



Elsies aktiva vårprogram

Elsien aktiivinen kevätohjelma

5.2.—31.5.2024

<https://www.sipoonpalvelutalosaatio.fi>
<https://www.servicehusstiftelsenisibbo.fi>

**Ryhmätoiminta on avoin kaikille Sipoon senioreille.
Ohjelmalehteen on erikseen merkitty ohjelmat, jotka järjestetään
ainoastaan Palvelutalo Elsien ja Senioritalo Sofien asukkaille.**

**Gruppverksamheten är öppen för alla seniorer i Sibbo.
I programbladet står det skilt om programmet är öppet endast
för invånare på Servicehuset Elsie och Seniorhuset Sofie.**

Tervetuloa uuteen aktiiviseen kevääseen!

Sosiokulttuurinen viriketoimintamme on avoin kaikille Sipoon senioreille. Mikäli ryhmä tai tilaisuus on tarkoitettu ainoastaan Palvelutalo Elsie ja Senioritalo Sofien asukkaille, ilmoitetaan siitä erikseen tässä ohjelmalehtisessä. Mahdollisista ohjelmamuutoksista ilmoitamme mm. ilmoitustauluilla sekä nettisivuillamme.

Tänä keväänä sosiokulttuurista toimintaa ohjaavat Nora Ahola, Sandra Granqvist ja Tiina Patana.

”Kulttuuria kodissa” -projekti järjestää ryhmä- ja yksilötoimintaa (kotikäyntejä) yli 75-vuotiaille sipoolaisille. Ota mielellään yhteyttä, jos sinulla on vaikeuksia osallistua ryhmätoimintaan tai tunnet itsesi yksinäiseksi. Toiminta on maksutonta, projektia rahoittaa Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö .

Meille on tärkeää, että sinä, joka seuraat toimintaamme tai osallistut siihen, löydät ohjelmalehtisestä kaiken tarpeellisen ja viihdyt mukana toiminnassa. Otathan yhteyttä, jos sinulla on toivomuksia tai ideoita, miten voimme parantaa Palvelutalo Elsie toimintaa.

Palvelutalo Elsie omistava Sipoon palvelutalosaatiö tekee rakentavaa yhteistyötä perustajayhteisöjensä kanssa, kuten Sipoon kunnan, Sipoon seurakuntayhtymän ja eläkejärjestöjen kanssa. Tässä ohjelmalehtisessä on osittain myös perustajayhteisöjen tilaisuuksia, joita järjestetään Palvelutalo Elsieissä.

Haluamme osoittaa suurkiitokset kaikille yhteistyökumppaneillemme sekä aktiivisille Elsie-ystävälle ja Kulttuuria kodissa -projektin vapaaehtoisille.

Muistathan hyvän käsihygienian ja huomioithan, että ryhmiin voi osallistua ainoastaan oireettomana.

Yhteystiedot:

Toimintaterapeutti

Sandra Granqvist

tel./puh 040-544 6435

sandra.granqvist@palvelutalolinda.fi

Sosionomi

tel./puh 050-567 6538

Tiina Patana

tiina.patana@palvelutalolinda.fi

Projektikoordinaattori / Kulttuuria kodissa-projekti

Nora Ahola

tel./puh 040-544 6436

nora.ahola@palvelutalolinda.fi

Näin luet ohjelmaa:

Ohjelmaa järjestetään ruotsinkielisenä, suomenkielisenä ja kaksikielisenä.

Kaksikielinen ohjelma on merkitty punaisella merkinnällä, ruotsinkielinen vihreällä ja suomenkielinen sinisellä värillä.

Välkommen till en ny aktiv vår!

Den sociokulturella verksamheten är öppen för alla seniorer i Sibbo. Om en grupp eller ett evenemang riktar sig endast till invånarna på Servicehuset Elsie och Seniorhuset Sofie, meddelas detta skilt i programbladet. Om ändringar i programmet meddelas bland annat på anslagstavlor i Servicehuset Elsie och Seniorhuset Sofie samt på stiftelsens nätsidor.

Under den här våren leds den sociokulturella verksamheten av Nora Ahola, Sandra Granqvist och Tiina Patana.

Projektet "Kultur i hemmet" ordnar grupp- och individuell verksamhet (hembesök) till seniorer, som fyllt 75 år och bor i Sibbo. Tag gärna kontakt om du har svårt att ta dig till gruppverksamheten eller känner dig ensam. Verksamheten är kostnadsfri, projektet finansieras av Social- och hälsovårdsministeriet.

