

Vantaan kaupungin kaupunkikulttuurin ja hyvinvoinnin toimiala

Terho Valkonen

kulttuurituottaja

Vantaa



**Kulttuuripalveluiden
tiedotettavat asiat
vanhusneuvostolle**

Vantaa

**Kaikille avoimet
kuukausittain toistuvat
maksuttomat
ikäihmisten
tapahtumat löytyvät
Kulttuuridosetista**

tapahtumat.vantaa.fi/kulttuuridosetti

Vantaa

Leffan Lumoa

Lumosalissa

24.9., 15.10., 19.11. ja 3.12. klo 13.00

Elokuvasarjassa näytetään
seuraavat elokuvat:

24.9.	Perhoset
15.10.	Maria
19.11.	Elämä on juhla
3.12.	Perfect Days

Vantaa





Toiveikkaat päivätanssit

ke 7.10. klo 13:30 – 15:30

ke 11.11. klo 13:30 – 15:30

ke 9.12. klo 13:30 – 15:30

Päivätansseihin voi tulla yksin tai ystävän kanssa. Paikalle voi tulla myös vain kuuntelemaan musiikkia ja nauttimaan tunnelmasta. Tanssija säetää Satumaarit ja Juhani Rautiainen yhtyeineen. Sekahaku.



Tikkurilassa kajahtaa

ti 13. 10. klo 13:00 – 14:30

ti 10..11. klo 13:00 – 14:30

ti 8.12. klo 13:00 – 14:30

Tikkurilan kirjaston Lummesalissa

Tule laulamaan yhteislauluja rennossa tunnelmassa. Paikalle voi tulla myös vain kuuntelemaan musiikkia.

**Valtakunnallista
Vanhustenviikkoa vietetään
5.–11.10.2026 teemalla Arjen
kohtaamiset. Vantaalla
järjestetään monipuolista
maksutonta kulttuuriohjelmaa
teemaviikon ympärillä.**

tapahtumat.vantaa.fi/vanhustenviikko

Vantaa



Vanhustenviikon etkot: Makea iltapäivä

Pe 2.10. klo 13–15.30 Fazer Experience
Vierailukeskusessa

Sonja Lumpeen tähdittämään
tapahtumaan on
ennakkoilmoittautuminen. Tapahtumaan
voi ilmoittautua soittamalla Vantaa-infoon
p. 0983911 tai paikan päällä Vantaa-
infoissa kauppakeskus Dixissä ja
Myyrmäkitalossa. Ilmoittautuminen alkaa
maanantaina 14.9. Ilmoittautumisaikaa on
syyskuun loppuun saakka tai siihen asti,
kun paikat tulevat täyteen.



Mummodisko

Mummodisko saapuu Original Sokos hotel Vantaalle 6.10. klo 13-15! Tapahumapaikka sijaitsee Tikkurilassa osoitteessa: Hertaksentie 2, Vantaa.

Tällä kertaa mukana on esiintymässä KASARISHOW, joka räjäyttää lavalle 80-luvun kuumimmat hitit! KASARISHOW:n solisteina toimivat Annica Milán ja Valtteri Lehtinen!

Tapahuman juontaa karismaattinen ja hyväntuulinen Kaj Kunnas. Levysoittimien takana häärää tuttuun tapaan Mummodiskon DJ Mikko Haapalainen.

Kaiken ikäiset ja sukupuoliset ovat tervetulleita!



Vanhustenviikon pääjuhla

Vanhustenviikon pääjuhla järjestetään
torstaina 8.10. klo 14–16.15
Kulttuuritalo Martinuksessa. Perinteisessä
Vanhustenviikon pääjuhlassa esiintyy mm.
Helena Lindgren monipuolisella
lauluohjelmistolla ja juhlan juontaa
toimittaja Kaj Kunnas.

Juhlaan oli ennakkoilmoittautuminen ja
ilmoittautumiset ovat tulleet jo täyteen. Juhlaa
voi seurata netin välityksellä livenä ja
jälkeenpäin 21.10. asti osoitteessa vantaa.fi/live



Vanhustenviikon jatkot: Retrodisco

ke 14.10. klo 13:00 – 15:00 Lumosalissa,
Korsossa

Tule tanssimaan tuttuja diskohittejä DJ
Börjen säestyksellä. Tapahtuma on
kaksikielinen ja tapahtumassa käytettävät
kielet ovat suomi ja ruotsi.

