

## **Vanhustenviikko 3.-10.10.2021 Luonto antaa voimaa**

**Ilmoita myös tänne:** [Ilmoita Vanhustenviikon tapahtumasi - Vanhustyön keskusliitto - \(vtkl.fi\)](https://www.vtkl.fi)

### **Ma 4.10**

*Alkaen klo 10 Maaninkatalolla*

Keskustelua ja jumppaa jne. Eläkeliiton Maaningan yhdistyksen kerho

*Klo12-12.30 Maaninkatalolla*

Senioreille ohjausta älylaitteiden käytöstä, Savonetti

*klo 12.30–13.15 Nilsiä kirjastolla*

Voimaa ruoasta-voimaa liikunnasta vinkkejä ikäihmisen arkeen

### **Ti 5.10**

*klo 10–11 Männistön asukastila*

Metsäaiheisen taiderepun esittely kuva-artesaani Katri Ratilainen Kuopion taidemuseo

### **Ti 5.10**

*10-12 Puijonlaakson lähikirjasto*

Kuopion Seudun Erilaiset Oppijat yhdistys jalkautuu keskustelemaan aiheesta lukuvaikeus voimavarana, mahdollisuus tehdä lukuvaikeus testi. Asukastoiminta mukana

*Noin klo 11-12 Maaninkatalolla*

Arkinen ateria seurakunnan järjestämänä hinta 6/4e.

### **Ke 6.10**

*klo 12-14 Maaninkatalolla*

"Senioreiden digipalvelut-miten hoidan asioitani verkkopalveluissa turvallisesti"  
Teams-live tapahtuma. Kirjaston kokoustila 202 2 krs., ennakko ilmoittautumiset kirjastolle. Järjestämässä Kirjasto ja Kansalaisopisto, Savonetti.

**To 7.10**

*klo 10–11 Männistön asukastila* Muistelutuokio Kirsi ja Minna

*Klo 12–14 Männistön asukastila* Savonettin vertaisohjaaja, digitaitojen opastus

*klo 9–12 Neulamäen asukastila* (Luki-viikon tapahtuma)

Kuopion Seudun Erilaiset Oppijat yhdistys jalkautuu

keskustelemaan aiheesta lukuvaikeus voimavarana,

mahdollisuus tehdä lukuvaikeus testi (asukastoiminta mukana)

**PE 8.10**

*klo 9.30–10 Neulamäen asukastila* Bingoa mielen virkeydeksi

*klo 10.15–10.45 Neulamäen asukastila* kevyttä jumppaa istuen

*Klo 9-9.45 ja 10–10.45 Maaninkatalolla*

Tuolijumpat Kuopion kaupungin liikunnanohjaaja

**Su 10.10**

*klo 14.00 Maaningalla*

Savolainen kirkkopyhä kirkossa, 100 vuotta Unto Eskelisen, Savon kielen mestarin syntymästä. Messun jälkeen kirkkokahvit ja juhlatilaisuus kirkossa. Martat järjestää kirkko kahvituksen.