Det är viktigt att du som följer med eller deltar i vår verksamhet trivs och finner den ändamålsenlig. Förhoppningsvis finner du all behövlig info i detta programblad. Tag gärna kontakt om du har önskemål eller idéer på hur vi kan förbättra verksamheten på Servicehuset Elsie.

Servicehusstiftelsen i Sibbo, som äger Servicehuset Elsie, samarbetar med sina grundarsamfund såsom Sibbo kommun, Sibbo kyrkliga samfällighet, pensionärsorganisationer med flera. I detta programblad förekommer delvis även grundarsamfundens program som ordnas i Servicehuset Elsie.

Vi vill rikta ett varmt tack till alla våra samarbetsparter och våra aktiva Elsie-vänner samt frivilliga inom projektet Kultur i hemmet.

Kom ihåg god handhygien och observera att det är tillåtet att delta i grupperna enbart i fall du är symptomfri.

Kontaktuppgifter

Ergoterapeut

Sandra Granqvist
tel. 040-544 6435

sandra.granqvist@palvelutalolinda.fi

Socionom

Tiina Patana
tel. 050-567 6538

tiina.patana@palvelutalolinda.fi

Projektkoordinator/ projektet Kultur i hemmet

Nora Ahola
tel. 040-544 6436

nora.ahola@palvelutalolinda.fi

Läs programmet så här:

Programmet arrangeras på svenska, finska eller på två språk.

Tvåspråkiga program är utmärkta med röd, svenskspråkiga med grön, finskspråkiga med blå text.

Maanantai

Klo 13.00-13.45 Marjan tuolitanssi

Seuraavat päivämäärät: 5.2, 12.2, 19.2, 26.2, 4.3, 11.3, 18.3, 25.3, 8.4, 15.4, 22.4, 6.5, 13.5, 20.5, 27.5

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Elsie 3. kerroksen aula

Järj.: Elsie ysävät

Måndag

Kl.13.00-13.45 Marjas sittdans

Följande datum: 5.2, 12.2, 19.2, 26.2, 4.3, 11.3, 18.3, 25.3, 8.4, 15.4, 22.4, 6.5, 13.5, 20.5, 27.5

Tvåspråkig grupp

Plats: Aulan i Elsies 3:e våning

Arr.: Elsie-vännerna

Tiistai

Klo 9.45—10.15 Suomenkielinen hartaus

Seuraavat päivämäärät: 27.2, 26.3, 7.5 & 4.6

Suomenkielinen tilaisuus

Paikka: Elsie 3. kerroksen aula

Järj.: Sipoon suomalainen seurakunta

Tisdag

Kl. 9.45—10.15 Finskspråkig andakt

Följande datum: 27.2, 26.3, 7.5 & 4.6

Finskspråkig tillställning

Plats: Aulan i Elsies 3:e våning

Arr.: Sibbo finska församling

Klo 10.00—12.00 Puhelinaika/ Kulttuuria kodissa-projekti

Jos sinulla on kysyttävää avoimesta ryhmätoiminnasta, haluat varata kotikäynnin tai keskustella puhelimitse, soita mielellään Nora Aholalle, puh. 040 544 6436. **Maksettomia kotikäyntejä järjestetään ryhmätoiminnan ohella. Käynti voi sisältää mm. ulkoilua, lukemista, juttelua, aivojumppaa, pelejä tai digitalisen teknologia käytön ohjausta.**

Järj.: Sipoon palvelutalosaatiö sr/

Kulttuuria kodissa –projekti

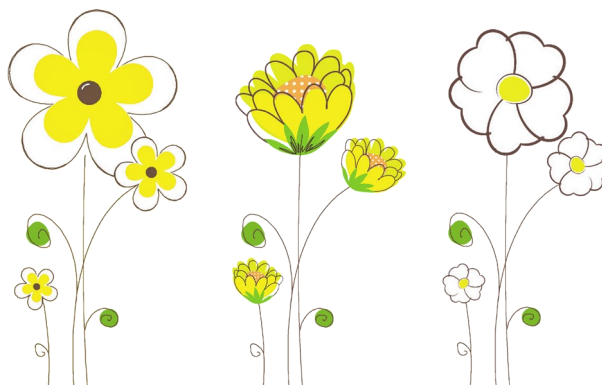
Kl. 10.00—12.00 Telefontid/ projektet Kultur i hemmet

Om du har frågor angående öppna gruppverksamheten, vill boka hembesök eller samtala per telefon, ring gärna till Nora Ahola, tel. **040 544 6436**. **Hembesök ordnas kostnadsfritt utöver gruppverksamheten och kan innehålla bl.a. utevistelse, läsning, umgänge, hjärngymnastik, spel eller handledning i**

användning av digital teknologi.

