

ILOLANSANOMAT

Saat influenssarokotteen Ilolansalossa.

Jos haluat influenssarokotteen, ilmoita siitä Ilolansalon Seniorineuvolan sairaanhoitajille.

Ilmoita asiasta soittamalla.

Eevan puhelinnumero on 044 7213 364 ja

Tiian puhelinnumero on 044 7213 346.

Rokotusten päivämäärä ei ole vielä tiedossa.

Sinulle ilmoitetaan erikseen, milloin saat rokotuksen.

Influenssarokotteen saavat maksutta kaikki yli 65-vuotiaat sekä sairauden vuoksi riskiryhmiin kuuluvat. Influenssarokotteen kanssa samaan aikaan voit ottaa myös vahvistusrokotteen koronaa vastaan.

Rokotus on paras suoja kausi-influenssaa vastaan. Rokotus ei suojaa flunssalta, eli nuhakuumeelta. Syksyn ja talven aikana liikkuu erilaisia virustauteja. Muista pestä kätesi ja käytä käsidesiä. Peitä suusi, kun yskit. Jos sinulla on oireita, pysy kotona ja lepää. Pyydä tarvittaessa apua Ilolansalon henkilökunnalta.

Voit ottaa rokotuksen myös julkisella rokotuspisteellä tai terveysasemalla. Rokotukset julkisilla paikoilla alkavat viikolla 47.

Kulttuuriviikko vietetään tuttuun tapaan Ilolansalossa marraskuun alussa. Salon kaupungin kulttuuripalvelut avaa viikon maanantain aamunavauksessa.

Viikon aikana tarjolla on monipuolisesti muun muassa oopperaa, bluesia ja runoja. Katso tarkempi ohjelma Ilolansanomista ja tule nauttimaan kulttuurista.

Isänpäivä on marraskuun puolivälissä. Perinteinen isänpäivälounas järjestetään Ravintola Ilolansalossa.

Asukkaiden ei tarvitse ilmoittautua etukäteen.

Lounas maksaa Ilolansalon asukkaalle normaalin sopimushinnaston mukaan. Kutsu myös omaisia syömään. Jos teitä on tulossa suurempi ryhmä, tee pöytävaraus ravintolaan. Varauksen voi tehdä ravintolan kassalla, soittamalla numeroon 044 7213 354 tai sähköpostilla osoitteeseen sanna.savela@salva.fi.

Nenäpäivää vietetään 10.11. Osallistu Nenäpäivän bingoon vapaaehtoisella bingomaksulla. Maksut lahjoitetaan Nenäpäivän keräykseen.

Voit myös osallistua keräykseen ravintolan kassalta löytyvällä keräyslippaalla.

Terveisin Ilolansalon väki

PALVELUKESKUS

ILOLANSALO

Marraskuu 2023



Lokakuussa liikuttiin ja leikattiin lanttuja.

MARRASKUU

Aloita päiväsi aamunavauksella.

Aamunavaus järjestetään joka arkiamu kello 8.30 ravintolasalissa. 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.

-
- ke 1.11.** **Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00
Yhteiskävely Pääovi klo 10.30
Ikääntyvien yliopisto Kabinetti Joutsen klo 14.00
Nälkävuosista koronaepidemiaan - 160 vuotta suomalaisia talouskriisejä.
Puhujana professori Roope Uusitalo Helsingin yliopistosta.
Tule katsomaan luentoa suorana lähetyksenä Jyväskylän yliopistosta.
-
- to 2.11.** **Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.
Varaa aika Iloansalon Infosta. Hoidon hinta on 45 €
Colossé myynti Pääaula klo 10.00–14.00
Aivotreenit Kabinetti Joutsen klo 13.00
Huomioi Aivotreenien uusi aika marraskuusta alkaen.
-
- pe 3.11.** **Riitta Muuro korttimyynti** Pääaula klo 11.00–13.00
Bingo Vanha Sali klo 10.30
Musta kuula Kabinetti Joutsen klo 13.00
Iloansalo laulaa Ravintolasali klo 14.00
Yhteislaulua Nicke Strömbergin johdolla.
Ruotsinkielinen keskusteluryhmä Kabinetti Joutsen klo 15.00
-
- la 4.11.** **Pyhäinpäivä**
”Kannarin pajan” **Perfect Home myynti** Pääaula klo 10.30–14.30
Huomioithan isänpäivän ensi viikolla. Kattavasti kaikkea kivaa joka kotiin.
Iloansalo soi: Timo & Hannu Ravintolasali klo 15.00
-
- su 5.11.** **Raamattu- ja virsipiiri** Ravintolasali klo 14.30
-
- ma 6.11.** **Iloansalon kulttuuriviikko 6.-12.11.2023**
Kulttuuriviikon avaus Ravintolasali klo 8.30
Salon kaupungin kulttuuritoimi avaa Iloansalon kulttuuriviikon.
Salon voimamarttojen käsityömyynti Pääaula klo 10.00–14.00
Boccia Vanha sali klo 10.00
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
Pelikerho Vanha Sali klo 12.30
Iloansalo soi: Kevyttä klassista Ravintolasali klo 17.30
Veli-Pekka Väisänen ja Klaus Pennanen esittävät klassista musiikkia.
Jussi Miilunpalo säestää.
Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00
-
- ti 7.11.** **Kuvia ja tarinoita kirkoista** Kabinetti Koivu klo 14.00
Ilpo Määttänen kertoo kirkoista.
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
-

