

Torsdag 10.10 kl. 10
Kapellparken, Lovisa
Friluftsdagens aktivitetsbana

Arr. Lovisa seniorservice

Torsdag 10.10 kl. 13–15
Lovisa huvudbibliotek, Drottninggatan 3, Lovisa

Motionsrådgivning i biblioteket

Vad funderar du på angående rörelse och motion? Vad kan man göra i Lovisa och hur kommer man i gång? Kom och fråga idrottsinstruktören om rörelse och hälsa!

Fredag 11.10 kl. 13, Lyckan, Pernå

Blokomblaanda uppträder på servicehuset Lyckan.

Arr. Lovisa kulturtjänster

Fredag 11.10 kl. 14, Rosenkulla Liljendal

Blokomblaanda uppträder.

Arr. Lovisa kulturtjänster

Lördag 12.10 kl. 13

Gråberg, Bankirvägen 8, Lovisa

Lovisa stads musikkapell uppträder i Det goda livets hus Gråberg.

Arr. Lovisa kulturtjänster

Lördag 12.10 kl. 14

Taasiagården, Notkolavägen 1, Tessjö

Lovisa stads musikkapell uppträder

Arr. Lovisa kulturtjänster



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÅL RY



Varaudu vanhuuteen

Gardera dig för ålderdomen



Kampanjamateriaalit
www.vtkl.fi

Seniorveckan i Lovisa
6.-13.10.2019

Seniorveckans program

Måndag 7.10 kl. 13–14

Taasiagården, Notkolavägen 1, Tessjö
Museiintendent Ulrika Rosendahl:

Kulla i Strömfors - två kvinnors verk

En tvåspråkig föreläsning, där vi minns Kulla gårds skeden och

gårdens två sista ägare, Gerda Gråhn och Anna-Ulla Gråhn-Wal-

len, som tillsammans skapade en oförglömlig kulturmiljö i sitt hem.

Kaffeservering efteråt.

Måndag 7.10 kl. 15

Servicehuset Esplanad, Drottninggatan 7, Lovisa

Föreläsning: Aldras tryggt

Föreläsare: Arno Wirzelius

Kom och lyssna samt diskutera om arrangemang som ändrades

för med sig, så som intressebevakningsfullmakt, vårdvilja, omvård-

nadsvilja, sköta bankärenden för en annan osv.

Kaffeservering.

Tisdag 8.10 kl. 10–13,

Kompanjörskapshuset Hörnan, Sibeliusgatan 3, Lovisa

Bli inspirerad av dig!

Kom och testa olika digitala apparater, så som smarttelefoner,

tabletter, bärbara datorer och virtuella glasögon. Vi ger vägledning

i hur apparaterna används och svarar på frågor. Arrangörer är pro-

jektet Digtutorit aktivisen kansalaisen apuna (STEA 2018-2020)

och Kompanjörskapshuset Hörnan.

Tisdag 8.10 kl. 11–15

Lovisa huvudbibliotek, Drottninggatan 3, Lovisa

Bibliotekets digitala tjänster

Bibliotekets personal erbjuder personlig guidning i bibliotekets

digitala tjänster, informationsökning och allting relaterat. Kom på

plats då det passar dig bäst och stanna så länge du vill!

Tisdag 8.10 kl. 13 -15

Lovisa huvudbibliotek, Drottninggatan 3, Lovisa

Östra Nylands Närståendevärdare och Vänner ry

berättar om sin verksamhet.

Tisdag 8.10 kl. 15–16

Servicehuset Esplanad, Drottninggatan 7, Lovisa

Bekanta dig med träningsapparaterna i seniororkonditionssalen

Fysioterapeut Sissel Fredriksson handleder.

Tisdag 8.10. kl. 17

Lovisa stads museum, Parkgatan 2, Lovisa

Tvåspråkig föreläsning med Eddie Bruce:

Aatos Akerblom – Lovisapaparazins personbilder

Onsdag 9.10 kl. 13-13.45

Agricolahallen i Forsby

Jumpa tillsammans

Dagisbarnen gästas seniorjumpa i Agricolahallen. Trevlig jumpa som

innehåller uppvärmning, olika övningar (bl.a. balans och muskel),

nedvarv och stretchning.

SENIORFESTEN

Onsdag 9.10 kl. 14, Lovisa idrottshall, Brandensteinsgatan 27

Kl. 13.30 kaffeserveringen börjar

Kl. 14 Välkomnastord Carita Schröder, grundtrygghetsdirektör

Kl. 14.15 Tvåspråkig föreläsning med forskningsprofessor Harriet Fin-

ne-Soveri under rubriken –Gardera dig för alderdomen (45 min.).

Konsert: Tobias Andersin & trio

Dans med Uniset

Vid behov av skjuts: kontakta senast 7.10 Senni tfn 040 575 3147 kl. 9–12

Arr. Lovisa stad