



Tapahtumakalenteri Hattulan ikäihmisille Syksy 2018

Kalenterin koonti:
Jenni Jokelainen
Palveluohjaaja
p. 050 521 9893
jenni.jokelainen@hattula.fi



SYYSKUU

Ti 18.9. klo 18.00-19.00 Yhteislaulutilaisuus Juteinitalon Jaakonsalissa (Kauppatie 3), vetäjänä Arja Kartano.

To 20.9 klo 11-13 Nälkäpäivä puuro Juttutuvalla (Jaakonkuja 3). Puuro, kahvi ja pulla 5€, myydään nälkäpäivän hyväksi. Järj. SPR:n Hattulan osasto

Ti 25.9 klo 12-15 Ystävötoiminnan kurssi Juttutuvalla (Jaakonkuja 3)
Järj. SPR:n Hattulan osasto

Ke 26.9 SPR:n Terveyspiste Juttutuvalla (Jaakonkuja 3)
klo 10–12 Kunnan palveluohjaaja tavattavissa
klo 10–12 Verenpaineen mittausta

To 27.9 klo 13–14.30 Muistikahvila. Aiheena: Kunnan palvelut ikäihmisille.
Juttutupa (Jaakonkuja 3). Järj. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry.

LOKAKUU

Ma 1.10. klo 11.00 Kanta-Hämeen Hengitys ry haastaa kansainvälisen ikääntyneiden päivän kunniaksi kaikki Hattulan alueen seniori-ikäiset **yhteiseen liikunnalliseen tapahtumaan Hattulan Mierolan sillan alueelle**. Ohjelmassa on yhteinen ohjattu jumppa klo 11.00- 11.45 sekä erilaisia toiminnallisia pisteitä. Kävijöiden kesken arvotaan hyvinvointi- lahjakortti. Maksuton tapahtuma, ei ennakkoilmoittautumista. Tapahtuman osoite: Ventolantie 2, 13720 Hattula.

Valtakunnallinen Vanhustenviikko 7.10–14.10.2018

Su 7.10 klo 10.00 Messu Hattulan kirkossa. Vanhustenviikon avaaminen.

Ti 9.10 Ikäihmisten ulkoilupäivä

Ulkoilutapahtumat klo 13.00 Willa Katinalan, Palvelukoti Helmen ja Kissankellon asukkaille Katinalassa, sekä Palvelukeskus Punojanportin asukkaille Parolassa. Ilmoittautumiset vapaaehtoiseksi ulkoiluavuksi tapahtumiin pe 5.10 mennessä: Jenni Jokelainen p. 050 521 9893

Ke 10.10 klo 16.15 Vanhustenviikon päätapahtuma Juteinikeskuksessa.

Ohjelmassa teatteri Rollon esitys Hukkareissu sekä juhlakahvit. Tapahtumaan on mahdollisuus saada kuljetus (8€/henk.) Ilmoittautumiset ti 2.10 mennessä Ritva Viitala p. 040 727 4052 tai Sari Airola p. 045 657 7145.

To 11.10 klo 9.30-11.30 e-aineisto opastus ja senioritietovisa kirjastolla (Kauppatie 3). Kahvitarjoilu. Parhaat tietäjät palkitaan kirjapalkinnoilla.

To 11.10 klo 13.30 Vanhustenviikon viikkomessu Hattulan kirkossa (Kirkkotie 29). Ikäihmisille ja heidän läheisilleen.

Pe 12.10 klo 12.00 Maailman kaunein tyttö -elokuva
Juteinitalo Jaakonsali (Kauppatie 3). Elokuvan jälkeen kahvitarjoilu.

Ti 16.10. klo 18.00-19.00 Yhteislaulutilaisuus Juteinitalon Jaakonsalissa (Kauppatie 3), vetäjänä Markku Huumarsalo.

Ke 24.10 SPR:n Terveyspiste Juttutuvalla (Jaakonkuja 3)
klo 10–12 Kunnan palveluohjaaja tavattavissa
klo 10–12 Verenpaineen mittausta

To 25.10 klo 13–14.30 Muistikahvila. Aiheena: Aivoterveyttä 1.
Juttutupa (Jaakonkuja 3). Järj. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry.

