

The image features a white background with a green border. Pink cherry blossoms on dark branches are scattered around the edges of the page. The main text is centered in a green, serif font.

# **Tapahtumakalenteri Hattulan ikäihmisille Kevät 2019**

**Kalenterin koonti:  
Jenni Jokelainen  
Palveluohjaaja  
p. 050 521 9893  
[jenni.jokelainen@hattula.fi](mailto:jenni.jokelainen@hattula.fi)**

## HELMIKUU

**Ke 13.2 klo 12.00–15.30 Palvelupäivä ja Iloinen iltapäivä.** Vieraana Rauni Saarinen. Hattulan Kotikirkossa (Teollisuustie 6). Lisätietoja ja ilmoittautumiset ruokailua ja kyyditystä varten to 7.2 mennessä Ritva Viitala p. 040 727 4052 tai Sari Airola p. 045 657 7145

**To 14.2 klo 9.30–10.30 Ystävänäpäivän senioritietovisa.** Hattulan kirjastolla (Kauppatie 3). Palkintoja parhaille, kahvitarjoilu.

**To 14.2. Ystävänäpäivän ohjelmaa Lähiötuvalla** (Punojantie 3) p. 050 467 7878

**To 14.2 klo 15.00–18.00 Ystävänäpäivän viettoa kahvin kera Juttutuvalla** (Jaakonkuja 3). Järj. SPR:n Hattulan osasto

**Ke 20.2 klo 14.00 Hattulan sydänkerhon toiminnan esittely.** Tervetuloa kuulemaan sydänkerhon toiminnasta mm. liikuntaryhmistä, retkistä ja kerhoista. Lähiötupa Punojassa (Punojantie 3) p. 050 467 7878

**Ke 27.2 SPR:n Terveyspiste Juttutuvalla** (Jaakonkuja 3)  
klo 10–12 Verenpaineen mittausta

**To 28.2 klo 12.30 Bingo.** Lähiötupa Punojassa (Punojantie 3) p. 050 467 7878

**To 28.2. klo 13–14.30 Muistikahvila.** Aiheena: Entisajan työkalut ja käsityöt – museolehtori Jyrki Nissi/Hml kaupunginmuseo. Juttutupa (Jaakonkuja 3). Järj. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry.

## MAALISKUU

**Pe 8.3 klo 18.30 Kansainvälisenä naistenpäivänä: Musiikinäytelmä Tähtiä alla ja yllä.** Hattulan kirkossa.

**Ti 12.3 klo 18.00 Yhteislaulutilaisuus Hattulan kirjastolla** (Kauppatie 3). Vetäjänä Lauluryhmä Myöhäset, johtajanaan Ari Lehtonen.

**Ke 13.3 klo 17.00–19.00 Iltakahvit Juttutuvalla ja kuulumisia Hattulan historiasta/ Eero Ojanen** (Jaakonkuja 3) Järj. SPR:n Hattulan osasto

**Ke 20.3 klo 12.00–15.30 Palvelupäivä ja Iloinen iltapäivä** Hattulan Kotikirkossa (Teollisuustie 6). Lisätietoja ja ilmoittautumiset ruokailua ja kyyditystä varten to 14.3 mennessä Ritva Viitala p. 040 727 4052 tai Sari Airola p. 045 657 7145

**To 21.3 klo 13.00–14.30 Kevätkahvila.** Punojanportti (Punojantie 3).  
Lisätietoja: Sari Airola p. 045 657 7145

**Ke 27.3 SPR:n Terveyspiste Juttutuvalla** (Jaakonkuja 3)  
klo 10–12 Kunnan palveluohjaaja tavattavissa  
klo 10–12 Verenpaineen mittausta

**To 28.3 klo 9.30–10.30 Senioritietovisa.** Hattulan kirjastolla (Kauppatie 3).  
Palkintoja parhaille, kahvitarjoilu.

**To 28.3 klo 13.00–14.30 Kevätkahvila.** Punojanportti (Punojantie 3).  
Lisätietoja: Sari Airola p. 045 657 7145

**To 28.3 klo 13–14.30 Muistikahvila.** Aiheena: Muistijumppaa – HYRIAn opiskelijat. Juttutupa (Jaakonkuja 3). Järj. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry.

## **HUHTIKUU**

**To 4.4 klo 13.00–14.30 Kevätkahvila.** Punojanportti (Punojantie 3).  
Lisätietoja: Sari Airola p. 045 657 7145

**To 4.4 klo 17.00–19.00 Auttaja-kurssi Juttutuvalla.** Kurssi käsittää ensiavun perusteita. Kouluttajana toimii Hannele Kataja-Saarinen. Avoin kaikille, ennakoilmoittautumista ei tarvita.

**Ke 10.4 klo 12.00–15.30 Palvelupäivä ja Iloinen iltapäivä** Hattulan Kotikirkossa (Teollisuustie 6). Lisätietoja ja ilmoittautumiset ruokailua ja kyyditystä varten to 4.4 mennessä Ritva Viitala p. 040 727 4052 tai Sari Airola p. 045 657 7145

**To 11.4 klo 13.00–14.30 Kevätkahvila.** Punojanportti (Punojantie 3).  
Lisätietoja: Sari Airola p. 045 657 7145

**To 11.4 klo 17.00–19.00 Geokätköilyn salat** /Erkki Yrjälä. Juttutupa (Jaakonkuja 3)  
Järj. SPR:n Hattulan osasto

**Ti 16.4 klo 18.00 Yhteislaulutilaisuus Hattulan kirjastolla** (Kauppatie 3). Vetäjänä Hattulan Pyhän Ristin kuoro, johtajanaan Ari Lehtonen.

