

VANHUSTENVIIKKO 2024

"Hyvä arki, hyvä mieli"

SUNNUNTAI 6.10.

klo 10.00

Kaiken ikäisten messu. Pyhän Ristin kirkko, kirkkokahvit kirkon eteisessä, mahdollisuus lounastaa seurakuntatalolla.

klo 10.00

Messu Käylän kirkko, kirkkokahvit.

MAANANTAI 7.10.

klo 9.00–11.00

"Muistojen valokuvapyykki" -yhteisötaideteos. Kulttuuritoimi. Porkkapirtin aula. Tule mukaan valokuvahetkeen! Ota mukaan kuva, joka on sinulle tärkeä. Kuva voi olla sinun itsesi ottama tai esimerkiksi suvun vanha perhealbumikuva. Voit jakaa muistojasi kuvasta ja kertoa kuvan tarinan. Kuvat jäävät esille vanhustenviikon ajaksi.

klo 12.00–13.00

Tule tutustumaan Porkkatörmän kuntosaliin

klo 12.00–17.00

Avoimet ovet ja digiopastus. Koillissanomat. Tule tutustumaan vanhoihin lehtiin ja kuviin.

klo 13.00–14.00

Ikäystävällinen koti -webinaari, Vanhustyön keskusliitto. Kuusamo-opisto.

TIISTAI 8.10.

klo 10.00–11.00

Tarinatupa, keskustelua entisajan koulunkäynnistä. Koulumuseo. Kirkkokedon koulu

klo 11.00–13.00

Luonnossa liikkumista matalalla kynnyksellä rantareitillä. Lähtö Liikuntakeskuksen

p-paikan takaa. Mahdollisuus nauttia omat eväät kodalla. KSAK, Luonto- ja Eräopas opiskelijat.

klo 13.00–14.30

Seniorisurf: Mitkä mediataidot? -webinaari. Kirjasto.

KESKIVIIKKO 9.10.

klo 9.00–11.00

Avoimet ovet Karhuntassu. Matkailu- ja kulttuurikeskus Karhuntassu. Ota mukaasi kuusamolaisessa koulussa otettu luokkakuva. Tallennamme kopion kuvasta kuusamolaisten yhteiseen luokkakuva-albumiin. Kulttuuritoimi.

klo 12.00–13.00

Tule tutustumaan Porkkatörmän kuntosaliin

klo 13.00–14.00

Ikääntymisen ennakointi webinaari. Kuusamo-opisto. Vanhustyön keskusliitto.

klo 13.00–14.30

Muistikahvila. Kumppanuustalo Nuotta. Koillismaan seudun muisti ry.

klo 13.00–14.00

Aino -info. Ikäihmisten matalankynnyksen neuvonta ja ohjaus. Seurakuntatalo. Pohde.

klo 15.00–16.00

Kodin turvallisuus -luento. Kurvisen maa- ja kotitalousseuran talo, Kurvisentie 187, Kuusamo. Pohjois-Pohjanmaan pelastuslaitos.

klo 17.00–19.00

Historialta kirjastolla: Ulla Parviainen kertoo Elämää rajalla -kirjasta.

TORSTAI 10.10.

klo 10.00–11.00

Muistelukävely. Tule muistelemaan entistä Kitkantietä. Lähtö urheilukentän parkkipaikka.

klo 12.00–14.00

Karaoketanssit. Liikuntakeskus. Sisäjalkineet mukaan. Eläkeliitto.

klo 12.00–17.00

Avoimet ovet ja digiopastus. Koillissanomat. Tule tutustumaan vanhoihin lehtiin ja kuviin.

klo 13.00–13.45

Isänmaalliset laulut yhteislaulutilaisuus. Porkkapirtti, juhlasali.

Kuusamon Maanpuolustusnaiset ja Kuusamo seurakunta.

klo 14.00–15.00

Kaksi rentoutumishetkeä. Porkkatörmän juhlasali. Pohde.

PERJANTAI 11.10.

klo 10.00–11.00

Kodin turvallisuus -luento. Porkkatörmän juhlasali. Pohjois-Pohjanmaan pelastuslaitos.

klo 10.00–11.00

Yhteislaulutilaisuus. Maakunta-aiheisia lauluja, Veli Pohjonen laulattaa. Kuusamotalo.

klo 11.00–12.00

Rieskanleivonta. Veikko Rontti näyttää leipomisen, paistamisen ja myy rieskaa.

Kuusamotalon piha-alue

klo 12.00–13.00

Seniorikuntosalin esittely. Liikuntakeskus.

klo 13.00–14.30

Meille maistuu arki -hankkeen kotitalousneuvontaa Yhteinen lounas -toiminnan yhteydessä. Pohjois-Pohjanmaan Martat, Kumppanuustalo Nuotta.

klo 13.30–14.30

Yhteinen lounas. Kumppanuustalo Nuotta. SPR Kuusamon osasto jakaa maksutta kauppojen ja koulujen hävikkiruokaa, oma muovinen astia mukaan.

LAUANTAI 12.10.

klo 10.00–13.00

Ikämessut Kainuun ammattiopisto, liikuntasali, Apajatie 1.

Näytteilleasettajat esittelevät ikäihmisille suunnattuja palveluja ja tuotteita. Vanhusmyönteisen palkinnon saajan julkistaminen. Toimintakyvyn mittausta. Kahvila Pointti palvelee.

SUNNUNTAI 13.10.

klo 14.00–15.00

Toivevirsitilaisuus yhteisvastuun hyväksi. Pyhän Ristin kirkko. Lähetä toiveesi 9.10. mennessä os. kuusamo.seurakunta@evl.fi tai kirkon eteisessä olevaan laatikkoon.

Kaikki tapahtumat ovat maksuttomia. Lämpimästi tervetuloa!