



Foto: Alexander Blinov/Mostphotos

Suomitupa/Finnstugan

Kohtaamispaikka suomalaisille
senioreille sekä

Suomalainen omaishoidon tuki

Puh: 016-710 29 84

Köpmangatan 12, 633 56 Eskilstuna
motesplats.finnstugan@eskilstuna.se

Aukioloajat*

ma, ke, pe 9.00-16.00

suljettu lounasaikaan 12.00-12.30

tiistai 12.30-16.00

torstai 13.00-16.00

*Alla olevina päivinä avaamme kohtauspaikat
lounaan jälkeen henkilökunnan kokousten
vuoksi: 24/8, 21/9, 19/10, 23/11 ja 14/12.
Suljettu koko päivän 10/10.

Yhteys tiedot löydät osoitteesta: eskilstuna.se sekä
hakemalla Mötesplats för seniorer

**Lisätietoja toiminnastamme voit katsoa myös
Facebookista:** Mötesplats för seniorer i Eskilstuna
kommun (Saadaksesi informaatiomme sinun ei
tarvitse avata henkilökohtaista Facebookki-sivua)

Syksyn vakituinen viikko-ohjelma

27/8 – 14/12 2018

Maanantai

8.30-12.00 Naisten uinti

9.00-10.00 Aamiainen Strigelnin ravintolassa

10.30 Istumajumppa

13.00 Yhteislaulu

13.00 Peliryhmät, biljardi, korttipelit ym

14.00 Kahvit

14:00 Omaishoitajat (tasaviikot)

14.30 Rytmillinen tanssi

Tiistai

9.00-11.00 Toiminta Nyforsissa, Underhund

12.30 Suomitupa aukeaa

13.00 Bingo ja kahvit

13.00 Peliryhmät, biljardi, korttipelit ym

Keskiviikko

8.30-12.00 Miesten uinti

9.00 Aamupäiväkahvit

10.15 Istumajumppa/tasapainojumppa

13.00 Kahvit

13.00 Peliryhmät, biljardi, korttipelit ym.

Torstai

9.00-11.30 Toiminta Torshällassa, Bonsai

13.00 Suomitupa aukeaa

13.00 Kahvit

13.30 Peliryhmät, pienoisgolf

Perjantai

9.00-12.00 Toiminta Strigelnin puolella

12.00-14.30 Suomituvan yhteinen sauna

13.00 Perjantai kahvit / Tietovisa

13.00 Peliryhmä, biljardi, korttipelit ym.

Katso myös Strigelnin viikko-ohjelmaa

Lisätapahtumia Suomituvalla syksyn 2018 aikana

Perjantai 31/8 13.00-15.30 Karaoke

Torstai 6/9 13.00 Anu Ritjärvi ja Sirpa Lindelöf informoivat kunnan toiminnasta

Torstai 13/9 13.00 Lavis, tanssijumppa

Perjantai 14/9 14.00-16.00 Seniorshop ja muotinäytös

Torstai 20/9 13.30 Luento dementiasta

Keskiviikko 26/9 18.00-20.00 Käymme ravintolassa (ilmoittaudu)

Perjantai 28/9 13.00-15.30 Karaoke

Lokakuu Bussimatka, päivä ja kohde ilmoitetaan myöhemmin (ilmoittaudu)

Torstai 4/10 13.00 Leif Stavåker luennoi silmäsairauksista

Torstai 11/10 13.00 Lavis, tanssijumppa

Torstai 25/10 13.00 Diakonin tunti

Perjantai 26/10 13.00-15.30 Karaoke

Perjantai 2/11 10.00-14.00 Åsas Mode

Maanantai 5/11 16.00-19.00 Elokuva ja pizza ilta (ilmoittaudu)

Torstai 8/11 14.00 Scenkonst, musiikki-trio Alakotila, Räsänen ja Frigård esiintyy

Torstai 15/11 13.00 Lavis, tanssijumppa

Torstai 22/11 13.00 Diakonin tunti

Torstai 29/11 10.00-15.00 Joulumarkkinat ja kirppis

Perjantai 30/11 13.00-15.30 Karaoke

Torstai 6/12 13.00 Itsenäisyyspäivän juhla (ilmoittaudu)

Ohjelma jatkuu seuraavalla sivulla →

Maanantai 10/12 14.30 Lavis,
tanssijumppa

Torstai 13/12 8.00 Lucia, Strigelnin
päiväkodin lapset esiintyy

Sunnuntai 16/12 13.30-16.00 Joulujuhla
(ilmoittaudu)

Torstai 20/12 13.00 Diakonin tunti

**Suomituvan ilmoitustaululta löydät
lisätietoja tapahtumista
Varaudumme muutoksiin**

Omaishoitajille

Omainen, omaishoitaja on henkilö joka auttaa lähisukulaistaan, naapuriaan tai ystäväänsä 18 vuotta täyttänyttä, tukien tätä arjessa.

Kohtaamispaikka omaishoitajille:

- Informaatio omaishoidon tuesta suomenkielisille
- Omaishoitajat kokoontuvat maanantaisin parillisilla viikoilla keskusteluryhmissä/liikuntaryhmissä ja tehden matkoja yhdessä.
- Katso lähemmin tapaamiset ilmoitustaululta Suomituvalla.
- Eri luentoja yhdessä Suomituvan kohtaamispaikan senioreille ja omaishoitajille, ilmoitustaululla lähemmin.

Toiminnassamme on tietokoneet,
biljardipöytä sekä kuntosali.

Olet tervetullut toimintaamme sitoutumatta eri aktiviteetteihin.

Mahdollista ostaa kahvit omakustannus hintaan.



**Eskilstuna
kommun**