



Lähitori
Arjen tukea ja kohtaamisia

Sarapihan lähitori

Lokakuu 2024

(muutokset mahdollisia)

Sarapihan lähitori
Pakkaajankatu 18 B, 35800 Mänttä

Tulethan vain terveenä lähitorille!

Yhteystiedot

Lisätietoja toiminnasta ja yhteystiedot löydät Mäntänvuoren Terveyden nettisivuilta:
www.mantanvuorenterveys.fi/tietoa-meista/palveluohjaus

Palveluneuvoja Jaana Hytönen 044 420 1500, jaana.hytonen@pihlajalinna.fi

Aukioloajat

Palveluneuvontaa ja ohjausta ilman ajanvarausta
maanantaisin klo 9-11
tiistaisin klo 13-15
keskiviikkoisin klo 9-11

Sarapihan ruokasali avoinna ma-pe klo 11.00-12.45 ja la-su, arkipyhät klo 11.00-12.30.
Tarjolla listan mukainen lounas, monipuolisempi salaatti- ja leipävalikoima sekä jälkiruoka.
Maksu käteisellä, ruokalipuilla, Mobilepaylla tai maksukortilla.

SPR Mäntän osaston ylläpitämä kahvio avoinna ma-to klo 8.00-15.00 ja pe 8.00-13.00.

**Pirkanmaan
hyvinvointialue**

**TAIDE
KAUFI
PUNKKI**
MÄNTTÄ-VILPPULA
TAIDEKAUPUNKI



Mäntänvuoren Terveys
Pihlajalinna



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

1.10. tiistai

Klo 12-14 Kuulolähipalvelu (lasikopissa), Virtain Kuulo ry:n kuulolähipalvelija Tuula Ylinen. Vapaaehtoistoimija avustaa kuulokojeen huoltotoimenpiteissä sekä neuvoo ja ohjaa kuulonkuntoutukseen liittyvissä kysymyksissä. Ohjaus on kaikille avointa, yksilöllistä ja maksutonta!

Klo 13-15 Teemälähetys: apua ja neuvoja ikääntyneille (ryhmätilassa)

Haluatko tietää, mitä palveluita Pirkanmaan hyvinvointialue tarjoaa? Onko sinulle epäselvää, miten voit hakea palveluita? Tule kuulolle teemälähetysimme!

8.10. tiistai

Klo 13-14 SeniorSurf-päivän webinaarin etäkatsomo (ryhmätilassa)

Mitkä mediataidot? Tietoa ja vinkkejä senioreille. Vanhustyön keskusliiton SeniorSurf-toiminta järjestää kaikille avoimen webinaarin. Tilaisuudessa keskustellaan mediataidoista. Aiheissa on mukana median monipuoliset mahdollisuudet, tiedonhaku, luotettavan tiedon arviointi sekä turvallinen asiointi.



15.10. tiistai

Klo 12-14 Tuolijumppa (ryhmätilassa). Ohjaajana hyvinvointikoordinaattori Kaisa Lipsonen.

22.10. tiistai

Klo 12-14 Jaanan jorinat (ryhmätilassa). Ajankohtaisia asioita, keskustelua ja pelailua.

29.10. tiistai

Klo 13-15 Teemälähetys: kuljetuspalvelut ja liikkumisen tuki

Kolhon lähitori

Mäntyrinne, Uimalantie 6, Kolho

14.10. maanantai

Klo 14-15 Tietoa kuljetuspalveluista ja muista etuuksista.

Klo 14-16 Kuulolähipalvelu. Virtain Kuulo ry:n kuulolähipalvelija Tuula Ylinen

Klo 15-16 palveluohjausta ja neuvontaa. Mahdollisuus verenpaineenmittaukseen

**Pirkanmaan
hyvinvointialue**

**TAIDE
KAUFI
PUNKI**
**MÄNTTÄ-VILPPULA
TAIDEKAUPUNKI**

Mäntänvuoren Terveys
Pihlajalinna