

# Salon Syty ry

HELMIKUU 2024

TOIMISTO AVOINNA:

Salon  
SYTY  
ry  
www.salonsyty.fi

MA, KE ja PE klo 9.00–15.00  
TI ja TO 9.00–18.00

Lisätiedot aukioloaikoihin ja ohjelmaan tulevat mahdolliset muutokset löydät nettisivuiltamme [www.salonsyty.fi](http://www.salonsyty.fi) ja [www.facebook.fi/salonsyty](https://www.facebook.fi/salonsyty) Helsingintie 6, 24100 Salo  
toimisto@salonsyty.fi p. 040 356 2016

## LUENNOT JA KOULUTUKSET

To 29.2. klo 10–12 Luento: Powerpointin perusteet. Luennolla opit tekemään Powerpoint -esityksen. Luento on kaikille avoin ja maksuton. Ilmoittautuminen ennakoon osoitteessa [www.salonsyty.fi/ilmoittaudu](http://www.salonsyty.fi/ilmoittaudu) tai toimistollemme. Kouluttajana Lauri Kivelä.

## MUUT TAPAHTUMAT

To 1.2. klo 12–14 Pelipäivä. Mukavaa yhdessäoloa kortti- ja lautapeliin parissa. Kahvitarjoilu. Tervetuloa mukaan!

To 8.2. klo 12 Yhteislaulut. Laulattamassa Salon seurakunnan hoivamuusikko Terhi Lehtovaara. Tervetuloa mukaan nauttimaan musiikista.

### Yhteislaulut

To 8.2. klo 12

Terhi Lehtovaara



Yhdessä olemme enemmän.

Salon Syty ry, Helsingintie 6

Salon  
SYTY

To 15.2. klo 12–14 Sytyn käsityöryhmä. Nappaa kutimesi mukaan ja liity iloiseen joukkoon! Voit olla kutomisen mestari, aloitteleva virkkaaja tai vaikkapa vain innokas rupattelemaan mukavassa seurassa.

Salon kansalaisopiston Kuvataidetta erityisaikuisille -ryhmän taidenäyttely 26.2. saakka Sytyssä. Näyttelyssä esillä opiskelijoiden syyslukukaudella tekemiä töitä. Vielä ehdit ihailemaan taidetta.

salon Salon  
kansalaisopisto

Salon  
SYTY  
ry  
www.salonsyty.fi

Kaikille avoin  
ja maksuton

## DIGI-PYSÄKKI

MA-PE KLO 9-15

Salon Syty ry,  
Helsingintie 6



Digi-pysäkillä  
saat neuvoja tietokoneiden ja  
mobiililaitteiden käyttöön

Ajanvaraukset ja lisätiedot:  
digi-pysakki@salonsyty.fi  
p. 044 781 1475

Yhdessä olemme enemmän.

**Ke 21.2. klo 17-19.30 72 tuntia -varautumisen koulutus Sytyssä.** Tervetuloa keskustelemaan siitä, mitä kaikkea kotona olisi hyvä olla ja mitä kaikkea jokaisen pitäisi osata siltä varalta, jos esimerkiksi myrsky katkaisisi sähköt. Kouluttajina toimivat **72 tuntia kouluttajat Hanna Saari ja Anne Liimatainen.** Tilaisuus on kaikille avoin ja maksuton, ei ennakkoilmoittautumista.



**Uutta! To 22.2. klo 10-12 Kuis viestii? – Yhdistysviestijöiden (ja sellaisesta vähääkään kiinnostuneiden) kaffeapaussi.** Ensimmäisen kokoontumisen aiheena: **Onks pakko jos ei taho? – Miksi viestintää kannattaa suunnitella ja miten se tehdään mahdollisimman helposti.** Ilmaannu paikalle kysymään mieltä askarruttavat kysymykset ja nappaamaan juuri sinun viestintääsi tarpeellisimmat vinkit. Ohjaajana Petra Heikkilä.



