

# SENIORIPALVELUT KEVÄT 2020



  
**PORI**

**Kulttuurielämyksiä senioreille**

# PORIN KAUPUNGIN SENIORIPALVELUT

Senioreille suunnattujen kulttuuripalvelujen saatavuutta edistävässä työryhmässä ovat edustettuina Porin kaupungin kulttuurilaitokset, kansalaisopisto ja perusturva sekä Vapaaehtoistoiminnan keskus Liisa ja Porin seurakuntayhtymä.

Seniorityöryhmä järjestää vuosittain kulttuuriviikon maaliskuussa sekä ohjelmaa Valtakunnallisella vanhustenviikolla lokakuussa. Työryhmän kokoamat kulttuurikapsäkit ovat lainattavissa ympäri vuoden. Ryhmä toimii yhteistyössä erilaisten yhdistysten ja järjestöjen kanssa verkottuen myös maakunnallisesti.

## Lainaa kulttuurikapsäkki

Hei, seniorien viriketoiminnan ohjaaja ja toimintaryhmän vetäjä!

Varaa ja nouda kulttuuripitoinen kulttuurikapsäkki päiväänne virkistämään. Saat käyttöösi upeita vanhoja valokuvia, lyhytelokuvia, laulunsanoja, perinne-esineitä sekä taidetta joka saralta.

Kulttuurikapsäkit ovat ketteriä matkalaukkuja, joiden sisällöt on Porin kulttuurilaitosten aineistoista taidolla koottu.

Lainattavissa on myös kuvakokoelma Suomi-Filmin kulta-ajalta.

Lisätiedot ja varaukset:  
Helvi Selesmaa p. 044 701 9107,  
helvi.selesmaa@pori.fi

Nouto: Porin pääkirjasto  
Gallen-Kallelankatu 12



# Porin kaupungin senioriohjelma – kevät 2020

Kulttuuriohjelmaa ja -palveluja senioreille:

- SENIORIEN KULTTUURIVIikko 24.–28.3.2020
- Kulttuurikapsäkin lainauspalvelu

Lisätietoja: kulttuuriassistentti Helvi Selesmaa p. 044 701 9107,  
helvi.selesmaa@pori.fi



Porin kaupunginorkesteri tarjoaa musiikkielämyksiä ympäri vuoden. Koko kausiohjelma löytyy osoitteesta [pori.fi/sinfonietta](http://pori.fi/sinfonietta) tai kausiesitteestä, joita on jaossa mm. kirjastossa, museoissa, Visit Porissa ja Promenadikeskuksen aulassa. Pori Sinfoniettan liput, kausikortit ja kymppikortit eläkeläishinnoin.

Pori Sinfoniettan konserttien kenraaliharjoitukset ovat pääsääntöisesti avoimia. Kenraaliharjoitukset ovat konserttiviikon **torstaina** aamupäivisin kello 11 Promenadialissa, Yrjönkatu 17. Yleisöä pyydetään saapumaan paikalle viimeistään klo 10.55 kännykät suljettuina.

Muutokset ovat mahdollisia. Tarkemmat tiedot löytyvät osoitteesta [pori.fi/sinfonietta](http://pori.fi/sinfonietta). Facebookista orkesteri löytyy osoittella [facebook.com/porisinfonietta](https://facebook.com/porisinfonietta) ja Instagramista käyttäjänimellä [porisinfonietta](#).

Maksuttomat konsertit keväällä 2020:

La 28.3. klo 15 Porin raatihuone: High five – senioriviikon kamarikonsertti

Senioriviikolla Pori Sinfonietta kiertää kahdella eri kokoonpanolla palvelu- ja vanhainkoteja. Lisätiedot osoitteessa [pori.fi/sinfonietta](http://pori.fi/sinfonietta).

Kirjaston henkilökunta esittelee pyydettyessä kirjastoa / kirjoja ryhmille.  
Lisätietoja: Merja Kalliomäki p. 044 7015821, merja.kalliomaki@pori.fi

Kirjasto toimittaa siirtokokoelmia vanhainkoteihin ja kaupunginsairaalaan.

Lisätietoja: auto-osastolta p. 044 701 9239 tai auto.kirjasto@pori.fi

Kirjastokotipalvelu on tarkoitettu asiakkaille, jotka eivät itse pääse kirjastoon.

Lisätietoja: auto-osastolta p. 044 701 9239 tai auto.kirjasto@pori.fi

**Celian äänikirjapalvelut** saatavissa kirjastoista (vain lukemisesteisille)

Lisätietoja pääkirjaston tietopalvelu p. 044 7015811 tai tietopalvelu@pori.fi

### **Avoimet**

**lukupiirit** pääkirjastossa, Nakkilassa, Noormarkussa, Pihlavassa ja Itätuulussa.

Lisätietoja kirjastoista.