MARRASKUU

Ke 7.11. Pop Up-vaatekierrätyspäivä: Päivän aikana voit tuoda lähiötuvalla käyttökelpoisia, hyväkuntoisia itsellesi tarpeettomia vaatteita ja jalkineita sekä halutessasi tehdä samalla löytöjä itsellesi. Lähiötupa Punoja (Punojantie 3) p. 050 467 7878

To 8.11 klo 10.00 Bingo. Lähiötupa Punojassa (Punojantie 3) p. 050 467 7878

Ti 13.11. klo 18.00-19.00 Yhteislaulutilaisuus Juteinitalon Jaakonsalissa (Kauppatie 3), vetäjänä Pyhän Ristin kuoro

Ke 14.11 klo 12.00–14.30 Iloinen iltapäivä Hattulan kirkossa. Lisätietoja ja ilmoittautumiset kyyditystä varten to 8.11 mennessä Ritva Viitala p. 040 727 4052 tai Sari Airola p. 045 657 7145

Ma 19.11. klo 18.00 Harri Ahosen luento Pohjois-Skandinavian retkeilyreiteistä Juteinitalon Jaakonsalissa (Kauppatie 3).

Ke 21.11 SPR:n Terveyspiste Juttutuvalla (Jaakonkuja 3)
klo 10–12 Kunnan palveluohjaaja tavattavissa
klo 10–12 Verenpaineen mittausta

To 29.11. klo 9.30 Senioritietovisa Juteinitalon Jaakonsalissa (Kauppatie 3), kirjapalkintoja parhaille, kahvitarjoilu.

To 29.11 klo 10.00 Bingo. Lähiötupa Punojassa (Punojantie 3) p. 050 467 7878

To 29.11 klo 13–14.30 Muistikahvila. Aiheena: Aivoterveyttä 2.
Juttutupa (Jaakonkuja 3). Järj. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry.

JOULUKUU

Ke 12.12 klo 12.00–15.30 Wanhan ajan Kuusijuhla Hattulan Kotikirkolla (Teollisuustie 6). Ilmoittautumiset ke 5.12 mennessä Ritva Viitala p. 040 727 4052 tai Sari Airola p. 045 657 7145

To 13.12 klo 13.00–14.30 Talvikahvila ja virsivartti. Punojanportti (Punojantie 3). Lisätietoja: Sari Airola p. 045 657 7145 tai Ritva Viitala p. 040 727 4052

Ke 19.12 SPR:n Terveyspiste Juttutuvalla (Jaakonkuja 3)
klo 10–12 Kunnan palveluohjaaja tavattavissa
klo 10–12 Verenpaineen mittausta

To 20.12 klo 13.00–14.30 Talvikahvila ja virsivartti. Punojanportti (Punojantie 3). Lisätietoja: Sari Airola p. 045 657 7145 tai Ritva Viitala p. 040 727 4052

To 27.12 klo 13.00–14.30 Talvikahvila ja virsivartti. Punojanportti (Punojantie 3). Lisätietoja: Sari Airola p. 045 657 7145 tai Ritva Viitala p. 040 727 4052

OMAISHOITAJILLE

Vertaistukiryhmä muistisairaiden omaisille

Ryhmä kokoontuu Juteinitalon kahviossa (2.kerros) joka kuukauden toisena tiistaina klo 17.30–19.00

Lisätietoja ja ilmoittautumiset: Raija Jaatinen p. 045 269 5880 tai Susanna Pulkkinen susanna.pulkkinen@hattula.fi p. 050 543 8464

Vertaisryhmä läheistään auttaville sekä ohjattua toimintaa avustettaville

Läheistään auttavien ryhmässä kahvitellaan, keskustellaan ja vaihdetaan kuulumisia. Avustettavien ryhmässä on kahvittelun lisäksi virikkeellistä toimintaa. Osallistua voi osallistua omaishoitaja yksin tai avustettavan kanssa. Ryhmä kokoontuu Punojanportissa (Punojantie 3) kuukauden neljäntenä tiistaina (25.9, 23.10, 27.11 ja 18.12.) klo 13.30 -15.00 Lisätiedot ja ilmoittautumiset:

Margit Adams p. 040 7277237

SÄÄNNÖLLISTÄ TOIMINTAA:

Maanantaipiiri (toiminnallinen piiri, jossa mm.käsitöitä) maanantaisin Pappilanniemessä (Pappilanniementie 9, 2.kerros) klo 12.00–14.00
Lisätietoja: Ritva Viitala p. 040 727 4052 tai Sari Airola p. 045-657 7145

