

Julprogrammet på Servicehuset Linda

Jouluohjelma Palvelutalo Lindassa

23.12.2019-10.1.2020



23.12.2019

MÅNDAG:

Kl.14.00 B-husets kaffegrupp

Tvåspråkig grupp

Plats: B-husets 4.våning

Musikstund. Bjuds på kaffe Julen till ära.

Ledare: Sandra Granqvist

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo sr

31.12.2019

TISDAG:

Kl.13.00 Bingo & Kaffestuga

Tvåspråkig grupp

Plats: Festsalen

Bingo 1€, Kaffe med dopp 1€

Ledare: Tiina Patana

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo sr

3.1.2020

FREDAG:

9.30-10.15 & 10.15-11.00

Konditionssalsträning för seniorer

Tvåspråkig grupp

Plats: Lindas konditionssal

Konditionssalsträning i två grupper, den första gruppen börjar kl.9.30 och den andra kl.10.15.

Deltagaravgift 3 €/gång.

Arr. Söder Fysio

Kl.14.30 B-husets kaffegrupp

Tvåspråkig grupp

Plats: B-husets 4.våning

Sångaren Madde uppträder.

Kaffe med dopp 1€

Ledare: Sandra Granqvist

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo sr

23.12.2019

MAANANTAI:

Klo 14.00 B-talon kahviryhmä

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: B-talon 4.kerros

Musiikkituokio. Kahvitarjoilu joulun kunniaksi.

Ohjaaja: Sandra Granqvist

Järj. Sipoon palvelutalosäätiö sr

31.12.2019

TIISTAI:

Klo 13.00 Bingo & Kahvitupa

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Juhlasali

Bingo 1€, Kahvi ja pulla 1€

Ohjaaja: Tiina Patana

Järj. Sipoon palvelutalosäätiö sr

3.1.2020

PERJANTAI:

9.30-10.15 & 9.30-11.00

Kuntosaliharjoittelua senioreille

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Lindan kuntosali

Kuntosaliharjoittelua kahdessa ryhmässä, ensimmäinen ryhmä alkaa klo 9.30 ja toinen klo 10.15.

Osallistumismaksu 3 €/kerta.

Järj. Söder Fysio

Klo 14.30 B-talon Kahviryhmä

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: B-talon 4.kerros

Laulaja Madde esiintyy.

Kahvi ja pulla 1€

Ohjaaja: Sandra Granqvist

Järj. Sipoon palvelutalosäätiö sr



Servicehusstiftelsen i Sibbo

Sipoon palvelutalosäätiö

7.1.2020

TISDAG:

Kl.10.00 Dator Café

Tvåspråkig grupp

Plats: Lindas bibliotek

Handledning i datoranvändning.

Handledare: Sibbo Svenska

Pensionärsförening

Klo 13.00 Invånarinfo för Lindas invånare

Tvåspråkig info

Plats: Festsalen

Vi diskuterar aktuella ärenden och ger information om vad som händer på Linda och i Servicehusstiftelsen i Sibbo.

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo sr

8.1.2020

ONSDAG:

Kl.13.00 Äldre i Söderkulla

Svenskspråkig grupp

Plats: Festsalen

Vi träffas i festsalen för andakt, diskussion och sång med Katja Korpi.

Arr. Sibbo svenska församling

9.1.2020

TORSDAG:

kl. 9.00 Senioregymnastik

Tvåspråkig grupp

Plats: Festsalen

Arr. Sibbo kommun

Kl. 13.00 Bingo & Kaffestuga

Tvåspråkig grupp

Plats: Festsalen

Bingo 1€

Ledare: Sandra Granqvist

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo sr

7.1.2020

TIISTAI:

Klo 10.00 Tietokonekahvila

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Lindan kirjasto

Ohjausta tietokoneen käytössä.

Ohjaaja: Sibbo Svenska

Pensionärsförening

Klo 13.00 Asukasinfo Lindan asukkaille

Kaksikielinen info

Paikka: Juhlasali

Keskustelemme ajankohtaisista asioista ja annamme tietoja Lindan ja Sipoon palvelutalososäätien toiminnasta.

Järj. Sipoon palvelutalososäätio sr

8.1.2020

KESKIVIikko:

Klo 13.00 Äldre i Söderkulla

Ruotsinkielinen ryhmä

Paikka: Juhlasali

Hartaushetki, keskustelua ja laulua Katja Korven kanssa.

Järj. Sipoon ruotsalainen seurakunta

9.1.2020

TORSTAI:

Klo 9.00 Seniorivoimistelu

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Juhlasali

Järj. Sipoon kunta

Klo 13.00 Bingo & Kahvitupa

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Juhlasali

Bingo 1€, K ahvi ja pulla 1€

Ohjaaja: Sandra Granqvist Järj.

Sipoon palvelutalososäätio sr



Servicehusstiftelsen i Sibbo
Sipoon palvelutalososäätio

10.1.2020

FREDAG:

9.00-11.00 Servicehandledning

Tvåspråkig handledning

Plats: Lindas bibliotek

Du har möjlighet att få personlig information och rådgivning om kommunens olika tjänster.

Arr. Sibbo kommun

9.30-10.15 & 10.15-11.00

Konditionssalsträning för seniorer

Tvåspråkig grupp

Plats: Lindas konditionssal

Konditionssalsträning

den första gruppen kl. 9.30

och den andra kl. 10.15

Deltagaravgift 3 €/gang.

Arr. Söder Fysio



Kl. 10.00 De morgonpigga

Tvåspråkig grupp

Plats: Festsalen

Ledare: Tiina Patana

Arr. Servicehusstiftelsen i Sibbo sr

10.1.2020

PERJANTAI:

9.00-11.00 Palvelunohjausta

Kaksikielinen ohjaus

Paikka: Lindan kirjasto

Motivointia ja ohjeistusta saadakseen henkilökohtaista ohjeistusta ja ohjauksia kunnan tarjoamista palveluista.

Järj. Sipoon kunta

9.30-10.15 & 9.30-11.00

Kuntosaliharjoittelua senioreille

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Sipoon kuntosali

Kuntosaliharjoittelua kahdessa

erillisessä ryhmässä

ensimmäinen ryhmä klo 9.30-10.15

ja toinen klo 9.30-11.00.

Osallistumismaksu 3 €/kerta.

Järj. Söder Fysio

Servicehusstiftelsen i Sibbo
Sipoon palvelutalosaatiö

Klo 10.00 Aamuvirkut

Kaksikielinen ryhmä

Paikka: Juhlasali

Ohjaaja: Tiina Patana

Järj. Sipoon palvelutalosaatiö sr