

# Salon Syty ry

MAALISKUU 2024

## TOIMISTO AVOINNA:

Salon <sup>20v</sup> 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

Toimisto suljettu pääsiäisenä 29.3.–1.4.  
To 28.3. suljemme poikkeuksellisesti jo klo 15.

## DIGI-PYSÄKKI

Digi-pysäkillä saat neuvoja tietokoneiden ja mobiililaitteiden kanssa MA-PE klo 9–15.  
Ajanvaraukset ja lisätiedot: [digi-pysakki@salonsyty.fi](mailto:digi-pysakki@salonsyty.fi) /  
044 781 1475.  
Pysäkillä asiointi on kaikille avointa ja maksutonta.

## LUENNOT JA KOULUTUKSET

**Ke 20.3. klo 17–18 Digihuijaukset -luento.**  
Luennolla opit tunnistamaan ja välttämään digihuijauksia. Aiheesta kertomassa Lauri Kivelä. Luento on kaikille avoin ja maksuton. Ilmoittautuminen ennakkoon osoitteessa [www.salonsyty.fi/ilmoittaudu](http://www.salonsyty.fi/ilmoittaudu) tai toimistollemme. Kouluttajana Lauri Kivelä.

**To 21.3. klo 13–14.30 Vapaaehtoistyö.fi -palvelun Onnistumisen iloa vapaaehtoistoimintaasi! -webinaari:** Miten tavoittaa uusia vapaaehtoisia -vinkkejä ja keskustelua. Ilmoittautuminen: <https://link.webropol.com/s/onnistumiseniloak2024>.

## MUUT TAPAHTUMAT

**To 7.3. klo 12–14 Sytyn pelipäivä.** Mukavaa yhdessäoloa kortti- ja lautapeliä parissa. Kahvitarjoilu. Tervetuloa mukaan!

**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 9.30–14 Ikiliikkuja -viikon toritapahtuma ikääntyneille Salohallissa.**  
Ohjelmassa mm. Lisää voimaa vuosiin -webinaari Salohallin isolla näytöllä klo 10–10.45, esittelypisteitä ja lajikokeiluja. Mukana myös ikiliikkuja, joita voi jututtaa. Tapahtuma on maksuton! *Tapahtuman järjestää Salon liikuntapalvelut yhteistyökumppaneineen.*

**IKILIIKKUJA**  
VIKKO

Yhdessä olemme enemmän.

**To 21.3. 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. Lämpimästi tervetuloa mukaan.



**Ke 27.3. klo 12 Sytyn Bingo.** Tule katsomaan suosiiko onnetar juuri sinua! Voittajille luvassa pieniä palkintoja. Tilaisuus on kaikille avoin ja maksuton. Kahvitarjoilu.

**To 28.3. klo 10–12 Kuis viestii? – Yhdistysviestijöiden (ja sellaisesta vähääkään kiinnostuneiden) kaffepaussi.** Maaliskuun aiheena: **Kui just mää?** – 25 vinkkiä sosiaalisen median käyttöön. Ilmaannu paikalle kysymään mieltä askarruttavat kysymykset ja nappaamaan juuri sinun viestintääsi tarpeellisimmat vinkit. Ei ennakoilmoittautumista. Ohjaajana Petra Heikkilä.

**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.

## PISTÄ PÄIVÄMÄÄRÄ TALTEEN!

**Salon Syty ry:n 20-vuotisjuhlaa vietetään torstaina 18.4.2024.** Lisätietoja tulossa myöhemmin, seuraile ilmoitteluamme.

## TULOSSA MYÖHEMMIN

**Ke 10.4. klo 9-12.30 Ulkoiluystäväksi iäkkäälle - koulutus Sytyssä.** Koulutus on tarkoitettu kaikille, jotka haluavat ulkoilla yhdessä iäkkään kanssa. Kouluttajat ovat käyneet Ikäinstituutin kouluttajakoulutuksen. Ilmoittautumiset 2.4. mennessä: [www.salonsyty.fi/Ilmoittautumiset](http://www.salonsyty.fi/Ilmoittautumiset). Lisätietoja: Veera Hälli, [veera.halli@salonsyty.fi](mailto:veera.halli@salonsyty.fi), p. 0400 752 611.



## To 23.5. Sisältöä Elämään -tilaisuudet

**Klo 13 Tommy Hellsten: Inhimillisen kohtaamisen voima,** Salon seurakuntatalon juhlasali (Kirkkokatu 6). Ovet avautuvat klo 12.30. Paikat täytetään tulojärjestyksessä, max. 230 henkilöä. Kahvila Manna palvelee koko tilaisuuden ajan.

**Klo 18 Tommy Hellsten: Hyväntahtoisuuden kulttuuri,** Kulttuuritila Näkkäri (Ylhäistentie 2). Ovet avautuvat klo 17.30. Paikat täytetään tulojärjestyksessä, max. 230 henkilöä.

Tilaisuuksissa on huomioitu esteettömyys. Ei ennakoilmoittautumista. Tilaisuuden järjestää välittämisen verkosto.

Lämpimästi tervetuloa!



Wisdom  
by TOMMY HELLSTEN  
House

## YHDISTYKSET TIEDOTTAVAT

**Pe 8.3. klo 17–18.30 Woimawebinaari ja -illanvietto kansainvälisenä naisten päivänä Teamsissa.** Ihanaa olla nainen: IhaNainen – PuoliNainen – MoniNainen – KokoNainen. Vietetään yhdessä kansainvälistä naisten päivää juhlien, keskustellen ja kokemuksia jakaen. Vieraana FM, onnellisuusvalmentaja Auli Malimaa. Webinaari on maksuton ja kaikille avoin. Ilmoittautuminen 4.3. mennessä: [www.invalidiliitto.fi/tapahtumat](http://www.invalidiliitto.fi/tapahtumat).

**Ma 25.3. klo 17 Lounais-Suomen Syöpäyhdistys Salon Seudun Paikallisosaston tapaamisilta Salo Karinassa** (Helsingintie 52). Illan aiheena **Ajankohtaiset kuulumiset Tyks Salon sairaalan syöpäpolilta.** Aiheesta kertomassa polin sairaanhoitajat Verna ja Jaana. Lisäksi sairaanhoitaja (AMK) Antti Karhula kertoo työnkuvastaan mm. palliatiivisen/saattohoidon yksiköissä. Ilta on kaikille avoin. Kahvitarjoilu klo 16.30 alkaen. Lämpimästi tervetuloa!