

TAPAHTUMAKALENTERI



Syyskuu 2019



Elämän iloa ja ystävän tukea!

Turun Seudun Vanhustuki ry

Lounatuulet Yhteisötila, 2.krs
Läntinen Pitkäkatu 33, 20100 Turku
puh 044 536 7741
info@vanhustuki.fi
www.vanhustuki.fi



MM. PALVELULINJA 3

Toimisto on avoinna ma-ke 9-12, to 12-15.



*Yhdistyksen tilaisuudet ovat **kaikille avoimia.**
Mahdollisesta maksusta tai ilmoittautumisesta
on maininta tapahtuman kohdalla.
Yhdistyksen tiloissa pidettävissä tapahtumissa on kahvitarjoilu
(vapaaehtoinen maksu).*

Tervetuloa!

Oikeudet muutoksiin pidätetään.

Ma 2.9. kello 13-14.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33	BINGO Tule oppimaan ja pelaamaan bingoa. Pelin lomassa juodaan kahvit ja vaihdetaan kuulumiset.
Ti 3.9. kello 14-15.30 Ruusukortteli Puistokatu 11	VANHUSTUEN ILTAPÄIVÄ "Ruissalon rantaan" Luvassa on esitys rakastetun, tunnetun turkulaisen säveltäjän Pentti Viherluodon elämäntyöstä ja lauluja hänen tuotannostaan. Ohjelmaa esittävät säveltäjän tytär Virpi Metsätähti ja laulaja Tauno Huh-tala. Runoja Irmeli Rytönen. Juonto Katri Lahtivuori. Maksuton sisäänpääsy. Kello 14 kahvi 2€. Yhteistyössä Ruusukorttelin kanssa.
To 5.9. kello 13-14.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33	IKIVIREÄT Hyväntuulista ajatustenvaihtoa kahvikupillisen ääressä.
Pe 6.9. kello 10-11.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33	PELIKERHO Tule jumppaamaan aivoja pelaamisen merkeissä. Sään mukaan pelataan joko sisällä lauta- tai korttipelejä tai mölkkyä Asemapuistossa.
Ma 9.9. kello 13-14.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33	OLOHUONEELLA Voimavaroja rinnalla kulkemiseen. Lähes joka toinen psyykkisesti sairastuneen läheinen on vaarassa masentua itse. Jill Söderdahl mielenterveysomaisten keskusliitto Fin-Famista tulee kertomaan millaista tukea omaiselle on tarjolla.
Ti 10.9. kello 13-14 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33	INFO Tule kuulemaan ja kyselemään yhdistyksen toiminnasta. Kerromme myös mahdollisuuksista toimia vapaaehtoisena.
Ke 11.9. kello 13-15 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33	KÄSITYÖKERHO Poristaan, ommellaan, kudotaan ja askarrelaan yhdistyksen materiaaleista yhdistyksen hyväksi.
Pe 13.9. kello 10-11.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33	PELIKERHO Tule jumppaamaan aivoja pelaamisen merkeissä. Sään mukaan pelataan joko sisällä lauta- tai korttipelejä tai mölkkyä Asemapuistossa.
Ma 16.9. kello 13-14.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33	BINGO Tule oppimaan ja pelaamaan bingoa. Pelin lomassa juodaan kahvit ja vaihdetaan kuulumiset.
Yhdistyksen 27.10. varainkeruutilaisuuden liput myynnissä toimistolla.	

