



KESKI-
SUOMEN
HYVINVOINTI-
ALUE



Jämsän Terveys
Pihlajalinna

TERVETULOA

**hyvinvointitorin järjestämään vanhusten viikon tapahtumaan
tiistaina 8.10.2024 klo 9-13
paikka: Sairaalantie 11 Jämsä**

Hyvinvointitorilla:

- ilmainen verenpaineen ja verensokerin mittaus, hyvinvointitoriin tutustuminen
sairaanhoitaja Tiina Pastila

- tutustuminen Keski-Suomen hyvinvointialueen järjestämään Seniori hyvinvointineuvolan
toimintaan klo 9-11
projektityöntekijä Lotta Katajapuu-Rutanen Kestävän kasvun ohjelma

-ravitsemusterapeutti Heli Koivisto klo 10-12

Hyvinvointitorilla Hyvä ruoka, parempi mieli -ruokanäyttely

Terveyskeskuksen aula 1 (potilastoimiston jälkeen)

Jämsän muistiyhdistys Tuija Backman klo 9-13
Aiheena: ” Muistiyhdistyksen toiminta tutuksi”

Jämsän kaupungin hyvinvointikoordinaattori Tiina Riihinen klo 9-11
Aiheena: Jämsän kaupungin terveys- ja erityisliikunta mahdollisuudet

Jämsän vanhusneuvosto klo 11-13
toimintaan tutustuminen

Jämsän Seniorit Ry klo 9-13
toimintaan tutustuminen

Jämsän SRP ystäväpalvelutoiminta klo 9-13
toimintaan tutustuminen

Gradian lähihoitaja opiskelijat klo 9-13
-puristusvoimatesti
-kävelytesti
-tasapainotesti