**Novellikoukku** pääkirjastossa Seminaarihuone 1, 2.

krs. maanantaisin klo 18.00.

17.2., 16.3., 20.4. ja 11.5.

Tule tekemään käsitöitä ja kuuntelemaan novelleja.

**Seniorikaraoke** pääkirjastossa Kokoustila keskiviikkoisin klo 14.00–15.30, 15.1., 26.2., 25.3. ja 29.4.

Tervetuloa laulamaan, tanssimaan ja kahvittelemaan musiikkiosaston flikkojen kanssa.

### **Senioriviikko – kirjaston tapahtumat 26.3.**

Seminaari 1 klo 14–15 Musiikkivinkkaus: Tutustumme eri maiden musiikkikulttuureihin / Terhi Savonen

Seminaari 1 klo 17–18 Ex libris -luento / Tauno Piironen

## Digiopastusta senioreille

Opastusta oman laitteen käyttöön ja muihin digiasioihin pääkirjastossa Seminaarihuone 2, 2 krs, joka viikko torstaisin 9.1. alkaen kello 13.00-14.30.

Henkilökohtaiseen opastukseen voi varata ajan puh. 044 7015810

Kirjastoista voi lainata kirjastokortilla liikuntavälineitä sekä matkalaukun tai voimaämpärin, joka sisältää erilaisia pelejä ja liikuntavälineitä liittyen voimaan ja venyttelyyn, tasapainoon, peleihin sekä rentoutumiseen.

Lainattavia ovat myös eri urheiluseurojen ja taidelaitosten kausikortit.

PORIN TAIDEMUSEO | PORI ART MUSEUM



## SENIORIT & PORIN TAIDEMUSEO

Taidemuseo on mukava kohtaamispaikka, jossa voi nähdä ja kokea kotimaista ja kansainvälistä, uutta ja vähän vanhempaa taidetta. Kevätkaudella taidemuseossa on esillä latvialaissyntyisen Ola Vasiljevan, kuubalaissyntyisen Adrian Melisin sekä Helsingissä työskentelevän Jenni Yppäriän yksityisnäyttelyt. Lisäksi esillä on Maire Gullichsenin taidesäätiön kokoelmia tutkiva näyttely. Järjestämme erilaisia opastettuja taidekierroksia, tapahtumia ja työpajoja. Tule mukaan yksin tai yhdessä ystävien kanssa. Taidemuseon Café Muusa palvelee museon aukioloaikoina.

**KEVÄTKAUDEN NÄYTTELYAVAJAISET** perjantaina 20.3. Kello 18-20. Kello 12 taiteilija- ja kuraattorikierros (osin englanninkielinen). Tilaisuuksiin on vapaa pääsy.

## OPASTUKSET

**TAIDEkierros eli maksuton yleisöopastus** keskiviikkoisin kello 18. Taidemuseoon on vapaa pääsy keskiviikkoisin kello 18–20.

**OPI MAIRELTA -opastus | Erikoisopastus Maire Gullichsenin taidesäätiön kokoelmia esittelevässä näyttelyssä.** Opastuksen hinta 80€ /virka-ajan ulkopuolella ja viikonloppuisin 120€. Varaukset: heidi.porttila@pori.fi / 044 701 1075.

**BONUS-opastus 20.5. Kello 18 |Maire Gullichsen, Alvar Aalto ja Galerie Artek – Abstraktion varhaiset muodot Maire Gullichsenin taidesäätiön kokoelmassa |** Intendentti Anni Saisto | vapaa pääsy.

**SENIORIEN SUUNNISTUS NYKYTAITEESEEN** 20.5. ja 5.8. kello 14. Tule yksin tai ota ystäväsi mukaan kuulemaan lisää näyttelyistä ja taitelijoista sekä tarinoista taideteosten takana. Vapaa pääsy!

**SENIORIPÄIVÄ 25.3. - Maire Gullichsen taideostoksilla Gallerie Artekissa 1950-luvulla** Kello 14 kuullaan Maire Gullichsenin taidesäätiön kokoelmia esittelevässä näyttelyssä intendentti Anni Saiston puheenvuoro *Maire Gullichsenin ja Galerie Artekin välisestä suhteista*. Tämän jälkeen tutustumme muihin esillä näyttelyihin ja kahvittelemme kera musiikin. Senioreilla on vapaa pääsy taidemuseoon koko päivän.

## **TEKEMISTÄ JA TAPAHTUMIA**

**Makuparina viini ja taide -illat 28.4. ja 16.5. kello 17.30-19.** Makuelämyksiä taidenäyttelyssä. Café Elban sommelier Sara Tuomi-Mattila on valinnut näyttelyn teoksiin sopivat viinit. Tiedustelut: heidi.porttila@pori.fi, 044 7011075.

