

Tapautumakalenteri Hattulan ikäihmisille Kevät 2024



TAMMIKUU

9.1. TIISTAI. Klo 13.00–14.00. Yhteislaulutilaisuus. Juteinitalon auditorio.

10.1. KESKIVIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

17.1. KESKIVIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

21.1.SUNNUNTAI. Klo 13–16. Helmipiiri. Seurakuntatalo.

24.1. KESKIVIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

31.1. KESKIVIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

HELMIKUU

4.2. SUNNUNTAI. klo 11–14 Kirkonmäen Talvitapahtuma.

6.2. TIISTAI. Klo 17–19.30. Virsiä ja Villasukkia. Seurakuntatalo.

7.2. KESKIVIKKO. Klo 12–13. Iloinen Iltapäivä. Seurakuntatalo.

7.2. KESKIVIKKO. Klo 13–14. Virsikahtila. Seurakuntatalo.

7.2. KESKIVIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

8.2. TORSTAI. Klo 9.30. Seniorivisa. Hattulan kirjasto. Parhaille tietäjille kirjapalkintoja ja kaikille kahvia ja pullaa. Tietovisailu rennolla meiningillä.

13.2. TIISTAI. Klo 13.00–14.00. Yhteislaulutilaisuus. Juteinitalon auditorio.

14.2. KESKIVIIKKO. Klo 13–15. Mummodisco Verkatehtaalla

14.2. KESKIVIIKKO. Klo 18.00. Ystävänpäiväkonsertti Juteinitalon Jaakonsalissa, esiintyjänä Arvi Tapani, vapaa pääsy.

15.2. TORSTAI. Klo 12.30. Lukupiiri, Hattulan kirjasto. Lukupiirikirjan saa lainaksi kirjastolta.

21.2. KESKIVIIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

MAALISKUU

5.3. TIISTAI. Klo 17–19.30. Virsiä ja Villasukkia. Seurakuntatalo.

6.3. KESKIVIIKKO KLO 12.00. Infotilaisuus omaishoitajille ja ikäihmisille. Vieraina OmaHämeen omaishoidon ja ikäihmisten palveluohjaajat. Hattulan seurakuntatalo, Parolantie 45.

6.3. KESKIVIIKKO. Klo 12–13. Iloinen Iltapäivä. Seurakuntatalo.

6.3. KESKIVIIKKO. Klo 13–14. Virsikahtila. Seurakuntatalo.

6.3. KESKIVIIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

12.3. TIISTAI. Klo 13.00–14.00. Yhteislaulutilaisuus. Juteinitalon auditorio.

13.3. KESKIVIIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

14.3. TORSTAI. Klo 12.30. Lukupiiri, Hattulan kirjasto. Lukupiirikirjan saa lainaksi kirjastolta.

17.3. SUNNUNUTAI. Klo 13–16. Helmipiiri. Seurakuntatalo.

20.3. KESKIVIIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

21.3. TORSTAI. Klo 9.30. Seniorivisa. Hattulan kirjasto. Parhaille tietäjille kirjapalkintoja ja kaikille kahvia ja pullaa. Tietovisailu rennolla meiningillä.

23.3. LAUANTAI KLO 10–13 Pääsiäismyyjäiset seurakuntatalossa.

27.3. KESKIVIIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

HUHTIKUU

3.4. KESKIVIIKKO. Klo 12–13. Iloinen Iltapäivä. Seurakuntatalo.

3.4. KESKIVIIKKO. Klo 13–14. Virsikahtila. Seurakuntatalo.

3.4. KESKIVIIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

9.4. TIISTAI. Klo 13.00–14.00. Yhteislaulutilaisuus. Juteinitalon auditorio.

10.4. KESKIVIIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

11.4. TORSTAI. Klo 12.30. Lukupiiri, Hattulan kirjasto. Lukupiirikirjan saa lainaksi kirjastolta.

14.4. SUNNUNUTAI. Klo 13–16. Helmipiiri. Seurakuntatalo.

17.4. KESKIVIIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

20.4. LAUANTAI. ”Rottien pyhimys” Teatterimatka Hml, lähtö bussilla klo 10.45 R-kioskilta, klo 11–12 opastus PRK:lla ja siirtyminen Hml:n teatterille, näytös klo 13.

24.4. KESKIVIIKKO. Klo 14–15. Liikuntaa muistille! - musiikkiliikuntaryhmä. Parolan Nuorisotalon Vintti, Parolantie 53, Parola. Kanta-Hämeen Muistiyhdistys ry

25.4. TORSTAI. Klo 9.30. Seniorivisa. Hattulan kirjasto. Parhaille tietäjille kirjapalkintoja ja kaikille kahvia ja pullaa. Tietovisailu rennolla meiningillä.

