



Hyvä cityelämä – Ett gott cityliv

Terveystapahtuma kaikenikäisille 11.2.2010 klo 10–19

Päivän ohjelma

Kampin palvelukeskuksessa tapahtuu

Salomonkatu 21 B, Helsinki

Luentoja terveyteen ja 112-päivään liittyen klo 10–19

esim.

- klo 16–17 Ilkka Vuori, pääsihteeri, Suomen tuki- ja liikuntaelinliitto ry Suomen TULE
- klo 17.30 alkaen *Yksin elämisen ihanuus ja kurjuus, menossa mukana* Pirkko Lahti ja Aira Samulin

Tapahtumatori klo 10–19

- Terveyteen liittyviä mittauksia, monipuolista tietoa terveyden edistämisestä ja sairauksien hoidosta

Ohjattua liikuntaa eri puolilla kaupunkia

esim.

- klo 9–11 Temppurata alle kouluikäisille lapsille
Kampin liikuntakeskus, Malminkatu 3 D
- klo 12–12.50 Säestettyä kuntojumppaa senioreille
Yrjönkadun uimahalli, Yrjönkatu 21 B
- klo 12–15 Avoimet ovet kuntosalilla
Töölön kisahallin kuntosali
Mannerheimintie 17 E

Nuoret

- klo 14–19 Walkers-talossa ohjelmaa
Simonkatu 1–3

Lapset

- klo 9–17 Leikkipuisto Seppä
Avoimet ovet, Sepänkatu 2

Ruotsinkielistä ohjelmaa

Svenska familjecentret

- klo 9.30–15 Ruotsinkielistä ohjelmaa lapsiperheille
Hämeentie 13 A, 4. kerros

Seniorhuset, Folkhälsan

- klo 10–20 Luentoja, tanssi- ja musiikkiohjelmaa senioreille ja muille kiinnostuneille
Mannerheimintie 97

Kaikkiin tapahtumiin vapaa pääsy

Tarkempi ohjelma löytyy osoitteesta
www.hel.fi/terveyskeskus

Tervetuloa!

Tapahtuman järjestävät: Arcada, Folkhälsan, Helsingin kaupunki, Helsingin Sydänpiiri, Helsingin Sydänyhdistys, Helsingin tuomiokirkkoseurakunta, HelsinkiMissio, Johannes församling, Kampin Apteekki, Metropolia, MLL, Poliisi, Rööperin Leijonat, SPR, Suomen Mielenterveysseura, Suomen TULE, Svenska pensionärsförbundet, Syd kustens landskapsförbund, THL, Väestöliitto





Ett gott cityliv – Hyvä cityelämä

Ett evenemang om hälsa för folk i alla åldrar 11.2.2010 kl. 10–19

Dagens program

Det händer i Kampens servicecenter

Salomonsgatan 21 B, Helsingfors

Föreläsningar kring hälsa och 112-dagen kl. 10–19

t.ex.

- kl. 16–17 Ilkka Vuori, generalsekreterare för Stöd- och rörelseorganförbundet i Finland (Suomen TULE ry)
- från och med kl. 17.30 *Det härliga och eländiga med att leva ensam, med i svängarna*, Pirkko Lahti och Aira Samulin

Evenemangstorget kl. 10–19

- Mätningar med anknytning till hälsa, mångsidig information om hälsofrämjande aktiviteter och svärd av sjukdomar

Instruerad motion på olika håll i staden

t.ex.

- kl. 9–11 Trickbana för barn under skolåldern
Kampens idrottscenter, Malmgatan 3 D
- kl. 12–12.50 Seniorjympa i Georgsgatans simhall
Georgsgatan 21 B
- kl. 12–15 Öppet hus på gymmet
motionsalen i Tölö sporthall
Mannerheimvägen 17 E

Ungdomar

- kl. 14–19 Program i Walkers-huset
Simeonsgatan 1–3

Barn

- kl. 9–17 Lekparken Seppä
Öppet hus, Smedsgatan 2

Program på svenska

Svenska familjecentret

- kl. 9.30–15 Svenskspråkigt program för barnfamiljer
Tavastvägen 13 A, 4.vån

Seniorhuset, Folkhälsan

- kl. 10–20 Föreläsningar, program med dans och musik för seniorer och andra intresserade
Mannerheimvägen 97

Fritt inträde till alla evenemang

Närmare program kan sökas på websidorna
www.hel.fi/halsovardscentralen

Välkommen!

Evenemanget ordnas av: Arcada, Folkhälsan, FRK, Föreningen för mental hälsa i Finland, Helsingfors domkyrkoförsamling, Helsingfors Hjärtförening, HelsingforsMissio, Helsingfors stad, Hjärtdistriktet i Helsingfors, Johannes församling, Kampens Apotek, Metropolia, MLL, Polis, Rööperin Leijonat, Stöd- och rörelseorganförbundet i Finland, Svenska pensionärsförbundet, Sydostens landskapsförbund, THL, Väestöliitto

