

Voi hyvin -iltapäivät Jyväskylä

Vaajakoski syksy 2025

Vaajakosken kirjasto, Urheilutie 36 B.

Keskiviikkoisin kerran kuussa klo 13–15.

Esiintyjien välissä aina pieni taukojumppa/jaloittelu

- 27.8. **Kulttuuria ja kohtaamisia kaikille - Iloa yhteisöllisyydestä. Musiikillisesta ohjelmasta vastaa muusikko Jere Valkonen**
Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto
- 17.9. **Arkiliikkumisen hyödyt hyvinvointiin, FINGER-malli, tuolijumppa/rentoutus**
Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto
- 22.10. **Vahva luusto ja vitamiinit (JAMK-opiskelijat). Kodin turvallisuus (pelastustoimi)**
Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto
- 19.11. **Mielen hyvinvointi ja jaksaminen kaamoksessa (JAMK-opiskelijat)**
Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto
- 10.12. **Oma koti – toimiva ja turvallinen. Luontoliikunta**
Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto