

VANHUSTEN VIIKKO

3.10-7.10.2022

OHJELMA



MA 3.10

klo 17 Maksuton luento: ikääntyneiden fyysinen terveys ja hyvinvointi Pyssyhovissa ja otsalamppukävely halukkaille (useampi reittivaihtoehto), *Pyssymäki (Pyssymäentie 195)*

TI 4.10

klo 9 Maksuton poliisin luento netin vaaroista ikäihmisille, *Kirjaston kokoustila (Kalliontie 21)*

klo 11:30 Vanhusten viikon pääjuhla Alavieskassa, ilmainen linja-autokuljetus, lähtö Nivalan linja-autoasemalta klo 10:30.

KE 5.10

klo 6-9 Ilmainen aamu-uinti ja aamukahvi Uikossa

TO 6.10

klo 13-15 Pysy pystyssä -tapahtuma Nitekissä: miniluentoja, toimijoiden esittelyä yms.

PE 7.10

klo 6-9 Ilmainen aamu-uinti ja aamukahvi Uikossa



NIVALAN
LIIKUNTAKESKUS



NIVALA
Kasvatamme tulevaisuutta