**Ke 24.4 SPR:n Terveyspiste Juttutuvalla** (Jaakonkuja 3)  
klo 10–12 Kunnan palveluohjaaja tavattavissa  
klo 10–12 Verenpaineen mittausta

**To 25.4 klo 13.00-16.00 Hyvinvointi-iltapäivä ikäihmisille Juteinitalolla**  
(Kauppatie 3) Ohjelmassa mm. hyvinvointiin liittyviä luentoja sekä yhdistyksiä ja yrittäjiä esittelemässä palveluitaan ja toimintaansa. Luvassa myös verenpaineen mittausta ja liikkumiskyvyn testausta kiinnostuneille. Kahvitarjoilu. Lisätietoja: Jenni Jokelainen p. 050 521 9893 tai Jari Salmela p. 050 509 0327

**To 25.4 klo 13–14.30 Muistikahvila.** Aiheena: Muistijumppaa – HYRIAn opiskelijat. Juttutupa (Jaakonkuja 3). Järj. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry.

**Pe 26.4 klo 11.15 Veteraanipäivän seppeleenlasku ja juhla,** kirjaston Jaakonpuisto ja Jaakonsali.

## **TOUKOKUU**

**Ke 8.5 klo 12.00–15.30 Palvelupäivä ja Iloinen iltapäivä** Hattulan Kotikirkossa (Teollisuustie 6). Lisätietoja ja ilmoittautumiset ruokailua ja kyyditystä varten to 2.5 mennessä Ritva Viitala p. 040 727 4052 tai Sari Airola p. 045 657 7145

**To 9.5 klo 13.00–15.00 Auttaja-kurssi Juttutuvalla.** Kurssi käsittää ensiavun perusteita. Kouluttajana toimii Hannele Kataja-Saarinen. Avoin kaikille, mutta suunnattu erityisesti omaishoitajille. Ennakkoilmoittautumista ei tarvita.

**Pe 10.5 klo 10.00–14.00 Sydänviikon tapahtuma Juteinitalolla.**

**Ti 21.5.2019 klo 8–17 Retki Vivamoon**

Kaiken kansan kevätjuhla (Kevätjuhlakirkko, lounas, Vivamon historiaa draaman keinoin, Kantele-konsertti Iida Elina, Juhlapuhe psykologi Pirkko Lahti, päätöskahvit) Linja-autokuljetus. Hinta noin 40-50 €/hlö (lähtijämäärä). Ilmoittautumiset ja erityisruokavaliot 30.4.2019 mennessä diakoniatyöntekijöille p. 040 727 4052 tai 045 657 7145

**Ke 22.5 SPR:n Terveyspiste Juttutuvalla** (Jaakonkuja 3)  
klo 10–12 Kunnan palveluohjaaja tavattavissa  
klo 10–12 Verenpaineen mittausta

## OMAISHOITAJILLE

### **Vertaistukiryhmä muistisairaiden omaisille**

Ryhmä kokoontuu Juteinitalon kahviossa (2.kerros) joka kuukauden toisena tiistaina (12.2, 12.3, 9.4, 14.5.) klo 17.30–19.00. Lisätietoja ja ilmoittautumiset: Raija Jaatinen p. 045 269 5880 tai Susanna Pulkkinen [susanna.pulkkinen@hattula.fi](mailto: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 kahvittelemuksen lisäksi virikkeellistä toimintaa. Osallistua voi omaishoitaja yksin tai avustettavan kanssa. Ryhmä kokoontuu Punojanportissa (Punojantie 3) 22.1, 26.2, 26.3, 23.4 ja 28.5.) 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: Sari Airola p. 045-657 7145

**SPR:n Juttutupa** (Jaakonkuja 3)

Avoimna **ma-to klo 09.00–13.30**

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

**Varttuneiden piiri- avoin kaikille ikäihmisille!**

parillisen viikon tiistaina 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.

(Ei kokoontumisia kesä-heinä-elokuussa)

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, kahvitteeluun, päivän lehden lukemiseen sekä erilaiseen toimintaan. Käytössä on myös asiakastietokone. p. 050 467 7878

[lahiotupa@hattula.fi](mailto:lahiotupa@hattula.fi)

- Keskiviikkoisin eri teemoilla kokoontuva kaikille avoin kädentaitopaja klo 11–13, materiaalimaksu 2eur/kerta. Halutessasi voit ottaa mukaan myös oman käsityösi tms.
- Torstaisin tuolijumppa klo 10.00
- 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](mailto: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
- **Petanquen pelailua** Lepistön kentällä kesä-heinä-elokuussa tiistaisin klo 9.00–11.00
- **vuoro Parolan lukion kuntosalilla** ti klo 17.00–18.15 (ei kesä-heinä-elokuussa)

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

### **Sydänyhdistyksen Hattulan kerho järjestää:**

- **Seniorijumppa** perjantaisin 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 ystäväryhmä ja seurakunnan lähimmäispalvelu**

- o Saattaja-apu (kertaluonteinen)
- o Pidempiaikainen 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](mailto:jenni.jokelainen@hattula.fi)

## **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