

Seniorpunkten i KARIS/Senioripiste KARJAA

Villa Anemone, Köpmansgatan 27/ Kauppiaankatu 27

Seniorpunkten i EKENÄS/Senioripiste TAMMISAARI

Biblioteket / Kirjasto, Raseborgsvägen 8 / Raaseporintie 8



Seniorlinjen / Seniorilinja

019 289 3133

vardagar/arkisin kl./klo 8-12 & 13-15

Stadens växel / Kaupungin vaihde

019-289 2000



SENIORPUNKTEN SENIORIPISTE

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



PROGRAM VÅREN 2022

OHJELMA KEVÄT 2022

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

11.1	Info från Seniorrådgivningen Seniorineuvonta tiedottaa	
25.1	Att tänka på när synen blir sämre Mitä tehdä kun näkö huononee	Tina Hultgren Förbundet Finlands svenska synskadade
8.2	Frågesport Tietovisa	Johanna Koprander Seniorrådgivningen Seniorineuvonta
22.2	Sångstund Laulutuokio	Kerstin Holmberg Seniorrådgivning Seniorineuvonta
8.3	Sittjumppa Tuolijumppa	Krista Rimpilä Idrottsinstruktör Liikunnanohjaaja
22.3	Har du svårt att höra? Onko vaikeaa kuulla?	Hörsselföreningen i Västra Nyland rf
5.4	Minnesträning Muistitreenit	Dagverksamheten Päivätoiminta
19.4	Hälsan Terveys	Gisela Sjöholm Hälsovårdare Terveystenhoitaja
3.5	Matlust Ruokahalu	Marthaförening Marttayhdistys
17.5	Balansbana Tasapainorata	Hemrehabilitering Kotiutustiimi
31.5	Sommarkaffe Kesäkahvit	Seniorrådgivningen Seniorineuvonta

EKENÄS - TAMMISAARI
Biblioteket / Kirjasto
Raseborgsvägen 8 / Raaseporintie 8

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

18.1	Info från Seniorrådgivningen Seniorineuvonta tiedottaa	
1.2	Att tänka på när synen blir sämre Mitä tehdä kun näkö huononee	Tina Hultgren Förbundet Finlands svenska synskadade
15.2	Sångstund Laulutuokio	Kerstin Holmberg Seniorrådgivning Seniorineuvonta
1.3	Har du svårt att höra? Onko vaikeaa kuulla?	Hörsselföreningen i Västra Nyland rf
15.3	Sittjumppa Tuolijumppa	Krista Rimpilä Idrottsinstruktör Liikunnanohjaaja
29.3	Frågesport Tietovisa	Johanna Koprander Seniorrådgivningen Seniorineuvonta
12.4	Minnesträning Muistitreenit	Dagverksamheten Päivätoiminta
26.4	Hälsan Terveys	Gisela Sjöholm Hälsovårdare Terveystenhoitaja
10.5	Matlust Ruokahalu	Marthaförening Marttayhdistys
24.5	Balansbana Tasapainorata	Hemrehabilitering Kotiutustiimi
7.6	Sommarkaffe Kesäkahvit	Seniorrådgivningen Seniorineuvonta