttösi jälkeen. Kirjaa salilla olevaan vihkoon milloin olet ollut paikalla.

**Pihakonsertit jatkuvat** kesän koittaessa. Toukokuun lopulla aloitamme ulkoilmakonsertit Ilolansalon sisäpihalla. Voit seurata esitystä parvekkeeltasi. Jos parvekkeesi on kadun puolella, voit katsoa myös kerrosparvekkeelta. Ulkoterrassilla on rajoitetusti paikkoja. Huomioi turvavälit myös ulkona.

**Virikkeelliset- ja liikunnalliset** ryhmät kokoontuvat toistaiseksi rajoitetusti. Ryhmissä on viisi osallistujapaikkaa. Ilmoittaudu etukäteen ryhmiin infossa. Ilmoittautuminen otetaan vastaan alkavalle viikolle.

**Salvan vapaaehtoiset** toimivat monien ryhmiemme vetäjinä. He ovat olleet alusta asti tärkeä osa yhdistyksemme toimintaa. Seuraavalta sivulta löydät kahden vapaaehtoisen haastattelun. Elsi ja Virve kertovat, mitä vapaaehtois-toiminta heille antaa. Meille se antaa iloa arkeen!

**Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto** VALLI ry etsii ikäihmisiä lyhyisiin videohaastatteluihin sekä valokuviin.

Valokuvilla halutaan ilmentää VALLIn ja sen jäsenyhteisöjen tekemää työtä vanhusten hyväksi. Salva ry on VALLIn jäsenyhteisö. Videoiden tavoitteena on tuoda ikäihmisten ääni ja kokemukset esille, sekä innostaa nuoria hakeutumaan vanhustyöhön.

Video- ja valokuvamateriaalia tullaan käyttämään VALLI ry:n ja sen toimintamuotojen viestinnässä, sähköisessä ja mahdollisesti painetussa muodossa. Pääasiallisena kuva- ja videomateriaalin käyttökanavana on verkkosivut ja sosiaalisen median kanavat.

Kuvaukset pidetään perjantaina 7.5.2021. Osallistujat saavat pienet herkulliset kiitoslahjat. Ilmoita halukkuudestasi osallistua kuvauksiin infoon Pasille.

**Terveisin Ilolansalon väki**



## PALVELUKESKUS ILOLANSALO

Toukokuu 2021



**Kesää kohti!**

# TOUKOKUU

**Elsi Pohjavirta** toi aikanaan pyynnöstä näyttelyn Palvelukeskus Ilolansalon seinille. Silloinen Salvan hallituksen jäsen oli nähnyt näyttelyn muualla ja toivoi sitä Ilolansalon asukkaiden iloksi.

- Käytävällä näyttelyä ihastellut asukas kysyi, voiko tavallinen ihminen tuollaisia töitä tehdä. Tässä on tavallinen ihminen, vastasin hänelle, kertoo Elsi.

Tästä alkoi käsityö- ja kuvisopettajana sekä monena muuna taidealan ammattilaisena toimineen Elsin matka Ilolansalossa.

- Aloitin vuonna 2011. Siitä tuli juuri kuluneeksi kymmenen vuotta. Porukat sanoivat, en olisi itse huomannut, Elsi kuvailee ajan kulumista.

Ilolansalon ohella hän vetää erilaisia taideryhmiä eri organisaatioille ja yhdistyksille. Ryhmäläisinä ovat kaikki nuorista ikäihmisiin. Ohjelmassa on niin luovaa ilmaisua, kädentaitoja, kuin kirjallisia luentoja eri maiden kansojen kulttuureista. Ja kaikkea sieltä välistä.

- Kaikessa toiminnassa näkyy runsas uuden oppimisen ilo.

Ilolansalossa Elsin kädentaitoryhmä tunnetaan lyhyesti nimellä Silkkis. Ryhmäläiset keräsivät nimivaihtoehtot yhteen ja äänestivät suosikkiaan. Silkkis erottuu kuvailevista nimistä ja sisältää parhaiten sen, mitä ryhmässä tehdään; kirjontaa, luonnonväreillä värjäämistä, marmorointia ja silkkimaalaamista, huiveja, solmioita, sekä solmukkeita, onnittelukortteja ja pieniä tauluja. Siinä vain pintaraapaisuna ryhmän toiminnan sisältö.

