

Voi hyvin -iltapäivät Jyväskylä,

Palokka syksy 2025

Palokan kirjasto, Koivutie 5, 40270 Jyväskylä.

Torstaisin kerran kuussa klo 13–15.

- 28.8. **Kulttuuria ja kohtaamisia kaikille - Iloa yhteisöllisyydestä.**
 Musiikillisesta ohjelmasta vastaa muusikko Jere
 Valkonen
 Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto
- 25.9. **Arkiliikkumisen hyödyt hyvinvointiin, FINGER-malli,**
 tuolijumppa/rentoutus
- 30.10. **Vahva luusto ja vitamiinit (JAMK-opiskelijat) sekä kodin**
 turvallisuus (pelastustoimi)
 Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto
- 27.11. **Mielen hyvinvointi ja jaksaminen kaamoksessa (JAMK-**
 opiskelijat)
 Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto
- 18.12. **Suun terveys ja luontoliikunta**
 Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto