

21.2.2024



# Ikäkeskus

## Maaliskuun TOIMINTAKALENTERI 2024



VIIKKARIN VALKAMA  
Juhana Herttuankatu 17  
28100 PORI

Ikäkeskuksen esihenkilö  
[elina.kivela-peltorinne@sata.fi](mailto:elina.kivela-peltorinne@sata.fi)

Avunvälitys puh; 044 701 6636 ma-pe klo 9-15

Viikkarin Valkaman aulassa on myynnissä paljon edullisia käsitöitä.

Paas poiketen! Tervetuloa tutustumaan toimintaan.

**TULETHAN VAIN OIREETTOMANA TOIMINTAKERHOIHIN!**

<b>vko 9</b>			
<b>Pe 1.3</b>	<b>klo 10:00-11:30</b>	<b>Tietovisa</b> - Visailaan joukkueena, esitettyihin kysymyksiin	<b>Luusua</b>
	<b>klo 12:00-13:30</b>	<b>Kirjallisuuden keskustelupiiri</b> - Keskustelua luetuista kirjoista. Tule kertomaan omasta luetusta kirjastasi ja vaihtamaan mielipiteitä.	<b>Luusua</b>
<b>vko 10</b>			
<b>Ma 4.3</b>	<b>klo 10:00-11:00</b>	<b>Muistin virkistyskerho</b> - Virkistetään muistia erilaisten tehtävien, aivojumpan, keskustelun avulla	<b>Luusua</b>
	<b>klo 14:15-15:15</b>	<b>Päivähartaus</b> - Hengellinen hetki	<b>Sali</b>
<b>Ti 5.3</b>	<b>klo 10:00-11:30</b>	<b>Bingo</b> - Pelataan bingoa numerolautojen avulla	<b>Luusua</b>
	<b>klo 14:15-15:15</b>	<b>Seniorijumppa</b> - Jumpataan lihaksia ja niveliä liikkeelle. Jokainen oman kuntonsa mukaisesti.	<b>Sali</b>
<b>Ke 6.3</b>	<b>klo 9:45-10:45</b>	<b>Englanninkerho</b> -Keskustelua, tehtäviä, pelataan pelejä, opetellaan yhdessä englantia. Ei vaatimustasoja.	<b>Nisu&amp;Lonka</b>
	<b>klo 10:00-11:00</b>	<b>Keskustelu</b> -Keskustelua eri aihealueista. Voi osallistua keskusteluun tai vain tulla kuuntelemaan.	<b>Luusua</b>
<b>To 7.3</b>	<b>klo 12:00-14:00</b>	<b>Käsityökerho</b> - Seurustelua ja ota oma käsityö mukaan	<b>Luusua</b>
	<b>klo 14:45-15:30</b>	<b>Asahi</b> - terveysliikuntaa	<b>Sali</b>
<b>Pe 8.3</b>	<b>klo 12:00-13:30</b>	<b>Kirjallisuuden keskustelupiiri</b> - Keskustelua luetuista kirjoista. Tule kertomaan omasta luetusta kirjastasi ja vaihtamaan mielipiteitä	<b>Luusua</b>

<b>vko 11</b>			
<b>Ma 11.3</b>	<b>klo 10:00-11:00</b>	<b>Muistin virkistyskerho</b> - Virkistetään muistia erilaisten tehtävien, aivojumpan, keskustelun avulla	<b>Luusua</b>
	<b>klo 12:00-13:15</b>	<b>Levyraati</b> - Kuunnellaan ja pisteytetään ryhmäläisten valitsemia musiikkikappaleita.	<b>Luusua</b>
	<b>klo 13:30-15:00</b>	<b>Ristikonratkojat</b> - Ratkotaan ryhmässä sanaristikoi	<b>Luusua</b>
	<b>klo 14:15-15:15</b>	<b>Päivähartaus</b> - Hengellinen hetki	<b>Sali</b>
<b>Ti 12.3</b>	<b>klo 10:00-11:30</b>	<b>Bingo</b> - Pelataan bingoa numerolautojen avulla, voittoina karamelli.	<b>Luusua</b>
	<b>klo 14:15-15:15</b>	<b>Seniorijumppa</b> - Jumpataan lihaksia ja niveliä liikkeelle. Jokainen oman kuntonsa mukaisesti.	<b>Sali</b>
<b>Ke 13.3</b>	<b>klo 9:45-10:45</b>	<b>Englanninkerho</b> -Keskustelua, tehtäviä, pelataan pelejä, opetellaan yhdessä englantia. Ei vaatimustasoja.	<b>Nisu&amp;Lonka</b>
	<b>klo 10:00-11:00</b>	<b>Keskustelu</b> -Keskustelua eri aihealueista. Voi osallistua keskusteluun tai vain tulla kuuntelemaan.	<b>Luusua</b>
	<b>klo 11:00-11:30</b>	<b>Lepohetki</b> - hengellinen pieni tuokio	<b>Luusua</b>
<b>To 14.3</b>	<b>klo 11:00-12:00</b>	<b>Lukuhetki</b> -Ääneen luetun kirjan/novellin kuuntelua	<b>Luusua</b>
	<b>klo 12:00-14:00</b>	<b>Käsityökerho</b> -Seurustelua ja ota oma käsityö mukaan	<b>Luusua</b>

<b>Pe</b> <b>15.3</b>	<b>klo 10:00-11:30</b>	<b>Tietovisa</b> - Visailaan joukkueena, esitettyihin kysymyksiin	<b>Luusua</b>
	<b>klo 12:00-13:30</b>	<b>Kirjallisuuden keskustelupiiri</b> - Keskustelua luetuista kirjoista. Tule kertomaan omasta luetusta kirjastasi ja vaihtamaan mielipiteitä.	<b>Luusua</b>
<b>vko</b> <b>12</b>			
<b>Ma</b> <b>18.3</b>	<b>klo 10:00-11:00</b>	<b>Muistin virkistyskerho</b> - Virkistetään muistia erilaisten tehtävien, aivojumpan, keskustelun avulla	<b>Luusua</b>
	<b>klo 14:15-15:15</b>	<b>Päivähartaus</b> - Hengellinen hetki	<b>Sali</b>
<b>Ti</b> <b>19.3</b>	<b>klo 10:00-11:30</b>	<b>Bingo</b> - Pelataan bingoa numerolautojen avulla, voittoina karamelli.	<b>Luusua</b>
	<b>klo 14:15-15:15</b>	<b>Seniorijumppa</b> - Jumpataan lihaksia ja niveliä liikkeelle. Jokainen oman kuntonsa mukaisesti.	<b>Sali</b>
	<b>klo 17:00-18:00</b>	<b>Lauluilta</b> Yhteislaulua Velin-Kvartetin ohjeistamana.	<b>Sali</b>
<b>Ke</b> <b>20.3</b>	<b>klo 09:45-10:45</b>	<b>Englanninkerho</b> -Keskustelua, tehtäviä, pelataan pelejä, opetellaan yhdessä englantia. Ei vaatimustasoja.	<b>Nisu&amp;Lonka</b>
	<b>klo 10:00-11:00</b>	<b>Keskustelu</b> -Keskustelua eri aihealueista. Voi osallistua keskusteluun tai vain tulla kuuntelemaan.	<b>Luusua</b>

<b>To</b> <b>21.3</b>	<b>klo 12:00-14:00</b>	<b>Käsityökerho</b> -Seurustelua ja ota oma käsityö mukaan	<b>Luusua</b>
	<b>klo 14:45-15:30</b>	<b>Asahi</b> - terveystoimintaa	<b>Sali</b>
<b>Pe</b> <b>22.3</b>	<b>klo 12:00-13:30</b>	<b>Kirjallisuuden keskustelupiiri</b> - Keskustelua luetuista kirjoista. Tule kertomaan omasta luetusta kirjastasi ja vaihtamaan mielipiteitä.	<b>Luusua</b>
<b>vko</b> <b>13</b>			
<b>Ma</b> <b>25.3</b>	<b>klo 10:00-11:00</b>	<b>Muistin virkistyskerho</b> - Virkistetään muistia erilaisten tehtävien, aivojumpan, keskustelun avulla	<b>Luusua</b>
	<b>klo 12:00-13:15</b>	<b>Levyraati</b> - Kuunnellaan ja pisteytetään ryhmäläisten valitsema musiikkikappaleita.	<b>Luusua</b>
	<b>klo 13:30-15:00</b>	<b>Ristikonratkojat</b> - Ratkotaan ryhmässä sanaristikoita	<b>Luusua</b>
	<b>klo 14:15-15:15</b>	<b>Päivähartaus</b> - Hengellinen hetki	<b>Sali</b>
<b>Ti</b> <b>26.3</b>	<b>klo 10:00-11:30</b>	<b>Bingo</b> - Pelataan bingoa numerolautojen avulla, voittona karamelli.	<b>Luusua</b>
	<b>klo 14:15-15:15</b>	<b>Seniorijumppa</b> - Jumpataan lihaksia ja niveliä liikkeelle. Jokainen oman kuntonsa mukaisesti.	<b>Sali</b>
<b>Ke</b> <b>27.3</b>	<b>klo 9:45-10:45</b>	<b>Englanninkerho</b> -Keskustelua, tehtäviä, pelataan pelejä, opetellaan yhdessä englantia. Ei vaatimustasoja.	<b>Nisu&amp;Lonka</b>
	<b>klo 10:00-11:00</b>	<b>Keskustelu</b> -Keskustelua eri aihealueista. Voi osallistua keskusteluun tai vain tulla kuuntelemaan.	<b>Luusua</b>
	<b>klo 11:00-11:30</b>	<b>Lepohetki</b> - hengellinen pieni tuokio	<b>Luusua</b>

<b>To 28.3</b>	<b>klo 11:00-12:00</b>	<b>Lukuhetki</b> -Ääneen luetun kirjan/novellin kuuntelua	<b>Luusua</b>
	<b>klo 12:00-14:00</b>	<b>Käsityökerho</b> -Seurustelua ja ota oma käsityö mukaan	<b>Luusua</b>
	<b>klo 14:45-15:30</b>	<b>Asahi</b> - terveystoimintaa	<b>Sali</b>

**HUOM!** Muutokset ohjelmistoon mahdollisia

## **SPR Porin Osaston Ystävälitys**

**Osoite: Yhteisökeskus, Otavankatu 5A, 28100 Pori**

**Puhelin numero: 044 2952260.**

**Ystävälitys avoinna ma-to klo 12-15**