- Ryhmässämme parasta on hyvä ilmapiiri. Toisia autetaan ja kaikki ovat halukkaita oppimaan. Kun näyttely pystytetään seinälle raameissa, asukkaiden kasvoilta näkee riemun. ”Onks tää mun työ?”

**Silkkis**-ryhmän kokoontumiset ovat epäsäännöllisiä. Löydät päivät mahdollisuuksien mukaan Ilolansanomista tai seuraamalla pääaulamme ilmoitustaulua.

**Virve Nöges** muutti Helsingistä Saloon kesällä 2013. Samana syksynä hän aloitti vapaaehtoisena Ilolansalossa.

- Ilolansalo on viihtyisä palvelukoti. Sen ilmapiiri vangitsi heti ensi kerralla sisään astuessani. Totesin Helille, että melkein kaikkea muuta voin tehdä, mutten osaa askarella, enkä tehdä käsitöitä. Siis aloin lukea.

Lukupiirissä Virve tuli lukeneeksi kirjoja, joita ei välttämättä olisi muuten tullut lukeneeksi.

Vapaaehtoistoiminnasta Virve nostaa mukavimmaksi puoleksi kahdenkeskiset rupattelut asukkaiden kanssa.

- Heidän muistelunsa lapsuudestaan eri puolilta Suomea ovat mielenkiintoista kuultavaa. Kaikesta tästä olen saanut itselleni hyvin paljon.

Lukupiirin ohella hän on ollut mukana Ystäväpiirissä, Pelikerhossa sekä toiminut digiagenttina. Asukkaillemme tärkeitä ovat myös Virven järjestämät käynnit Veturitallin museon näyttelyissä. Maaliskuussa alussa Lukupiiri lopettaa toimintansa ja Virve ryhtyy vetämään uutta virikeryhmää. Kulttuuria kuvin ja videoin meiltä ja muualta -ryhmässä kierretään erilaisissa kulttuurikohteissa. Video ja kuvaesitysten avulla päästään mielenkiintoisiin museoihin ja konsertteihin ympäri maailman, mutta ensimmäisenä kohteena on tietysti Salo.

- Jollakin koulutuskurssilla esitettiin, että vapaaehtoisen tulisi toimia alalla, joka on jo ammatista tuttu. Työskentelin matematiikan, kemian ja fysiikan lehtorina 40 vuotta. En usko, että kukaan, en edes minä itse, olisi kiinnostunut differentiaaliyhtälöistä. Työssäni olin kuitenkin parasta ihmisten kanssa oleminen. Haluan jatkaa sitä myös vapaaehtoisena.

**Kulttuuria kuvin ja videoin meiltä ja muualta** alkaa syksyllä. Virven järjestämät vierailut Salon Veturitallin museon löydät Ilolansanomista.

# TOUKOKUU

**Aloita päiväsi aamunavauksella.** Joka arkiamu klo 8.30 Iloansalon ravintolasalissa kuullaan päivän ajankohtaiset asiat sekä herätetään pää ja kroppa kevyellä jumpalla. Tule ravintolasaliin tai kuuntele aamunavaus keskusradiosta. Terveellinen ja säännöllinen ruoka on osa jaksamista.

