



HUMPAPPAA jaetaan tiedotteena joka talouteen joka kuukauden 4. keskiviikkona tai torstaina. Palstalle otetaan myös kaikkien humppilalaisten järjestöjen ilmoituksia niiden järjestämistä liikunta-, nuoriso- ja kulttuuritapahtumista. Ilmoitukset jätetään sähköpostina kuukauden 15. päivään mennessä osoitteeseen [neuvonta@humppila.fi](mailto:neuvonta@humppila.fi)

### **KIRJASTO**

Kirjasto on suljettu 30.8. – 19.9.2021 välisen ajan omatoimikirjastoon liittyvien muutostöiden vuoksi. Eräpäivät eivät osu tuolle aikavälille. Kirjastoon pystyy palauttamaan kirjoja sulkuaikana palautuslaatikkoon, mutta varauksia ei pysty hakemaan. Lehdet ovat luettavissa kirjaston vieressä Nuorisotilalla (lisakinkuja 1, 31640 Humppila, kauppakulman rakennuksessa, sisäänkäynti kirjaston päädyssä) arkisin klo 10-13.

### **HUMPPILAN KUNNAN LIIKUNTA**

**Humppilan kunnan liikunta syyskaudelle: 6.9.-17.12. Muutokset ovat mahdollisia. Noudatetaan kaikkia koronasääntöjä.** Liikunnanohjaaja Marina Alapere puh. 044 70 64 427

#### **Maanantai**

klo 9.30 - 10.30 Sauvakävely, pururadan kierros, hengitysharjoitus, liikuntatuokio, (kokoontumispaikkana pururadan alku, alhaalla)

klo 12.00 - 12.30 Vesijumppa senioreille, Forssa Vesihelmi

klo 16.00 - 17.00 Kuntokellari, ohjattu kuntoliikunta aloittelijoille

#### **Tiistai**

klo 9.30 - 10.00 Keppijumppa, ikäihmisten liikuntaryhmä. Vanhan päiväkodin pihalla

klo 11.00 - 11.45 Monipuolinen tuolijumppa, senioreille + kaikille avoin, Lintukoto

klo 15.00 - 16.00 Henkilökohtainen liikuntaneuvonta. Voit ottaa yhteyttä Marinaan 044 706 4427

klo 18.00 -19.00 Terve selkäranka/liikunta. Päiväkoti, Lintukoto

#### **Keskiviikko**

klo 10.00 - 10.45 Liikuntaa senioreille, Silvalan puisto

klo 11.15 - 12.00 Senioreille ohjattu kuntoliikunta, Kuntokellarissa

klo 14.00 - 14.30 Taukoliikunta/Niska-hartia liikunta, Kunnantalon työntekijöille

klo 17.30 - 18.15 Koko vartalon kuntoliikunta sekä rentoutus pilates pallon, vastuskuminauhan, pienten käsipainojen kanssa ym. Lintukoto

#### **Torstai**

klo 9.30 - 10.00 Keppijumppa, ikäihmisten liikuntaryhmä. Vanhan päiväkodin pihalla

klo 11.00 - 11.45 Kuntokellarissa ohjattu liikunta, Diabetesryhmä + kaikille avoin

klo 13.00 - 14.00 Aivojumppaa ja tuolijoogaa senioreille + kaikille avoin. Päiväkoti, Lintukoto

klo 17.00 - 17.45 Taitoa ja tasapainoa senioreille. Työväentalolla

#### **Perjantai**

klo 9.30 - 10.30 Sauvakävely, hengitysharjoitus ja liikuntatuokio (kokoontumispaikkana pururadan alku, alhaalla).

### **Kuntosalin vakiovuorot ajalle 1.9-31.12.2021:**

Tiistai

Naisten kuntosali klo 18.30-19.30

Keskiviikko

Naisten kuntosali klo 18.00-19.30

Torstai

Miesten kuntosali klo 18.30-20.00

Perjantai

Tyttöjen kuntosali klo 16.45-17.30

### **NUORISOTOIMI**

Humppilan nuorten oma kokoontumispaikka nuorisotila Vaijeri aukeaa!

Vaijerissa voit pelata bilistä, haastaa kaverit pöytätenniksessä, pelata lautapelejä, wiiU:ta ja pleikkaria, katsella telkkaria, jutustella hyvässä seurassa tai vain olla ja hengaila! Tilalla on aina paikalla aikuinen ohjaaja, pääosin nuoriso-ohjaaja Maarit ja lisäksi muita ohjaajia.

Nuorisotila Vaijerin toiminta alkaa pe 27.8.:

ma klo 17-20 7.lk-17-vuotiaat

ti klo 17-20 5.lk- 17-vuotiaat

ke klo 15-16 Puuhis-nuokkari 3.-4.luokkalaisille, erikseen ilmoitettuna ajankohtina K16-nuokkari

to klo 17-19 Pikkis-nuokkari 5.-7.luokkalaisille



pe klo 18-22 7.lk- 17-vuotiaat  
joka kuun ensimmäinen lauantai klo 17-21 5.lk- 17-vuotiaat ( la 4.9.,la 2.10...)

