

Vårens program på Lindas gruppboenden

Lindan ryhmäkotien kevätohjelma

9.3.—18.6.2026



Måndag

Stolgymnastik

kl. 9.30-10.15 CD

kl. 10.45-11.30 AB

Följande datum: 23.3, 30.3, 20.4, 27.4, 4.5, 18.5 & 25.5. *Ledare Sandra*

Konstnärsträff i Doris-salen

kl. 14.00-15.30

Kom och bekanta dig med månadens utställning och träffa konstnärerna. Servering. Arr. LocalArtists i samarbete med Kultur i hemmet & Servicehusstiftelsen i Sibbo. Ledare Nora & Sandra är på plats.

Följande datum: 9.3, 13.4, 11.5 & 8.6

Tisdag



Individuell musikterapi

kl. 10.00-11.00 AB (2 personer)

kl. 12.00-13.00 CD (2 personer)

Följande datum: 10.3, 17.3, 24.3, 31.3 & 7.4
Arr. musikterapeut Pia Teckenberg-Jansson med bidrag från Krogells stiftelse

Bokcirkel på AB (svenskspråkig) CD:s invånare välkomna med.

kl. 10.15-11.00

Följande datum: 17.3, 14.4, 21.4, 28.4, 5.5, 12.5 & 19.5. *Ledare Sandra*

Individuell tid/utevistelse på CD

kl. 11.30-12.15

Följande datum: 14.4, 21.4, 28.4, 5.5, 12.5 & 19.5. *Ledare Sandra*

Utevistelse på AB kl. 9.15-10.15

Följande datum: 26.5 *Ledare Sandra*

Finskspråkig andakt kl. 15.30

AB: 24.2 & 28.4 CD: 31.3 & 26.5

Arr. Sipoon suomalainen seurakunta

Maanantai



Tuolijumppa

klo 9.30-10.15 CD

klo 10.45-11.30 AB

Seuraavat pvm: 23.3., 30.3., 20.4., 27.4., 4.5., 18.5. & 25.5. *Ohjaaja: Sandra*

Klo 14.00-15.30 Taiteilija-tapaamiset Doris-salissa

Tule tutustumaan kuukauden näyttelyyn sekä tapamaan taiteilijat. Tarjoilu.

Järj. LocalArtists yhteistyössä Kulttuurin kodissa & Sipoon palvelutalososäätö kanssa.

Ohjaajat Nora & Sandra ovat paikalla.

Seuraavat pvm: 9.3, 13.4, 11.5 & 8.6.

Tiistai

Henkilökohtainen musiikkiterapia

klo 10-11.00 AB (2 henkilöä)

klo 12-13 CD (2 henkilöä)

Seuraavat pvm: 10.3., 17.3., 24.3., 31.3. & 7.4.
Järj. Musiikkiterapeutti Pia Teckenberg-Jansson Krogells säätiön tuella.

Lukupiiri AB:lla (ruotsinkielinen), CD:n asukkaat tervetulleita mukaan.

klo 10.15-11.00

Seuraavat pvm: 17.3., 14.4., 21.4., 28.4., 5.5., 12.5. & 19.5. *Ohjaaja: Sandra*

Yksilöaika/ ulkoilu CD:llä klo 11.30-12.15

Seuraavat pvm: 14.4., 21.4., 28.4., 5.5., 12.5. & 19.5. *Ohjaaja: Sandra*

Ulkoilu AB:lla klo 9.15-10.15

Seuraavat pvm: 26.5 *Ohjaaja: Sandra*

Hartaushetki klo 15.30

AB: 24.2. & 28.4. CD: 31.3. & 26.5.