**Liikuntapalveluiden
tiedotettavat asiat
vanhusneuvostolle**

Vantaa



Liikunta

Ohjattu liikunta

Liikuntaryhmiin voi ilmoittautua pitkin ohjauskautta.

Tiedustelut / ilmoittautumiset:

Suosittelava soittoaika ma-ti ja to klo 9.00–11.00

- **Ryhmäliikunta:** jumpat, tuolijumpat, ohjatut kuntosaliryhmät, tuolijumppa + kuntosaliryhmät, vesiliikuntaryhmät p. 09 8392 4601
- **Kuntosaliryhmä kehitysvammaisille aikuisille:** p. 050 314 6402
- **Viittomakieliset ryhmät:** lisää tietosi ilmoittautumisjärjestelmään. Mikäli tietosi ovat siellä jo entuudestaan, tarkasta tietosi. Ilmoita tämän jälkeen puhelimitse tai sähköpostitse, mihin ryhmään haluat osallistua: anne.pakarinen@vantaa.fi tai tekstiviesti p. 050 314 6402.
- **Vertaisohjatut kuntosaliryhmät 60+:** p. 040 663 8482

Voit selata liikuntakursseja kirjautumatta: www.vantaa.fi/liikuntakurssit

Tai tutustu: [Ohjatun liikunnan sähköinen näköiseste \(pdf\)](#)

Paperinen esite saatavilla uimahalleilta, Vantaa-infoista ja uimahalleilta.



Liikunta Omaishoitajien liikuntaetu

Uimahallien, uimahallien kuntosalien ja Koivukylän vanhustenkeskuksen kuntosalien käyttö

Vantaan ja Keravan hyvinvointialueelta omaishoidontukea saavat **vantaalaiset omaishoitajat** voivat käyttää maksutta Vantaan uimahalleja ja kuntosaleja niiden aukioloaikoina. Poikkeus: Koivukylän vanhustenkeskuksen kuntosalilla harjoittelua varten tulee ostaa kulkukortti (5,50 €) uimahallin kassalta.

Omaishoitajien kuntosalivuoro

Kaikille vantaalaisille omaishoitajille on tarjolla maksuton **kuntosalivuoro** Koivukylän vanhustenkeskuksen kuntosalissa.

- torstaisin klo 11.00–12.30, 17.9.–10.12.2026 (ei 15.10.) ja 14.1.–22.4.2027 (ei 25.2.)

Harjoitteluvuorolle tulee saapua klo 10.45–11.00 välisenä aikana, jolloin henkilökunta avaa ovet. Mitkään kulkukortit eivät toimi tällä kuntosalivuorolla. Vuorolla ei ole ohjausta.

Lisätiedot: [Muut etuudet](#) | [Vantaa](#)



Liikunta Sporttikortti 65+

Maksuttoman Sporttikortti 70+:n käyttö päättyi kohteissamme 31.8.2026.

1.4.2026 voimaan tullut Sporttikortti 65+ on tarkoitettu 65 vuotta täyttäneille vantaalaisille tai Vantaalla asuville. Voit ostaa **Sporttikortti 65+** -edun **uimahallin kassalta** puoleksi vuodeksi (25 €) tai vuodeksi kerrallaan (50 €).

Lisäksi uimahallien ja kuntosalien kulkukortista peritään 5,50 euron maksu. Jos sinulla on kulkukortti jo entuudestaan, maksua ei peritä.

Kortilla pääset Vantaan uimahalleihin ja kuntosaleille maanantaista perjantaihin ennen kello 16 sekä Korson uimahalliin ja Koivukylän vanhustenkeskuksen kuntosalille kaikkina aukioloaikoina.

Lisätietoa: [Sporttikortti 65+ | Vantaa](#), uimahallit kassat ja soveltavan liikunnan koordinaattorit p. 050 314 6402, 040 195 5872, suositeltavat soittajat ma-ti ja to klo 9–11



Liikunta Vanhustenviikko

Ilmainen uinti Vanhustenviikolla ma-pe 5.-9.10.2026

Tarjoamme uimahalleissamme Vanhustenviikon kunniaksi maksuttoman uinnin eläkeläisille.

Ilmainen uinti edellyttää, että näytät eläkekorttisi uimahallin kassalla.

