



Toimintakalenteri

(kerhot, retket, tapahtumat, myyjäiset)

syksy 2019

Elokuu

- Ke 14.8.** Järvenpää, Janne-kontti
- La 17.8.** Järvenpään liikuntahalli, Harrastus 2019 messut
- Ma 26.8.** Toimintakeskus R, Ensimmäinen kerho, syksyn ohjelmat, maksut ym., yhteislaulua
- Ke 28.8.** Mäntymäki, Ensimmäinen kerho, syksyn ohjelmat, maksut ym., yhteislaulua

Syyskuu

- Ma 2.9.** Toimintakeskus L, Mielen hyvinvointi 1, ohjattua keskustelua
- Ma 9.9.** Toimintakeskus R, Fysioterapian / lymfaterapian hyödyt reumasairauksien hoidossa
Johanna Salmela, Kulman Terapiat Oy
- Ke 11.9.** Mäntymäki. AivoVoima, liikunnan ja ravinnon merkitys aivosairauksissa
Arto Hyvönen, Terveysprojekti Karpalo
- Ma 16.9.** Keravanjärvi, Ulkoilupäivä, sisältäen novelliringin
- Su 22.9.** Järvenpääntalo, Konsertti, Satumaan kuningas
- Ma 23.9.** Toimintakeskus R, Terveelliset huonekasvit, Pitkäsen puutarha
- Ke 25.9.** Mäntymäki, Novellirinki, Eija Tuovinen
- La 28.9.** Kulttuuriretki Somerolle
- Ma 30.9.** Toimintakeskus L, Kasvis- ja vegaaniruokavalio, riittääkö proteiinit?
Jenni Juvonen

Lokakuu

- Ma 7.10.** Toimintakeskus R, Apuvälineasiaa
- Ke 9.10.** Mäntymäki, Ihon hoito, kulmat ja kynnet
- Ke 9.10.** Toimintakeskus, Käsivoimamittaus, osana Reumaviikon tapahtumia
- Pe 11.10.** Järvenpään uimahalli, Vesijumppa ja esittely, osana Reumaviikon tapahtumia
- Ma 14.10.** Toimintakeskus L, Novellirinki, Eija Tuovinen

Lokakuu jatkuu



Lokakuu

- La 19.10.** Teatteriretki Riihimäelle
- Ma 21.10.** Toimintakeskus R, Luuston terveys ja kaatumiset, Luustoliitto
- Ke 23.10.** Mäntymäki, Novellirinki, Eija Tuovinen
- Ma 28.10.** Toimintakeskus R, Mielen hyvinvointi 2, ohjattua keskustelua

Marraskuu

- Ma 4.11.** Toimintakeskus R, Pyhäinpäivän vietto yhdessä Toimintakeskuksen kanssa
- Ke 6.11.** Mäntymäki, Isänpäivä, runoja isille, tietovisa, kakkukahvit
- Ma 11.11.** Toimintakeskus L, Isänpäivä, runoja isille, tietovisa, kakkukahvit
- Ma 18.11.** Toimintakeskus R, Sääntömääräinen Syyskokous
- Ke 20.11.** Mäntymäki, Novellirinki, Eija Tuovinen
- Ma 25.11.** Toimintakeskus L, Mielen hyvinvointi 3, teemana musiikki ja taide
- Ke 27.11.** Toimintakeskus, Omat myyjäiset

Joulukuu

- Ma 2.12.** Toimintakeskus R, Jouluienenkin karaoke, Anja, Ossi ja Jouko
- Ke 4.12.** Mäntymäki, Kansainvälinen vapaaehtoisten päivä (5.12.), kuljetus Järvenpäästä
- Ma 9.12.** Toimintakeskus L, Novellirinki, Eija Tuovinen
- Su 8.12.** Hyrylä, Keski-Uudenmaan joulumyyjäiset
- To 12.12.** Jouluosretki Mäntsälään
- La 14.12.** Toimintakeskus, Marttojen myyjäiset
- Ma 16.12.** Toimintakeskus R, Puurojuhla ja tonttutanssit kaikille