

Savitaipaleen hyvinvointiviikko 10.9.–17.9.2017

Ohjelma

Sunnuntai 10.9.

klo

- 10 **Sanajumalanpalvelus**, Savitaipaleen kirkko
- 11 **Hyvinvointiviikon avaus**, Savitaipaleen kirkko
- kunnanjohtaja **Kimmo Kainulainen** ja erityisasiantuntija **Tuula Helén** Eksote
 - **Ukko-kuoro** esiintyy
- Srk:n kahvitarjoilu, avustaa **Kirkonseudun Martat**
- 11- 12 **Kuntosuunnistus**, kilpailukeskus liikuntatalo
- 11- 14 Kaakon Suunnistuksen sprintti **aluemestaruuskilpailut** keskusta- alueella. Maksullinen
- 17–19 **Musiikki- ja runotapahtuma**, Toimintakeskus Suvanto
- **Charlotta ja Taneli** esiintyy
 - Voit tuoda omia runoja luettavaksi tai lukea itse.
 - Suvannon kahvila avoinna

Taidepolku: Olkkolan Hovi–Pöksänlahti (noin 3,5 km yhteensä). Lähde omatoimikävelylle, uudet opasteet!

Maanantai 11.9.

klo

- 13–16 Luento **Paineeton pää**, Savitaipaleen kirjasto
- avh-koordinaattori **Kaarina Soinen** (Eksote)
 - sairaanhoitaja **Kati Palviainen** (Kaakkois-Suomen Sydänpiiri)
 - Luennon jälkeen on mahdollisuus maksuttomaan verenpaineen ja maksulliseen kokonaiskolesterolin mittaukseen
- 18–19.30 Luento **Nuoret ja uni**, Savitaipaleen koulukeskus
- lääkäri **Leena Saramies**
- 19–20 Hyvän olon **venytysjumppa**, Savitaipaleen liikuntatalo. Vapaa pääsy!

Tiistai 12.9.

klo

- 9.15- 10 **Voimaa ja tasapainoa päivään-jumppa**
- 10- 10.45 **Lavis-jumppa**, kansalaisopisto, ohjaa **Arja Pylkkö**. Vapaa pääsy.
- 10–11 Suvannon asukkaiden ulkoilutus lähiympäristössä, **SPR Savitaipale**
- 12–16 **Iloiset iltapäivätanssit**, Säänjärven lava. Pääsylippu **10 €**, sisältää kahvin
- 13–15 **Ikääntyneen ravitsemus**, Toimintakeskus Suvanto
- KTaO Päivi **Jukkara**, **Etelä-Karjalan Martat**
 - **Menukat** -ruoka-automaatin esittely
- 17.20 **LAVIS-lavatanssijumppa 100 minuuttia**, Kirkonkylän koulun liikuntasali. Ohjaaja **Arja Pylkkö**. Vapaa pääsy!

Keskiviikko 13.9.

klo

- 11–12 **Pilates-tunti**, Kirkonkylän koulun liikuntasali. Ohjaaja **Taina Valsi**. Vapaa pääsy!
- 12–15 **Hyvinvointiaseman avoimet ovet**, Savitaipaleen hyvinvointiasema

- Sähköiset palvelut, henkilökunta paikalla, järjestöjen ja yrittäjien esittelypöydät
 - Kahvi- ja mehutarjoilu, **Menukat** -esittely ja maistiais
 - Aulaisäntänä **Pentti Pylkkö**
 - Savuttomuus – tupakoinnin lopettaminen, 28 päivää ilman -toimintamalli + PEF-mittaus, HTE-suunnittelija **Tuija Ylitörmänen** ja sairaanhoitaja **Annukka Leppänen**, ehkäisevä päihdetyö/Eksote
- 13–15 **Ikääntyneiden itsehoitolääkkeet**, Toimintakeskus Suvanto
- Luento proviisori **Paula Timonen** Pro dosis
- 10- 14 **”Herkkutarjotin”** esillä koululaisille ja opettajille klo 10–14 ja vanhemmille klo 17–18, Savitaipaleen koulukeskus
- 17- 18 **Kaakkois-Suomen Sydänpiiri**, hanketyöntekijä **Satu Kuningas**
- 18–19.30 Luento **Lapsen psyykinen kehitys eri ikäkausina**, psykologi **Tuija Vanhanen**, Savitaipaleen koulukeskus

