

Tiistai 5.5.

klo 12 **AIVOJUMPPAA & LIIKETTÄ NIVELIIN**
Arvoituksia ja kevyt liikuntahetki yhdessä oman kunnan mukaan!

klo 13.30 **PELITUPA – Alias - sananselityspeli**

Tiistai 12.5.

klo 12 **KARAOKE –** tule laulamaan tai kuulemaan kappaleita!

klo 13.30 **LUOVAT –** maalataan kortteja! Tarvikkeet Keminmaatuvalta 😊

Tiistai 19.5.

klo 12 **RUNOTUPA –** Marja-Liisa Rönkkö lausuu meille runoja. Tule kuulemaan!

klo 13.30 **PELITUPA –** The Floor tv-ohjelman mukainen kuvatietovisa!

Tiistai 26.5.

klo 12 **SENIORI-INFO**
Aiheena tekoäly. Mikä tekoäly on ja mitä siitä on hyvä tietää!

klo 13.30 **KORUTUPA**
Tule tekemään erilaisia helmikoruja tai avaimenperiä! Tarvikkeet saat Keminmaatuvalta. 😊

Keminmaatuvalta voit käydä lainaamassa kotiin pieniä liikuntavälineitä, kuten: painoja, kahvakuulan, kuminauhoja, ranne- ja nilkkapainoja! 😊

Keminmaatuvalta voit lainata verenpainemittarin kotiin sekä kirjoja ja palapelejä! 😊

Keminmaatuvalle jokainen on tervetullut omana itsenään! 😊

Tervetuloa meän kans!



Keminmaatuvallla

SENIORI älä jää yksin, vaan tule tupaan, yhdessä on mukavampaa!

VAPAAEHTOINEN tule seniorille ystäväksi, ulkoilukaveriksi tai ryhmänohjaajaksi!

JÄRJESTÖAKTIIVI ota rohkeasti yhteyttä, sillä yhteistyössä on voimaa!

Meille vapaaehtoiseksi?

- ♥ ryhmänohjaajaksi
- ♥ ulkoiluystäväksi seniorille
- ♥ senioreiden olohuoneelle tai tapahtumiin kaveriksi

Tarjoamme vapaaehtoisille

- ♥ perehdytystä ja koulutusta
- ♥ virkistystä
- ♥ tukea
- ♥ Vapaaehtoistenkööri-ryhmä tapaamisia

Toukokuu 2026



KEMINMAATUPA- SENIOREIDEN OLOHUONE

AVOINNA: tiistaisin klo 11–15

**Kaikille +60-vuotiaille avoin kohtaamispaikka
Järveläntie 11, Keminmaa**

KEMINMAATUPA – SENIOREIDEN OLOHUONE

Järveläntie 11, 94400 Keminmaa
Taustayhdistys Karungin Palvelukoti ry
Toiminnanjohtaja Liisa Koivisto
Puh. 040 1264 763



Vastaava ohjaaja Juuli Korpi
Geronomi AMK

Puh. 040 4870 084

Sähköposti: juuli.korpi@hopeahovi.fi



Sosiaali- ja
terveysministeriön
RAHOITTAMA

Avustava ohjaaja Iiris Koivisto (Minttu Tolvasen sijainen)

Puh. 040 1614 041

Sähköposti: minttu.tolvanen@hopeahovi.fi

Mukavaa yhdessä oloa ja tekemistä

Digiopastusta

Ohjausta ja neuvontaa elämän eri tilanteisiin

Verenpaineen mittausta

Asiantuntijavierailuja

Terveys- ja hyvinvointi ohjausta



**Keminmaatuvan
info-luuri
tiistaisin klo 15–16
p. 040 4870 084**

Kysy mieltä askarruttavista asioista!

**Kerro meille rohkeasti
toiveesi ja ideasi
Keminmaatuvan
toimintaan! 😊**