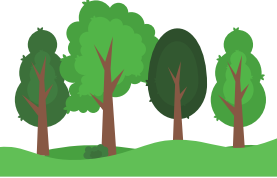
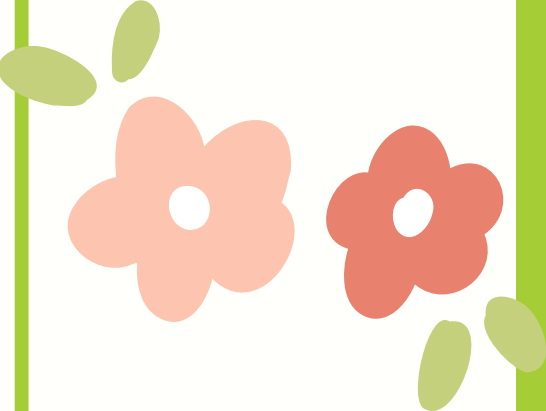


Wilhelmiina Tenholan viikko-ohjelma 10.-16.8.2026

wilhelmiina

Maanantai 10.8.	Tiistai 11.8.	Keskiviikko 12.8.	Torstai 13.8.	Perjantai 14.8.	Lauantai 15.8.	Sunnuntai 16.8.
10:00–10:20 Tuolijumppa ravintolassa 13:30-> Uimavuoro Wilhelmiina Taavetissa. Lähtö kävellen ravintolasta klo 13.30 16:00-16:45 Toivemusiikkituokio. Tervetuloa kuuntelemaan musiikkia. Voit halutessasi toivoa oman lempikappaleesi ravintolan terassilla 	10:00-10:20 Tuolijumppa ravintolassa  11:00-11:30 Rauhallinen kävely keskuspuistossa. Lähtö ravintolasta 14:30-15:15 Ulkopelejä. <i>Tervetuloa viettämään mukavaa hetkeä ulkoillen ja pelaillen ravintolan terassilla</i> 	10:00-11:00 Pitkä kävely keskuspuistossa. Lähtö ravintolasta 13:30-14:00 Päivän uutiset luettuna H-siiven olohuoneessa  14:30-15:15 Trivial Pursuit <i>Tule viettämään hetki tietovisan parissa</i> H-siiven olohuoneessa 	10:30–11:30 Kuntosalitreeni. Siirrytään salille ravintolasta klo 10.30 14:00-14:45 Aivojumppa ravintolan terassilla	10:00-10:20 Tuolijumppa ravintolassa 14:00-15:00 Wiltsun musiikkiraati H-siiven olohuoneessa 	Lauantaisaunat (omatoiminen) 17:00–18:00 Naiset 18:30–19:30 Miehet 	 Käännä 

Fysioterapeutti Matias lomalla 10.8.-16.8.2026

Ruokailuajat:

Aamupala klo 8:00-9:30

Lounas klo 11:00-13:30

Päivällinen ravintolassa klo 16:30-17:00