**Äitienpäivänä 10.5. äideillä vapaa pääsy taidemuseoon.**

**Tapahtumien tiedot taidemuseon nettisivuilta [www.poriartmuseum.fi](http://www.poriartmuseum.fi), Facebookista ja Instagramista. Muutokset mahdollisia.**

PORIN TAIDEMUSEO, Eteläranta, 28100 Pori  
[www.poriartmuseum.fi](http://www.poriartmuseum.fi) Intendentti, pedagogiset palvelut, Mirja Ramstedt-Salonen p.044 701 1119, [mirja.ramstedt-salonen@pori.fi](mailto:mirja.ramstedt-salonen@pori.fi).



## Satakunnan Museo

Satakunnan Museossa, Luontotalo Arkissa, Rosenlew-museossa sekä Rakennuskulttuuritalo Toivossa ja Korsmanin talossa on runsaasti erilaisia näyttelyitä ja tapahtumia kuten luentoja, opastuksia, retkiä, työpajoja sekä paljon muuta. Tietoja kaikista näistä löydät museon painetusta esitteestä ja nettisivuilta [www.pori.fi/satakunnanmuseo](http://www.pori.fi/satakunnanmuseo). Ja jos kulttuuri- ja museotoiminta kiinnostaa enemmänkin, niin kannattaa liittyä Satakunnan Museon ystävät -yhdistykseen!



### Kulttuuria iltapäivien iloksi ja paljon muuta!

Satakunnan Museossa, Luontotalo Arkissa, Rosenlew-museossa sekä Rakennuskulttuuritalo Toivossa ja Korsmanin talossa järjestetään kevätkaudella kulttuurintäyteistä ohjelmaa iltapäivisin. Kerran kuukaudessa tutustutaan museon näyttelyihin, paikalliseen ja yleiseen kulttuuriperintöön.

Kulttuuri-iltapäivien lisäksi Satakunnan Museon kaikissa toimipisteissä on runsaasti erilaista ohjelmaa kaikenikäiselle väelle; luentoiltoja, kaupunkiopastuksia, työpajoja sekä teema- ja tapahtumapäiviä. Tietoja tapahtumista saa kaikista museoista, painetusta esitteestä ja nettisivuilta sekä museon Facebook- ja Instagram-tileiltä. Museon luentoja voi nykyisin seurata myös YouTubesta suorana sekä tallenteena. Museolla on myös aktiivinen ystävä-yhdistys, jonka toimintaan kaikki kulttuurista kiinnostuneet ovat tervetulleita mukaan.

Tule siis mukaan kulttuuri-iloihin ja kysy lisää:

Satakunnan Museo, lipunmyynti p. 02 621 1063, toimisto p. 02 621 1078, museolehtori Carita Tulkki, p. 044 701 1054, [carita.tulkki@pori.fi](mailto:carita.tulkki@pori.fi)

## **Näyttelyopastus ja luontovisailua**

Tiistai 28.1. ja klo 14–16 Luontotalo Arkki (Pohjoispuisto 7)  
Vuoden ensimmäisessä kulttuuri-iltapäivässä tutustutaan Arkin näyttelyihin, visailaan ja nautitaan kahvista ja kastettavasta. Visassa luontotietämyksestä saattaa olla etua, mutta ilman pörjää ja ehkä jopa paremmin! Visaan passaa osallistua myös kaverin kanssa tai ryhmänä. Parhaimmat tieteilijät palkitaan!

## **Tule ystävyiden ja rakkauden polulle ja tutustu kulttuuriharrastuksiin!**

Perjantai 14.2. klo 11–18 Satakunnan Museo (Hallituskatu 11)  
Tule mukaamme tutustumaan Elon merkkejä -näyttelyn pieniin ja suuriin ystävyys- ja rakkaustarinoihin opastetusti klo 12, 14 ja 16.30.  
Viikonloppuna rakkauden polkua voi edetä omatoimisesti opastekstin kera. Perjantaina on mahdollisuus osallistua myös sydämelliseen pinssipajaan. Tapahtuma järjestetään yhteistyössä Satakunnan Museon ystävät -yhdistyksen kanssa ja jäsenet esittelevät seuran toimintaan koko päivän ajan. Nyt onkin mitä parhain tilaisuus liittyä yli 400 ystävän joukkoon! Perjantaina museoon ja opastuksille pääsee kaksi yhden hinnalla.

Ystävänpäivänä museon aulassa avautuu myös Porin Postimerkkikerho ry:n Postimerkin päivän Pori-teemainen näyttely. Näyttely on avoinna perjantaista sunnuntaihin 14.–16.2. ja siihen on vapaa pääsy. Kerhon edustajat ovat tavattavissa näyttelyn yhteydessä ja kertomassa lisää filateliasta sekä kerhon toiminnasta.

