

Kesäkuun tapahtumakalenteri

MA	3.6.	13.30–14.30	Musiikkiryhmä
TI	4.6.	10.00-12.00 12.00–12.30 13.00–14.00 15.00-16.00	Citykävely Bingo Miesten ryhmä English conversation group
KE	5.6.	11.30-12.30 13.00-14.00 13.30-14.00	Kulttuurinurkka – arjen kulttuuria HUSLAB – INR-näytteenotto aulan kerhotilassa. Ei ajanvarausta! Gamba-konsertti juhlasalissa
TO	6.6.	11.00-12.00 12.00-13.30 13.30-15.00 14.00-15.30	Puistokummien roskakävely Vierelläsi – omaishoitajien ja heidän läheistensä vertaistukiryhmä Avoin muistiryhmä Grillibileet ja yhteislaulua sisäpihalla
PE	7.6.	10.00-11.30 12.30–13.30	Luontokävely Aivojumppa
MA	10.6.	13.30–14.30	Musiikkiryhmä
TI	11.6.	10.00-11.00 12.00–12.30 13.00–14.00	English conversation group Bingo Miesten ryhmä
KE	12.6.	13.00-14.00 14.00-16.00	HUSLAB – INR-näytteenotto aulan kerhotilassa. Ei ajanvarausta! Helsinki-päivä ja kultainen 60-luku
TO	13.6.	11.00-12.00 13.30-15.00 14.00-14.45	Puistokummien roskakävely Avoin muistiryhmä Yhteislaulu
PE	14.6.	10.00-11.30 12.30-13.30	Luontokävely Aivojumppa
MA	17.6.	13.30-14.30	Musiikkiryhmä
TI	18.6.	10.00-11.00 12.00–12.30 13.00–14.00	English conversation group Bingo Miesten ryhmä
KE	19.6.	11.30-12.30 13.00-14.00 14.00-15.00	Kulttuurinurkka – arjen kulttuuria HUSLAB – INR-näytteenotto aulan kerhotilassa. Ei ajanvarausta! Juhannusjuhlat
TO	20.6.	11.00-12.00 13.30-15.00 14.00-14.45	Puistokummien roskakävely Avoin muistiryhmä Yhteislaulu
PE	21.6.		JUHANNUSAATTO. PALVELUKESKUS SULJETTU.
MA	24.6.	13.30–14.30	Musiikkiryhmä
TI	25.6.	12.00–12.30 13.00–14.00 14.00–15.00	Bingo Miesten ryhmä Juhannustanssit – Pertti Palm
KE	26.6.	11.30-12.30	Kulttuurinurkka – arjen kulttuuria
TO	27.6.	11.00-12.00 13.30-15.00 14.00-14.45	Puistokummien roskakävely Avoin muistiryhmä Yhteislaulu
PE	28.6.	10.00-11.30 12.30–13.30	Luontokävely Aivojumppa

Kesäkuussa tapahtuu

Kesäkuun näyttely: Kultainen 60-luku. Kuvia Helsingin kaupunginmuseon kokoelmista.

UUSI RYHMÄ: Tiistaina 4.6. / 11.6. / 18.6. klo 15-16. Vapaaehtoisen ohjaama englannin keskusteluryhmä. Tule verestämään englannin kielen taitojasi kokoushuoneeseen.

HUSLAB ottaa INR-näytteitä ilman ajanvarausta keskiviikkona 5.6. / 12.6. / 19.6.
Jos palvelulle on kysyntää, toiminta jatkuu myöhemmin.

Ti 4.6. klo 10-12 Citykävely. Tule kävelemään mukavassa porukassa ohjaajan johdolla lyhyt (500 m) tai pitkä (3 km) lenkki. Lähtö aulasta.

Ke 5.6. klo 13.30-14.00 Gamba-konsertti juhlasalissa. Mikä ihmeen soitin on gamba? Tule kuuntelemaan!

To 6.6. klo 14.00-15.30 Ryhmäkoti Ronjan järjestämät koko talon grillibileet.
Tarjolla makkaraa, mehua, musaa ja yhteislaulua.

Ke 12.6. klo 14.00-16.00 Helsinki-päivän viettoä 60-luvun tunnelmissa. Ohjelmassa: parkkipaikkatanssit TheScaffolds-yhtyeen rautalankamusiikin tahdittamana, taidekäytävällä kuvia 60-luvulta Helsingin Kaupunginmuseon kokoelmista ja asiakkaiden albumeista, aulassa esillä muotia 60-luvulta, grillausta.

Ke 19.6. klo 14.00-15.00 Juhannusjuhlat sään mukaan sisäpihalla tai juhlasalissa.

Ti 25.6. klo 14.00-15.00 Kesäkuun tanssit juhannuksen jälkimainingeissa sisäpihalla tai juhlasalissa. Esiintyjänä Pertti Palm.

Muista palvelukeskuksen neuvontapalvelut!

Palveluneuvonta: Tietoa ja ohjausta kaupungin, järjestöjen ja yksityisten yrittäjien palveluista. Apua tukien hakemiseen. Voit tulla myös keskustelemaan mieltäsi painavista asioista. Soita sosiaaliohjaajille, Maaritille (09 310 45125) tai Katariinalle (09 310 46925).

Fysioterapeutin neuvonta: tuki- ja liikuntaelimestön vaivojen selvittäminen ja siihen liittyen kotiharjoitteiden ohjaaminen. Liikunta- ja apuvälineohjausta. Soita fysioterapeutti Mirjalle (09 310 60701).

Seniори-info puhelinneuvonta on tarkoitettu helsinkiläisille ikääntyneille ja heidän läheisilleen. Soita ma-pe 8.30-12.00 puh. 09 310 44556 tai lähetä sähköpostia seniori.info@hel.fi

Kuukausikalenterin ryhmät ja tapahtumat ovat kaikille avoimia, mukaan voi tulla milloin vain!