



RIKSULA MARRASKUU

**Avoinna ma-pe klo 9-15
muutokset mahdollisia**

Maanantaisin

Käsityö ja kädentaitokerho klo 9-11

Iskikö neuloosi? Oletko virkkuukoukussa? Tervetuloa käsityöihmisten seuraan oman käsityön parissa tai yhdessä ideoitujen käsitöiden pariin. Marraskuussa kässäkerholaiset muun muassa neulovat ja virkkaavat Riihimäen taloja kaupungiksi Riksulan ikkunaan. Joulumyyjäisiin valmistautuminen alkaa. Askartelun ystäville joulukorttiaskartelua ja ideointia yhdessä.

Tuolijumppa klo 13-13:45

Paljon toivottu tuolijumppa jatkuu! Viikoittain vaihtuvia, omaan tahtiin, seisten tai istuen toteutettavia jumppa ja tasapainoharjoituksia.

Puuroiltamat klo 17-19

Seurakunnan Perhekerho, jossa iltapuuroa tarjolla. Maksuton. Vauvoista vaareihin. (Ryhmätila)

ma 8.11. ja 22.11. klo 10-12 Digiopastusta vapaaehtoisten digiopastajien voimin.

Yhteistyössä Kotokartanosäätiö. Apua ja neuvontaa kännykän/ digilaitteiden kanssa ilman ajanvarausta.

ma 8.11. klo 14-15 Tietovisa. Palkintona kahvipaketti!

ma 8.11. klo 12-15 Kohdattavissa vapaaehtoistyön toiminnanohjaaja Reija Lumivuokko

ma 22.11. klo 14-15 Keskustelua vapaaehtoistoiminnasta, Reija Lumivuokko

ma 29.11. klo 9:30 Lasten laulutervehdys, Eteläisen koulun 2 B

Tiistaisin

Tiistai tanssit klo 12-14

Saanko luvan! Senioritanssit, karaoketanssit, levytanssit, live-musiikkia. Tanssilattia levittäytyy valoisan aulan puolelle. Musiikkia voit tulla myös vain kuuntelemaan kahvikupposen ääreen. Tuoli- ja pyörätuolitanssiinkin on hyvin tilaa. Avoimet iltapäivätanssit kaiken ikäisille ja kaiken lauluäänisille karaoketähdille!

Live-musiikkia joka toinen viikko: 9.11. / 23.11. / 7.12. / 21.12.

Ninan iltapäiväkerho klo 14-15

Iltapäiväkerho kaiken ikäisille. 2.11. Oman elämän aarekartta-askartelua. Loppukuu Joulukortti-askartelua.

ti 30.11. klo 10-11:30 Puhutaan kirjoittamisesta, Anna Tiitta "Jokainen ihminen on tarinan arvoinen, ja jokaisella tarinalla on ainakin yksi kuulija jonka elämään se tekee vaikutuksen." Elämäntarinoista kirjoittamisen kannalta.

ti 30.11. klo 12:30 Lasten laulutervehdys, Eteläisen koulun 5 C

Välittämisenpäivän korttiaskartelua ja joulukorttiaskartelua non stop.
Kortti- ja lautapelit sekä käsityömateriaalit ovat käytettävissä päivittäin, silloin kun sinulle sopii.

Ompelukone on lainattavissa Riksulan tiloissa.

Lehdenlukua, ristisanatehtäviä ja seurustelua kahvittelun lomassa
arkisin klo 9 -15. Toiminta on maksutonta.

Tule käymään. Ota yhteyttä:

alma.ylatalo@riihimaki.fi p. 050 576 1210

Keskiviikkoisin**Musiikkituokio klo 10-11:30**

Musiikki koskettaa, liikuttaa ja herättää muistoja. Musiikkituokiossa jokainen voi nauttia musiikista omalla tavallaan - laulaen, soittaen, kuunnellen. Marraskuussa nuottikorvat käännetään kohti joulua.

Kulttuuriklubi klo 12:30-14

Kiinnostaako kirjallisuus, tunnetko vetoa taiteeseen? Rakastatko runoja tai vaikkapa radion soittolistaa? Ihmetellään yhdessä kaiken maailman kulttuuri-ilmiöitä läheltä ja kaukaa. Kulttuuri kuuluu kaikille!