*Ryhmien osallistujamäärä on rajoitettu viranomaisten määräysten mukaisesti. Muutokset tilaisuuksissa ovat mahdollisia. Seuraa ilmoittelua Iloansalon aulan ilmoitustaululla.*

- pe 30.4.** **Tuolijumppa** Kuntosali klo 13.30  
**Vappukekkerit** Sisäpiha klo 14.00  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 15.00–17.00
- la 1.5.** **Vappupäivä**  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
- su 2.5.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
- ma 3.5.** **Boccia** Vanha Sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- ti 4.5.** **Seniorineuvola: Verensokerin mittaus** klo 8.00–10.00  
**Puuhapiirin kevätmyyjäiset** Pääaula klo 11.00–13.00  
**Ikämiesten kuntosaliryhmä** Kuntosali klo 15.30–16.30  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- ke 5.5.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.  
Vuoroja on rajoitetusti ja ne täyttyvät nopeaan. Varaa aikasi ajoissa Iloansalon Infosta. Hoidon hinta on 40 €  
**Tuolijumppa** Kuntosali klo 9.30  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- to 6.5.** **Pelikerho** Vanha Sali klo 10.30–12.00  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- pe 7.5.** **Tuolijumppa** Kuntosali klo 13.30  
**Musta kuula** Kabinetti Koivu klo 14.00  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 15.00–17.00
- la 8.5.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
- su 9.5.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
- ma 10.5.** **Boccia** Vanha Sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- ti 11.5.** **Ikämiesten kuntosaliryhmä** Kuntosali klo 15.30–16.30  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- ke 12.5.** **Tuolijumppa** Kuntosali klo 9.30  
**Colose-myyjä** Pääaula klo 10.00–14.00  
Tarjolla erilaisia ihonhoitotuotteita.  
**Viisastelijoiden kerho** Vanha Sali klo 13.30  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- to 13.5.** **Helatorstai**  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- pe 14.5.** **Tuolijumppa** Kuntosali klo 13.30  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 15.00–17.00
- la 15.5.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
- su 16.5.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00

# TOUKOKUU

- ma 17.5.** **Seniorineuvola: Lääkäri talossa** (Pihlajalinna)  
Ajanvaraus 044 7213 364. Maksullinen.  
**Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.  
Vuoroja on rajoitetusti ja ne täyttyvät nopeaan. Varaa aikasi ajoissa  
Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 40 €  
**Boccia** Vanha Sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- ti 18.5.** **Ikämiesten kuntosaliryhmä** Kuntosali klo 15.30–16.30  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- ke 19.5.** **Tuolijumppa** Kuntosali klo 9.30  
**Seniorineuvola: Allergiat aisoihin** Vanha Sali klo 10.00  
**Viisastelijoiden kerho** Vanha Sali klo 13.30  
**Pihakonsertti: Pepe Ahlqvist** Sisäpiha klo 17.15  
Tangolaulaja Pepe Ahlqvist aloittaa kesän pihakonserttien sarjan. Esitystä voit seurata Ilolansalon parvekkeilta tai sisäpihan terassilta. Muista pitää turvavälit myös ulkona.  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- to 20.5.** **Pelikerho** Vanha Sali klo 10.30–12.00  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- pe 21.5.** **Tuolijumppa** Kuntosali klo 13.30  
**Musta kuula** Kabinetti Koivu klo 14.00  
**Pihakonsertti: Hannu ja Timo** Sisäpiha klo 14.00  
Esitystä voit seurata Ilolansalon parvekkeilta tai sisäpihan terassilta. Muista pitää turvavälit myös ulkona.  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 15.00–17.00
- la 22.5.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
- su 23.5.** **Helluntai**  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
- ma 24.5.** **Boccia** Vanha Sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- ti 25.5.** **Seniorineuvola: Sairaanhoidajan vastaanotto**  
Ajanvaraus 044 7213 364. Maksullinen.  
**Seniorineuvola: Verenpaineen mittaus** klo 9.00–11.00  
**Ortobio kenkämyynti** Pääaula klo 10.00–14.00  
**Ikämiesten kuntosaliryhmä** Kuntosali klo 15.30–16.30  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- ke 26.5.** **Tuolijumppa** Kuntosali klo 9.30  
**Viisastelijoiden kerho** Vanha Sali klo 13.30  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- to 27.5.** **Pelikerho** Vanha Sali klo 10.30–12.00  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00
- pe 28.5.** **Tuolijumppa** Kuntosali klo 13.30  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 15.00–17.00
- la 29.5.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
- su 30.5.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
- ma 31.5.** **Boccia** Vanha Sali klo 10.00  
**Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00  
**Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 17.00–18.00