

TOIMISTO AVOINNA:

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 ja [www.facebook.fi/salonsyty](https://www.facebook.com/salonsyty) Helsingintie 6, 24100 Salo
toimisto@salonsyty.fi p. 044 765 3822

Hyvinvointipysäkki LINJURI on suljettu toistaiseksi.

KURSSIT JA KOULUTUKSET

Ke 21.9. klo 10–12 Netthuijaukset -luento
Kouluttajana Lauri Kivelä. Ilmoittautuminen ennakoon osoitteessa www.salonsyty.fi/ilmoittaudu tai toimistollemme.



PELIPÄIVÄ JA YHTEISLAULUT

1.9. klo 12–14 Pelipäivä

Mukana vanhat tutut; korttipelejä, rummikubia, mustaa kuulaa. Kahvitarjoilu.



8.9. klo 12–14 Yhteislaulut

Laulattamassa Kari Nieminen. Paikalla Amway -tuotteiden esittelijä.



Ulkoiluystäväkoulutus Ti 27.9. klo 13–17 ja Ma 3.10. klo 13–15 (koirat mukana)

Haluaisitko olla avuksi ja iloksi koirasi kanssa? Vapaaehtoinen ulkoiluystävä tarjoaa ulkoiluapua ja -seuraa sitä kaipaavalle iäkkäälle. Ulkoiluystäväksi voi ryhtyä joko koiran kanssa tai ilman koiraa. Ulkoiluystävätoimintaan sopiva koira on terve ja rauhallinen sekä suhtautuu ystävällisesti vieraisiin ihmisiin.

Ikäinstituutti ja Salon Valikko-ryhmä Kumpparit järjestävät yhteistyössä maksuttoman Ulkoiluystäväkoulutuksen. Koulutuksessa saat tietoa vapaaehtoistoiminnan periaatteista, valmiudet ulkoilla turvallisesti iäkkään kanssa ja käytännön vinkkejä toimintaan. Toinen koulutuspäivä on tarkoitettu vain koiranomistajille ja koirat ovat tuolloin mukana. Ilmoittautuminen 19.9 mennessä: salonsyty.fi/ilmoittaudu tai toimisto@salonsyty.fi, 044 7653822.

MUUT TAPAHTUMAT

Ke 7.9. klo 10–15 Seniorimessut Salon torilla
Teemana ”Terveysten edistäminen on yhteinen asia”.
Pääesiintyjänä Lea Laven, muotinäytöksiä ym.
Järjestäjä Salva ry

Keskiviikkoisin 17.8.2022–26.4.2023 klo 14–15 Kuntosalivuoro Salohallissa. Maksuton vuoro on tarkoitettu kaikille jäsenyhdistystemme jäsenille. Omatoimista harjoittelua, ei ohjausta.

Ma 12.9. klo 11–12 Tilojen ja laitteiden käyttöopastus vanhoille ja uusille kävijöille. Ilmoittaudu mukaan osoitteessa www.salonsyty.fi/ilmoittaudu tai toimistollemme.

TULOSSA MYÖHEMMIN

Ti 4.10 klo 13–15 Senior Surf -päivä
Tilaisuus järjestetään Vanhustyön Keskusliiton vuosittaisena Senior Surf -päivänä. Teemapäivän tarkoituksena on rohkaista ikääntyneitä ihmisiä tutustumaan digilaitteisiin ja -palveluihin sekä niiden tuomiin mahdollisuuksiin. Tilaisuus on avoin kaikille osallistujille ilman ennakkoilmoittautumista. Kahvitarjoilu.

SeniorSurf

päivä

4.10.2022 Salon SYTY:ssä klo 13-15

Päivän ohjelma:

13.00 Omaolo-palvelu
(Anna Heikkilä,
Sovellusasantuntija,VSSHP)

14.15 Mielen terveystalo-palvelu
(Olli Oranta, Varsinais-Suomen
Mielen terveystalon aluekoordinaattori)

To 6.10. klo 10.00–11.30 Iäkkäiden ulkoilupäivä
Halikonlahden esteettömällä polulla, Satamakatu 49. Kävelyreitit 1,9 km kiertäneille kahvi- ja pullatarjoilu. Reitit varrella tehtävärasteja. Tapahtuman järjestävät Salon Liikuntapalvelut, Syty, seurakunta, SPR, Muistiyhdistys ja Avustajakeskus.

VALTAKUNNALLINEN
**IÄKKÄIDEN
ULKOILUPÄIVÄ**
TO 6.10.2022 KLO 10.00–11.30

Tervetuloa Halikonlahden esteettömälle polulle
iäkkäiden ulkoilupäivään.

Tapahtuma on osa Vie vanhus ulos -kampanjaa.
Kävellään yhdessä 1,9 kilometrin matka ja reitin
varrella tehdään erilaisia rastitehtäviä.

Kokoontuminen esteettömän
P-paikalla, os. Satamakatu 49.

Reitin kiertäneille kahvia ja pullaa
vanhuspalveluiden tarjoamana.

Tapahtuman järj. Salon SYTY ry,
Liikuntapalvelut, Seurakunta, SPR,
Muistiyhdistys ja Avustajakeskus.

Tervetuloa!

LISÄTIETOJA
JANI NURMI
P. 02 778 4710

salon SYTY Punainen Risti Salon Muistiyhdistys ry SALON SEURAKUNTA

Kuntosalikurssi aloitteleville keskiviikkoisin 26.10.–30.11. klo 9.30–10.30. Salon uimahallin kuntosalilla (Anistenkatu 6). Kurssi sisältää salilla olevien laitteiden käyttöopastuksen ja oikeat suoritustekniikat. Kurssin hinta 21 €. Ilmoittaudu mukaan www.salonsyty.fi/ilmoittaudu Kurssin järjestää Salon liikuntapalvelut ja Syty ry.

Arkeen Voimaa -ryhmätoiminta
Seuraava ryhmä kokoontuu 4.11.–9.12. perjantaisin klo 10 – 12.30 Salon Sytyn tiloissa (Helsingintie 6)
Toiminnan tarkoituksena on vahvistaa osallistujien itsehoitotaitoja ja sitä kautta lisätä omaa hyvinvointia ja arjessa jaksamista. Lisätietoja: Katja Marjanen
0447723556, katja.marjanen@salo.fi

JÄSENYHDISTYSTEN UUTISIA

Sydäntanssit sunnuntaina 25.9. Salon VPK:n talolla klo 13–16. Järjestäjänä Salon Sydänyhdistys. Lippuja ovelta. (15€)