

ILOLANSANOMAT

Vanhusten viikko

Lokakuun alussa vietetään perinteiseen tapaan Vanhusten viikkoa. Tänä vuonna teemana on Arjen kohtaamiset. Ohjelmaa on monipuolisesti myös Ilolansalossa. Osallistu aamunavauksiin päivien aiheista, verkkoluentoihin, hevosvarikon vierailuun ja yhteiskävelyyn.

Aamunavaukset

Arkisin klo 8.30 Ravintolasali ja keskusradio Ilolansalon aamunavaukset jatkuvat lokakuussa. Joka arkipäivä klo 8.30 Ravintolasalissa on ohjelmaa. Tule katsomaan, tai kuuntele käytävien keskusradiosta. Lokakuussa myös teemapäivät. Kyseessä on kokeilu. Mikäli kuulijoita ei ole riittävästi, aamunavaukset voidaan lopettaa.

Mitä hauskaa vanhuudessa on?

Torstai 8.10. klo 16.30 alkaen Ravintolasali Vanhusten viikon torstaina mietimme mitä hauskaa on vanhuudessa. Illan vieraana on stand up koomikko Anitta "Iso A" Ahonen, joka on tullut tutuksi mm. kiroilevan rollaattorimurheen videoista. Tällä kertaa aiheena on kuitenkin "Mitä hauskaa on vanhuudessa?".

Voit osallistua iltaan etukäteen. Anitta haluaa tietää, millä lauseella vanhempasi kasvattivat sinua, kun olit pieni? Tuo vastauksesi Ilolansalon infoon viimeistään 6.10.2026. Vastaukset käsitellään nimettöminä.

Digiturva

Maanantai 5.10. klo 17.00 Ravintolasali Miten asioit turvallisesti verkossa. Elisan asiantuntijat kertovat digipalveluiden, internetin ja puhelimen turvallisesta käytöstä. Mahdollisuus myös henkilökohtaiseen tukeen.

Tanssiharjoitukset

Keskiviikko 28.10. klo 14.30

Keskiviikko 4.11. klo 10.00

Kulttuuriviikon tanssit: Atlas-yhtye 6.11. klo 14.00

Tule mukaan tanssiharjoituksiin. Mitään aikaisempaa taitoa ei tarvita, tarkoitus on saada yhteistä iloa tanssista. Hannu Pyy opettaa perusaskleet tansseihin rauhallisella tahdilla.

Tanssi on tutkitusti hyvää liikuntaa ja tuo iloa.

Sadonkorjuulounas

Keskiviikko 14.10. klo 11.00–13.30 Ravintolasali Ravintola Ilolansalon perinteinen sadonkorjuulounas on taas tarjolla. Pöydässä on monipuolisesti satokauden herkkuja.

Aterian kruunaa kokonainen porsas.



PALVELUKESKUS

ILOLANSALO

Lokakuu 2026



Messumuistoja.

LOKAKUU

ma 28.9. **Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00

Luku- ja runopiiri E-rapun 3. kerroksen aula klo 14.00

Keskustellaan yhdessä kirjoista ja lukemisesta.

Kukko ja jalopeura -musiikkiteatteriesitys Ravintolasali klo 15.00

Musiikillinen näytelmä hyväksymisestä Mikael Agricolan ajalta.

Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00

ti 29.9. **Seniorineuvola: Diabeteksen omahoito** Kabinetti Koivu klo 10.00

Diabeteshoitaja Anna-Kaisa Oksanen kertoo diabeteksen omahoidosta.

Iloa taiteesta -maalauskurssi Vanha Sali klo 13.30–15.45

Asukasilta Ravintolasali klo 18.00

ke 30.9. **Aivotreenit** Vanha Sali klo 13.00

to 1.10. **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00

pe 2.10. **Bingo** Vanha Sali klo 10.30

Musta kuula Kabinetti Joutsen klo 13.00

Ilolansalo soi: Kielot Ravintolasali klo 14.00

Ruotsinkielinen keskusteluryhmä Kabinetti Joutsen klo 15.00

la 3.10. **Ilolansalo soi: Timo Rautala** Ravintolasali klo 14.30

Ruokasalis lauleta Ravintolasali klo 18.00

su 4.10. **Raamattu- ja virsiopiiri** Ravintolasali klo 14.30

ma 5.10. **Vanhusten viikko 5.-11.10.2026 Arjen kohtaamiset**

Aamunavaus Ravintolasali klo 8.30

Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00

Valoisia näkökulmia -keskustelukerho Kabinetti Joutsen klo 13.30

Seurakunnan tilaisuus Ravintolasali klo 15.00

Paikalla seurakunnan hoivamuusikko.

Digiturva -turvallinen asiointi verkossa Ravintolasali klo 17.00

Lue lisää etusivulta.

Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00

ti 6.10. **Aamunavaus** Ravintolasali klo 8.30

Seniorineuvola: Verensokerin mittaus klo 8.00–10.00

Ortobio-kenkämyynti Pääaula klo 10.00–13.00

SeniorSurf: Totta vai tarua? Kabinetti Joutsen klo 13.00–14.00

Mikä internetissä on totta ja mikä ei. Verkkoluento.

