

KUOPION
KANSALAI SOPISTO



Ilmaistapahtuma senioreille
VIREYTTÄ MIELEEN
yhdessä hyvää mieltä

To 11.5.2023 klo 10-14.30
Puistokartano, Kuopio

Hyvinvointia, iloa elämään ja elämyksiä arkeen!

Yhteistyössä Kuopion kaupungin seniorityöryhmä Kuopion Kaupunki: kansalaisopisto, kansalaistoiminnan palvelut (kulttuuri-, liikunta- ja asukastoiminta) ja kaupunginkirjasto, Pohjois-Savon hyvinvointialue, ikääntyneiden palvelut, vanhusneuvosto, SPR Kuopio, Pohjois-Savon Muisti ry, Pohjois-Savon Omaishoitajat ry, Kuopion Sydänyhdistys ry, Seniorien ATK-yhdistys SAVONETTI ry, SnellmanEDU ja Savonia AMK / Wellness Center, Vanhustyön keskusliitto

Ilmaistapahtuma senioreille **Vireyttä mieleen yhdessä hyvää mieltä**

To 11.5.2023 klo 10–14.30, Puistokartano

Puistokartanon liikuntasali

klo 10 Tervetuloitovotus rehtori **Kirsti Turunen**, Kuopion kansalaisopisto

klo 10.05 Sawon Talentti 2021 **Unto Niskanen**

klo 10.15–11 Luento Merkityksellinen ja hyvä elämä,

mahdollisuus jokaisessa elämänvaiheessa, **Johanna Huhtamäki**

klo 12.45 Kohtaaminen tanssiteos

klo 13–14.30 Päivätanssit, tangoprinssi **Jarno Itkonen** ja säestäjänä **Veera Salminen**

klo 11–14 Soppatykki, ilmainen keittolounas

Puistokartanon piha-alueella (laktoositon ja gluteiiniton), SPR Kuopio

klo 10–14 Cafe Puistokartano, kahvi ja pulla 2.50 € (maksu käteisellä), Pitkälahden Martat

Puistokartanon B-käytävä

klo 10–13 Näe minut – piirrä kaverin kanssa

klo 10–13 Muistelusalkkutuokiot

klo 10–13 Vanhat koululaulut, Kuopion Kalevalaiset

klo 10.30, 11 ja 11.30 Tulevaisuuskävelyt, Anna-Maria Väisänen ja Emma Fält.

Tervetuloa mielikuvittelu- ja kuuntelukävelylle. Tule yhdessä ystävän kanssa tai löydä uusi kaveri, jonka kanssa pääsette kuvittelemaan tulevaisuuden Kuopiota ja matkaamaan sinne.

klo 10–13 Minimessut

• Kuopion kaupunki: Kuopion kansalaisopisto, Kuopion kaupunginkirjasto, Kansalaistoiminnan palvelut: liikunnanohjaus, kulttuuri- ja asukastoiminta, Vanhusneuvosto

• Pohjois-Savon hyvinvointialue, ikääntyneiden palvelut (päivätoiminta ja muistikoordinaattori)

- Kuopion Sydänyhdistys ry
- Savon sydänavalue ry
- SnellmanEDU
- SPR Kuopio
- Savonetti
- Savonia AMK / Wellness Center
- Savon Marttapiiri
- Pohjois-Savon Muisti ry
- Pohjois-Savon Omaishoitajat ry
- Vanhustyön keskusliitto
- Ikämieshanke, Työterapinen yhdistys ry
- Nonna Kallavesi

Lisäksi

klo 11–13 Kaverikoirat Puistokartanon piha-alueella, huonolla säällä B-käytävällä

klo 12–14 Veteraanimuseolla avoimet ovet + opastus



**Yhdessä
hyvää
mieltä!**