TOUKOKUU

14.5. TIISTAI. Klo 13.00–14.00. Yhteislaulutilaisuus. Juteinitalon auditorio.

16.5. TORSTAI. Klo 12.30. Lukupiiri, Hattulan kirjasto. Lukupiirikirjan saa lainaksi kirjastolta.

21.5. TIISTAI. Klo 10–15. Omaishoitajien retkipäivä Tömäjärven leirikeskukseen.

23.5. TORSTAI. Klo 13–15. 80- ja 85-vuotiaiden syntymäpäiväjuhla seurakuntatalossa.

KESÄKUU

Ke 5. – su 9.6. Hattula-Päivät, monenlaista ohjelmaa kaikkina päivinä.

6.6. TORSTAI. Klo 9.30. Seniorivisa. Hattulan kirjasto. Parhaille tietäjille kirjapalkintoja ja kaikille kahvia ja pullaa. Tietovisailu rennolla meiningillä.

OMAISHOITAJILLE

Omaishoitajien ja hoidettavien ryhmä torstaisin klo 13–15 11.1., 1.2., 7.3., 4.4., 2.5). Hattulan Kotikirkon nuorisotilassa Teollisuustie 6 Parola. Hoidettaville oma ryhmä ja oma ohjaaja. Toiminta on avoin ja maksuton kaikille, ei ilmoittautumista.

Lisätietoa: Hämeenlinnan Seudun Omaishoitajat ry, Margit Adams puh. 040 727 7237 tai margit@hmlomaishoitajat.fi

Omaishoitajien/läheistään hoitavien ovet-valmennus klo 13.30–16

(yhteensä 4 krt: 8.4., 15.4., 22.4., 29.4) Juttutuvalla Jaakonkuja 3.

Valmennuksessa käydään läpi omaa jaksamista, yhteiskunnan tarjoamia tukia ja palveluita. Mukana palveluohjaaja, fysioterapeutti. Lisätietoa ja ilmoittautumiset viim 1.4 margit@hmlomaishoitajat.fi, 040 7277237.

Omaishoitajien/läheistään hoitavien virkistyspäivä Tömäjärven

leirikeskuksessa yhteistyössä Hattulan seurakunnan kanssa **21.5.** Lisätietoa ja ilmoittautumiset viim.13.5 margit@hmlomaishoitajat.fi, 040 7277237.

Muistikahvilat järjestetään tiistaisin klo 13–14.30. (27.2.,26.3. ja 28.5.)

Juttutuvalla Jaakonkuja 3 Parola.

SÄÄNNÖLLISTÄ TOIMINTAA

Eläkeliiton Hattulan yhdistys:

Viikottain: klo 9.00–10.00. Tapaamme Hattulan Kuntoklubilla torstaisin

Joka kuukauden viimeinen torstai tapaamme klo 12–14.00

Haljamin kodalla liikkuen myös pururadalla

Kesäaikana tapaamme tiistaisin klo 9.00 frisbii kentällä

Lisätietoa Arja Kartano pj. 0500 727991

Hattula Pirtti (Museotie 9)

Joka kuukauden viimeinen tiistai klo 13 naapurikahvit.
(huhtikuussa ja toukokuussa)

Hattulan seurakunta, Parolantie 45. Lisätietoja: Sari Airola p. 045 657 7145 tai Ritva Viitala p. 040 727 4052

Maanantaipiiri klo 12.00–14.00 (alkaen 15.1.) on toiminnallinen piiri, jossa mm. käsitöitä, askartelua ja päiväkahvi Hattulan seurakuntatalossa.

Virsi kahvila keskiviikkoisin klo 13.00–14.00 (alkaen 10.1.) Hattulan seurakuntatalossa

Kuukauden ensimmäinen keskiviikko klo 12–13 Iloinen Iltapäivä, joka jatkuu aina klo 13–14 Virsi kahvilana (7.2., 6.3., 3.4.2024)

Hattulan sitoutumattomien eläkeläisten toimintaa:

Keskiviikkoisin Klo 9.30–11.30 tapaamiset ennallaan. Nurtsilla.

Tiistaisin Klo 16.30–17.30 Kuntosali, Yhteiskoulun kuntosali.

Maanantaisin klo 14.00- 16.00 Hurttalassa pelataan **Boccia** .

Puh. joht.: Wilen Ritva ,050 4521547. ritvawilen47@gmail.com

Leipäkirkko Hattulan kotikirkossa (Teollisuustie 6) tiistaisin klo 11.00.