Käytössäsi ovat kaikki uimahallimme aukioloaikojen mukaisesti klo 16 asti. Poikkeuksena Korson uimahalli, joka on päivisin suljettu. Voit käydä Korson hallissa iltaisin klo 16-20.

Tervetuloa uimaan!

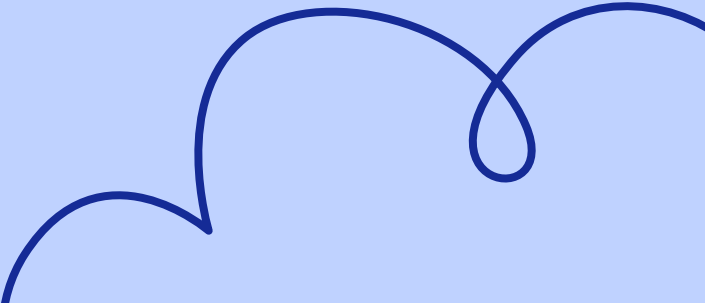
**Nuoriso- ja
yhteisöpalveluiden
tiedotettavat asiat
vanhusneuvostolle**

Vantaa

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toiminta-avustus

Tuulia Purola

Vantaa



Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toiminta-avustus

Avustusten tarkoitus on:

- tukea hyvinvointierojen kaventamista Vantaalla,
- edistää osallisuutta,
- ehkäistä syrjäytymistä sekä
- edistää kotoutumista.

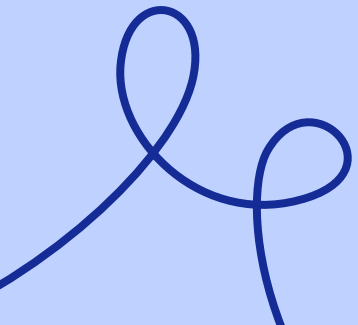
Hakuaika
lokakuussa!

Avustettavan toiminnan on edistettävä Vantaan kaupungin hyvinvointisuunnitelman tavoitteita ja parannettava haavoittuvassa asemassa olevien väestöryhmien hyvinvointia ja osallisuutta.

Vantaa

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen avustus senioritoimintaan

- Seniori-ikäisille suunnatun kulttuuritoiminnan avustukset ovat lakkautettu.
- Jatkossa senioritoimintaan voi hakea hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toiminta-avustuksia.
- Avustus on suunnattu yhdistyksen perustoimintaan ja yleiskuluihin
- Avustus ei ole tarkoitettu ainoastaan jäsenten virkistystoimintaan.



Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toiminta-avustus

- Avustusta voi käyttää järjestön perustoimintaan: esim. vertaistoiminnan, vapaaehtoistoiminnan, neuvonnan ja muun avun järjestämiseen liittyviin kuluihin.
- Avustuksella voi kattaa myös yleiskuluja, kuten, kuten palkkoja, vuokria ja toimistokuluja.
- Avustus ei ole tarkoitettu ainoastaan jäsenten virkistystoimintaan.

Lisätietoa avustuksista ja linkki avustusten hakuun:

<https://www.vantaa.fi/fi/kaupunki-ja-paatoksenteko/talous-ja-strategia/avustukset-ja-apurahat/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-avustukset>

Avustusten hakuaika on 1.10.–31.10.2026

Vantaa

Tilaa Vantaan kaupungin uutiskirje

vantaa.fi/fi/uutiskirje

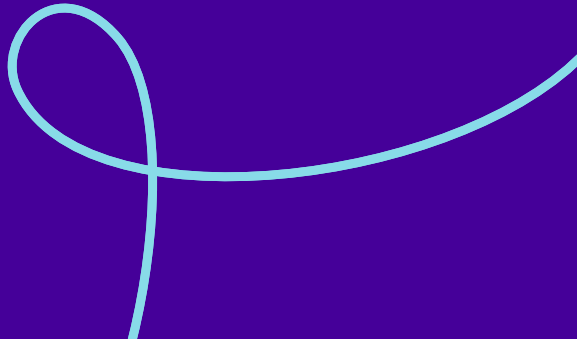
Vantaa

Kiitos

Lisätietoja:

terho.valkonen@vantaa.fi

vantaa.fi/kulttuuria-senioreille

The logo for the City of Vantaa, featuring a stylized white line forming a loop and a tail, positioned to the left of the word "Vantaa".

Vantaa