## **Ambiente**

Tiistai 24.3. klo 14–16 Rosenlew-museo (Kuninkaanlahdenkatu 14)  
Seniorien kulttuuriviikolla Rosenlew-museossa tutustutaan oppaan johdolla Ambiente-näyttelyyn. Taiteilija Timo Sarpanevan suunnittelemat värikkäät ja energiset Ambiente-kankaat edustavat 1960-luvun näyttävää huippudesignia. Niiden tarina alkoi Porin paperitehtaalta, jossa rikkoutunut kankaanpainatuskone roiski väriä yllättävällä tavalla.



## **Ratsula & Sarpila – sukujen, liikeyritysten ja Porin historiaa**

Tiistai 21.4. klo 14–16 Satakunnan Museo (Hallituskatu 11)

Muotitavaratalo Ratsula sekä Sarpi Oy:n leipomo ja konditoria ovat monelle porilaiselle tuttuja ostospaikkoja. Mutta kuinka moni tunteekaan oikeasti näiden yritysten ja sukujen historiaa? Kuka oli Turusta Poriin 1920-luvulla saapunut Gösta Wilsson entä puolalainen Jan Suszycki, joka päätyi kaupunkiin 1940-luvulla Pietarin, Viipurin ja Turun kautta? Ekonomit Pertti Ratsula ja Kari Sarpila kertovat iltapäivän aikana mielenkiintoisia tarinoita perheidensä ja yritystensä sekä tietysti samalla Porin historiasta. Tilaisuuden jälkeen on mahdollista tutustua Porilainenäyttelyyn maksutta.

## **Tehtaalla töissä: konepajan suunnittelija**

Tiistai 19.5. klo 14-16 Rosenlew-museo (Kuninkaanlahdenkatu 14)

Museoviikolla jatkuu Rosenlew-museon sarja Tehtaalla töissä.

Poikien ammattikoulusta valmistunut nuori mies pääsi vuonna 1952

Porin konepajan kattilaosaston työkalukoppiin apupojaksi. Kun koulutusta ja kokemusta karttui, hän siirtyi hitsaajaksi, ja lopulta konepajan tuotteiden suunnittelijaksi höyrykattiloiden ja sellutehtaan laitteiden pariin. Lauluryhmän johtaja ja konepajan suunnittelija Taisto Lähteenmäki kertoo melkein 40-vuotisesta urastaan porilaisessa metalliteollisuudessa.

## **Förskottijuhannus**

Keskiviikko 17.6. klo 11-14 Rakennuskulttuuritalo Toivo (Varvinkatu 19)

Juhannuksen alla vietetään Toivon pihassa jo perinteeksi muodostunutta förskottijuhannusta. Tarjolla on vihdantekoa, tuoretta pannukaffeeta, pannaria ja kesäistä haitarimusiikkia. Tapahtuma järjestetään yhteistyössä Vapaaehtoistoiminnan keskus Liisan kanssa.

Lisätietoja:

Satakunnan Museo, Hallituskatu 11

Museolehtori Carita Tulkki, p. 044 701 1054, carita.tulkki@pori.fi

Porin seudun kansalaisopisto on Satakunnan suurin vapaan sivistystyön oppilaitos, jossa toimivat saman katon alla kansalaisopisto, Porin kesäyliopisto ja Osaava Satakunta. Porin seudun kansalaisopisto järjestää kaikille avointa kansalaisopistotoimintaa Porissa ja Ulvilassa. Opintoihin ei ole ikärajoja ja kurssimaksut ovat edulliset.

Kansalaisopistossa on mahdollista opiskella mm. kieliä, taideaineita, liikuntaa sekä tieto- ja viestintätekniikkaa. Uusia kursseja alkaa pitkin kevättä. Lisäksi kansalaisopisto järjestää runsaasti yleisöluentoja. Koko tarjonta ja ilmoittautumiset: [www.pori.fi/kansalaisopisto](http://www.pori.fi/kansalaisopisto).

Kansalaisopiston opistotalo löytyy keskeltä kaupunkia osoitteessa Gallen-Kallelankatu 14. Asiakaspalvelu arkisin kello 10-16 puhelin 02 621 5963.

## **Tapahtumia senioreille keväällä 2020**

### **TORSTAI-AKATEMIA**

Torstai-Akatemia on Porin kesäyliopiston ja Porin seurakuntayhtymän yhteinen, ikäihmisille suunnattu luentosarja. Luennot pidetään kerran kuukaudessa torstaisin kello 14–15 seurakuntakeskuksessa (Itäpuisto 14, 2. kerros)

- 9.1. Meri-Porin luontoliikuntakohteet. Luonnonsuojeluvalvoja Kimmo Nuotio, Porin kaupunki
- 6.2. Musiikkivinkkaus: länsimaisen musiikin tyyliä. Vastaava kirjastonhoitaja Terhi Savonen, Porin kaupunginkirjasto
- 5.3. Lääkkeistä ja luontaistuotteista. Proviisori, FaT Manu Eeva, Porin 12. Toejoen apteekin apteekkari
- 2.4. Pääsiäinen, kristikunnan suurin juhla
- 14.5. Retki Anne Mattilan taidekahvilaan Karviassa. Lähtö kello 10, paluu noin kello 16. Retken hinta 30 e, sisältää keittolounaan ja kahvin. Lisätiedot ja sitova ilmoittautuminen Mikko Salonen 044 730 9648.