<p>Ti 17.9. kello 12-13.30 kirjaston Studio Linnankatu 2</p>	<p>VIRKEÄ VANHUUS –luento läkkään lihasvoima- ja tasapaino- harjoittelun hyödyt sekä kaatumisten ehkäisy. Ft Tiina Pitkänen ja liikuntapalveluvastaava Saija Kultala kertovat, miksi juuri voima- ja tasapainoharjoittelu ovat iäkkäälle niin tärkeitä.</p>
<p>Ke 18.9. kello 13-16 Yhdistyksen toimisto Kokoustila Vaahtera Läntinen Pitkäkatu 33</p>	<p>YSTÄVÄN PERUSKURSSI Maksuton koulutus (3h) vanhuksen ystäväksi haluaville. Osallistuminen ei velvoita toiminnan aloitusta. Ilmoittaudu / lisätietoja p. 045 613 8839 tai www.vanhustuki.fi.</p> 
<p>Ke 18.9. kello 13-14.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33</p>	<p>LEFFAKESKIVIIKKO Toimisto muuttuu ohjelmanäyttämöksi. Tule katsomaan yhdessä esim. henkilökuvia tai historiaohjelmia ja vaihtamaan ajatuksia.</p>
<p>To 19.9. kello 13-14.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33</p>	<p>IKIVIREÄT Hyväntuulista ajatustenvaihtoa kahvikupillisen ääressä.</p>
<p>Pe 20.9. kello 10-11.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33</p>	<p>PELIKERHO Tule jumppaamaan aivoja pelaamisen merkeissä. Sään mukaan pelataan joko sisällä lauta- tai korttipelejä tai mölkkyä Asemapuistossa.</p>
<p>Ma 23.9. kello 13-14.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33</p>	<p>OLOHUONEELLA Metsämielimaistiaiset Keskustellaan luonnon hyvinvointivaikutuksista ja tehdään kehoa virkistävä ja mieltä rauhoittava mielikuvamatka. Johdattelijana Päivi Raikaslehto, metsämieliohjaaja, työnohjaaja, logoterapeutti.</p>
<p>Ti 24.9. kello 13-16 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33</p>	<p>KUNTOILUKUMMI kurssi Maksuton kurssi (3 h) sinulle, joka haluat tukea vanhusta säännöllisesti jumppaamaan ja näin parantaa hänen toimintakykyään. Ilmoittaudu / lisätietoja p. 045 613 8839 tai www.vanhustuki.fi.</p>
<p>Ke 25.9. kello 13-15 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33</p>	<p>KÄSITYÖKERHO Poristaan, ommellaan, kudotaan ja askarrellaan yhdistyksen materiaaleista yhdistyksen hyväksi.</p>
<p>To 26.9. kello 9.30-11.30 Kupittaaan urheilupuisto Blomberginaukio 4</p>	<p>IKÄIHMISTEN ULKOILUPÄIVÄ Tervetuloa Vanhustuen, Turun liikuntapalvelujen ja hyvinvointitoimialan yhteiseen kaikille avoimeen tilaisuuteen.</p>
<p>To 26.9. kello 13-14.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33</p>	<p>SIPPEKUTSUT Nojatuolimatka musiikin siivin. Sosiaalista ilotellua, Porukalla Positiivisuutta Elämään, yhteistyössä Turun Lähimmäispalveluyhdistys ry:n kanssa Veikkauksen tuella. PS. Näillä kutsuilla ei myydä mitään.</p>
<p>Pe 27.9. kello 10-11.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33</p>	<p>PELIKERHO Tule jumppaamaan aivoja pelaamisen merkeissä. Sään mukaan pelataan joko sisällä lauta- tai korttipelejä tai mölkkyä Asemapuistossa.</p>
<p>Ma 30.9. kello 13-14.30 Yhdistyksen toimisto Läntinen Pitkäkatu 33</p>	<p>BINGO Tule oppimaan ja pelaamaan bingoa. Pelin lomassa juodaan kahvit ja vaihdetaan kuulumiset.</p>

Matka Kaarinan teatteriin sunnuntaina 13.10.2019

Näytöksen nimi on **Heila hakusessa**.

Linja-auto ottaa matkaanlähtijät kyytiin kello 16 Ruusukorttelin ja kello 16.15 Lehmusvalkaman hyvinvointikeskuksesta. Näytös alkaa kello 17. Osallistujan tulee päästä itsenäisesti bussiin.

Matkan hinta on **30 €** jäseniltä / **35 €** ei-jäseniltä (sisältää matkan, teatterilipun ja väliaikakahvit). **Varaa ensin paikkasi** soittamalla puh. 044 536 7741, käymällä Vanhustuen toimistolla tai tilaisuuksissamme.

Ilmoittautuminen on sitova, kun matka on maksettu **12.9.2019 mennessä** Turun Seudun Vanhustuki ry:n Liedon SP:n tilille **FI29 4309 2220 1223 25**. Kirjoita viestiksi matkalle lähtijän nimi ja teatteri. Matkan voi maksaa käteisellä tilaisuuksissa ja toimistolla myös kortilla.

Matkaisäntänä Seppo Grönlund ja emäntänä Katri Lahtivuori.



Vanhustuen järjestämä

VIIHDEKONSERTTI

Sunnuntaina 27.10. klo 16:00 - 17:30

Ruusukorttelissa

Puistokatu 11, Turku



Lea Laven

Arto Nuotio

Jarkko Salmi

Juontaa Katri Lahtivuori

Tervetuloa!



HINTA

Jäsenhintana **10 €**

Ei-jäseniltä **15 €**

Sisältää kahvin!

LIPUNMYynti

Toimistolla,

tapauksissa ja ovelta

Tuotto yhdistyksen hyväksi.

Turun Seudun Vanhustuki ry