

# RUSKOLLA TAPAHTUU

## SYKSY 2023-KEVÄT 2024

### RUSKON KUNTA

**VESIJUMPPA** Uintikeskus Ulpukassa maanantaisin ( osallistujat maksavat sisäänkäsyn ) **I ryhmä** klo 7.30 - 8.15, **II ryhmä** 8.15 - 9.00

**TUOLIJUMPPA** Ruskotalolla keskiviikkoisin

**I ryhmä** klo 8.00 – 8.55, **II ryhmä** klo 9.00 - 9.50

**IKÄIHMISTEN KUNTOJUMPPA** Laukolan koululla to 16.00 – 17.00

**Salijumppa** Ruskotalolla pe 8.00 – 9.00 ja 9.00-10.00 ( Ovi avoinna 7.30-9.00)

**KYLMÄVESIUINTI** ruskolaisille Sauna Ke. klo 17-20 ja La klo 13-17. Kausikortti 25 €.Kausikortit Ruskon pääkirjaston asiointipisteeltä. Tiedustelut Kesäläinen p.050 3040799

Yli 60-vuotiaiden ja erityistä tukea tarvitsevien oma **kuntosalivuoro** Ruskotalolla joka arkipäivä ma-pe klo 10.40-11.30. Vuoro on kuntosalikortin ostaneille.

### KUNNAN ELÄKELÄISILLÄ ON MAHDOLLISUUS KÄYDÄ RUOKAILEMASSA

Maunun koulun ruokasalissa arkisin klo11.30-12.15 (Talkootie 5 21290 Rusko)  
Jokikummun ruokasalissa arkisin klo11.45-12.15 (Jokitie 1 21310 Vahto)  
Lounaan hinta on 3,90€, ateriat laskutetaan kuukausittain.

### MAUNUN HELMI

**Maunun helmi Ikäihmisten neuvonta- ja ohjauspiste**

Maununtie 6–8, 21290 Rusko p. 044 797 2170 Perjantaisin klo 10.00–14.00  
puhelinaika tiistaisin klo 14.00–16.00

## RUSKON ELÄKKEENSAAJAT

**BOCCIA-KERHO** Tiistaisin klo 8.30-10.30 ja torstaisin klo 08.30-10.30 Pilttipubissa. Huom.! Kesäkausi jatkuu sään salliessa Hiidenvainionkoulun lähellä olevalla kentällä. Sadesäällä Pilttipubissa. Kerhon ohjaajana toimii Matti Kiiski p. 0440645047

**CURLING** Keskiviikkoisin ( 21.9 alkaen) 9.15– Pilttipubissa.

Vetäjänä Matti Suhonen

**KEILAKERHO** maanantaisin klo 13-14.30 Raisiossa. Ilm. lomakkeella eläkkeen saajien nettisivuilla tai ohjaajalle lauantaihin mennessä, peruutukset viim.3h ennen vuoron alkua. Kimppakyytimahdollisuus Pilttipubin edestä n. klo 12.22. vastuuhenkilönä Matti Kiiski p.0440645047

**KUNTOSALIVUORO** Maununtuvan kuntosalilla jatkuvat aina maanantaisin klo 8.30-10.00

**SENIORITANSSIKERHO** perjantaisin 11.9 alkaen klo 12.00-13.30 Ruskotalon yläsalissa. Sisätossut oltava mukana. Ohjaaja: Birgitta Palmusuo p.0400 862049.

**KÄVELYPORUKKA** Ryhmä Rämä jatkaa kävelyä edelleen. Ryhmä kokoontuu Hiidenvainiontien ja Tuorintien risteyksessä n. klo.14.55 joka päivä (säävaraus).

**OHJELMAKERHOSSA** suunnitellaan ja harjoitellaan ohjelmia eri tilaisuuksiin, ohjaajana Tuulikki Hänninen, p. 040-755 6980.

Kerhon kokoontuminen klo 10.30 joka toinen tiistai.

**KONSERTTIKERHO** käymme konserteissa yhden/kahden viikon välein torstaina tai perjantaina, vastuuhenkilö Marja Kulmala p.040 507 0839.

**MUISTELUKERHO** joka toinen torstai klo 12-14 Pilttipubilla.

(parittomat viikot) vetäjä Mirja Peltonen 040 755 3437

**NESTORIT-TOIMINTA** yhteyshenkilö Matti Kiiski p.0440 645 047

## ELÄKELIITON VAHTO-RUSKO YHDISTYS

**PELIÄ / PORINAA** Maanantaisin klo 11-14

Pilttipubissa - Ruskon srk. keskuksessa

**TIISTAIKÄVELYT** Tiistaisin klo 9 - Vahdon srk. Talon pihalta - voi ottaa myös halutessaan sauvat mukaan - ja kävellään ottaen huomioon kaiken kuntoiset kävelijät.

