

Päivä ja aika	Tapahtuma	Paikka	
MA 14.1.	KLO 9 – 10	Naisten kuntosali	KUNTOSALI
	KLO 11.30 – 12	Vapaa uintivuoro	TERAPIA-ALLAS
	KLO 12 – 12.30	Allasjumppa ~ <i>Maksullinen</i> ~	TERAPIA-ALLAS
	KLO 13 – 13.45	Vire-Lavis ~ <i>Raija, maksullinen, 5€ / kerta</i> ~	2. krs AULA
	KLO 14	"Täällä pohjan tähden alla"- yhteislaulutilaisuus ~ <i>OAMK:n opiskelijat</i> ~	CARITAS-SALI
	KLO 14 – 15	Sonaatti kahvila ~ <i>A-rapun kellarin kerhotila</i> ~	SONAATTI
	KLO 16 – 17.30	Raamattu ja keskustelupiiri ~ <i>Pasi Kurikka</i> ~	2. krs AULA
TI 15.1.	KLO 11 – 11.30	Tuolijumppa ~ <i>Lauri Hakala</i> ~	CARITAS-SALI
	KLO 14	Tietovisa ~ <i>Maikki</i> ~	7. krs AULA
KE 16.1.	KLO 9 – 10	Keskiviikon kuntosaliryhmä	KUNTOSALI
	KLO 10 – 11.30	Caritas kuoro ~ <i>Oulu-opiston ryhmä</i> ~	CARITAS-SALI
	KLO 11.30 – 12.30	Caritas kannelryhmä ~ <i>Oulu-opiston ryhmä</i> ~	NEUVOTTELUHUONE
	KLO 11.30 – 12	Vapaa uintivuoro	TERAPIA-ALLAS
	KLO 12 – 12.30	Allasjumppa ~ <i>Maksullinen</i> ~	TERAPIA-ALLAS
TO 17.1.	KLO 10 – 11	Voimaa kinttuihin	TAPIOLAN AULA
	KLO 12 – 14	Käsityökerho	7. krs AULA
	KLO 14 – 15	Levyraati ~ <i>Musiikista vastaa Caritas Celesta</i> ~	2. krs AULA
PE 18.1.	KLO 9 – 9.45	Kuntopiiri Ikinuoret	KUNTOSALI
	KLO 9.45 – 10.30	Ukkojen kuntosali	KUNTOSALI
	KLO 11 – 11.30	Vapaa uintivuoro	TERAPIA-ALLAS
	KLO 11.30 – 12	Allasjumppa ~ <i>Maksullinen</i> ~	TERAPIA-ALLAS
	KLO 13	Hartaus ~ <i>Marja-Leena Tahkola</i> ~	KAPPELI
LA 19.1.	KLO 12 – 13	Porina & muistipelipiiri	7. krs AULA
	KLO 13.30	Ruustinnan kaffela	TAPIOLAN AULA
SU 20.1.	KLO 13 – 14	Pelituokio ~ <i>Ohjaajana Abdullahi</i> ~	2. krs AULA
	KLO 14 – 15	Rauhanyhdistyksen seurat	CARITAS-SALI

INFO AVOINNA:

**MA KLO 9 – 11 & 13 – 15, TI KLO 9 – 11, KE KLO 9 – 11 & 13 - 15,
TO KLO 9 – 11 & 13 – 15 ja PE KLO 9 – 11 & 13 – 14**

CARITAS-KODIN ASIAKASPALVELU PUH. 044 999 1919

www.caritaslaiset.fi

LOUNASLISTA VIIKOLLE 3

MAANANTAI 14.1	Hapankaali-possupata (M, G) Kasviskääryle (M) Siskonmakkarakeitto (L, G)
TIISTAI 15.1.	Provencen lihapata (L, G) Yrttikuorrutettu seipala (L, G) Rössypotut (L)
KESKIVIIKKO 16.1.	Lihapullapannu (M, G) Broiler-omenakastike (L, G) Inkivääri-porkkanakeitto (L, G)
TORSTAI 17.1.	Maksalaatikkoa (L,G) Kapris-lohipastaa (L) Broileri-kukkakaalikeitto (M,G)
PERJANTAI 18.1.	Keitetyt nakit ja sipulikastike (L, G) Uunipuuroa (L, G) Jauhelihakeittoa (M, G)
LAUANTAI 19.1.	Riistakeitto (L, G) Broilerwokki (L, G)
SUNNUNTAIKSI 20.1. PAKKAAMME	Jauhelihalasagnette (L, G)

Huom! Muutokset mahdollisia.

RAVINTOLA SULJETAAN LAUANTAISIN KLO 13.00

CARITAS RAVINTOLAT

Ravintola Caritas

Kapellimestarinkatu 2

puh. 044 468 4206

Lounas tarjolla ma - pe klo 10.30-14.00, la 10.30-13.00 (8-13)

Cafe Caritas avoinna ma – pe klo 7.30 – 16.00

Tervetuloa!

CARITAS

Keskellä elämää.