Järj. Sipoon suomalainen seurakunta

Onsdag

Temagrupp

kl. 10.00-11.15

bla. Bakning, frågesport, musik, spel, konst & pyssel, uppmärksammande av årets temadagar mm

CD: 11.3, 25.3, 8.4, 22.4, 6.5, 20.5 & 3.6

AB: 18.3, 1.4, 15.4, 29.4, 13.5 & 27.5

Ledare: Jenna

Individuell tid/Utevistelse

kl. 13.00-14.30

AB: 11.3, 25.3, 8.4, 22.4, 6.5, 20.5, 3.6 & 17.6

CD: 18.3, 15.4, 29.4, 27.5 & 10.6

Ledare: Jenna

Invånarmöte kl. 10.00-11.00

AB 10.6 & CD 17.6 mera info under övrigt

Ledare Matilda

Må-bra träffar i festsalen

kl. 14.00-15.45

Följande datum: 1.4 & 13.5

Mera info under övrigt.

Äldre i Söderkulla i Doris-salen

kl. 13.00-14.30

Följande datum: 11.3, 22.4 & 27.5

Gruppledare Jenna hjälper ner de invånare som vill delta och deltar tillsammans med dem. Andakt, sång, kaffe och trevlig samvaro. Gruppen är öppen även för seniorer bosatta utanför servicehuset Linda. Arr. Sibbo svenska församling.

VänCafé i matsalen kl. 15.00-16.00

Följande datum: 25.3, 29.4 & 20.5

Obs! I tillställningen deltar inte de sociokulturella ledarna. Invånarna på gruppboendet kan delta med anhöriga eller vårdare. Arr. Frivilliga Linda-vänner inom servicehusstiftelsen i Sibbo

Keskiviikko

Teemaryhmä

kl. 10.00-11.15

mm. Leivontaa, tietovisaa, musiikkia, pelejä, taidetta & askartelua, vuoden teemapäivien huomioiminen ynm

CD: 11.3., 25.3., 8.4., 22.4., 6.5., 20.5. & 3.6.

AB: 18.3., 1.4., 15.4., 29.4., 13.5. & 27.5.

Ohjaaja: Jenna

Yksilö-aika/Ulkoilu

klo 13.00-14.30

AB: 11.3, 25.3, 8.4, 22.4, 6.5, 20.5, 3.6 & 17.6

CD: 18.3, 15.4, 29.4, 27.5 & 10.6

Ohjaaja: Jenna

Asukaskokous kl. 10.00-11.00

AB 10.6 & CD 17.6 lisää info muuta osiossa

Ohjaaja Matilda

Voi hyvin – tapaamiset juhlasalissa

klo 14.00-15.45

Seuraavat pvm: 1.4 & 13.5

Lisää tietoa muuta osion alla.

Äldre i Söderkulla Doris-salissa

klo 13.00-14.30

Seuraavat pvm: 11.3., 22.4. & 27.5

Ohjaaja Jenna saattaa ne asukkaat jotka haluavat osallistua tilaisuuteen sekä osallistuu heidän kanssa.

Hartaus, laulua, kahvia ja mukavaa yhteisoloa. Tilaisuus on ruotsinkielinen ja avoin myös palvelutalon ulkopuolella asuville senioreille. Järj. Sibbo svenska församling

Ystäväkahvila ruokasalissa klo 15.00-16.00

Seuraavat päivämäärät: 25.3, 29.4 & 20.5

Huom! Sosiokulttuuriset ohjaajat eivät osallistu tilaisuuteen. Ryhmäkodin asukkaat voivat osallistua omaisten tai hoitajien tuella. Järj. Sipoon palvelutalosaatiön vapaaehtoiset Linda-ystävät

Torsdag

Bokcirkel på CD (finskspråkig), AB:s invånare välkomna med.

kl. 10.15-11.00

Följande datum: 12.3, 19.3, 26.3, 2.4, 16.4, 23.4, 7.5, 21.5, 28.5, 4.6 & 11.6.

Ledare Sandra

Utevistelse/individuell tid på AB

kl. 11.30-12.15

Följande datum: 12.3, 19.3, 26.3, 2.4, 16.4, 23.4, 28.5, 4.6 & 11.6.