Ke 10.11. ja 24.11. Shakkikerho klo 18-21 Kaikille shakinpelaamisesta kiinnostuneille. (Ryhmätila)

Ke 17.11. Lasten laulutervehdys klo 12:30, Eteläisen koulun 4 C

ke 17.11. Kantovälinetreffit klo 16:30-19 Lapsi ja vauvaperheille. Riihimäen kantovälinelainaamo. (Riksula)

ke 17.11. Kerran kuussa Luonnon ilmiöt ja tähtitaivaan kohteet -ilta klo 18-20.

Riihimäen Tähtitieteellinen yhdistys. (Ryhmätila).

ke 24.11. Lasten laulutervehdys klo 9-9:30, Eteläisen koulun 1 C

ke 24.11. Aivojumppa 10-11.30 Haluatko pitää yllä aivoterveystäsi ja terästä muistiasi?

Aivojumppassa tarjolla mm. tietovisoja, päättelytehtäviä, muistijumppaa ja luovuuden lentoa.

Torstaisin

SPR:n Suomi-kahvila klo 16-19, (Ryhmätila)

to 4.11. ja 18.11. klo 9:30-10:30 Mummumuskari (Riksula)

Lauletaan ja lorutellaan yhdessä mummujen ja vaarien kanssa. Vauva- ja lapsiperheille sekä kaikille lapsenmielisille avoin muskarihetki.

to 4.11. ja 18.11. klo 9-11 Miestenryhmä (Ryhmätila)

Vertaisryhmä miehille - porinaa elämästä, maailmasta, aiheet osallistujien toiveiden mukaan.

to 4.11. klo 13-13:45 Itsemyötätunto -luento, Kirsi Vuorinen Ajatuksia arjen hyvinvoinnista.

to 11.11. Kierrätysaskartelua klo 10-12, Heli Vehmas Kierrätysmateriaaleista erilaisia kädentöitä, kaiken ikäisille.

to 11.11. Diabetes viikon tapahtuma klo 12-15, Tietoisku, neuvontaa, verensokerin mittausta.

to 11.11. Tuolijumppa - Reuma-tules ry klo 13.30-14.15

to 18.11. Riihimäen Suomi-Viro-seura esittäytyy klo 12-13

to 25.11. OmaisOivan kahvila klo 9-15

Riihimäen seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry:n toiminnan esittelyä ja ohjelmaa Välittämisen viikon hengessä. Riihimäen Työväen Mieskuoro klo 12-13 esiintyy ja laulattaa Hannu Eskmanin johdolla.

Perjantaisin

Perhekerho Klo 9:30-11:30

Kaikille avoin perhekerho kutsuu vauvaperheitä ja pienten lasten vanhempia kokoontumaan yhteen aamupalan ja kahvittelun, laulujen, leikkien ja yhteisen askartelun parissa. Vertaistukea ja seuraa. Heli Vehmas, SRK

Yhteistunti klo 13-14

1940-luvulla kouluviikon päätteeksi oli "yhteistunti" oppilaitten esityksiä varten. Yhteistunnilla laulettiin, lausuttiin, leikittiin ja näyteltiin. Opettajilla ja oppilailta on mahdollisuus tehdä omia esityksiä koulutoverien katsottavaksi.

Riksula kutsuu ja haastaa Riihimäen 1940-2020 luvun koululaiset viikon päätteeksi yhteiselle Yhteistunnille, jonka ohjelma muotoutuu osallistujien aktiivisuuden mukaan!

pe 12.11. klo 11-12:30 Rummikub. Mukana pelaamassa ja ohjaamassa Besa Zymberi (Ryhmätila)

pe 12.11. klo 11:30-12:30 Yhteislaulua toiveiden mukaan, esilaulajana kuoron kvartetti. (Riksula)

pe 26.11. Välittämisen päivä. Päivän aikana ihmisiä kannustetaan tekemään pieniä tai suuria välittämisen tekoja. Emmehän ohita avuntarvitsijaa. Pienikin välittämisen teko on merkittävä!

RIIHIMÄKI



PERHEKESKUS
Mukana elämässä.