

Voi hyvin-tapahtumat Saarijärvi Syksy 2024

Kerran kuussa perjantaisin klo 10–13

Kaupungintalo, Rahkola-tila (Sivulantie 11, Saarijärvi)

Ikääntyneille suunnatussa tapahtumasarjassa jaetaan monipuolisesti tietoa hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn edistämiseen.

Tule kuulemaan vinkkejä esimerkiksi aivoterveysteen, harrastamiseen, ravitsemukseen, osallistumis- ja kohtaamismahdollisuuksiin sekä asumiseen liittyvissä asioissa. Aamupäivän yhteyteen on varattu aikaa keskusteluille, ja osallistujat voivat kysyä asiantuntijoilta mieltä askarruttavia asioita.

Tapaamisissa on mukana myös seniorin hyvinvointineuvolan terveydenhoitaja ja kaupungin hyvinvointikoordinaattori. Kahvitarjoilu.

- 13.9. **Tietoa uniapneasta, paikalla unihoitaja**
Seniorin hyvinvointineuvolan vastaanotto klo 11–13
- 11.10. **Vanhustenviikon minimessut**
Seniorin hyvinvointineuvolan vastaanotto klo 11–13
- 8.11. **Kuntoutuspalvelut toimintakyvyn tukena**
Seniorin hyvinvointineuvolan vastaanotto klo 11–13
HUOM! Paikka tarkentuu myöhemmin.
- 13.12. **Pikkujoulut – lauluja ja herkkuja**
Seniorin hyvinvointineuvolan vastaanotto klo 11–13
HUOM! Paikka tarkentuu myöhemmin.