## **DIGIKLINIKKA**

Opistotalon Plakkari-luokka tiistaisin 14.1.–28.4. klo 12–14  
Tarvitsetko apua ja neuvoja tabletin, läppäriin tai älypuhelimien kanssa?  
Jos vastasit kyllä, tervetuloa paikalle. Sinulla voi olla yhdellä  
kokoontumiskerralla korkeintaan kolme kysymystä, jotta ehdimme  
käsittelemään kaikkien kysymykset. Neuvonta on kuitenkin yksilöllistä.  
Hinta on 5 e / käyntikerta.

## **IKÄÄNTYVIEN YLIOPISTON VERKKOLUENNOT**

Ikääntyvien yliopistossa järjestetään korkeatasoisia Studia generalia -  
tyyppisiä luentoja elämän eri osa-alueilta. Nimestään huolimatta luennot  
sopivat kaikenikäiselle kuulijakunnalle. Luennot välitetään verkon kautta  
Jyväskylän kesäyliopistosta. Tilaisuudet pidetään opistotalon  
auditoriossa aina keskiviikkoisin kello 14-16.

- 15.1. Patriarkkojen ja oligarkien Venäjä. Suurlähettiläs René Nyberg
- 5.2. Elämältä se maistuu!!! Psykologi, FL Pirkko Lahti
- 26.2. Suomen tie sotavuosista Euroopan Unioniin - Suurten ikäluokkien synty ja vaikutus. Puheenjohtaja Erkki Liikanen
- 4.3. Oppiminen ja sosiaalisuus pitävät aivot kunnossa. Aivotutkija, PsM Katri Saarikivi, Kognitiivisen aivotutkimuksen yksikkö, Helsingin yliopisto
- 15.4. Hoidammeko liikaa vai liian vähän? Terveysten- ja sairaanhoidon hallinnon emeritusprofessori Martti Kekomäki, Helsingin yliopisto

## **DIGITUOKIOT**

Digituokit kerran kuukaudessa torstaisin kello 13–13.45 pääkirjaston  
seminaarihuoneessa 2 (Gallen-Kallelankatu 12, 2. kerros). Teemaan  
johdattaa suunnittelijaopettaja Suvi Soukki-Laine. Yhteistyössä Porin  
pääkirjaston kanssa.

- To 6.2. Älypuhelimien ja tabletin hankinta – miten valitset itsellesi sopivan laitteen?
- To 5.3. Tietoturva – miten pidät tärkeät tietosi ja salasanasi tallessa?
- To 2.4. Pilvipalvelut – mitä ne ovat ja miten niitä voi hyödyntää?
- To 7.5. Ostoksilla netissä - verkko-ostaminen ja mobiilimaksaminen

## **LEMPILAULUHETKI**

Opistotalon auditorio ti 24.3. klo 10-11.30

Lauletaan yhdessä osallistujien toivelauluja. Tervetuloa rohkeasti mukaan laulamaan! Hetken ohjaa Elisa Nordström. Tapahtuma kuuluu Senioreiden kulttuuriviikon ohjelmaan.

## **KANSALAISEN DIGITAITOPAJA**

Opistotalon Plakkari-luokka to 26.3. klo 12-13.30

Harjoitellaan tärkeitä digitaitoja, joita voi hyödyntää arkielämässä. Miten näitä asioita voi toteuttaa turvallisesti? Milloin tabletin, älypuhelimien tai läppärin käyttö helpottaa omaa arkea? Vinkkejä ja harjoittelua unohtamatta. Pajan ohjaa suunnittelijaopettaja Suvi Soukki-Laine. Osa Senioreiden kulttuuriviikon ohjelmaa.



Kuva: Porin seudun kansalaisopisto

# PORIN KAUPUNGIN LIIKUNTAPALVELUT

Eläkeläisten ohjattu liikunta: [www.pori.fi/liikunta](http://www.pori.fi/liikunta)

Keskustan uimahallin liikuntaneuvontapisteestä löydät:

- tietoa liikunnan aloittamisesta
- tietoa liikuntaolosuhteista
- kuntoiluohjeita itsenäiseen liikkumiseen
- tietoa mm. ravinnosta, hampaiden ja suun terveydestä, perusturvan palveluneuvonnasta ja ehkäisevästä päihdetyöstä

Liikunnanohjaaja paikalla keskiviikkoisin klo 12–15 ja 18–19.30

Lisäksi pisteellä vierailee joka kuukausi Porin perusturvakeskuksesta asiantuntijoita neuvomassa ja vastaamassa kysymyksiin.