Ledare Sandra



Öppen bingo i Doris-salen

kl. 13.30-14.15

Följande datum: 12.3, 19.3, 26.3, 2.4, 16.4, 23.4, 7.5, 28.5, 4.6 & 11.6

OBS! kl. 13.00-13.45

Följande datum: **9.4**

Obs! Gruppboendets invånare kan delta tillsammans med en vårdare, studerande, anhörig eller annan personal.

Ledare Nora

Kl. 14.45—15.05 Svenskspråkig andakt på gruppboendet.

Arr.: Sibbo svenska församling

Följande datum:

CD: 9.4

AB: 21.5

Torstai

Lukupiiri CD:llä (Suomenkielinen), AB:n asukkaat tervetulleita mukaan

klo 10.15-11.00

Seuraavat päivämäärät: 12.3., 19.3., 26.3., 2.4., 16.4., 23.4., 7.5., 21.5., 28.5., 4.6. & 11.6.

Ohjaaja Sandra



Ulkoilu/yksilöaikoja AB:lla

klo 11.30-12.15

Seuraavat päivämäärät: 12.3., 19.3., 26.3., 2.4., 16.4., 23.4., 28.5., 4.6. & 11.6.

Ohjaaja Sandra

Avoin bingo Doris-salissa

klo 13.30-14.15

Huom! Seuraavat päivämäärät:

Klo 13.00-13.45

Seuraavat päivämäärät: **9.4**

Huom! Ryhmäkodin asukkaat voivat osallistua yhdessä hoitajan, opiskelijan, omaisen tai muun henkilökunnan kanssa.

Ohjaaja: Nora

Klo 14.45—15.05 Ruotsinkielinen hartaus ryhmäkodissa:

Järj.: Sipoon ruotsalainen seurakunta

Seuraavat pvm:

CD: 9.4

AB: 21.5



Fredag

Sinnesgrupp

kl. 10.00-11.00

Gruppen riktar sig till de invånare som av olika orsaker har svårt att delta i övrig gruppverksamhet.

Följande datum: 13.3, 20.3, 27.3, 17.4 & 24.4

Ledare: Sandra & Nora

Individuell musikterapi

kl. 10.00-11.00 AB (2 personer)

kl. 12.00-13.00 CD (2 personer)

Följande datum: 10.4

Arr. musikterapeut Pia Teckenberg-Jansson med bidrag från Krogells stiftelse

Rikshacykling & utevistelse

Kl. 9.30 CD

kl. 10.30 AB

Följande datum: 8.5, 22.5, 29.5, 5.6 & 12.6

Ohjaaja: Sandra & Nora

Utevistelse/individuell tider

kl. 11.30-12.15

AB: 13.3, 27.3 & 8.5.

CD: 20.3 24.4 & 29.5

Ledare Sandra

Perjantai

Aistiryhmä

klo 10.00-11.00

Ryhmä on suunnattu niille asukkaille jotka eri syistä eivät pysty osallistumaan muuhun ryhmätoimintaan.

Seuraavat pvm: 13.3., 20.3., 27.3., 17.4. & 24.4

Ohjaaja: Sandra & Nora

Henkilökohtainen musiikkiterapia

klo 10-11.00 AB (2 henkilöä)

klo 12-13 CD (2 henkilöä)

Seuraavat pvm: 10.4

Järj. Musiikkiterapeutti Pia Teckenberg-Jansson Krogells säätiön tuella.

Rikshapyöräajelu & ulkoilua

Klo 9.30 CD

klo 10.30 AB

Seuraavat pvm: 8.5., 22.5., 29.5, 5.6. & 12.6

Ohjaaja: Sandra & Nora

Ulkoilu/yksilöaikoja

Klo 11.30-12.15

AB: 13.3., 27.3. & 8.5.

CD: 20.3., 24.4. & 29.5.