SPR:n Juttutupa (Jaakonkuja 3)

Tuolijumppa maanantaisin klo 10.00 (8.1. alkaen). Ryhmä on täynnä

Neuloosikahvila parittomien viikkojen maanantaisin klo 17.30–19.00 (15.1. alkaen)

Terveyspiste päivät: ke 17.1., 21.2., 20.3., 17.4. ja 15.5. klo 11.00–13.00

Valmiusryhmä: Parittoman viikon tiistait klo 18–20

Seniори-kuntosalivuorot

Terveysaseman kuntosali, Parolantie 42. Hattulalaisilla eläkeläisillä mahdollisuus varata vuoro pienryhmän käyttöön tai varata yksittäinen paikka jo valmiiseen pienryhmään (1 vuoro / viikko). Salivuorojen tiedustelut ja laiteopastusta antaa Pia Vekka 050 5953389 / pia.vekka@hattula.fi. Maksuton!

Pekolan koulun kuntosali, Aulangontie 629. Seniorikuntosali avoinna arki-iltapäivisin klo 14.30–15.30 hattulalaisille eläkeläisille ja omaishoitajille. Tutustumiskäynnit / alkuohjaukset Pia Vekka 050 595 3389 / pia.vekka@hattula.fi. Maksuton!

Punojanportin kuntoilunurkka, Punojantie 3. Käyttöoikeus on hattulalaisilla eläkeläisillä, jotka ovat saaneet opastuksen laitteiden käyttöön. Opastuksen jälkeen ryhmät voivat varata kuntoilunurkkaan käyttövuoroja (1 vuoro / viikko). Salivuorojen tiedustelut ja laiteopastusta antaa Pia Vekka 050 5953389 / pia.vekka@hattula.fi. Maksuton!

Yhteiskoulun kuntosali, Myllytie 33. Kuntosali on avoinna kaikenikäisille arki-iltaisina sekä viikonloppuisin. Aukioloajat löytyvät Hattulan kunnan nettisivuilta. Yhteiskoulun kuntosali on käytettävissä yleisten aukioloaikojen puitteissa ilmaiseksi kyseisen vuoden aikana 70 täyttävälle ja sitä vanhemmille hattulalaisille.

HYVÄ TIETÄÄ!

Palveluneuvontaa ja ohjausta ikäihmisille

Hattulan palveluohjaajat tavoittaa numerosta p. 03 629 6620 ja sähköpostiosoitteesta asiakasohjaus.hattula@omahame.fi

Kanta-Hämeen hyvinvointialueen palveluohjaajat neuvovat ikäihmisiä julkisten, yksityisten ja kolmannen sektorin palveluista. Palveluohjaajat tekevät myös kotikäyntejä ikäihmisten luokse palvelutarpeen selvittämiseksi.

Palveluohjaajilta saat tietoa mm.

- kotihoidon palveluista
- asumispalveluista
- tukipalveluista, kuten turvapalvelu ja ateriapalvelu
- liikkumista tukevista palveluista
- yksityisistä palveluista mm. siivouspalvelu
- taloudellisista etuuksista (Kelan hoitotuki ja asumistuki)
- liikunta- ja harrastusmahdollisuuksista

Kirjaston kotipalvelu

Kirjaston kotipalvelu toimittaa aineistoa niille asiakkaille, jotka eivät itse pääse kirjastoon korkean iän tai liikuntavaikeuksien vuoksi.

Kirjastoautoreittien varrella asuville asukkaille, kirjasto voi myös toimittaa valmiita aineistokasseja kirjastoauton matkassa asiakkaan toiveiden mukaan. Lisätietoja Hattulan kirjastosta Minna Linna-Vuori p. 050 5522 896.

Seniorien uimaliput

10-kerran sarjaliput Hämeenlinnan uimahalliin edulliseen omavastuuhintaan. Liikuntapalvelut järjestää jakokampanjan noin kolme kertaa vuodessa. Kampanjasta ilmoitetaan Kaupunkiuutisissa ja Hattulan seniorit -facebookryhmässä. Etu on tarkoitettu kyseisen vuoden aikana 70 täyttävälle ja sitä vanhemmille hattulalaisille. Sarjalippuja myydään 1 kpl / seniori / jakokerta.

”Hattulan seniorit”-facebookryhmä

Hattulan Senioreilla on oma Facebook-ryhmä, joka toimii mm. liikunta-asioiden informointikanavana. Ryhmän nimi ” Hattulan seniorit”. Liity ryhmään tästä linkistä(avautuu uudessa ikkunassa).

Vanhustenviikkoa vietetään 6.-13–10.2024 teemalla ” Tehdään arjesta juhla”.

MUKAVAA KEVÄTTÄ!

