



Meriva ar
Karjalahdenkatu 18
94600 KEMI
www.meriva.com



SYYSKUU

Muutokset mahdollisia.

MAINIO MAANANTAI	TIETO TIISTAI	KULTTUURI KESKIVIikko	TOIMINTA TORSTAI	PELI PERJANTAI
<p>2.9. 10-12 Käsityöläiset 12- Sauvakävely/Noora 12-14 Digineuvontaa 14.15. Keppijumppa</p>	<p>3.9. 10-12 Työnhakijan tietotiistai 12-14 Kuulonhuolto paikalla 12.30-14 Talousryhmä/Samuli Virtasalo</p>	<p>4.9. 10- 12 Tutustutaan WhatsAppiin/Seppo 12-15 Karaoke Katariina Laivan terassilla, sää varaus Kemikammari auki klo 9-11.30</p>	<p>5.9. 10- Tuolijumppa 12- Askartelua Seniorimessuja varten 13-Tutustuminen Golf kenttään ja harrastukseen</p>	<p>6.9. 10- Tasapainojumppa 11-14 Kortti- ja lautapelit 13- Bingo</p>
<p>9.9. 10-12 Käsityöläiset 12- Makkarapaistoretki 12-14 Digineuvontaa 14.15. Kuminauhajumppa</p>	<p>10.9. 10-12 Työnhakijan tietotiistai 13.30- Hyvinvointi ryhmä- Hyvinvoinnin merkitys / Juha Tulkki</p>	<p>11.9. 11-12 Naisten biljardivuoro 12- Huonekasvirymä 12- Kivaloilte retki (ennakkoilmoittautuminen) 13- Kemin historiallinen museo retki/Aleksanterin nimipäiväkahvit</p>	<p>12.9. 10- Tuolijumppa 12- Roskakävely 13- Arjen sujuvuuden toimintakunta paikalla</p>	<p>13.9. 10- Tasapainojumppa 12- Tutustuminen Easyfit kuntosaliin/Juha 13- Arpajaisten arvonta 11-14 Kortti- ja lautapelit</p>
<p>16.9. 10-12 Käsityöläiset 10- Tuolijooga 12-14 Digineuvontaa 13- Levyraati 14.15- Tasapainojumppa</p>	<p>17.9. 10-12 Työnhakijan tietotiistai 13- Tietoa ensiavusta/Sisko Korrensalo</p>	<p>18.9. 10- 12 Kännykkä-opastus/Seppo 11- Tuunaa ruokaa ryhmä/Tarja Sipilä, Syksyn juurekset 13-Elämä tasapainoon- mm. talousasiat /SPR</p>	<p>19.9. 10- Tuolijumppa 11- 13 Askartelua 12- Visailu Kemikammari auki klo 9-13.30</p>	<p>20.9. 10- Tasapainojumppa 11-14 Kortti- ja lautapelit</p>

0401457005 SUSANNA, 0403590658 RIIKKA, 0401677138 TANJA, 0400890051 JUHA Keskuspuistokatu 1, 94100 Kemi AUKI 9-15.30 ma-pe



SYYSKUU Muutokset mahdollisia.

MAINIO MAANANTAI	TIETO TIISTAI	KULTTUURI KESKIVIikko	TOIMINTA TORSTAI	PELI PERJANTAI
23.9. 10- Tuolijooga 10-12 Käsiyöläiset 12-14 Digineuvontaa 14.15 Tuolijooga	24.9. 10- 12 Työnhakijan tietotiistai 13- Edunvalvonta valtuutus/Oikeusaputoimisto	25.9. 11-12 Naisten biljardivuoro 12- Huonekasviryhmä 13- Yhteislaulua Oire yhtyeen säestyksellä	26.9. 10- Tuolijumppa 12- Askartelua Seniorimessuja varten 13.30- Hyvinvointi ryhmä-Ravinnon merkitys / Juha Tulkki	27.9. 10- Tasapainojumppa 11- 14 Kortti- ja lautapelit 13- Leikkimielistä kisailua
30.9. 10- 12 Käsiyöläiset 10 -12 "Varaudu vanhuuteen" SRK/ Diakoni Eija Voutilainen ja Kappalainen John Bäckström 12-14 Digineuvontaa 14.15- Niskahartiajumppa	1.10.	2.10	3.10	4.10

0401457005 SUSANNA, 0403590658 RIIKKA, 0401677138 TANJA, 0400890051 JUHA Keskuspuistokatu 1, 94100 Kemi AUKI 9-15.30 ma-pe