MARRASKUU

- ke 8.11. Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00
Yhteiskävely Pääovi klo 10.30
Tehdään yhdessä valoisaa syksyä Pääaula klo 13.30
Ikäänntyvien yliopisto Kabinetti Joutsen klo 14.00
Mitä minun pitäisi tietää kivusta ja sen hoidosta?
Puhujana professori Teijo Saari Turun yliopistosta.
Ilolansalo soi: Bluesilta Ravintolasali klo 18.00
Kulttuuriviikon kunniaksi tarjolla rouhevaa bluesia.
- to 9.11. Perinneruokapäivä** - lounaalla ja päivällisellä tarjolla perinneruokia
Levytuokio: Huumoriralleja Ravintolasali klo 14.00
Aivotreenit Kabinetti Joutsen klo 13.00
- pe 10.11. Nenäpäivän bingo** Vanha Sali klo 10.30
Vapaaehtoinen bingomaksu lahjoitetaan Nenäpäivän keräykseen.
Saima Harmajan runoja sanoin sekä sävelin
Ravintolasali klo 14.00
Mamia-Toivoniemi-Kuusinen-työryhmän runoesitys.
- la 11.11. Ilolansalo soi: Sonja & Ismo** Ravintolasali klo 15.00
- su 12.11. Isänpäivä**
Isänpäivälounas tarjolla Ravintola Ilolansalossa.
- ma 13.11. Jalkahoitaja** Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.
Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 45 €
Boccia Vanha sali klo 10.00
Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00
Salvavisa Vanha Sali klo 15.00
Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00
- ti 14.11. Seniorineuvola: Verensokerin mittaus** klo 8.00–10.00
Asukasilta Ravintolasali klo 18.00
- ke 15.11. Tuolijumppa** Vanha sali klo 10.00
Yhteiskävely Pääovi klo 10.30
Ikäänntyvien yliopisto Kabinetti Joutsen klo 14.00
Rikostutkimustaidon historiaa. Puhujana komisario Mikko Porvali.
- to 16.11. Seniorineuvola: Vanhusten mielenterveyden haasteet**
Yhteistyössä Mieli Ry Kabinetti Koivu klo 10.00
Pelikerho Kabinetti Koivu klo 13.00
Tule pelaamaan erilaisia lautapelejä yhdessä Salon ammattikoulun opiskelijoiden kanssa.
Aivotreenit Kabinetti Joutsen klo 13.00
- pe 17.11. Bingo** Vanha Sali klo 10.30
Musta kuula Peruttu
Ilolansalo soi: Pepe Enroth Ravintolasali klo 14.00
Ruotsinkielinen keskusteluryhmä Kabinetti Joutsen klo 15.00
- su 19.11. Raamattu- ja virsipiiri** Ravintolasali klo 14.30

MARRASKUU

ma 20.11. Boccia Vanha sali klo 10.00

Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00

Pelikerho Vanha Sali klo 12.30

Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00

ti 21.11. Seniorineuvola: Verenpaineen mittaus klo 9.00–11.00

Ilolansalo laulaa Atte & Veko Ravintolasali klo 14.00

Asukasilta Ravintolasali klo 18.00

ke 22.11. Tuolijumppa Vanha sali klo 10.00

Yhteiskävely Pääovi klo 10.30

Ikääntyvien yliopisto Kabinetti Joutsen klo 14.00

Aivot, keho ja mieli - aivotutkimuksen uudet trendit.

Puhujana apulaisprofessori Tiina Parviainen Jyväskylän yliopistosta.

to 23.11. Aivotreeneit Kabinetti Joutsen klo 13.00

Huom muuttunut aika.

Levytuokio: Oi niitä aikoja Ravintolasali klo 14.00

pe 24.11. Välittämisen päivä

Haastamme kaikki tekemään pieniä välittämisen tekoja.

Vinkkilistan löydät Ilolansalon infon ikkunasta.

Välittämisen päivä on joka päivä.

Bingo Vanha Sali klo 10.30

Ilolansalo soi: Kielot Ravintolasali klo 14.00

la 25.11. ”Kannarin pajan” Perfect Home myynti Pääaula klo 10.30–14.30

Joulu lähenee, olethan valppaana.

Ilolansalo soi: Sonja laulattaa Ravintolasali klo 15.00

su 26.11. Seurakunnan tilaisuus Vanha Sali klo 15.30

Ehtoollinen järjestetään Ilolansalossa.

ma 27.11. Boccia Vanha sali klo 10.00

Tuolijumppa Vanha Sali klo 11.00

Ilolansalo soi: Sari & Antti Saarinen Ravintolasali klo 15.00

Juttelutuokio E-rapun 3. kerroksen aula klo 18.00

ti 28.11. Ortobio-kenkämyynti Pääaula klo 10.00–13.00

Hyvien uutisten keskustelukerho Kabinetti Joutsen klo 13.30

Asukasilta Ravintolasali klo 18.00

ke 29.11. Tuolijumppa Vanha sali klo 10.00

Yhteiskävely Pääovi klo 10.30

Ikääntyvien yliopisto Kabinetti Joutsen klo 14.00

Ihmisyys ja ihmisenä elämisen isot kysymykset.

Puhujana Turun arkkhiippakunnan piispa Mari Leppänen.

Ilolansalo soi: Yhteislaulajat - Lapin lumoa Ravintolasali klo 18.00

to 30.11. Jalkahoitaja Riitta Paju K-kerroksen hoituhuoneessa.

Varaa aika Ilolansalon Infosta. Hoidon hinta on 45 €

Aivotreeneit Kabinetti Joutsen klo 14.00