Ledare Sandra



Övrigt

Måndag 9.3 kl. 14.00-15.30

Konstnärsträff

Plats: Doris-salen

Kom och bekanta dig med Tapani Karvalas minnesutställning: Människans former—synliga och osynliga.

Servering.

Arr. LocalArtists i samarbete med Kultur i hemmet & Servicehusstiftelsen i Sibbo.

Ledare Nora & Sandra är på plats.

Måndag 16.3 kl. 14.15-15.30 Pianokonsert

Sång och pianomusik med Susanna Eronen.

Efteråt kaffeservering 4 € till förmån för föreningen Musikhälsoteket

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo/Kultur i hemmet i samarbete med föreningen Musikhälsoteket rf och med bidrag från Krogells stiftelse sr.

Ledare Nora & Sandra är på plats.



Onsdag 1.4 kl. 14.00—15.45

Må bra—träff

Plats: Fest- och matsalen

Museilektor Hannele Tenhovuori från Borgå museum föreläser om Kungsvägen. Allsång och dragspelsmusik till kaffet med Jonas Näslund & Ove Othman.

Arr.: Borgå museum, Servicehusstiftelsen i Sibbo sr/ Kultur i hemmet i samarbete med Musikhälsoteket rf och med bidrag av Krogells stiftelse

Torsdag 9.4 Allsång med Jonas Näslund

CD kl. 10.00 & AB kl. 10.30

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo med bidrag från Lucia fonden 2025.

Muuta

Maanantai 9.3. klo. 14.00-15.30

Taiteilija-tapaaminen

Paikka: Doris-sali

Tule tutustumaan Tapani Karvalan muistonäyttelyyn: Ihmisen muoto—näkyvä ja näkymätön. Tarjoilu.

Järj. LocalArtists yhteistyössä Kulttuurikodissa & Sipoon palvelutalosaatiö kanssa. Ohjaajat Nora & Sandra ovat paikalla.

Maanantai klo 14.15-15.30 Pianokonsertti

Laulua ja pianomusiikkia Susanna Eronen kanssa. Tilaisuuden jälkeen kahvitarjoilu 4 €, tuotoilla tuetaan Musikhälsoteket yhdistyksen toimintaa

Järj. Sipoon palvelutalosaatiö/Kulttuurikodissa yhteistyössä Musikhälsoteket yhdistyksen kanssa sekä Krogell säätiön tuella. Ohjaajat Nora & Sandra ovat paikalla.



Keskiviikko 1.4. klo 14.00—15.45

Voi hyvin —tapaaminen

Paikka: Juhlasali ja ruokasali

Museeolehtori Hannele Tenhovuori Porvoon museosta pitää luennon aiheesta Kunikaantie. Kahvin aikana yhteislaulua ja haitarimusiikkia yhdessä Jonas Näslund & Ove Othmanin kanssa. Järj.: Porvoon museo, Sipoon palvelutalosaatiö sr/ Kulttuurikodissa yhteistyössä Musikhälsoteket ry:n kanssa ja Krogell säätiön tuella.

Torstai 9.4. Yhteislaulua Jonas Näslund:in kanssa CD klo 10.00 & AB klo 10.30

Järj. Sipoon palvelutalosaatiö Lucia säätiö 2025 tuella.

Övrigt

Måndag 13.4 kl. 14.00-15.30

Konstnärsträff

Plats: Doris-salen

Kom och bekanta dig med månadens utställning och träffa konstnärerna. Servering.

Arr. LocalArtists i samarbete med Kultur i hemmet & Servicehusstiftelsen i Sibbo.
Ledare Nora & Sandra är på plats.

Torsdag 30.4. kl. 14.00-15.30

Vappenfest

Plats: Fest- och matsalen

Vårkonsert med Jannike

Sandström & Niklas Rosström.

Mjöd och munkar efter tillställningen 3 €.

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo sr/Kultur i hemmet

Måndag 11.5 kl. 14.00-15.30

Konstnärsträff

Plats: Doris-salen

Kom och bekanta dig med månadens utställning och träffa konstnärerna. Servering. Arr.

