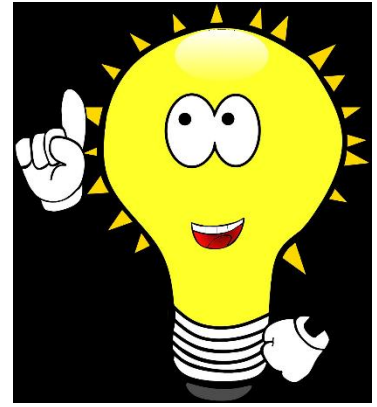


Vanhustyön keskusliiton Senioritoiminnan tietoiltapäivät



Tietoiltapäivät järjestetään hybriditilaisuuksina:

- osallistua voi Vanhustyön keskusliitolla os. Malmin kauppatie 26 (3. krs). Koulutustilaan mahtuu enintään 50 henk. Paikan päälle saapuville tarjotaan iltapäiväkahvit ennen esityksen alkua klo 12.30–13.00.
- verkossa osallistuminen on Teams-ohjelmalla, jolloin osallistumislinkki lähetetään edellisenä päivänä sähköpostiin.

Sekä paikan päälle että verkkokuunteluun tulee ilmoittautua viimeistään viikkoa ennen tapahtumaa.

**sähköpostitse: senioritoiminta@vtkl.fi tai
vtkl.fi/tapahtumat**

puhelimitse: 050 5722 830/050 5722 829 /050 5722 826

Kerro ilmoittautumisen yhteydessä, tuletko paikan päälle tai haluatko Teams-linkin.

Kevätkauden 2024 aiheet kääntöpuolella→

Perjantai 2.2.2024 klo 13–14.30

Tietoa inkontinenssista eli virtsan karkailusta. Aiheesta luennoi ja kysymyksiin vastaa Oy Essity Finland AB:n asiantuntija Katja Lauronen. Paikan päälle saapuvilla tarjolla esitteitä ja näytetuotteita.

Ilmoittautumiset viimeistään 26.1.

Perjantai 1.3.2024 klo 13–14.30

Tietoa nivelrikon itsehoidosta. Saat konkreettisia vinkkejä arkeen ja jumppaohjeita. Asiantuntijana Helsingin Nivelpiirin vertaisohjaaja Heikki Multaharju.

Ilmoittautumiset viimeistään 23.2.

Perjantai 12.4. klo 13–14.30

Allergiat arjessa, mitä allergioista ja niiden kanssa elämisestä on hyvä tietää? Aiheesta luennoi ja kysymyksiin vastaa Allergia-, Iho- ja Astmaliiitto ry:n asiantuntijana Katariina Ijäs.

Ilmoittautumiset viimeistään 5.4.

**Tervetuloa tietoiltapäiviin
paikan päälle tai etänä!**

