

Heikin Tupa Syyskuu



Kaipaatko juttuseuraa
ja ihmisten kohtaamista

TUPA PÄIVÄT
TIISTAISIN JA TORSTAISIN
KLO 12:30-13



HÄVIKKIRUOKAILU

2,50€

(eläkeläisille ja työttömille)

& ILMAISET PÄIVÄKAHVIT



Tuolijumppa

tiistaisin klo 13-13:45

Voima- ja tasapainoryhmä

torstaisin klo 13-13:45

10.9. alkaen!

Hyvinvointi-info

ti 10.9. klo 10-11

Luonto ja sen hyvinvointivaikutukset osana
arkea/ IkiOma ikä ry

Seniorin hyvinvointineuvola

terveydenhoitajan

ajanvaraukseton vastaanotto



ti 10.9. klo 9-13

Marttojen

Lohtuhuivi-paja ma 9.9.

klo 10-14



Sydänkahvila

Ti 3.9.2024 klo 13-14:30

Onko sydänsairaudet periytyviä?

Eteisvärinä-luentosarjan
etäkatsomot klo 18.00

17.9. Osa 1/4: Eteisvärinä – mitä se tarkoittaa ja
miten sitä tutkitaan?

19.9. Osa 2/4: Eteisvärinän hoito

24.9. Osa 3/4: Miten eteisvärinää voi ehkäistä
elintavoilla?

26.9. Osa 4/4: Elämää eteisvärinän kanssa

Karstulan Seudun Sydänyhdistys



Tule mukaan
kansainväliseen
keskustelupiiriin

KieliCafe

ma 2.9.

klo 17-18



Vanhempien tukipysäkki

avoinna ajanvarauksella

Heikin Tuvalla

20.9. klo 13-16.00

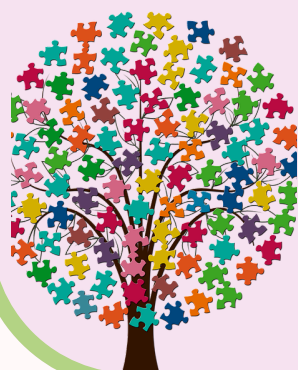
Ajanvaraus, p. 040 6610198.



Lapsiperheiden
Perjantaipysäkki

joka pe klo 9:30-12

Tervetuloa mukaan!



IHAN PERHEESTÄ -ILTA VANHEMMILLE



ma 23.9. klo 17- 19

Illat on tarkoitettu erityislasten vanhemmille ja teemana on vertaistuki sekä
yhteinen keskustelu. Tarjolla kahvit ja pientä iltapalaa. Tervetuloa.

Ilmoittautumiset viikkoa ennen tapahtumaa

anne-riitta.mertala@finfamiks.fi