# PORI

## Porin perusturvakeskuksen viriketoiminta

Järjestää kaikille vanhuksille avointa virikekerhotoimintaa eri puolella Perusturva-aluetta. Kerhot toimivat pääsääntöisesti Porin Vanhustenkotiyhdistys ry talojen kerhotiloissa, myös joissain muissa tiloissa. Kerhot ovat avoimia myös samalla alueella asuville.

### Maanantai:

- 9.00 - 10.30 Veljeskoti, Itsenäisyydenkatu 34
- 12.00 - 13.30 Uudenkoiviston vanhustentalot, Kasvihuoneenkatu 1-3
- 14.15 - 15.45 400-vuotiskoti, Päärnäistenkatu 26
- 13.30 - 15.30 Liinaharjan vanhustentalot, Langintie 2, Ulla Kuntsi

### Tiistai:

- 9.30 - 11.00 Veteraanitalot, Maamittarinkatu 9
- 12.30 - 14.00 Tähtikatu, Juhana Herttuankatu 9
- 14.30 - 16.00 Väinölä, Luodontie 5

### Keskiviikko:

- 9.30 - 11.00 Pormestarinluoto, Messupolku 2
- 13.00 - 14.30 Sampola, Puhurintie 1
- 12.30 - 14.30 Ahlainen, Vanhustentalot, Ahlaistentie 595

### Torstai:

- 9.00 - 10.30 Pihlava, Uusitalontie 2
- 12.00 - 13.30 Mäntyluoto, Kallontie 6
- 14.30 - 16.00 Reposaaari, Kaivokatu 10

### Perjantai:

- 10.00 - 12.00 Kaasmarkku, Leineperintie 7, pariton viikko
- 11.00 - 13.00 Sibeliuspuisto, Säveltäjänkatu 10, parillinen viikko

Kerhojen kesto on 1½ - 2 tuntia kerralla, aamu tai iltapäivisin.

Kerhotoiminta pitää sisällään:

- yhteisen kahvihetken
- kevyttä tuolijumppaa
- visailu, sketsejä, vitsejä
- tarinoita, kertomuksia
- kerholaisten omaa ohjelmaa
- laulua, bingoa

Tule kanssamme viihtymään ja ylläpitämään sosiaalista kanssakäymistä. Saat mielenvirkeyttä, huolet ja murheet unohtuvat sekä saat uusia ystäviä. Jaksat kotona paremmin. Kahvi ja kahvileipä maksavat yhteensä euron.

Ohjaajat:

Ritva Salminen Puh. 044 701 6695

Ulla Kuntsi Puh. 044 701 6768

Vapaaehtoistoiminnan tavoitteena on elämänlaadun kohottaminen ja sosiaalisen kanssakäymisen edistäminen. Vapaaehtoistyö tukee ja täydentää julkisia ja yksityisiä palveluja.

Vapaaehtoistoiminnan keskus LIISA toimii Porin perusturvakeskuksen alueella. Yhteistyöllä on keskeinen sija toiminnassa ja sitä tehdään mm. perusturvan eri toimijoiden, seurakuntien, järjestöjen ja oppilaitosten kanssa.

LIISA järjestää useita kertoja vuodessa vapaaehtoistyön kursseja yhdessä SPR:n Porin osaston kanssa. Vapaaehtoistyöntekijänä toimimiseen riittää auttamisen halu ja kiinnostus työtä kohtaan. Toiminnassa edellytetään ehdotonta vaitiolovelvollisuutta sekä luotettavuutta. Vapaaehtoistyö voi olla esimerkiksi asiointiapua tai ystäväpalvelutoimintaa. Lisäksi monessa ryhmätoiminnassa ja tapahtumissa tarvitaan vapaaehtoistyöntekijöitä. Tukea työhön saa LIISAn työntekijöiltä, SPR:n ystäväpalvelulta sekä ryhmältä.

Kotiin tarjottavat vapaaehtoistyöntekijöiden palvelut:

- avunvälitys esimerkiksi lääkäri- ja asiointikäynneille ja ulkoilemaan
- soittorinki: aamusoitto sovitusti yksin asuvalle
- lukurinki: lukijoita näkövammaisille kotiin tai ryhmiin
  - ➔ tilaukset puhelimitse numerosta 044 701 6636 (ma-pe klo 9-15)
- ystävävälitys, SPR:n Porin osasto
  - ➔ tilaukset puhelimitse numerosta 044 701 4577 (ma-pe klo 12-15)

Monipuolisessa vapaaehtoistyössä saat itsellesi sisältöä elämään, uusia kokemuksia sekä virkistystä ja hyvän mielen.