**BOCCIA -pelailua** Tiistaisin klo 16-18 Laukolan koulun liikuntasalissa ( kulku Nousiaisten/Valpperin puoleisesta pääty ovesta)

**KUNTOJUMPPAA** Torstaisin klo. 16-17 Laukolan koulun liikuntasalissa ikäihmisille ( naiset/miehet) Ohjaajana Päivi Autio.

**MÖLKKY** - pelit maanantaisin klo 9 - 11 Merttelän koulun pihalla (huhtikuulta alkaen )

Yhteyshenkilönä : Milja Himala p. 041 430 1572

milja.himala@gmail.com

## KUOROT

**MONTE RUSKO** sekakuoro harjoitukset srk kodilla torstaisin klo 18.15. - 19.30 yhteyshenkilö Hanna tai Sami 040 556 5586

**ARIETTA** naiskuoro kokoonnumme torstaisin klo 18,Vahdon seurakuntatalolla tai kirkossa. Yhteyshenkilö Kaisa Salonen 050 371 3417

**HOPEINEN ILTARUSKO** Keskiviikkoisin klo 11.30-12.30 Ruskon seurakuntakeskus, kokoustila. musiikkityöntekijä Sauli Hannuksela 044 720 3705 ja 0400 121 857

**VAHRUS -KUORO** tiistaisin klo klo 14- 15.30. Ruskon seurakuntatalossa. Ohjaajana Ritva Sipilä 044 541 1010

**LAULUKERHO SADAT KIELET** kokoontuu joka toinen tiistai klo 10.30 Pilttipubissa. Kerhon ohjaaja: Irmeli Martti puh. 0400 782 872

**NUOTEISTA VIIS** Tiistaisin 17.30-19.00 Kirkonkylän koululla lina Karppijärvi 044 356 7200

## RUSKON SEURAKUNTA

**HOPEAKERHO** aikuisille Ruskon seurakuntalolla parillisina keskiviikkoina klo 13 -14.30.

**KOHTAAMISPAIKKA** aikuisille Vahdon seurakuntatalolla parittomina keskiviikkoina klo 13-14.30. Kerhojen kanssa teemme keväisin retkiä ja seurakuntavierailuja. Syyskausi päätetään jouluateriailla. Retkille ja jouluaterialle ovat tervetulleita muutkin kuin kerholaiset. Kesän päätteeksi varttuneella väellä on mahdollisuus osallistua diakonialeirille. Leirillä pääset rentoutumaan hyvän ruuan ja leppoisan ohjelman parissa ja hiljentymään viihtyisässä leirikeskuksessa. Syyskausi alkaa kesäpäivillä

**MIESTEN PIIRI** Ruskolla viraston kokoushuoneessa klo 14.00. kokoontumiset kahden viikon välein tiistaisin parillisilla viikoilla.

**HYVÄN MIELEN RYHMÄ** (mielenterveyskuntoutujat) kokoontuu joka toinen torstai parillisilla viikoilla klo 10-11 Seurakuntakeskuksen kokoustilassa, os. Vanhatie 7, Rusko. Ryhmä on vertaistukiryhmä, kahvitarjoilu

**KAHVITTELUPIIRI** Vahdon seurakuntatalon viraston kokoustilassa parillisilla viikoilla keskiviikkoisin kello 10-11 , vetäjänä Maarit Hiltunen- Vahdon papin kaffepaussi torstaisin klo 11-17, aihe vapaa. Aikaa ei tarvitse varata etukäteen.

**OMAI SHOITAJILLE** omia virkistyspäiviä ja retkiä.

**PEITTOPIIRI** Ruskolla joka toinen torstai parilliset viikot klo 13-15.00.  
L-Market, kokoustila. Erilaisia kädentaitoja

**PEITTOPIIRI** Vahdon seurakuntatalolla joka toinen tiistai parilliset viikot klo 13-15.

**LÄHETYS-BINGO** tiistaisin klo 13. Parilliset viikot Vahdon seurakuntatalolla ja parittomat viikot Ruskon Seurakuntakeskuksessa.

Vapaaehtoistoimintaan jatkuva tarve erilaisiin pieniin avustamistehtäviin mm. L-market, ulkoiluystävät, ikääntyneiden päivätoiminta, erilaiset tapahtumat.  
Lisätietoja diakoniatyöntekijät

Mari Nissi, p.044- 7203 706 tai Maarit Hiltunen, p. 040 532 5225