

Vanhustenviikolla:

Eväitä arkeen

hyvinvointi-
tapahtuma
senioreille



Pe 9.10.
klo 10-13.30

**Lehmusvalkaman
Hyvinvointikeskus,
Karviaiskatu 7**

**Lämpimästi tervetuloa
Lehmusvalkaman
hyvinvointikeskukseen!**

**Tule tutustumaan, mitä kaikkea
voit harrastaa ja tehdä omalla
asuinalueellasi.**

**Kohtaa eri alojen asiantuntijoita
ja asuinalueesi muita ihmisiä,
virkistäydy ja innostu!
Voit saapua oman aikataulusi
mukaan, ei ilmoittautumista.**

KAHVITARJOILU



Maistiaisia tapahtumasta:

- Monipuolisissa neuvontapisteissä tietoa terveydestä, hyvinvoinnista ja harrastuksista ikääntyneille klo 10-13!
Mukana kaupungin, Vanhusneuvoston, seurakunnan ja eri yhdistysten asiantuntijoita ja esittelijöitä
- Suomen Punaisen Ristin Turun osaston Terveyspiste
- Toimintakyky -testausta, kuntosaliin tutustumista, digiopastusta
- Turun Lähimmäispalveluyhdistyksen Liikkuvan Resurssikeskuksen pisteellä mukana myös Varhan ikääntyneiden palveluohjaaja

OHJELMAA JUHLASALISSA:

- Klo 10.45 Ukrainalainen tanssiesitys
- Klo 11 Vuoden geriatri Minna Löppösen puheenvuoro:
Mitä geriatria on? Ja asiaa ikääntyneiden kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista.
- klo 11.45 Köörin Pojat esiintyy
- klo 12 Vanhusasiainvaltuuden toimiston tervehdys,
erityisasiantuntija Vilhelmiina Lehto-Niskala
- klo 12.30-13.30 Yhteislaulua ja tanssia laulaja, muusikko ja laulupedakogi Tuire Mellasen tahtiin

* Omakustanteinen lounasmahdollisuus ja kahviosta voi ostaa pienempää purtavaa.

Järjestelyissä mukana Turun vanhusneuvosto



KOTIKUNNAS
Turun Lähimmäispalveluyhdistys ry

