

Kropp och sinne

infotillfälle för seniorer

Tisdag 29.8 kl.13 - 15

Luckan, Gallerisalen, Auragatan 1 G, 2. vån (det finns hiss)

Busshållplats: T12, T14

Seniorvänliga aktiviteter samt stödtjänster presenteras. Tidtabellen är riktgivande.



Program

- 13.00 Välkomsthälsning, Riku Tuominen, Luckan
- 13.05 Varhas äldrerådgivning på Monitori
servicehandledare Hedvig Lindroos presenterar verksamheten
- 13.15 Har du problem med synen? FSS- Förbundet Finlands Svenska Synskadade rf,
synrådgivare Stina Nygård
- 13.25 Behöver du en hörapparat? Svenska hörselskadade i Åboland rf,
hörselrådgivare Auli Yli-Äyhö
- 13.35 För ledernas bästa, servicekoordinator Hanna Okodugha, Åbonejdens Artrosförening rf
- 13.45 Pausgymnastik
- 13.50 Motionstips för seniorer, motionsansvarig Päivi Mecklin, Åbo stads motionstjänster
65+ seniorarmband, VoiTas teho, information om motionsgrupper
- 14.05 Folkhälsans verksamhet, koordinator Chatrin Kotka
- 14.15 Kultur- och bibliotekstips för seniorer, kulturkoordinator Anna Edgren, Åbo stads kulturtjänster
- 14.25 Åbo Svenska Pensionärsklubb
- 14.35 Infotorg och tid för frågor

Vid infotorget kan man få personlig handledning med syn-, hörsel-, och ledrelaterade frågor, ställa frågor till Varhas äldrerådgivare och få tips om motion-, kultur- och bibliotekstjänster samt om Åbo Svenska Pensionärsklubbns verksamhet.

Varmt välkommen!

OBS! Möjlighet att delta på distans. Anmäl dig senast lite före evenemanget börjar till paivi.mecklin@turku.fi. För mer info kontakta Luckan, tfn 02 233 1986, e-post: abo@luckan.fi



Nyfiken på motion, fritid och kultur? Välkommen med!

Fråga om Varhas äldrerådgivning eller få tips om syn, hörsel och leder!