LocalArtists i samarbete med Kultur i hemmet & Servicehusstiftelsen i Sibbo.

Ledare Nora & Sandra är på plats.

Onsdag 13.5 kl. 14.00—15.45

Må bra—träff

Plats: Fest- och matsalen

Info om Minneslotsens verksamhet samt hjärngymnastik. Allsång och dragspelsmusik till kaffet med Jonas Näslund & Ove Othman.
Arr.: Minneslotsen, Servicehusstiftelsen i Sibbo sr/ Kultur i hemmet i samarbete med Musikhälsoteket rf och med bidrag av Krogells stiftelse

Fredag 15.5 Allsång med Jonas Näslund
CD kl. 9.45 & AB kl. 10.30

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo i samarbete med föreningen Musikhälsoteket rf och med bidrag från Krogells stiftelse sr.



Muuta

Maanantai 13.4. klo. 14.00-15.30

Taiteilija-tapaaminen

Paikka: Doris-sali

Tule tutustumaan kuukauden näyttelyyn sekä tapamaan taiteilijat. Tarjoilu.

Järj. LocalArtists yhteistyössä Kulttuuria kodissa & Sipoon palvelutalosäätiö kanssa.
Ohjaajat Nora & Sandra ovat paikalla.

Torstai 30.4. klo 14.00—15.30

Vappujuhlat

Paikka: Juhlasali ja ruokasali

Jannike Sandström & Niklas Rosström:in kevät-konsertti.

Sima ja munkkeja tilaisuuden jälkeen 3 €.

Järj. Sipoon palvelutalosäätiö sr/Kulttuuria kodissa

Maanantai 11.5. klo. 14.00-15.30

Taiteilija-tapaaminen

Paikka: Doris-sali

Tule tutustumaan kuukauden näyttelyyn sekä tapamaan taiteilijat. Tarjoilu.

Järj. LocalArtists yhteistyössä Kulttuuria kodissa & Sipoon palvelutalosäätiö kanssa.
Ohjaajat Nora & Sandra ovat paikalla.

Keskiviikko 13.5. klo 14.00—15.45

Voi hyvin —tapaaminen

Paikka: Juhlasali ja ruokasali

Infoa Muistiluotsin toiminnasta sekä aivojumppa. Kahvin aikana yhteislaulua ja haitarimusiikkia yhdessä Jonas Näslund & Ove Othmanin kanssa. Järj.: Muistiluotsi, Sipoon palvelutalosäätiö sr/ Kulttuuria kodissa yhteistyössä Musikhälsoteket ry:n kanssa ja Krogell säätiön tuella

Perjantai 15.5. Yhteislaulua Jonas Näslund:in kanssa

CD klo 9.45 & AB klo 10.30

Järj. Sipoon palvelutalosäätiö yhteistyössä Musikhälsoteket yhdistyksen kanssa sekä Krogell säätiön tuella.

**Måndag 1.6 Allsång med Jonas Näslund
AB kl. 15.15 & CD kl. 16.45**

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo i samarbete med föreningen Musikhälsoteket rf och med bidrag från Krogells stiftelse sr.

Måndag 8.6 kl. 14.00-15.30

Konstnärsträff

Plats: Doris-salen

Kom och bekanta dig med månadens utställning och träffa konstnärerna. Servering. Arr. LocalArtists i samarbete med Kultur i hemmet & Servicehusstiftelsen i Sibbo. Ledare Nora & Sandra är på plats.

Onsdag 10.6 kl. 10.00-11.00

Invånarmöte AB

Vi träffas och diskuterar programverksamheten, invånarna har även möjlighet att ge respons på grupper samt komma med ideér inför sommaren.

