



2026

*Kaikille oululaisille
ikäihmisille!*



Tuiran Ikäihmisten olohuoneen maaliskuun info

Su 1.3. Luontoilta – villi luonto klo 16

To 5.3. Iloista yhdessäoloa klo 16

La 7.3. Ollin kirjallisuusilta klo 16

Su 8.3. Inkan ja Ritvan yhteislaulut klo 16

To 12.3. Aistitehtäviä klo 16

La 14.3. Asiaa kaatumisen ehkäisystä
ja tasapainojumppaa klo 16

Su 15.3. Iloa rytmeistä - kehorytmittelyä klo 16

To 19.3. Tietovisailua klo 16

La 21.3. Tuolijumppa klo 16

Su 22.3. Bingo klo 16

To 26.3. Aivojumppaa klo 16

La 28.3. Yhdessä käsillä tehden klo 16

Su 29.3. Musavisa klo 16

Mahdollisista
ohjelmamuutoksista
ilmoitamme kotisivuillamme ja
Facebookissa.

*Ikäihmisten olohuoneet ovat kaikkien oululaisten
ikäihmisten toiminnallisia kohtaamispaikkoja.*

Tuiran olohuone, Kangastie 1,
Palvelusäätiön Tuiran palvelutalossa

Avoinna

to, la – su klo 16.00–19.00

Tarjolla: Pullakahvit klo 17–18, hinta 2 €

Tutustuthan myös *Keskustan, Kaakkurin, Rajakylän ja
Kaijonharjun olohuoneiden* ohjelmaan.

Keskustan olohuone avoinna

ke, la-su klo 16–19 osoitteessa Nummikatu 24,
Palvelusäätiön palvelutalossa.

Kaakkurin olohuone

avoinna *ti ja to 15.00–18.00* osoitteessa *Pesätie 13,*
Kaakkurin yhteisötilassa.

Kaijonharjun olohuone

avoinna to 12.00–14.30 osoitteessa *Kalevalantie 5*
Kaijon kammarissa

Rajakylän olohuone avoinna *pe 15–18* osoitteessa
Tervakukkatie 54, Rajakylän yhteisötilassa.

Lämpimästi tervetuloa viihtymään!

Lisätietoa olohuoneista:

<http://www.ikaihminenolohuone.elakkeensaajat.fi>

Ilmoitamme toiminnastamme

keskiviikkona Forum24-lehden toimintaforumissa