

*Iloa ja hyvää mieltä koronakevääseen!  
Perinteinen kevättapahtuma tänä vuonna netissä.  
Tule mukaan omalta kotisohvaltasi.*

Hyvän olon webinaari  
**Kevättä rintaan ja vireyttä mieleen**  
**18.5.2021 klo 10-15**

**AAMUPÄIVÄ**

<b>Klo 10.00</b>	<b>Webinaarin avaus</b>
<b>Klo 10.05</b>	<b>Pienimuotoinen teatteriesitys</b> - Kuopion kansalaisopisto
<b>Klo 10.20</b>	<b>Ensiapu/Terveyspiste</b> - SPR
<b>Klo 10.35</b>	<b>Taukojumppa</b>
<b>Klo 10.45</b>	<b>Ikäystävällinen orkesteri</b> - Kuopion kaupunginorkesterin pienyhtye
<b>Klo 11.00</b>	<b>Tietoa ja tarinoita – Kantin palveluja senioreille</b>
<b>Klo 11.10</b>	<b>Katsaus ikäteknologiaan ja sen mahdollisuuksiin</b> - Valli Ry, Kaisa Huuhtanen
<b>Klo 11.40</b>	<b>Harrastuksena opiskelu</b> - SnellmanEDU
<b>Klo 12.00</b>	<b>Sawon Talentti 60+</b>
<b>Klo 12:10-13:00</b>	<b>Tauko</b>

**ILTAPÄIVÄ**

<b>Klo 13.00</b>	<b>Vastavoimia korona-arkeen</b> - Ikäinstituutti, Ikäopisto, suunnittelija Stina Fågel
<b>Klo 13.30</b>	<b>Riittävä ravitsemus</b> - Savonia AMK, Wellness-tradenomi opiskelija, Jooseppi Kauhanen
<b>Klo 13.50</b>	<b>Taukojumppa</b>
<b>Klo 14.00</b>	<b>Uusi Tieliikennelaki</b> - Liikenneturva, Erkki Savolainen
<b>Klo 14.20</b>	<b>Iloa ja innostusta vapaaehtoistyöstä</b> - Kuopion kaupungin hyvinvointikoordinaattori Tanja Tilles-Tirkkonen
<b>Klo 14.40</b>	<b>Minä - huolenpidon arvoinen?</b> - Omaishoitajaliitto, Pohjois-Savon Omaishoitajat ry toiminnanjohtaja Johanna Nikonen
<b>Klo 15.00</b>	<b>Sawon Talentti 60+ ja tapahtuman päätös</b>

**Liity webinaariin 18.5.2021 tästä linkistä**

<https://zoom.us/j/97150483695>  
**Meeting ID:** 971 5048 3695

**Ohjeet eri laitteilla osallistumiseen**

**Tietokone** <https://www.youtube.com/watch?v=KJmTgJ5W6Wo>

**Tablet tai älypuhelin** <https://www.youtube.com/watch?v=5IAjMly1hIU>

# Sinustako Savon Talentti 60+?

Onko sinulla jokin kyky, joka on vielä tuntematon ja jonka haluaisit tuoda esiin?

Oletko Savon nopein halkopinon tekijä?

Osaatko imitoida lintuja tai jotain muuta?

Onko laulunlahjasi vielä tuntematon?

Oletko virkkausvirtuoosi tai nerokkain neuloja?

Pieksetkö huumoria, oletko vitsiniekka?

Taidatko Savon murteen? Oletko notkea?

Taitava lausuja? TAI ihan mitä vain?

**Ole rohkea. Tule mukaan tuomaan iloa ja hyvää mieltä koronakevääseen meille kaikille!**

## OHJEET OSALLISTUMISEEN

- Esitys voi olla yhden henkilön talentti tai ryhmän yhteinen
- Kuvaa älypuhelimella video kyvystäsi. Videon pituus minimissään 30 sek., ja maksimissaan 2 minuuttia
- Mainitse videon alussa nimesi, kotipaikkasi ja talenttisi
- Lähetä linkki videoon 7.5.2021 mennessä osoitteella ari-pekka.vaisanen@kuopio.fi tai WhatsAppilla numeroon: 044-718 4719
- Voit kysyä lisätietoja sähköpostitse

**Viisi eniten hyvää mieltä tuonutta tai hämmästyttä herättänyttä talenttvideota julkaistaan 18.5.2021 Hyvän olon -webinaarissa**

Näistä viidestä parhaan talentin äänestys käynnistyy webinaaripäivänä jälkeen Savon Sanomien nettisivuilla. Äänestys kestää 1.6. asti.

**Talentti-iloittelun voittaja julkaistaan kesäkuun alussa.**

**Kaikki viisi finalistia palkitaan.**

## YHTEISTYÖSSÄ WEBINAARISSA

- Kuopion Kaupunki: kansalaisopisto, vanhuspalvelut, kulttuuripalvelut, liikuntapalvelut, muistihoitajat, kirjasto, museo, kaupunginorkesteri, asukastoiminta
- SPR
- Pohjois-Savon Muisti ry
- Pohjois-Savon Omaishoitajat ry
- Pohjois-Savon Sydänpiiri
- Seniorien ATK-yhdistys SAVONETTI ry
- SnellmanEDU
- Vire Tori/ Savonia AMK
- Valli Ry
- Liikenneturva
- Ikäinstituutti/Ikäopisto