**Ke 28.2. klo 18 EU:n Vammaiskortti -info Salon kaupungintalolla** (Valtuustosali Tammi, Tehdaskatu 2). Tilaisuudessa tarjolla perustietoa Vammaiskortista ja sen hakemisesta. Puhujana Krista Ojala Kehitysvammaisten Palvelusäätiöltä. Kahvitarjoilu klo 17.30 alkaen. Tilaisuus on kaikille avoin ja maksuton. Järjestäjinä *Salon kaupungin Vammaisneuvosto ja Salon Syty ry.*



**Ke 3.1.–24.4.2024 klo 15.00–16.30 Sytyn kuntosalivuoro Ylhäisten kuntosalilla** (Ylhäistentie 2, kulku takaoven kautta). Myös pyhinä ja loma-aikoina. Vuoro on maksuton kaikille Sytyn jäsenyhdistysten jäsenille. Omatoimista harjoittelua, ei ohjausta.

## TULOSSA MYÖHEMMIN

**Kevään 2024 Ikääntyneiden Hyvinvointi-iltapäivät:**

**Ke 6.3. klo 12–15** Salon seurakuntatalo

**Ti 12.3. klo 13–15** Suomensjärven seurakuntakeskus

**Ke 13.3. klo 13–15** Kuusjoen seurakuntatalo

Ohjelmassa muun muassa puheenvuoroja mielenhyvinvoinnista sekä ikääntyneille suunnatuista palveluista ja tukitoimista. Tilaisuuksiin on vapaa pääsy. Lisätietoja: p. 044 333 7853, Salon Muistiyhdistys. *Tapahtuman järjestäjänä Välittämisen verkosto.*



**Ke 13.3. klo 18–20 EFT-ilta Sytyssä.**

Stressinhallinnan ammattilainen Anu Jaakkola kertoo tehokkaasta stressinpurkumenetelmästä nimeltä EFT (Emotional Freedom Techniques). Osallistumismaksu 20 €, ilmoittautumiset 6.3. mennessä osoitteessa: [www.salonsyty.fi/ilmoittaudu](http://www.salonsyty.fi/ilmoittaudu). Max. 12 osallistujaa. Lisätietoja: [www.salonsyty.fi/tuleva-toiminta](http://www.salonsyty.fi/tuleva-toiminta).

**To 14.3. klo 9.30 Ikiliikkuja -viikon toritapahtuma ikääntyneille Salohallissa** (Pormestarinkatu 5).

Ohjelmassa Liikuntapalvelujen liikuntatarjonnan esittelyä, puheenvuoroja ja mahdollisuus seurata "Lisää voimaa vuosiin" -webinaaria. Yhdistykset voivat ilmoittautua mukaan tapahtumaan esittelemään omaa liikuntatarjontaansa. Ilm. su 11.2. mennessä [veera.halli@salonsyty.fi](mailto:veera.halli@salonsyty.fi).

**Arkeen Voimaa -ryhmätoiminta.** Seuraava ryhmä kokoontuu 19.4.–24.5. perjantaisin klo 10–12.30 Salon Sytyn tiloissa (Helsingintie 6). Toiminnan tarkoituksena on vahvistaa osallistuvien itsehoitotaitoja ja sitä kautta lisätä omaa hyvinvointia ja arjessa jaksamista. Lisätietoja: Katja Marjanen, 044 772 3556, [katja.marjanen@varha.fi](mailto:katja.marjanen@varha.fi)

## JÄSENYHDISTYKSET TIEDOTTAVAT

**To 15.2. klo 17–19 Mistä on Varhan syömishäiriöhoito tehty? -tilaisuus Turussa ja etänä.** Paikka ilmoitetaan myöhemmin.

Keskustelutilaisuudessa hoitavat tahot kertovat, kuinka hoito Varhan alueella toteutuu ja millaisia haasteita sen suhteen on. Ilmoittautumiset 9.2. mennessä: Sami Heimo, p. 040 5958 542 / [sami.heimo@syliin.fi](mailto:sami.heimo@syliin.fi). *Tapahtuman järjestäjänä Lounais-Suomen – SYLI ry.*