

## **Seniorpunkten i KARIS/Senioripiste KARJAA**

Villa Anemone, Köpmansgatan 27/ Kauppiaankatu 27

## **Seniorpunkten i EKENÄS/Senioripiste TAMMISAARI**

Seniorcenter, Raseborgsvägen 5/ Seniorikeskus, Raaseporintie 5



**Seniorlinjen / Seniorilinja**

**019 289 3133**

vardagar/arkisin kl./klo 8-15

Stadens växel / Kaupungin vaihde

019-289 2000



## **SENIORPUNKTEN SENIORIPISTE**

Raseborgs stads info och träffpunkt för äldre  
Raaseporin kaupungin info ja tapaamispiste iäkkäille



**PROGRAM HÖSTEN 2020**

**OHJELMA SYKSY 2020**

Karis-Ekenäs

Karjaa-Tammisaari

**Seniorrådgivningen - Seniorineuvonta**

**KARIS - KARJAA**  
**Villa Anemone- festsal/juhlasali**  
**Köpmansgatan 27**

Tisdagar / Tiistaisin kl./klo 14-16  
 Från ca kl.14.15 införeläsning/noin klo 14.15 alkaen infoluennot

29.9	Info från Seniorrådgivningen Seniorineuvonta tiedottaa	
13.10	Frågesport, Korona Tietovisa, Korona	Seniorrådgivningen Seniorineuvonta
27.10	Balansbana Tasapainorata	Hemrehabilitering Kotikuntoutus
10.11	Stoljumppa Tuolijumppa	Idrottsinstruktör för specialgrupper <b>Krista Rimpilä</b> Liikunnanohjaaja erityisryhmille
24.11	Hjärnjumppa Aivotreeni	Nylands Minnetslots Uudenmaan Muistiluotsi
8.12	Julstämning Joulutunnelmaa	

**EKENÄS - TAMMISAARI**  
**Seniorcenter/Seniorikeskus**  
**Raseborgsvägen 5**

Tisdagar / Tiistaisin kl./klo 14-16  
 Från ca kl.14.15 införeläsning,/ noin klo 14.15 alkaen infoluennot

22.9	Info från Seniorrådgivningen Seniorineuvonta tiedottaa	
6.10	Balansbana Tasapainorata	Hemrehabilitering Kotikuntoutus
20.10	Frågesport, Korona Tietovisa, Korona	Seniorrådgivningen Seniorineuvonta
3.11	Stoljumppa Tuolijumppa	Idrottsinstruktör för specialgrupper <b>Krista Rimpilä</b> Liikunnanohjaaja erityisryhmille
17.11	Hjärnjumppa Aivotreeni	Nylands Minnetslots Uudenmaan Muistiluotsi
2.12	Julstämning Joulutunnelmaa	