Ohjeita: Nuorisotoimi toivoo, että 3.-6.luokkalaiset ilmoitetaan mukaan toimintaan ja sitä kautta saamme huoltajien yhteystiedot tiedottamista ja muuta yhteydenpitoa varten.

Nettisivuilta löytyy tilan säännöt ja yhteystietolomake, jos huoltaja haluaa yhdessä nuoren kanssa käydä läpi nuorisotilan säännöt ja täyttää yhteystiedot, lomake palautetaan nuoriso-ohjaajalle.  
<https://www.humppila.fi/vapaa-aika/nuoriso/nuorisotila-vaijeri/>

### **Nuorisotoimen liikuntasalivuoro: perjantaisin klo 15-16.30**

3.9. alkaen  
5.lk -20-vuotiaat  
Ilmoittaudu etukäteen ja kerro toivelaji, esim.  
sulkapallo.  
ohjaajana Maarit

### **Tyttöjen kuntosalivuoro: perjantaisin klo 16.45-17.30**

3.9. alkaen  
7.lk -20-vuotiaat  
ohjaajana Maarit

**Etsivä nuorisotyö:** Tukee nuorta pulmatilanteissa: talous, opiskelu, työ, vapaa-aika, terveys, ihmissuhteet... Ota rohkeasti yhteyttä! Nuoriso-ohjaaja/etsivä nuorisotyöntekijä Maarit Iso-Jaakkola, 050 3629166, [maarit.iso-jaakkola@humppila.fi](mailto:maarit.iso-jaakkola@humppila.fi), Instagram: humppila\_nuorisotoimi, Facebook: nuoriso-ohjaaja Maarit Iso-Jaakkola

### **SADONKORJUUMARKKINAT**

Sadonkorjuumarkkinat järjestetään vuonna 2021 Suomen Luonnon päivänä 28.8.2021 Humppilassa Kenkämaailman pihalla. Tapani Kangas esiintyy lavalla klo 12.15 sekä 14.00, Taikuri Joni Suvanto viihdyttää pienempääkin yleisöä klo 13.00, Martat pitävät pienen tietoiskun säilönnästä klo 15.00 ja Jokirannan Rivimimit tanssahtelee rivitanssia klo 15.30!

Lisätietoja saa kulttuurikoordinaattori Tiia Reimanilta, puh. 044 7153635 ja sähköpostilla [tiia.reiman@humppila.fi](mailto:tiia.reiman@humppila.fi)

### **HUMPPILAN MAA- JA KOTITALOUSNAISET:**

Käsityöilta 14.9.2021 klo 18-20, Asematie 3  
Novellikoukku 29.9.2021 klo 17-19, kirjastossa

### **HUMPPILAN VEIKOT**

Humppilan Veikkojen yleisurheilukisat ti 31.8 klo 18.00 yleisurheilukentällä. Sarjat 3 v ylöspäin. Ilmoittautuminen [pesisjunnuhuve@gmail.com](mailto:pesisjunnuhuve@gmail.com) tai kentällä klo 17.30 alkaen. Lisätietoja [pesisjunnuhuve@gmail.com](mailto:pesisjunnuhuve@gmail.com)

### **FORSSAN SEUDUN HYVINVOINTIKUNTAYHTYMÄ TIEDOTTAA**



Lauantaina 28.8. järjestetään Walk in-rokotustapahtuma Forssassa Sortoahan rokotuspisteellä. Tuolloin kaikki 12 vuotta täyttäneet voivat tulla ottamaan joko 1. tai 2. rokotteen. Mukaan tulee ottaa kuvallinen henkilöllisyystodistus.

### **MITEN TOIMIT JOS EPÄILET KORONATARTUNTAA?**

Korona testiin tulee hakeutua lievissäkin oireissa. Täytä sähköinen koronavirustaudin oirearvio [Omaolo.fi](https://omaolo.fi)-palvelussa. Palvelu antaa sinulle oiretilanteen perusteella ajanvarauksen koronanäytteenottoon tai ohjeet, miten toimia. Mikäli et voi tehdä sähköistä oirearviota, ota puhelimitse yhteyks omalle terveysasemallesi.

### **MITEN EHKÄISET KORONAVIRUKSEN LEVIÄMISTÄ?**

Hyvä hygienia on paras tapa ehkäistä koronaviruksen ja kaikkien muidenkin virusten leviämistä. Pese kädet usein huolellisesti vedellä ja saippualla. Suojaa suusi, kun yskit tai aivastat. Käytä esimerkiksi nenäliinaa tai hihaa. Älä yski tai aivasta kämmeneesi. Kasvomaskia on hyvä käyttää aina tilanteissa, joissa lähikontaktien välttäminen on vaikeaa.