



JOULUKUU 2019

Videojoulukalenteri avautuu!

Yhteinen videojoulukalenterimme on valmis ja ensimmäisestä päivästä jouluaattoon asti on joka päivälle luvassa mukava jouluinen tervehdys. Kalenteria voit seurata tykkäämällä palvelukeskuksen Facebook-sivusta: **Koskikodin palvelukeskus**. Videot katsotaan myös Olkkarissa joka arkipäivä klo 10. Mitähän luukuista mahtaakaan paljastua?!

Pikkujouluolkkari 2.12. klo 11.30-13.30

Tervetuloa pikkujoulutunnelmaan ja jouluglögille! Luvassa on opiskelijoiden järjestämää mukavaa ohjelmaa: jouluinen levyraati, joulubingo sekä joulurentoutus. Tiptap tiptap, tipetipetiptap!

Joulun aikatauluista

Syksyn lukujärjestys on voimassa 20.12. asti. Suurin osa ryhmistämme jää siis joulutauolle vasta joulu-viikolla. Toki oman ryhmän aikataulut kannattaa vielä varmistaa ohjaajalta. Joulunajan ryhmät on ilmoitettu oheisessa tapahtumakalenterissa.



**Joulumyyjäiset
perjantaina
13.12.
klo 10-14**

Tervetuloa tekemään
löytöjä itselle tai
pukinkonttiin!

*Tähdet pienet
tuikahtaa,
meiltä huolet
poistaa.
Revontulet
hulmuaa,
valo meille loistaa.
Tähdet maata
katselee,
loimu yötä valaisee,
meille uuden
riemun suo,
joulun ihmisille tuo.
- Z.Topelius -*

JOULUKUUN TAPAHTUMAKALENTERI



MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
<p>2 Systerin kenkäesittely 11-13 aulassa</p> <p>Pikkujouluolkkari 11.30-13.30</p>	<p>3 Pikkujoulut Vähäsillassa</p> <p>Huom! Hengellistä keskusteluryhmää luku-ottamatta omat ryhmät on peruttu Vähäsillan retken vuoksi, kuntosali on avoinna normaalisti!</p>	<p>4 Liiku ja leiki lapsen kanssa - vinkkejä yhteiseen tekemiseen! Paikalla 5-6 vuotiaita pikkutonttuja! 16.45-18 Koskipirtti</p>	<p>5 Vahva ote elämästä-tapahtuma-iltapäivä Luvassa monenlaista ohjelmaa ja tekemistä 13-16.30</p>	<p>6 Hyvää itsenäisyyspäivää!</p> 
<p>9 Hanskin tietovisa 12 Olkkari</p> <p>Non stop Hulahula-kurssi 11.30-13.30 kuntosali</p> 	<p>10 Joulumusiikkia Sari ja Antti Saarinen 14.30 Selma</p>	<p>11 Jouluretki Tallipihalle lähtö aulasta klo 13</p> <p>Kulttuurituokio: Jari Sirniö 14.30 Selmassa</p>	<p>12 Digiolkkari: Turvallisesti netissä 11.30</p>	<p>13 Joulumyyjäiset 10-14</p> <p>Lucia-neito 10.30</p> <p>Joululounas Selmassa 11-14</p> <p>Senioriukulelet joulutunnelmissa 14 Selma</p>
<p>16 Kulttuuriolkkari: Aleksandran Pietari 11.30-13.30</p>	<p>17 Fun&easy English 12.45 Olkkari</p> <p>Kyttälän kamarissa laulettiin: jouluisia lauluja 14 Olkkari</p>	<p>18 Jouluhartaus 14.30 Selma</p> 	<p>19 Sairaanhoitajan teematunti: luuston terveys ja osteoporoosi 10-11 Olkkari</p> <p>Rantaperkiön Iskun joukkuevoimistelijat esiintyvät 12 Kuntosali</p> <p>The Hartikaiset: Joulujazz 15 Selma</p>	<p>20 Luova maalaus: Suomen talvi 11-13 Peräkamari</p> <p>Arjan runoryhmä: Joulurunot ja jouluevankeliumi 14.30 Selma</p>