Ystäväpiiri Lepaalla (kuukauden kolmantena tiistaina) klo 13.00–14.30 Lisätietoja: Ritva Viitala p. 040 727 4052 tai Sari Airola p. 045-657 7145

SPR:n Juttutupa (Jaakonkuja 3)

Avoinna **ma-to klo 09.00–13.30**

- **Srk:n hartaushetki** joka kuukauden ensimmäinen tiistai klo 12.
- Parolan lukiolaisten järjestämä **Ikäihmiset somessa- kurssi** jatkuu Juttutuvalla syksyllä, päivämäärät tiedotetaan myöhemmin.

Pekolan varttuneiden piiri- avoin kaikille ikäihmisille!

parillisen viikon tiistaina (alkaen 18.9) klo 13.00–15.00.

Pappilanniementie 9, 4.kerros. Tiedustelut: Tuula Kaivoluoto p. 045 128 1092

Hattulan sitoutumattomien eläkeläisten toimintaa:

kokoontuminen Parolan nuorisotalolla viikoittain ke klo 9.00–11.30

Lisätietoja: pj. Tuula Vihervaara p. 045 3576288

Lähiötupa Punoja. (Punojantie 3) Aukioloajat: ma suljettu, ti klo 9-14, ke klo 9-16, to klo 9-14 ja pe klo 9-13. Lähiötupa on avoin kohtaamispaikka, jossa on mahdollisuus yhdessäoloon, kahvitteluun, päivän lehden lukemiseen sekä erilaiseen toimintaan. Käytössä on myös asiakastietokone. p. 050 467 7878

lahiotupa@hattula.fi

- Keskiviikkoisin eri teemoilla kokoontuva kaikille avoin kädentaitopaja klo 11–13, materiaalimaksu 2eur/kerta. Halutessasi voit ottaa mukaan myös oman käsityösi tms.
- Perjantaisin asumisneuvoja Tuula Lipposen päivystys klo 9–11. Muina aikoina tapaaminen ajanvarauksella kunnantalolla p.050 3057 333

IKÄIHMISILLE SUUNNATTUA LIIKUNTAA

Punojanportin ikäihmisille suunnattu kuntosali

Punojanportilta on mahdollista varata omalle ryhmälle oma kuntosaliaika ma-pe 1h/vko, sekä la-su 1h toinen vuoro veloituksetta. Ryhmän koko vähintään 3henk. Ajanvaraus Laura Waulu p. 050 563 0862 laitteiden käyttöön perehdytys: Jari Salmela p. 050 509 0327

Pekolan koulun kuntosalista ikäihmisille maksuttomia vuoroja

Pekolan koulun kuntosalia voivat eläkeläiset käyttää veloituksetta merkityillä päivävuoroilla (ma-pe klo 11-12 ja klo 13-15) sekä yleisiä vuoroja iltaisin ja viikonloppuisin. Huom! Koulupäivien aikaan pukuhuoneet vain koululaisten käytössä. Kuntosalin käyttöä varten tulee kuitata avain kirjaston palvelupisteeltä 30 € panttimaksua vastaan. Tiedustelut Laura Waulu p. 050 563 0862, laitteiden käyttöön perehdytys: Jari Salmela p. 050 509 0327

Parolan Visan liikuntaryhmät:

- **Ikäihmisten kuntosali** maanantaisin klo 17.00-18.00 lukion kuntosalilla.
- **Ikäihmisten jumppa** nuorisotalon vintillä tiistaisin klo 13.00–13.45
Tiedustelut ja ilmoittautumiset ryhmiin: p. 050 3388795
- **Elofolkjam- Tanssillinen jumppatunti** ikäihmisille perjantaisin klo 10.00
Hurttalan liikuntasalissa. Ilmoittautumiset: aleksi.pulli@parolanvisa.fi p. 050-3252778

Eläkeliiton Hattulan yhdistyksen toimintaa:

- **Kuntosali** torstaisin klo 9 Parolan kuntoklubilla
- **Kuntonurkka** Punojanportilla maanantaisin klo 12–14

Lisätietoja: Liikuntavastaava Heimo Säkkinen p. 0500 359 181

Hattulan sitoutumattomien eläkeläisten toimintaa:

- **boccian pelailua** Hurttalan liikuntasalissa ma klo 14.00–16.00
- vuoro Parolan lukion kuntosalilla ti klo 17.00–18.15
- **kimppakävely** torstaisin 4.10 alkaen klo 10.00. Lähtö kirjaston edestä.