## Liisan kaikille avoin toiminta Viikkarin Valkamassa 2020:

- Maanantaisin:** Levyraati klo 12-13.15, pariton vko  
Ristikonratkojat klo 13.30-15  
Päivähartaus klo 14.15.-15  
Muistinvirkistyskerho klo 10-11 kaksi kertaa kk
- Tiistaisin:** Bingo klo 10-11.30
- Keskiviikkoisin:** Englanninkeskustelukerho klo 9.45-10.45  
Keskustelukerho klo 10 -11.00  
Lepohetki klo 11-11.30, pariton vko  
Yhteislauluhetki klo 11.30-13.00, aina kk:n viim.ke
- Torstaisin:** LIISAn lukuhetki klo 11-12, pariton vko,  
Tuolijumppa klo 14.15-15.15  
Rommi- ja Skip-bo peliä käsitöiden lomassa
- Perjantaisin:** Tietotekniikkakerho klo 9-11  
Bingo klo 10-11.30  
Tietovisa klo 10-11.30, pariton vko,  
Canasta klo 11.30-15.30  
Lukupiiri 12-13.30

**MUUTA:** Lauuilat 1x kk:ssa, klo 17-18.30 aina kk:n toinen tiistai  
Ke 29.1 alkaa Vapaaehtoiskeskus LIISAn vapaaehtoistyöhön ja SPR:n  
ystävätoimintaan perehdyttävä kurssi, joka koostuu kolmen kerran  
kokonaisuudesta. Tiedustele p. 044 701 6640  
Pe 14.2 klo 14.15-16, Kaikille avoin Ystävänpäiväjuhla Viikkarin  
Valkaman Salissa. Yhdessä SPR:n kanssa. Ohjelmassa mm musiikkia ja  
näytelmä. Tervetuloa!  
Pe 27.3 klo 14.15 alkaen, Kulttuuriviikon juhla, Viikkarin Valkaman  
Salissa. Ohjelmassa mm. musiikkia ja näytelmä. Tervetuloa!

Lisätietoja: Viikkarin Valkama, Juhana Herttuankatu 17, 28100 Pori  
Vapaaehtoistoiminnan ohjaaja Elina Kivelä-Peltorinne, puh. 044 701 6640  
Viriketoiminnan ohjaaja Ritva Salminen, puh. 044 701 6695  
Avunvälitys Pirjo Jokinen puh. 044 701 6636  
Ystävänvälitys puh. 044 701 4577  
Sähköposti vapaaehtoistoimintakeskus.liisa@pori.fi



# VAPAAEHTOIS- JA SENIORITYÖ



## VAPAAEHTOIS- JA SENIORITYÖ

**Mummun Kamari** on viihtyisä keidas keskellä kaupunkia. Se löytyy Porin Seurakuntakeskuksen katutasosta, Itäpuisto 14. Mummun Kamari on kaikille avoin kahvila, kohtaamispaikka, joka on avoinna maanantaista torstaihin klo 11-15 ja perjantaisin klo 11-14. Mummun Kamarissa voit toimia myös vapaaehtoistyössä. **Lisätietoja toiminnasta diakoniatyöntekijältä p. 0400 309784.**

### **Mummun Kamarin viikko-ohjelma**

#### **Maanantai**

klo 11.30 Viikon avaus

#### **Tiistai**

klo 10.15 Tuolijumppa

klo 11 Kamarikerho käsitöistä kiinnostuneille

#### **Keskiviikko**

klo 13 Ohjelmatuokio

#### **Torstai**

klo 10.15 Tuolijumppa

klo 13 Hartaus

**Perjantai** klo 11-14 kahvipannu kuumana, ei erillistä ohjelmaa

#### **Sunnuntai**

klo 13–15 Kaikille avoin Sunnuntaikerho.

**Lisäksi** myyjäisiä, vanhustenviikon tapahtumia, vierailuja ym.

**Työtupa.** Voit ommella ompelukoneella ja saumurilla tai kutoa kangaspuilla, vapaaehtoiset vetäjät opastavat tarvittaessa. Liity joukkoon keskiviikkoisin klo 10 – 13 Seurakuntakeskuksen kellarikerros, Eteläpuisto 10B

### **Muuta toimintaa:**

**Leskien klubi.** Tarkoitettu kaikille leskeksi jääneille.

Kokoontuu kk:n viim. maanantaina klo 15.30-17.00 Mummun Kamarin tiloissa, Seurakuntakeskus, Itäpuisto 14, 1. krs.

