



# KUTSU

Turun kaupungin vanhusneuvoston järjestämä yleisötilaisuus

## Tietoa ja virkeyttä syksyyn!

**Paikka:** Valtion virastotalon auditorio, Itsenäisyydenaukio 2, 20100 TURKU

**Aika:** keskiviikko 4.10. 2023 klo 13.00–15.00

**Ilmoittautuminen:** [https://www.lyyti.in/TIETOA\\_JA\\_VIRKEYTTA\\_SYKSYYN\\_8374](https://www.lyyti.in/TIETOA_JA_VIRKEYTTA_SYKSYYN_8374)

Tilaisuuteen mahtuu max 180 henkilöä

### Seminaarin ohjelma:

**13.00 Tilaisuuden avaus, vanhusneuvoston esittely ja tehtävät uudessa Turussa**  
Vanhusneuvoston puheenjohtaja

**13.15 Kaupungin tervehdys**  
Apulaispormestari Mirka Muukkonen / Turun kaupunki

**13.20 Vireyttä seniorivuosiin – ikääntyneiden ruokasuositukset käytäntöön**  
Erityisasiantuntija Satu Jyväkorpi / Valtion ravitsemusneuvottelukunta/Ruokavirasto

**13.45 Liikkumalla mielen hyvinvointia, virtaa ja voimaa**  
Projektipäällikkö Saija Kultala / Vapaa-ajan palvelukokonaisuus, liikuntapalvelut

**14.00 Musiikkia**  
Viis papeista- yhtye esiintyy

**14.20 Oman asumisen ennakointi ikääntyessä**  
Kehittämisasiantuntija Outi Korpelainen / Ikääntyneiden palvelut, Varha

**14.40 Varsinais-Suomen hyvinvointialueen VARHA:n tervehdys**  
Tulosaluejohtaja Eeva-Sirkku Pöyhönen / Ikääntyneiden palvelut, Varha

**14.50 Tilaisuuden päätössanat**  
Vanhusneuvoston varapuheenjohtaja

Tilaisuuden jälkeen kahvitarjoilu

**Tervetuloa!**