Arr.: Servicehusstiftelsen i Sibbo sr/

Projektet Kultur i hemmet



Keskiviikko

Klo 13.15-14.30 Teemaryhmä ja kahvitupa

Seuraavat päivämäärät: 28.2, 13.3, 27.3, 10.4, 24.4, 8.5, 22.5

Kaksikielinen ryhmä

Kahvi ja keksi 1€.

Paikka: Elsien 3. kerroksen aula

Järj.: Sipoon palvelutalosaatiö sr

Klo 15.00-16.00 Elsie-ystävien bingo

Seuraavat päivämäärät: 7.2, 21.2, 6.3, 20.3, 3.4, 17.4, 15.5, 29.5

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Elsien 3. kerroksen aula

Järj.: Elsie-ystävät

Perjantai

Klo 13.15—14.00 Tuolijumppa

Seuraavat päivämäärät: 16.2, 23.2, 8.3, 15.3, 22.3, 12.4, 19.4, 26.4, 10.5, 17.5, 24.5, 31.5

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Elsien 3. kerroksen aula

Järj.: Sipoon palvelutalosaatiö sr

Klo 13.00—14.30 Yhteinen perjantailounas

Seuraavat päivämäärät: 1.3, 5.4, 3.5

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Elsien kabinetti, 1 krs

Lisää tietoa jaetaan myöhemmin.

Järj.: Elsie-ystävät yhteistyössä Sipoon palvelutalosaatiö sr/ Kulttuurista kodissa-projektin kanssa

VAIN PALVELUTALO ELSIEN JA SENIORITALO SOFIEN ASUKKAILLE

Onsdag

Kl 13.15-14.30 Temagrupp och kaffestuga

Följande datum: 28.2, 13.3, 27.3, 10.4, 24.4, 8.5, 22.5

Tvåspråkig grupp

Kaffe och kex 1€.

Plats: Aulan i Elsies 3:e våning

Arr.: Servicehusstiftelsen i Sibbo sr

Kl 15.00-16.00 Elsie-vännernas bingo

Följande datum: 7.2, 21.2, 6.3, 20.3, 3.4, 17.4, 15.5, 29.5

Tvåspråkig grupp

Plats: Aulan i Elsies 3:e våning

Arr.: Elsie-vännerna

Fredag

Kl. 13.15—14.00 Stoljumba

Följande datum: 16.2, 23.2, 8.3, 15.3, 22.3, 12.4, 19.4, 26.4, 10.5, 17.5, 24.5, 31.5

Tvåspråkig grupp

Plats: Aulan i Elsies 3:e våning

Arr.: Servicehusstiftelsen i Sibbo sr

Kl. 13.00—14.30 Gemensam fredagslunch

Följande datum: 1.3, 5.4, 3.5

Tvåspråkig grupp

Plats: Elsies kabinetti, 1 vån

Mer info tilldelas senare.

Arr.: Elsie-vännerna i samarbete med Servicehusstiftelsen i Sibbo sr/ projektet Kultur i hemmet

ENDAST FÖR INVÅNARNA PÅ SERVICE-HUSET ELSIE OCH SENIORHUSET SOFIE

Lauantai

Klo 17.00 Iltatee

Osallistujat kokoontuvat itsenäisesti yhteiselle iltateelle. Ota mukaan oma kuppi.

Paikka: Elsien 3. kerroksen aula

Muuta

Perjantai 9.2. 15.00 Runebergin konsertti

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Elsien ruokasali ja kabinetti

Musiikkiesitys: Susanna Eronen

Tarjoilu: Kahvi—ja runebergintorttu 1€.

Järj: Sipoon palvelutalosaäitiö sr/ Kulttuuria kodissa-projekti yhteistyössä Elsie-ystävien kanssa. Musiikkiesitys rahoitetaan luciatuella 2022.

VAIN PALVELUTALO ELSIEN JA SENIORITALO SOFIEN ASUKKAILLE

Keskiviikko 14.2 klo 15.15 Ystävänäpäivän konsertti

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Elsien ruokasali ja kabinetti

Jazzorkesteri ”Swing it” esiintyy. Tarjolla on kahvia ja ystävänäpäivä leivos.

