



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

Ikaalisten lähitori

Maaliskuu 2025

(muutokset mahdollisia)

Lähitori on kaikenikäisten kohtaamispaikka ja matalan kynnyksen palvelupiste, josta saat neuvontaa ja ohjausta erityisesti ikäihmisten ja vammaisten palveluihin ja muihin arkea askarruttaviin kysymyksiin. Tule tapaamaan meitä paikan päälle. Voit osallistua avoimeen ryhmätoimintaan tai erilaisiin tapahtumiin. Neuvonta ja ohjaus on maksutonta; joissakin ryhmätoiminnoissa saattaa olla pieni osallistumismaksu.

Yhteystiedot

Jyllinkatu 3, 39500 Ikaalinen. Sisäänkäynti pääovesta tai Ravintola Sofian ovesta.
Pysäköintimahdollisuus, hissi.

Voit tiedustella kuukausiohjelman sisältöjä tai varata tarvittaessa ajan ohjaukseen numerosta 044 4540 400.

Varmistaaksesi, että palveluohjaaja on tavoitettavissa, soitathan ystävällisesti etukäteen ja varataan käynnille aika.

Ohjaus voidaan toteuttaa lähitorilla tai videotapaamisena etäyhteydellä, esimerkiksi yhdessä läheisen kanssa. Lähitorilta on mahdollista saada ohjausta monikielisesti.

Tavoitat meidät myös sähköpostilla osoitteessa: lahitorimonitori@jyllinkodit.fi

Aukioloajat

Maanantai–torstai klo 9–15

perjantaina klo 9–14

Tulethan vain terveenä lähitorille!

**Pirkanmaan
hyvinvointialue**



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

Ohjelma

3.3. maanantai

klo 9–11 Lähitorin neuvonta ja ohjaus ilman ajanvarausta, Ravintola Sofia, kabinetti

klo 14.45–15.30 Yhteislaulut, Ravintola Sofia

4.3. tiistai

klo 9–11 Lähitorin neuvonta ja ohjaus SRK Olkkarissa

klo 13–14.30 Käsityökerho omien käsitöiden parissa, Kerhohuone

5.3. keskiviikko

klo 13–15 Mukanetti. Maksutonta digiohjausta, ota oma laite mukaan!

Ravintola Sofia, kabinetti

10.3. maanantai

klo 9–11 Lähitorin neuvonta ja ohjaus ilman ajanvarausta, Ravintola Sofia, kabinetti

klo 13.30–14.15 Uniapnea-luento, Jyllin Sali

- Katsotaan yhdessä Sarviksen Lähitorin järjestämä luento verkon välityksellä.
Luennoitsijana Taysin ylilääkäri Hannele Hasala

klo 14.45–15.30 Yhteislaulut, Ravintola Sofia

11.3. tiistai

klo 13–14.30 Käsityökerho omien käsitöiden parissa, Kerhohuone

12.3. keskiviikko

klo 13–14.30 Bingo, Jyllin Sali, 1 krs.

- Arvan hinta 4 euroa, mahdollisuus ostaa pullaa ja kahvia väliajalla.

klo 14.30–15.30 Helluntaiseurakunnan tilaisuus, Ravintola Sofia



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

17.3. maanantai

klo 9–11 Lähitorin neuvonta ja ohjaus ilman ajanvarausta, Ravintola Sofia, kabinetti

klo 14.45–15.30 Yhteislaulut, Ravintola Sofia

18.3. tiistai

klo 9–11 Lähitorin neuvonta ja ohjaus SRK Olkkarissa

klo 13–14.30 Käsityökerho omien käsitöiden parissa, Kerhohuone

19.3. keskiviikko

Klo 9.30–11.30 Lähitorin ohjausta ja neuvontaa Tevaniemessä. Tapaamispaikkana Tevaniemen päivätoiminnan tilat, tervetuloa!

klo 15–16 Hartaus, Ravintola Sofia

24.3. maanantai

klo 9–11 Lähitorin neuvonta ja ohjaus ilman ajanvarausta, Ravintola Sofia, kabinetti

klo 14.45–15.30 Yhteislaulut, Ravintola Sofia

25.3. tiistai

klo 13–14.30 Käsityökerho omien käsitöiden parissa, Kerhohuone

26.3. keskiviikko

klo 9–11 Lähitorin neuvonta ja ohjaus ilman ajanvarausta. Ravintola Sofia, kabinetti

27.3. torstai

Klo 13–14.30 Kaatumisten ehkäisy - miten liikunnalla ja ravitsemuksella voidaan siihen vaikuttaa?

- Kaikille avoimessa luennossa aiheesta meille kertovat Vilma Suvanto (terveysliikuntakoordinaattori, Ikaalisten kaupunki) ja Aapeli Lehtinen (ravitsemusterapeutti, Nääsville ry). Jyllin Sali, 1 krs.

31.3. maanantai

klo 9–11 Lähitorin neuvonta ja ohjaus ilman ajanvarausta, Ravintola Sofia, kabinetti

klo 14.45–15.30 Yhteislaulut, Ravintola Sofia