

# ILOLANSANOMAT

**Hyvää alkavaa vuotta!** Taas on aika opetella kirjoittamaan vuosiluku uudelleen. Onneksi aikaa on kokonainen vuosi. Tiukentuvat koronaohjeet vaikuttavat Ilolansalonkin vuoden aloitukseen.

**Älä liiku oireisena!** Jos sinulla on yleisiä flunssan oireita, kuten yskää tai vuotavaa nenää, älä liiku yleisissä tiloissa. Lepää omassa asunnossasi. Pyydä tarvittaessa hoitajilta apua. Vältä taudin leviäminen muihin asukkaisiin.

**Tämä Ilolansanommat** kattaa vain tammikuun alun. Koronarajoitukset vaikuttavat suuresti ohjelmaamme. Emme vielä tiedä, mitä ohjelmaa Ilolansalossa voidaan järjestää loppukuusta. Loppukuun ohjelma jaetaan asukkaiden koteihin viikolla kaksi.

**Harrastusryhmistä osa on vielä tauolla.** Vapaaehtoisten vetämät ryhmät jatkavat toimintaansa myöhemmin. Tästä Ilolansanomista näet, mihin ryhmiin voit jo osallistua. Harrastusryhmät ovat toistaiseksi vain Ilolansalon asukkaiden käytettävissä.

**Liikunnalliset ryhmät** Vahvat leidit, Leiditsumppa, Tuolijumppa sekä Ikämiesten kuntosaliryhmä ovat toistaiseksi tauolla. Sisulla ja sydämellä kokoontuu heti vuoden alusta. Lisätietoa saat ryhmän vetäjältä, Anu Kannarilta 044 7213 355.

**Asukkaiden kuntosalivuorot jatkuvat normaalisti.** Huomioi kuntosalilla edelleen turvavälit toisiin käyttäjiin. Puhdista laitteet aina ennen käyttöä. Merkitse saliilta löytyvään vihkoon, milloin olet ollut kuntosalilla. Näin pystymme tarvittaessa jäljittämään mahdollisen viruksen leviämisen.

Salva ry:n jäsenten kuntosalivuorot perutaan 15.1.2022 asti.

**Asukkaiden saunavuorot** jatkuvat normaalisti. Yhteissauvat lämpiävät keskiviikkoisin, torstaisin ja perjantaisin A-rapun K-kerroksessa. Naisten vuoro on kello 16.00–18.00 ja miesten vuoro on kello 18.00–20.00.

**Aluevaalien laitosäänestys** järjestetään Palvelukeskus Ilolansalossa keskiviikkona 12.1. Ilolansalon äänestyspaikalla saa äänestää jokainen Ilolansalon asukas. Jos tarvitset apua äänestyspaikalle pääsemisessä, tai haluat äänestää kotona, ilmoita asiasta etukäteen Ilolansalon infoon. Aluevaaleissa valitaan edustajat maakunnan valtuustoihin. Vaalit järjestetään nyt ensimmäistä kertaa. Valtuustoilla on merkittävä osa muun muassa tulevan soteuudistuksen päätöksissä.

**Jouluilolansanomissa** pyysimme teitä arvaamaan, kuinka monta kynttilää on Ilolansalon pihalla olevassa joulukuussa. Oikea vastaus on 1600 kynttilää. Lähin arvaus oli 1118. Voittajille on ilmoitettu henkilökohtaisesti. Kiitos osallistujille.

**Terveisin, Ilolansalon väki**



## PALVELUKESKUS ILOLANSALO

Tammikuu 2022



Joulukuussa juhlittiin  
johtajasta johtajaan

# TAMMIKU

**Aloita päiväsi aamunavauksella.** Aamunavaus järjestetään joka arkiamu kello 8.30 ravintolassasi. Aamunavauksessa kuulet päivän ohjelman. Tarjolla on myös tietokilpakymsymyksiä ja aamujumppa. Tule aamunavaukseen ravintolasaliin tai kuuntele aamunavaus keskusradiosta. Ravintolassa voit nauttia myös aamiaisen. Terveellinen ja säännöllinen ruoka on osa hyvinvointia ja lisää jaksamista.

## **Koronatilanteen vuoksi, muutokset ohjelmassa ovat mahdollisia. Seuraa ajantasaista tiedotusta pääaulan infotaululta.**

|                 |   |
|-----------------|---|
| <b>la 1.1.</b>  | <b>Uudenvuodenpäivä</b>   |
| <b>su 2.1.</b>  | <b>Raamattu- ja virsipiiri</b> Peruttu  |
| <b>ma 3.1.</b>  | <b>Boccia</b> Vanha sali klo 10.00<br><b>Tuolijumppa</b> Peruttu  |
| <b>ti 4.1.</b>  | <b>Seniorineuvola: Verenpaineen mittaus</b> klo 9.00–11.00<br><b>Asukasilta</b> Ravintolasali klo 18.00   |
| <b>ke 5.1.</b>  | <b>Seniorineuvola: Lääkäri talossa</b> (Pihlajalinna)<br>Varaa aika etukäteen 044 7213 364. Maksullinen.<br><b>Jalkahoitaja</b> Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.<br>Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 45 €<br><b>Tuolijumppa</b> Peruttu<br><b>Juttelutuokio</b> E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00<br>Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan keskiviikkoillan ratoksi. |
| <b>to 6.1.</b>  | <b>Loppiainen</b>   |
| <b>pe 7.1.</b>  | <b>Bingo</b> Vanha Sali klo 10.30<br><b>Ilolansalo soi</b> Peruttu  |
| <b>la 8.1.</b>  | <b>Ulla Mäkelä käsityömyynti</b> Pääaula klo 10.00–14.00<br><b>Lauantain toivotut</b> Peruttu   |
| <b>ma 10.1.</b> | <b>Boccia</b> Vanha sali klo 10.00<br><b>Tuolijumppa</b> Peruttu  |
| <b>ti 11.1.</b> | <b>Seniorineuvola: Verensokerin mittaus</b> klo 8.00–10.00<br><b>Asukasilta</b> Ravintolasali klo 18.00   |
| <b>ke 12.1.</b> | <b>Laitosäänestys</b><br>Maakuntavaalien laitosäänestys järjestetään Palvelukeskus Ilolansalon asukkaille. Lisätietoa jaetaan asukkaille.<br><b>Tuolijumppa</b> Peruttu<br><b>Juttelutuokio</b> E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00<br>Tule tapaamaan Ilolansalon naapureita ja juttelemaan keskiviikkoillan ratoksi.   |
| <b>to 13.1.</b> | <b>Käsityö- ja pelikerho</b> Peruttu<br><b>Aivotreenit</b> Kabinetti Joutsen klo 14.00  |
| <b>pe 14.1.</b> | <b>Bingo</b> Vanha Sali klo 10.30<br><b>Musta kuula</b> Peruttu<br><b>Ilolansalo soi</b> Peruttu  |