Hevosvarikko vierailee Ravintolasali klo 14.30

Iloa taiteesta -maalauskurssi Vanha Sali klo 13.30–15.45

Asukasilta Ravintolasali klo 18.00

LOKAKUU

- ke 7.10.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 50 €
Aamunavaus Ravintolasali klo 8.30
Voimaa ruuasta – monipuolinen ravitseminen ikääntyessä
Kabinetti Joutsen klo 13.00–14.00
Ravitsemissasiantuntija kertoo ruuasta ja ruokasuosituksista. Verkkoluento.
Aivotreenit Vanha Sali klo 13.00
Kanttorin lauluhetki Ravintolasali klo 14.00
-
- to 8.10.** **Aamunavaus** Ravintolasali klo 8.30
Vanhusten viikon ulkoilupäivä Sisäpiha klo 9.30
Kierrämme esteettömän polun yhdessä päiväkodin lasten kanssa.
Tuolijumppa Vanha sali klo 10.00
Ilolansalo soi: Piija Laulajatar & Esa Ravintolasali klo 14.00
Mitä hauskaa vanhuudessa on? Ravintolasali klo 16.30 Alkaen
Lue lisää etusivulta.
-
- pe 9.10.** **Fysioterapeutin poliklinikka vastaanottoaika**
Alustava kartoitus lihas- ja nivelvaivoista. Varaa aika etukäteen 044 7213 355.
Aamunavaus Ravintolasali klo 8.30
Bingo Vanha Sali klo 10.30
Ilolansalo soi: Kapa Ahonen Ravintolasali klo 14.00
-
- la 10.10.** **Ruokasalis lauleta** Ravintolasali klo 18.00
-
- su 11.10.** **Karaokeässäät Sinikka ja Seppo** Ravintolasali klo 14.30
-
- ma 12.10.** **Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00
Ilolansalo soi: Harmonikkakerho Ravintolasali klo 14.00
Salvavisa Vanha Sali klo 15.00
Juttelu tuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00
-
- ti 13.10.** **Seniorineuvola: Huolituoli** Kabinetti Koivu klo 10.00
Huolituoli on matalan kynnyksen tila, jossa voi keventää mieltään luottamuksellisesti. Kohtaaminen on maksuton. Kriisikeskus Etapin toiminnanjohtaja Marjaana Ojaniemi esittelee MIELI ry:n Huolituolia.
Iloa taiteesta -maalauskurssi Vanha Sali klo 13.30–15.45
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
-
- ke 14.10.** **Sadonkorjuulounas** Lue lisää etusivulta.
Aivotreenit Vanha Sali klo 13.00
-
- to 15.10.** **Anja Lönnqvist käsityömyynti** Pääaula klo 10.00–14.00
Tuolijumppa Vanha sali klo 10.00
Levytuokio Ravintolasali klo 14.00
-
- pe 16.10.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30
Musta kuula Kabinetti Joutsen klo 13.00
Ilolansalo soi: Ari Toivaala tanssiryhtye Ravintolasali klo 14.00
Ruotsinkielinen keskusteluryhmä Kabinetti Joutsen klo 15.00

LOKAKUU

- la 17.10.** **Ilolansalo soi: Sonja laulattaa** Ravintolasali klo 14.30
Ruokasalis lauleta Ravintolasali klo 18.00
- su 18.10.** **Raamattu- ja virsipiiri** Ravintolasali klo 14.30
- ma 19.10.** **Jalkahoitaja Riitta Paju** K-kerroksen hoituhuoneessa.
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 50 €
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
Seurakunnan tilaisuus Ravintolasali klo 15.00
Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00
- ti 20.10.** **Seniorineuvola: Verenpaineen mittaus** klo 9.00–11.00
Korttibingo Ravintolasali klo 10.00
Seniorineuvola: Huolla kuulosi Seniorineuvola klo 9.00–11.00
Salon kuuloyhdistys auttaa kuulolaitteiden kanssa.
Iloa taiteesta -maalauskurssi Vanha Sali klo 13.30–15.45
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
- ke 21.10.** **Aivotreenit** Vanha Sali klo 13.00
Ilolansalo soi: Ykä & Ykättäret Ravintolasali klo 14.00
- to 22.10.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00
- pe 23.10.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30
Ilolansalo soi: Soivakoti Ravintolasali klo 14.00
- la 24.10.** **Ilolansalo soi: Aleksanteri Laakso** Ravintolasali klo 14.30
Ruokasalis lauleta Ravintolasali klo 18.00
- su 25.10.** **Karaokeässäät Sinikka ja Seppo** Ravintolasali klo 14.30
- ma 26.10.** **Tuolijumppa** Vanha Sali klo 11.00
Luku- ja runopiiri E-rapun 3. kerroksen aula klo 14.00
Musavisa Ravintolasali klo 15.00
Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00
- ti 27.10.** **Iloa taiteesta -maalauskurssi** Vanha Sali klo 13.30–15.45
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
- ke 28.10.** **Aivotreenit** Vanha Sali klo 13.00
Tanssiharjoitukset Vanha Sali klo 14.30
- to 29.10.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00
Levytuokio Ravintolasali klo 14.00
- pe 30.10.** **Bingo** Vanha Sali klo 10.30
Musta kuula Kabinetti Joutsen klo 13.00
Ilolansalo soi: Junkkarit Ravintolasali klo 14.00
Ruotsinkielinen keskusteluryhmä Kabinetti Joutsen klo 15.00
- la 31.10.** **Ilolansalo soi: Sonja laulattaa** Ravintolasali klo 14.30
Ruokasalis lauleta Ravintolasali klo 18.00