Lisätietoja: pj. Tuula Vihervaara p. 045 3576288 ja liikuntavastaava Veikko Holmqvist p. 0400 804275

Sydänyhdistyksen Hattulan kerho järjestää:

- **Seniorijumppa** perjantaisin 7.9 alkaen Hurttalan koululla klo 11.00. Lisätietoa ja ilmoittautumiset: Timo Luopajarvi p. 050 522 6709

VAPAAEHTOISTOIMINTA

Vapaaehtoiset ulkoiluttavat Willa Katinalan asukkaita tiistaisin klo 11.

Ilmoittautumiset vapaaehtoiseksi: Anja Orvola p. 050 404 8428

Huom! Osallistuminen ei vaadi pidempiaikaista sitoutumista.

SPR:n ja seurakunnan Ystävä- ja lähimmäispalvelu

- o Saattaja-apu (kertaluonteinen)
- o Pidempi aikainen ystävä

Mikäli kaipaat ystävää tai olisit itse valmis ryhtymään vapaaehtoiseksi ystäväksi toiselle, ota yhteys p. 040-7783737

Ulkoiluystävät ja vapaaehtoistoiminta koti- ja asumispalveluissa

Mikäli olet kiinnostunut toimimaan vapaaehtoisena ulkoiluystävänä ikäihmiselle tai olet muuten kiinnostunut eri mahdollisuuksista toimia vapaaehtoisena koti- ja asumispalveluissa, ota yhteys: Jenni Jokelainen p. 050 521 9893 tai jenni.jokelainen@hattula.fi

Ystävätoiminnan kurssi 25.9 klo 12-15 Juttutuvalla

Olisiko Sinulla aikaa jutella tunti viikossa? Lähtisitkö kävelyseuraksi ulos? Tule vapaaehtoiseksi ystäväksi! Kurssin tavoitteena on perehdyttää ja innostaa mukaan Punaisen Ristin ystävätoimintaan sekä tarjota valmiuksia vapaaehtoisena ystävänä toimimiseen. Kurssin suorittuasi voit toimia Punaisen Ristin ystävänä.
Järj. SPR:n Hattulan osasto

HYVÄ TIETÄÄ!

Palveluneuvontaa ja ohjausta ikäihmisille

ma-pe klo 9.00–15.00

p. 050 521 9893 tai 050 079 0034

Koti- ja asumispalveluiden palveluohjaajat neuvovat ikäihmisiä julkisten, yksityisten ja kolmannen sektorin palveluista. Palveluohjaajat tekevät myös kotikäyntejä ikäihmisten luokse palvelutarpeen selvittämiseksi.

Hyvinvointia edistävät kotikäynnit yli 75 – vuotiaille

Yli 75 – vuotiaiden hattulaisten on mahdollista varata palveluohjaajalta maksuton kotikäynti, jonka tarkoituksena on selvittää yhdessä asiakkaan kanssa hänen tilannettaan ja kotona selviytymistä eri näkökulmista. Käynnillä kerrotaan mm. kunnassa olevista palveluista ja henkilöistä, joihin asiakas voi olla yhteydessä apua tarvitessaan. Käynnin tarkoituksena on myös opastaa ja kannustaa asiakasta käyttämään omia voimavarojaan omatoimisuuden säilyttämiseksi. Hyvinvointia edistävä kotikäynti on asiakkaalle maksuton, eikä asiakkaalla tarvitse olla vielä palveluntarvetta. Kotikäynnin tekee palveluohjaaja, ja sen kesto on n. 1,5 tuntia. Kotikäynnin voi varata ottamalla yhteyttä palveluohjaukseen (ma-pe klo 9.00–15.00) p. 050 521 9893 tai 050 079 0034

Kirjaston kotipalvelu

Kirjaston kotipalvelu toimittaa aineistoa niille asiakkaille, jotka eivät itse pääse kirjastoon korkean iän tai liikuntavaikeuksien vuoksi.

Lisätietoja Hattulan kirjastosta p. 050 5522 896