

Kumppanuustalo Hannan viikko-ohjelma: 9.12.–13.12.2019 ■ Viikko 50

Maanantai 9.12.	Tiistai 10.12.	Keskiviikko 11.12.	Torstai 12.12.	Perjantai 13.12.
<p>Puffetti avoinna ma-to klo 9–15.30 pe klo 9–14.30</p> <p>ASAHI Video-ohjattu omatoimiryhmä Leijasali klo 10–11</p> <p>JOULUKORTTI-ASKARTELU Hannan yläkerrassa klo 10–15.30 Ohj. Mimi</p> <p>JOOGA Leijasali klo 14–15.30. Helppoa, kaikille sopivaa joogaa. Liikettä, kehon ja mielen tasapainoa, rentoutusta. Ohj. Oksana</p> <p>NETTIPISTE Avoinna talon aukioloaikoina. Myös tietotekniikkaan liittyvää neuvontaa ja opastusta. Ohj. Anna K. ja Kari</p>	<p>LEIJASALI suljettu klo 9.30–10.15 (perhekerho)</p> <p>LOUNAS: Tuorehernekeitto + suklaamousse klo 11–13</p> <p>RETKI: STADI VS. LANDE-YLEISÖSKI Lähtö Hannasta klo 11. Vain ennakkoon ilmoittautuneille!</p> <p>RETKI ATENEUMIIN Lähtö Hannasta klo 13. Ohj. Sirkku</p> <p>NISKA-HARTIAJUMPPA & VENYTTELY Leijasali klo 14–15 Poistaa niska- ja hartiajännitystä, parantaa selän ja käsien toimivuutta. Ohj. Oksana</p> <p>OHJATTU OMPELUPAJA Ti-ke klo 12–16 Ohj. Anna S.</p>	<p>VOIMAVARARYHMÄ Leijasali klo 10–12 Suljettu ryhmä. Ohj. Pauliina</p> <p>JOULUKORTTI-ASKARTELU Hannan yläkerrassa klo 10–15.30 Ohj. Mimi</p> <p>NISKA-HARTIAJUMPPA & VENYTTELY Leijasali klo 13–14 Poistaa niska- ja hartiajännitystä, parantaa selän ja käsien toimivuutta. Ohj. Oksana</p> <p>TAIDEPIIRI Leijasali klo 14–15.30 Joulun taikaa -yhteisöteos Ohj. Sirkku</p>	<p>LEIJASALI suljettu klo 9–10.15 (Lyhty ry)</p> <p>KUNTOSALI D-ASEMALLA Castreninkatu 8 klo 10–12</p> <p>MEDITAATIO JA HENGITYSHARJOITUS Leijasali klo 10.15–11 Rauhoitu hetkeksi kiireen keskellä, keskity itsesi. Ohj. Oksana</p> <p>JOULUPUURO JA JOULUMYYJÄISET klo 11–14</p>  <p>TAIDEPIIRI Leijasali klo 14–15.30 Joulun taikaa -yhteisöteos Ohj. Sirkku</p>	<p>JOOGA Leijasali klo 10–11.30 Helppoa, kaikille sopivaa joogaa. Liikettä, kehon ja mielen tasapainoa, rentoutusta. Ohj. Oksana</p> <p>PELIPERJANTAI Olohuone klo 12–15</p> <p>KASVOJUMPPA & HIERONTA Leijasali klo 12–13 Harjoitteita kasvojen, niskan & decolteen alueelle, rentouttaa ja parantaa myös ilmettä. (naisille) Ohj. Oksana</p> <p>RETKI LUONNON-TIETEELLISEEN MUSEOON Lähtö Hannasta klo 13. Ohj. Sirkku</p>
<p>TULE JOULUPUUROLLE JA MYYJÄISIIN TO 12.12. KELLO 11-14!! Glögiä ja piparia tarjolla!!</p> 				

Taidenäyttelyt

Joulukuun taidenäyttely:
Hannan taidepiiri

Ajankohtaista

SUVA:n konsertti 16.12. klo 12

Poikkeusaukiolo
Hanna sulkee 20.12. klo 12.

Hannan joulutauko
Hanna suljettu 23.12.19–6.1.20

