

Päivä ja aika	Tapahtuma	Paikka
MA 18.10. KLO 9.30	Tuolijumppa ~ Lauri Hakala ~	CARITAS – SALI
KLO 9 – 10	Naisten kuntosali	KUNTOSALI
KLO 13 – 14	Elokuvahartaus ~ Sairaanhoidtaja-diakonissaopiskelija Juha Penttinen ~	CARITAS – SALI
KLO 17	Tietovisa ~ Hyvät Naapurit ~	7. krs. AULA
TI 19.10. KLO 13 – 14	Yhteislaulut ~ Saarela Eila & Heikki ~	CARITAS – SALI
KE 20.10. KLO 10 – 11	Ikinuoret kuntosali	KUNTOSALI
KLO 10 – 11.30	Caritas-kuoro harjoittelee ~ Maksullinen. Oulu-opiston ryhmä ~	CARITAS – SALI
KLO 11.30 – 12.30	Caritaksen kannelryhmä ~ Maksullinen. Oulu-opiston ryhmä ~	CARITAS – SALI
TO 21.10. KLO 10 – 11	Pastorin Porinat ~ Vanhustyön pastori Miia Jokiranta ~	7. krs AULA
KLO 11 – 12	Kuntosali ~ Toiminnalliset alku- ja loppuverryttelyt~	KUNTOSALI
KLO 10 – 11	Elokuva: Hailuoto – saari joka nousee merestä	CARITAS – SALI
KLO 17	Konservatorion oppilaskonsertti	CARITAS – SALI
PE 22.10. KLO 10 – 11	Asahi / OUKALI ry ~ Oukali ry:n jäsenille maksuton, muille 2€ / kerta. Maksu ohjaajalle ~	CARITAS SALI
KLO 10 – 11	Ukkojen kuntosali	KUNTOSALI
KLO 13	Hartaus ~ Karjasillan seurakunta ~	KAPPELI
LA 23.10. KLO 13	Bingo ~ Osallistumismaksu 1€/krt, Hannele Korpivaara-Kuha ~	TAPIOLAN AULA
KLO 14	Kahvikupponen -Kahvila	TAPIOLAN AULA

Muista noudattaa turvallisuusohjeita,
huolehtia käsihygieniasta ja pitää turvavälit.

INFO AVOINNA:

MA, KE ja PE klo 13 – 14 ja TI & TO klo 10 – 11

www.caritaslaiset.fi

RUOKALISTA VIIKOLLE 42

MAANANTAI 18.10.	Broileria juustokastikkeessa (L, G) Savulohipastavuoka (L) Porkkanasosekeitto (L, G)
TIISTAI 19.10.	Kaalikääryleet (M, G) Rössypotut (M, G) Punajuuripyörykät (G, L)
KESKIVIIKKO 20.10.	Makkarapihvit (L, G) Koskenlaskijan kalakeitto (L, G) Välimeren kasvisgratiini (G, L)
TORSTAI 21.10.	Hedelmäinen broilerikastike (L, G) Jauheliha-makaronilaatikko (L) Kukkakaalisosekeitto (L, G)
PERJANTAI 22.10.	Lohikeitto (L, G) Pizzaperjantai (L)

KAHVILASTA PAKATTUNA VIIKONLOPUKSI:

Lihapullakastike (L, G)
Liha-juurespata (L, G)

KÄYTÄMME KOTIMAISTA LIHAA

Huom! Muutokset mahdollisia.

LOUNASBUFFET (sis. kaikki lämminruoka vaihtoehdot, salaattipöytä, juoma, leivät, kahvi ja jälkiruoka) 8,00 € (65v+) ja 9,90 € (muut)

CARITAS RAVINTOLAT

Ravintola Caritas

Kapellimestarinkatu 2
puh. 044 468 4206

Lounas tarjolla ma – pe klo 10.30 – 13.30
Cafe Caritas avoinna ma – pe klo 7.30 – 15.00

Tervetuloa!

CARITAS

Keskellä elämää.