(27.1., 27.4., poikkeusajat: **ti** 25.2. klo 15 vierailu Satakunnan museoon, **ti** 24.3. retki Länsi-Porin kanssa Säskylään,)

Lisätietoja ja ilmoittautumiset retkille diakoniatyöntekijä Ulla-Maija Virén p. 0400 309784.

**Kummikerho** joka toinen lauantai klo 12-14 (11.1. alk.)

Kokoontuu Mummun Kamarin tiloissa, Itäpuisto 14, 1. krs.

Seuraa viikkoilmoittelua: Satakunnan Kansa, [www.kirkkoporissa.fi](http://www.kirkkoporissa.fi) sekä Mummun Kamarin Facebook-ryhmä

## SENIORIEN KULTTUURIVIikko 24.–28.3.2020

### Tiistai 24.3. klo 10–11.30

Porin seudun kansalaisopiston auditorio, Gallen-Kallelankatu 14

#### LEMPILAULUHETKI

Lauletaan yhdessä osallistujien toivelauluja. Tervetuloa rohkeasti mukaan laulamaan! Hetken ohjaa Elisa Nordström.

### Tiistai 24.3. klo 14–16

Rosenlew-museo, Kuninkaanlahdenkatu 14

#### Ambiente

Tutustutaan oppaan johdolla Ambiente-näyttelyyn. Taiteilija Timo Sarpanevan suunnittelemat värikkäät ja energiset Ambiente-kankaat edustavat 1960-luvun näyttävää huippudesignia. Niiden tarina alkoi Porin paperitehtaalta, jossa rikkoutunut kankaanpainatuskone roiski väriä yllättävällä tavalla.

### Keskiviikko 25.3. klo 13

Mummun Kamari, Itäpuisto 14

Kirjaston tarjonta senioreille / informaattikko Elise Nuotio

### Keskiviikko 25.3. klo 14

Porin taidemuseo, Eteläranta

**Maire Gullichsen taideostoksilla Gallerie Artekissa 1950-luvulla**

klo 14 kuullaan Maire Gullichsenin taidesäätien kokoelmia esittelevässä näyttelyssä intendentti Anni Saiston puheenvuoro *Maire Gullichsenin ja Gallerie Artekin välisistä suhteista*. Tämän jälkeen tutustumme muihin esillä näyttelyihin ja kahvittelemme kera musiikin. Senioreilla on vapaa pääsy taidemuseoon koko päivän

klo 11-20 senioreilla vapaa pääsy taidemuseoon

[...jatkuu seuraavalla sivulla...](#)

[...jatkuu edelliseltä sivulta...](#)

### **Torstai 26.3. klo 12–13.30**

**Porin seudun kansalaisopiston Plakkari-luokka, Gallen-Kallelankatu 14**

#### **KANSALAISEN DIGITAITOPAJA**

Harjoitellaan tärkeitä digitaitoja, joita voi hyödyntää arkielämässä. Miten näitä asioita voi toteuttaa turvallisesti? Milloin tabletin, älypuhelimien tai läppärin käyttö helpottaa omaa arkea? Vinkkejä ja harjoittelua unohtamatta. Pajan ohjaa suunnitteli- ja opettaja Suvi Soukki-Laine

### **Torstai 26.3. klo 14 ja klo 17**

**Porin pääkirjaston, Gallen-Kallelankatu 12**

klo 14-15 Musiikkivinkkaus: Tutustumme eri maiden musiikkikulttuureihin / Terhi Savonen, Seminaari 1

klo 17-18 ExLibris –luento / Tauno Pirhonen, Seminaari1

### **Perjantai 27.3. klo 14.15–16**

**Viikkarin Valkama, Sali, Juhana Herttuankatu 17**

#### **Kulttuuriviikon juhla**

Esiintyjinä mm. Metallitehtaan puhaltajat, sanataituri Arvo, Rosenlewin senioritanssijat ja Liisan laulu- sekä näytelmäryhmä.

### **Lauantai 28.3. klo 15**

**Porin Raatihuone, Hallituskatu 9**

#### **Pori Sinfonietta: High five – senioriviikon kamarikonsertti**

mm. Anton Reicha: Puhallinkvintetto op. 91 nro 3

Pori Sinfoniettan puhallinkvintetti: Lucia Hellerhoff (huilu), Saara Kemppi (oboe), Paolo Poma (klarineti), Antti Pakkanen (fagotti), Pyy Kannisto (käyrätorvi)

Konsertti on maksuton.

### **Kaikkiin senioriviikon tapahtumiin on vapaa pääsy**

Porin kaupungin sivistystoimialan kulttuuriyksikkö

Rautatienpuistokatu 7, 28130 PORI

[www.pori.fi/kulttuuri](http://www.pori.fi/kulttuuri) | [kulttuuri@pori.fi](mailto:kulttuuri@pori.fi) | Oikeudet muutoksiin pidätetään