

ILOLANSANOMAT

Salvan Seniorimessut tuovat syksyn kaupunkiin. Messut järjestetään keskiviikkona 1.9. Salon torilla. Torilla on liki 50 näytteilleasettajaa sekä musiikkia, muotinäytöksiä, keskustelua ikääntyvien palveluista Salossa ja hyvää seuraa. Ravintola Ilolansalo on myös torilla, tule sinäkin. Tervetuloa!

Muistiviikkoa vietetään syyskuussa. Tiistaina 21.9.

Seniorineuvolassa neuvotaan, kuinka pidät huolta muististasi. Tapahtuma järjestetään yhteistyössä Salon Muistiyhdistyksen kanssa. Muistia kannattaa ylläpitää myös erilaisilla harjoituksilla. Aivotreenit jatkuvat torstai-iltapäivisin. Tarjolla on erilaisia miettimistä vaativia tehtäviä. Tule pitämään päänuppisi kunnossa.

Kunnostaan kannattaa pitää huolta. Paitsi pään sisällä, myös kropastaan. Fysioterapeuttimme ja muut vetäjämme aloittavat syksyn myötä tutut kuntoryhmät. Tutustu syksyn liikunnalliseen viikko-ohjelmaan.

Hyvinvointia on kaikenlainen osallistuminen yhteisiin tapahtumiin. Ilolansalossa niitä on tarjolla ympäri vuoden ja pitkin viikkoa. Viikonloppuihin paluunsa tekevät myös Lauantain toivotut. Vapaaehtoisen vetämässä ryhmässä kuunnellaan musiikkia joka toinen lauantai 18.9. alkaen.

Turvapainike on osa Ilolansalon perus- ja turvapalvelua. Pidä turvapainike aina mukana rannekkeessa tai kaulassa. Sillä saat kutsuttua apua paikalle helposti. Turvapainike toimii joka puolella Ilolansalon sisätiloissa ja se on tarkoitettu äkillisiin avuntarpeisiin ja hätätilanteisiin. Sitä ei tule käyttää muissa tilanteissa.

Hoitajilla on suunniteltu sovittuja tehtäviä koko työpäiväksi. Kotihoidon toimistossa ei ole vapaana hoitaja odottamassa turvapuheluita. Turvapuhelinhälytyksiin vastataan aina viipymättä ja hoitaja tulee käymään heti kun pääsee. Turvapuhelinta hallinnoiva työntekijä siirtää vähemmän kiireellisiä tehtäviä myöhemmäksi tai toisille työntekijöille. Jos hoitaja on tulossa sovitulle käynnille, ei ole syytä painaa turvanappia. Se ei nopeuta käyntiä. Jos hoitaja on sovitusta tapaamisesta muutaman minuutin myöhässä, odota rauhassa, ennen kuin painat turvapainiketta. Olemme luvanneet tehdä sovitut käynnit 15 minuutin sisällä sovitusta ajasta, muutoin ilmoitamme viivytyksestä. Muutoksista on hyvä soittaa hoitajalle omalla puhelimella.

On tärkeää, että turvapuhelin ei kuormitu turhaan ja saamme varmistettua avun hätätilanteisiin viipymättä.

Hädän hetkellä älä pelkää käyttää turvapainiketta avun saamiseksi esimerkiksi kaatumistilanteissa, äkillisen kivun yllättäessä tai vointisi heiketessä. Ilolansalon henkilökunta on talossa juuri sinua varten. Ilo palvella on tunnuksemme!

Syysterveisin, Ilolansalon väki



PALVELUKESKUS ILOLANSALO

Syyskuu 2021



Ilolansalossa on vieraita käynyt Vietnamista ja Suomen Turusta, mukavaa piristystä tuomassa!

SYYSKUU

Aloita päiväsi aamunavauksella. Aamunavaus järjestetään joka arkiamu. Aamunavaus on kello 8.30 ravintolasalissa. Aamunavauksessa kuulet päivän ohjelman. Tarjolla on myös tietokilpakymsymyksiä ja aamujumppa. Tule aamunavaukseen ravintolasaliin tai kuuntele aamunavaus keskusradiosta.

Ravintolassa voit nauttia myös aamupalan. Terveellinen ja säännöllinen ruoka on osa hyvinvointia ja lisää jaksamista.

Tilaisuuksiin voi tulla muutoksia. Esimerkiksi tilaisuuden alkamisaika voi vaihtua. Tilaisuus voidaan myös perua. Tärkeät tiedot näet ilmoitustaululla. Ilmoitustaulu on alakerrassa, pääoven edessä.

