

REIJOLAN IKINUORTEN KERHO

kevät 2024



Olemme Ikinuorten kerho, jota pyörittävät Reijolan Eläkkeensaajat ja Pyhäselän seurakunta keskiviikkoisin Reijolan seurakuntatalolla. Kerhon tarkoituksena on saattaa eläkeikäisiä yhdessäoloon ja kanssakäymisiin erilaisten tapahtumien muodossa. Kerho on kaikille avoin, ilmainen kerho. Tule mukaan nauttimaan yhdessäolosta kanssamme. Kahvittelemme, laulamme, järjestämme arvontoja ja tietokilpailuja sekä kiinnostuksen mukaan kulttuuri- ja muita tapahtumia. Kerhossamme vierailee asiantuntijoita eri aloilta tuomassa uutta tietoa. Kehittelemme jatkuvasti uusia mahdollisuuksia toimintaamme. Kerhomme alkaa istumavoimistelulla ja jatkuu kahvi- ja keskustelutuokiolla, jonka jälkeen on asiantuntijaluento tai muuta mielenkiintoista ohjelmaa. Kerhomme kokoontuu Reijolan seurakuntatalolla, osoite Santerintie 11, 803300 Reijola

Kerhoemäntinä Sirpa Saarelainen 050 5352497 ja Orvokki Hirvonen 040 82598433 ja kerhon vastaavana Ulla Hukka 050 4117346

Kokoontuminen keskiviikkoisin 10.01.-15.05.2024

klo 13.00 - 13.30	Istumavoimistelu
klo 13.30 - 14.00	Kahvi, kahvimaksu 3 euroa. Rupattelutuokio
klo 14.00 -15.00	Kerho, viikoittain vaihtuvien teema

Ohjelma

- 10.1. Kuulumisia ja vapaata keskustelua
- 17.1. Tasapainoa elämään liikunnasta, Teppo Holopainen, fysioterapeutti Reijolan fysioterapia
Edunvalvonta ja testamentti, Lakitoimisto Kunnas, Niina Kosonen
- 24.1. Vanhusneuvoston terveisiä, Eira
- 31.1. Maija ja Maura Kareliahoiva Oy:stä laulavat ja laulattavat vanhoja kansakoululauluja

- 07.2. Uni, Tarja Voutilainen, terveydenhoitaja Siun Sote
- 14.2. Ystävänäpäivä/Eläkkeensaajien päiä
- 21.2. Seurakunta, pastori Heidi Salo
- 28.2. Ikääntyvän terveellinen ravinto, Aija Toivanen ravintoterapeutti Siun Sote
- 13.3. Diabeteksen ennalta ehkäisy, Hanneleena Manninen, Diabeteshoitaja SiunSote
- 20.3. Opiskelijat
- 27.3. Hiljentymisen viikko, pastori Marita Tilli
- 3.4. Opiskelijat
- 10.4. Opiskelijat
- 17.4. Opiskelijat
- 24.4. Seurakunta, nuorisotyönohjaaja Marita Laitinen
- 08.5. Äitienpäivä- ja kevätjuhla, kirkkoherra Ville Ojala
- 15.5. Ulkoilupäivä

Tervetuloa mukaan toimintaan

Istumavoimistelun ohjaajat:

- 10.1. Eila
- 17.1 Teppo
- 24.1. Terttu-Liisa
- 31.1. Videojumppa
- 7.2 Eila
- 21.2. Terttu-Liisa
- 28.2. Eila
- 13.3. Eila
- 20.3. Videojumppa
- 27.3. Terttu-Liisa
- 3.4. opiskelijat
- 10.4. Eila tai opiskelijat