Järj. Elsie-ystävät yhteistyössä Sipoon palvelutalosaäitiön kanssa. Tilaisuus rahoitetaan Suomen Punaisen Ristin/ Sipoon osaston tuella.

VAIN PALVELUTALO ELSIEN JA SENIORITALO SOFIEN ASUKKAILLE

Tiistai 12.3. klo 13.00 Aivojumppaa Reidar Waseniuksen kanssa

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Elsien 3. kerroksen aula

Huomioidaan kansainvälistä aivoviikkoa (vko 11) yhteisellä aivojumppa ohjelmalla

Järj: Sipoon palvelutalosaäitiö sr/ Kulttuuria kodissa-projekti, SFV:n tuella.

Lördag

Kl. 17.00 Kvällste

Deltagarna samlas självständigt för att dricka kvällste tillsammans. Tag med en egen kopp.

Plats: Aulan i Elsies 3:e våning

Övrigt

Fredag 9.2. 15.00 Runebergs konsert

Tvåspråkig grupp

Plats: Elsies matsal och kabinett

Musikuppträdande: Susanna Eronen,

Servering: Kaffe— och runebergstårta 1€

Arr: Servicehusstiftelsen i Sibbo sr/ projektet Kultur i hemmet i samarbete med Elsie-vännerna. Musikuppträdandet bekostas med lucia-bidrag 2022.

ENDAST FÖR SERVICEHUSET ELSIES OCH SENIORHUSET SOFIEN INVÅNARE

Onsdagen 14.2 kl. 15.15 Vändags konsert

Tvåspråkig grupp

Plats: Elsies matsal och kabinett

Jazz-orkesteren ”Swing it” uppträder. Det bjuds på kaffe och vändagsbakelse.

Arr.: Elsie-vännerna i samarbete med Servicehusstiftelsen i Sibbo. Tillställningen bekostas med bidrag av Finlands Röda Kors/Sibbo-avdelning.

ENDAST FÖR SERVICEHUSET ELSIES OCH SENIORHUSET SOFIEN INVÅNARE

Tisdag 12.3 kl. 13.00 Hjärn-gymnastik med Reidar Wasenius

Tvåspråkig grupp

Plats: Aulan i Elsies 3:e våning

Vi uppmärksammar den internationella hjärnveckan (vecka 11) med ett gemensamt hjärngymnastik program

Arr: Servicehusstiftelsen i Sibbo sr/ projektet Kultur i hemmet med bidrag av SFV.

Muuta

Maanantai 15.4. klo 16.00 Elokuvailta

Suomenkielinen elokuva

Paikka: Elsien kabinetti 1 krs.

Katsotaan vanhaa suomalaista komediaelokuva "Aaltoska orkaniseeraa" (1949).

Tarjoilu 1€.

Järj.: Sipoon palvelutalosaatiö sr/

Kulttuurista kodissa –projekti

VAIN PALVELUTALO ELSIEN JA SENIORITALO SOFIEN ASUKKAILLE

Maanantai 29.4. klo 16.00 Vappu-juhlat

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Elsien ruokasali ja kabinetti

Lisää infoa jaetaan myöhemmin.

Järj.: Sipoon palvelutalosaatiö sr yhteistyössä

Elsie-ystävien kanssa

VAIN PALVELUTALO ELSIEN JA SENIORITALO SOFIEN ASUKKAILLE

Keskiviikko 29.5. klo 9.00—11.30

EU-vaalien ennakköäänestys

Paikka: Elsien 1. krs

Övrigt

Måndag 15.4. kl. 16.00 Filmkväll

Finskspråkig film

Plats: Elsies kabinett 1vån

Vi ser en gammal finsk komedifilm, "Aaloska orkaniseeraa" (1949). Servering 1€.

Arr.: Servicehusstiftelsen i Sibbo sr/

projektet Kultur i hemmet

BARA FÖR SERVICEHUSET ELSIES OCH SENIORHUSET SOFIENS INVÅNARE

Måndag 29.4. kl. 16.00 Vappenfest

Tvåspråkig grupp

Plats: Elsies matsal och kabinett

Mera information tilldelas senare.

Arr.: Servicehusstiftelsen i Sibbo sr i samarbete med Elsie-vännerna

BARA FÖR SERVICEHUSET ELSIES OCH SENIORHUSET SOFIENS INVÅNARE

BARA FÖR SERVICEHUSET ELSIES OCH SENIORHUSET SOFIENS INVÅNARE

Onsdag 29.5 kl. 9.00—11.30

Förhandsomröstning i EU-valet

Plats: Elsies 1. våning

