

13.1.2025

Voi hyvin-iltapäivät

Jyväskylä, Vaajakoski kevät 2025

Joka toinen keskiviikko klo 13–15.
Vaajakosken kirjasto, Urheilutie 36 B.

- 22.1. **Kevään toiminnot ja tapahtumat, musiikillista ohjelmaa**
- 5.2. **Senioreiden tasapaino- ja lihaskuntotestejä**
- 19.2. **Tietoa ja keskustelua kaatumisen ehkäisystä sekä kodin turvallisuuden parantamisesta**
Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto
- 5.3. **Varautuminen talousasioissa sekä asumisen ennakointi**
- 19.3. **Tietoa ja keskustelua seniorien mielen hyvinvoinnista**
Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto
- 2.4. **Ikääntyneiden neuvonta ja ohjaus sekä yhteydenottokanavat, Seniorin itsearviointin esittely**
- 16.4. **Tietoa ja keskustelua ikääntyneen unesta ja seksuaaliterveydestä**
Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto
- 30.4. **Jyväskylän ammattikorkeakoulun opiskelijoiden ohjaamaa toimintaa**
Seniorin hyvinvointineuvolan avoin vastaanotto
- 15.5. **Hyvinvointia kulttuurista: Teatteri Eurooppa Neljä tarjoaa musiikillisen teatterielämyksen**
- 28.5. **Asiaa kuulosta ja näöstä**