-
- ke 1.9.** **Seniorimessut** Salon tori klo 10.00–15.00
Tuolijumppa Vanha sali klo 9.30
Huom uusi paikka!
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
-
- to 2.9.** **Käsityö- ja pelikerho** Vanha Sali klo 10.30–12.00
Aivotreenit Vanha Sali klo 13.00
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
Taiteiden yö Ravintolasali klo 16.00–20.00
Pientä purtavaa myynnissä koko illan.
16.00 Päivällismusiikkia
17.00 Evergreens-jazzyhtye
18.00 Karaoke
-
- pe 3.9.** **Seniorshop-vaatemyynti** Pääaula klo 10.00–14.00
Bingo Vanha Sali klo 10.30
Ilolansalo soi: Liisi Alander & Jaana Virtanen
Ravintolasali klo 14.00
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 15.00–17.00
-
- la 4.9.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
-
- su 5.9.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
-
- ma 6.9.** **Boccia** Vanha sali klo 10.00
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
-
- ti 7.9.** **Ikämiesten ohjattu kuntosali** klo 15.30–16.30
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
-
- ke 8.9.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 40 €
Tuolijumppa Vanha sali klo 9.30
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
-

SYYSKUU

- to 9.9.** **Käsityö- ja pelikerho** Vanha Sali klo 10.30–12.00
Aivotreenit Vanha Sali klo 13.00
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
- pe 10.9.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30
Musta kuula Kabinetti Koivu klo 13.00
Ilolansalo soi: Markku Peimola & Henna Rajaniemi
Ravintolasali klo 14.00
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 15.00–17.00
- la 11.9.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
- su 12.9.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
Raamattu- ja virsiipiiri Ravintolasali klo 14.30
- ma 13.9.** **Boccia** Vanha sali klo 10.00
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
- ti 14.9.** **Seniorineuvola: Verenpaineen mittaus** klo 9.00–11.00
Ilolansalo laulaa Ravintolasali klo 14.00
Ikämiesten ohjattu kuntosali klo 15.30–16.30
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
- ke 15.9.** **Seniorineuvola: Lääkäri talossa** (Pihlajalinna)
Ajanvaraus 044 7213 364. Maksullinen.
Tuolijumppa Vanha sali klo 9.30
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
- to 16.9.** **Käsityö- ja pelikerho** Vanha Sali klo 10.30–12.00
Aivotreenit Vanha Sali klo 13.00
Kulttuurua kuvina ja videoina Vanha Sali klo 14.30
Huom! Muuttunut aika.
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
- pe 17.9.** **Risut ja ruusut** Ravintolasali klo 8.30
Käymme yhdessä läpi saatuja palautteita.
Bingo Vanha Sali klo 10.30
Ilolansalo soi: Saara Helena Ravintolasali klo 14.00
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 15.00–17.00
- la 18.9.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
Lauantain toivotut Vanha Sali klo 13.00
- su 19.9.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00

SYYSKUU

- ma 20.9.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.
Varaa aika 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 21.9.** **Ortobio-kenkämyynti** Pääaula klo 10.00–14.00
Seniorineuvola: Pidä muistista huolta klo 10.00
Kuinka pidät huolta muististasi. Yhteistyössä Salon Muistiyhdistys.
Ikämiesten ohjattu kuntosali - peruttu
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
- ke 22.9.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 9.30
Kanttorin lauluhetki Ravintolasali klo 14.00
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
- to 23.9.** **Käsityö- ja pelikerho** Vanha Sali klo 10.30–12.00
Aivotreenit Vanha Sali klo 13.00
Kulttuuria kuvina ja videoina Vanha Sali klo 14.30
Huom! Muuttunut aika.
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
- pe 24.9.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30
Musta kuula Kabinetti Koivu klo 13.00
Ilolansalo soi: Duo Atte & Veko Ravintolasali klo 14.00
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 15.00–17.00
- la 25.9.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
- su 26.9.** **Asukkaiden kuntosalivuoro** Kuntosali klo 9.00–11.00
Raamattu- ja virsipiiri Ravintolasali klo 14.30
- ma 27.9.** **Boccia** Vanha sali klo 10.00
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
- ti 28.9.** **Seniorineuvola: Verensokerin mittaus** klo 8.00–10.00
Ilolansalo laulaa Ravintolasali klo 14.00
Ikämiesten ohjattu kuntosali klo 15.30–16.30
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
- ke 29.9.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 9.30
Viisastelijoiden kerho Vanha sali klo 13.30
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00
- to 30.9.** **Käsityö- ja pelikerho** Vanha Sali klo 10.30–12.00
Aivotreenit Peruttu
Asukkaiden kuntosalivuoro Kuntosali klo 17.00–18.00