Plats: AB:s dagsal

Ledare Matilda



Onsdag 17.6 kl. 10.00-11.00

Invånarmöte CD

Vi träffas och diskuterar programverksamheten, invånarna har även möjlighet att ge respons på grupper samt komma med ideér inför sommaren

Plats: CD:s dagsal. Ledare Matilda

Torsdag 18.6 Vi firar midsommar i musikens tecken: Olle Granqvist uppträder med skärgårds- och sommarsånger.

kl. 15.15 på CD & kl. 16.00 på AB

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo.

Maanantai 1.6. Yhteislaulua Jonas Näslund:in kanssa AB klo 15.15 & CD klo 16.45

Järj. Sipoon palvelutalosaatiö yhteistyössä Musikhälsoteket yhdistyksen kanssa sekä Krogell säätiön tuella.

Maanantai 8.6. klo. 14.00-15.30

Taiteilija-tapaaminen

Paikka: Doris-sali

Tule tutustumaan kuukauden näyttelyyn sekä tapamaan taiteilijat. Tarjoilu.

Järj. LocalArtists yhteistyössä Kulttuurikodissa & Sipoon palvelutalosaatiö kanssa. Ohjaajat Nora & Sandra ovat paikalla.

Keskiviikko 10.6. klo 10.00-11.00

Asukaskokous AB

Tavataan ja keskustellaan ohjelmatoiminnasta, asukkailla on myös mahdollisuus ilmaista mielipiteensä ryhmistä sekä esittää toiveita kesälle.

Paikka: AB:n päiväsal

Ohjaaja Matilda

Keskiviikko 17.6. klo 10.30-11.30

Asukaskokous CD

Tavataan ja keskustellaan ohjelmatoiminnasta, asukkailla on myös mahdollisuus ilmaista mielipiteensä ryhmistä sekä esittää toiveita kesälle.

Paikka: CD:n päiväsal. Ohjaaja Matilda

Torstai 18.6 Vietetään juhannusta musiikin merkeissä: Olle Granqvist esiintää saaristolais- ja kesälauluilla.

klo 15.15 på CD & klo 16.00 på AB

Järj. Sipoon palvelutalosaatiö.



För den sociokulturella verksamheten på gruppboendena ansvarar:

Sandra Granqvist

gruppleddare/ergoterapeut

tel. 040 544 64 35

sandra.granqvist@palvelutalolinda.fi

Som gruppleddare på Lindas gruppboende fungerar:

Sandra Granqvist

måndag, tisdag, torsdag & fredag

kl. 9-15.30

Jenna Lehtonen

onsdagar

kl. 9.00-15.00

(under tiden 11.3– 20.5)

Matilda Sundbäck

onsdagar

kl. 9-15.30

(med start 27.5)

Ryhmäkodin sosiokulttuurisesta toiminnasta vastaa:

Sandra Granqvist

ohjaaja/toimintaterapeutti

puh. 040 544 64 35

sandra.granqvist@palvelutalolinda.fi

Ryhmänohjaajina Lindan ryhmäkodissa toimivat:

Sandra Granqvist

manantai, tiistai, torstai & perjantai

klo 9-15.30

Jenna Lehtonen

keskiviikkoisin

klo 9.00-15.00

(ajalla 11.3– 20.5)

Matilda Sundbäck

keskiviikkoisin

klo 9-15.30

(alkaen 27.5)



Under sommarmånaderna kommer det även att anställas unga sommararbetare som bla kommer att ha som uppgifter att utföra lättare sociokulturella program så som utevistelser, läsa dagstidning och diskutera med invånarna.

Sommarungdomarna står för programmet:

2.6, 9.6, 15.6 & 16.6.

Kesäkuukausina palkkaamme taas nuoria kesätyöntekijöitä joiden työkuvaan kuuluu myös helpompia sosiokulttuurisia tehtäviä mm ulkoilua, lehtien lukeminen sekä juttelu asukkaiden kanssa.

Nuoret kesätyöntekijät pitävät ohjelmaa:

2.6., 9.6., 15.6. & 16.6