

Ikiliikkuja-viikon ohjelma 10.-13.3.2025

Vanhusneuvosto 20.02.2025 § 3
265/05.17/2025

Valmistelija

sihteeri

MA 10.3

-Kello 10-11.30 Tuokiotuvan kuntosalivuoro, Kotikartanossa. Ohjaamassa Hannu Hietanen

-Kello 13 alkaen Toivonpuiston Korttelikahvila Uimahallin Talkkarin tilassa ja kello 14 Hannu Hietanen luennoi ravinnosta ja pitää lopuksi liikuntatuokion.

-kello 18-19.30 Valtakunnallisen aivoviikon Tervemuisti-webinaari. Hyvinvoivat aivot arjessa ja juhlassa. Aivotutkija, professori Minna Huotilainen. Etäkatsomo Liikuntakeskuksen kokoushuoneessa. Os. Närhitie 2. Iltakahvitarjoilu.

TI 11.3

-kello 12-13 Päiväkahvit Liikuntapuiston Kodalla (Salmiperäntie). Pullakahvit kodalla yhteistyössä Tuokiotupa ja Kahvia ja Kavereita 65+ -hanke.

KE 12.3

-kello 10-13 Huhmarin hulinat. Erityisryhmien ulkoilutapahtuma.Tervetuloa seuraamaan tapahtumaa ja ulkoilemaan omatoimisesti. Ohjelmassa moottorikelkankyytiä, ponikyytiä, kaverikoirat, taikuri Jarmo Eronen. Kahvila palvelee, käteismaksu.

-Kello 16-20 Hamarin sauna lämpää. Sauna ja lämmin mehu 5 €. Liikuntapalvelut

TO 13.3.

-kello 13-15 Keilahallissa avoimet ovet! Tule tutustumaan keilahalliin ja keilailun saloihin. Porrashissillä voit laskeutua tilaan, myös liikuntarajoitteiset pääsevät tilaan jouhevasti. Käytössä halutessa reunaesteet ja keilakouru. Kahvi- ja höyrymakkaratarjoilu! Järjestää vammais- ja vanhusneuvosto.

Ikiliikkuja-viikon ohjelma ja tarjoilu on maksutonta, ellei toisin mainita!

Tapahtuman järjestävät Ylivieskan kaupungin vammais- ja vanhusneuvostot, Tuokiotupa, Liikuntapalvelut ja Suomenselän Muisti ry, Muisti Terve Pohjois-Suomi

Esittelijä

puheenjohtaja

Päätösehdotus

Hyväksytään Ikiliikkuja-viikon ohjelma

Päätös

Hyväksyttiin