

Vanhustenviikolla

4.-11.10.2015 tapahtuu

**"Tulevaisuutta rakentamaan!
Bygg för framtiden!"**
Tule mukaan! Tapahtumat
ovat maksuttomia.

Maanantai 5.10.

klo 9.30–10.30 Kauppakeskuskävely
Sellossa. Kävelyn jälkeen esitellään
Postin pakettiautomaattia. Kokoon-
tuminen Sellonaukiolla, 1. krs.

Tiistai 6.10.

koko päivän SeniorSurf – Tietotek-
niikkaopastusta ja tietoisuuksia Espoon
kirjastoissa. Kysy lisää lähikirjastostasi.

klo 13–16 Yhteistapaaminen hyvin-
vointiryhmiin osallistuneille senioreille.
Lisätiedot ja ilmoittautumiset 28.9.
mennessä: puh. 043 825 3439 tai
ryhmatoiminta@espoo.fi.
Valtuustotalo, Espoonkatu 5.

Keskiviikko 7.10.

klo 10.30.–12.30 Kulttuurikävely -
tule tutustumaan Weegeen näyttelyihin
liikunnallisissa merkeissä. Ilmoit-
tautumiset Liikuntaneuvontaan p. 09
816 60 800 ma–pe klo 11–13. Mukaan
mahtuu 200 ensimmäistä!

Torstai 8.10.

Valtakunnallinen iäkkäiden ulkoilupäivä
palvelukeskuksissa, palvelutaloissa ja
hoivakodeissa. Tapahtuma
vapaaehtoisille ja ulkoiluystävälle.

klo 9.30–10.30 Kauppakeskuskävely
Isossa Omenassa. Kävelyn jälkeen
tietoisuus kaihi- ja linssileikkauksista.
Kokoontuminen Kirjasto Omenan
edessä, 2. taso.

Perjantai 9.10.

klo 9.30–11.00 Valtakunnallinen
iäkkäiden ulkoilupäivä. Esport
ratiopharm Arena, Tapiolan urheilu-
puisto, Koivu-Mankkaan tie 5.
Kokoontuminen pääovilla.

Sunnuntai 11.10.

klo 14.00–17.00 Sykettä Syksyyn
- Låt Hösten Pulsera. Vanhusneuvoston
järjestämä syysjuhla senioreille.
Teemana Akseli Gallen-Kallela &
Jean Sibelius 150 vuotta. Vuoden
2015 Espoon eläkeläinen julkistetaan.
Espoon kulttuurikeskus,
Kulttuurialue 2.

LISÄÄ TAPAHTUMIA
WWW.ESPOO.FI/SENIOREILLE