JOULUNAJAN RYHMÄTOIMINTA JA TAPAHTUMAT



	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
23 Tuolijumppa 10.30-11.30 Koskipirtti Jouluolkkari 11.30-13.30	24	25	26	27 Jouluolkkari 11.30- 13.30
	<i>Palvelukeskus suljettu. Rauhallista joulua!</i>			
30 Tuolijumppa 10.30-11.30 Koskipirtti Jouluolkkari 11.30-13.30	31 Uuden vuoden vastaanotto Olkkarissa 11.30- 13.30			
	<i>Hyvää uutta vuotta 2020!</i>			



Jouluaskartelua

Vielä ehdit mukaan jouluseen askarteluun kolmena keskiviikkona (4.-18.12.) klo 14-15.30. Joulukortteja, pieniä lasituikkuja ja mukavia lahjavinkkejä...

Olen kuulolla, tule jutulle!

Hannele on kuulolla palvelukeskuksen aulassa ke 11.12. ja 18.12. klo 12.15-13.

Kuntosali käytössäsi koko joulukuun

Vaikka ryhmiä jääkin joulutauolle, niin kuntosali on käytössäsi normaalisti aina kun palvelukeskus on auki. Että tervetuloa ennen joulua tekemään kinkulle tilaa ja joulun jälkeen kinkun sulatteluun!

Joulusaunat lämpiävät torstaina 19.12. ja perjantaina 20.12.

Tervetuloa tunnelmalliseen joulusaunaan. Leppeät löylyt miehille to klo 10-12 ja naisille pe klo 10-12. Ja saunamaksun muuten alensimme pysyvästi 3 euroon.

Pe 27.12. sauna miehille klo 9.30-10.45 ja naisille klo 10.45-12.



TUKEA ARJEN PULMIEN RATKAISUUN – POIKKEA JUTTUSILLE!

Poikkea juttusille, niin selvitetään asioita yhdessä. Voit kääntyä meistä kenen tahansa puoleen, olipa asiasi mikä vaan. Autamme aina kun olemme paikalla ja toki halutessasi voit myös varata ajan etukäteen. Ohjaus ja neuvonta on maksutonta.

Fysioterapeutti
Minna Putkisaari 040 632 7834
Ohjausaika ti 9-10

Palveluohjaaja
Sari Seitsalo 040 573 7615

Toimintaterapeutti
Sannaleena Kesti 040 135 0733

✉ etunimi.sukunimi@tamperecitymission.fi

Hyvinvointipalvelut



Sairaanhoitaja torstaisin klo 10-12
Varaa aika etukäteen: 040 573 7615
Lisäksi Sairaanhoitajan teematunti vaihtuvasta aiheesta kerran kuussa.

Hieroja Hannele Niiranen
ti 10.12. ja ke 11.12.
Varaa aika p. 040 736 8484

Jalkahoitaja Merja Salminen
torstaina 12.12.
Varaa aika p. 045 615 2861

Saunavuorot (3 €) joka viikko
miehille to 10-12 ja naisille pe 10-12

Kohti uutta vuotta: palaute- ja ideapuu odottavat lehtiään...

Vuoden vaihtuessa on taas aika ottaa opiksi menneestä ja suunnata katse kohti tulevaa. Verstaan seinällä on talvinen palautepuu ja keväinen ideapuu. Käythän lisäämässä omat terveisesi molempiin, niin saamme eväitä toiminnan kehittämiseen. Kiitos jo etukäteen ja kaunis kiitos muutoinkin kaikille kuluneesta vuodesta!



Oikein rauhallista
jouluun odotusta kaikille.
Nähdään palvelukeskuksella!
t: Sanna, Minna ja Sari



Koskikodin palvelukeskus
Rongankatu 8, 33100 Tampere
040 573 7615 / 040 632 7834
Avoinna ma-to 8-15.30, pe 8-15

www.tamperemissio.fi



 koskikodin Palvelukeskus

Kk-kirjeen osoitteen muutokset, peruutukset ja tilaukset: 040 573 7615/sari.seitsalo@tamperecitymission.fi