Torstai 14.9.

klo

- 10–12 **OmaisOiva-ryhmä**, Hakamäen museotupa
- Savitaipaleen omaishoitajien yhteistapaaminen, pukeudu lämpimästi (autolla voi ajaa ylös). Mukana **Erja Koskimäki** ja **Laura Peltoniemi**
- 13–15 Kaikille avoimet tilaisuudet:
- Uni ja ikääntyneet**, Toimintakeskus Suvanto
- Luento, neurologinen asiantuntijasairaanhoitaja **Tuija Halko-Liukkonen** Eksote
 - **Varautuminen turvalliseen asumiseen**, projektipäällikkö **Kristiina Kapulainen**, Eksote ja hankekoordinaattori **Vesa Kultanen** Etelä-Karjalan Pelastuslaitos
- 17–19 **Edunvalvonta, edunvalvontavaltuutus**, kunnantalon valtuustosal
- Johtava edunvalvoja **Marita Toiviainen** edunvalvontatoimisto ja henkikirjoittaja **Linne-Mari Toropainen**, maistraatti
 - Kahvitarjoilu, vapaaehtoinen maksu, **SPR Savitaipaleen osasto**

Perjantai 15.9.

klo

- 10.30–11.30 SPR:n vapaaehtoiset ulkoiluttavat Valkaman asukkaita
- 12–14 **ATK-opastus**, Savitaipaleen hyvinvointiasema
- **Socom, Kylät ry**, maksuton. Kahvitarjoilu.
 - Ota mukaan oma älypuhelin, tabletti tai tietokone
- 14–16 **Kehitysvammaisten ryhmätapahtuma perheille**, Savikunto
- Toiminnallisia harjoituksia ja välipalatarjoilua, ohjaus Savikunnan fysioterapeutit Tiedustelut puh. 040 801 4840, maksuton, ennakoilmoittautumista ei tarvita
- 18–21 **Nuorten tapahtuma**, Monitoimikeskus Morova
- Toiminnallista ohjelmaa, mm. graffiti- työpaja, terveellinen iltapala, tietoa hyvinvoinnista
 - SNTY, Eksote, Liikenneturva ym.
 - Nuorisotila on avoinna tapahtuman jälkeen klo 23 asti.

Lauantai 16.9.

klo

- 10–13 SPR:n valtakunnallinen **Nälkäpäivä-tapahtuma**, Savitaipaleen tori
- Uutispuuroa, kahvia, lettuja; tuotto menee valtakunnalliseen Nälkäpäivä-keräykseen
 - musiikkiesityksiä, mm. **Charlotta & Taneli**
 - SPR 140 vuotta -näyttely

- 10.30–12 **Vesidisco koko perheelle**, Toimintakeskus Suvanto, uimahalli
- 2,50 €/osallistuja, alle 5-vuotiaat maksutta
- 12–14 **Etelä-Karjalan Pelastuslaitos** Savitaipaleen osasto esittäytyy, **Kievarintie 2**. Paikalla myös ambulanssi.
- 13– **Kärnäkosken linnoitus**. Laavutapahtuma
- **Rauni Lallo** kertoo Kärnäkosken linnoituksen historiasta
 - **piknik** laavulla, omat eväät mukaan.
 - Lähtö: SRK-talon parkkipaikalta klo 12.30, kimppakyydeillä

Sunnuntai 17.9

klo

- 15 **Lauluyhtye Virtuoso** Suomi 100 -juhlakonsertti, maksullinen, Savitaipaleen kirkko järjestää
SPR Savitaipaleen osasto