



8 / 2026 PERHOLAINEN



Perhon Joulunavaus

lauantaina 28.11.2026 klo 11.00–14.00 Perhon Seuroentalolla

Myyntipaikkavaraukset Olavilta p. 044 0713665. Paikkamaksu 10 €.

Ohjelmassa joulumyyjäiset, arvontaa, Perhon Reserviläisten tarjoilema joulupuuro, musiikkia ja tanssiesityksiä sekä vapaa-aikatoimen palkitsemiset. Joulupukki vierailee.

Tervetuloa!

.....

Opiskelijabonukset!

Hei opiskelija! Muistathan hakea opiskelijabonusta vuoden loppuun mennessä!

Opiskelijabonukseen ovat oikeutettuja;

- 1.8.2026 Perhon kunnassa kirjoilla oleva alle 21-vuotias
- peruskoulu suoritettu
- opiskelija on 2.asteen koulussa tai korkea-asteen oppilaitoksessa kirjoilla, läsnäolevana opiskelijana

Lue tarkemmin www.perho.com

.....

Onko sinulla näkemyksiä Perhon liikenneturvallisuudesta? Vastaa kyselyyn!

Perhon kunta kysyy parhaillaan palautetta asukkailta ja alueella muuten liikkujilta liikenneympäristöstä, erityisesti liikenneturvallisuuksien näkökulmasta. Palautettasi voit antaa tämän kyselyn kautta! Kysely on avoin kaikille ja siinä voit antaa palautettasi myös suoraan kartalle. Kysely toteutetaan osana Perhon liikenneturvallisuuksien toimintaa ja sitä käytetään jatkossa tärkeänä lähtötietona liikenneturvallisuuden liittyvien toimenpiteiden suunnittelussa.

Kyselyyn vastaaminen vie aikaa noin 10–20 minuuttia. Parhaiten kyselyyn vastaaminen onnistuu tietokoneella, mutta vastaaminen onnistuu myös kännykällä tai tabletilla. **Kysely on avoinna 26.10.–15.11.2026.**

Kyselyyn pääset lukemalla QR-koodin tai seuraamalla linkkiä:

<https://app.maptionnaire.com/q/7f6li4cdy7g9>

Lisätietoa kyselystä antavat:

Kirsi Översti, liikenneturvallisuuksien toimija,
Ramboll Finland Oy, (kirsi.oversti@ramboll.fi)



.....



KPO ICE SKATING -

koko perheen luistelutapahtuma Perhon jäähallilla
sunnuntaina 29.11.2026 klo 14.30–16.30!

Luvassa kaksi tuntia ohjelmaa ja musiikkia jäällä, palkintoja sekä lämmintä juotavaa.



Kunnanvaltuuston kokous maanantaina 14.12.2026 klo 18.30 Kunnantalolla, Haanensalissa.

Esityslista nähtävänä kunnan internet-sivulla 10.12. lukien www.perho.com -> **Pöytäkirjat/esityslistat**

Kokousta pääset seuraamaan suorana internetistä osoitteessa: www.perho.com

Tarkistettu pöytäkirja pidetään yleisesti nähtävänä kunnan nettisivuilla to 17.12.2026 lähtien.

Sarita Kirvesmäki

Kunnanvaltuuston puheenjohtaja

Kertakäyttökortit Perhon kuntosalille

Perhon kuntosali ja Perhon St1-huoltoasema ovat sopineet, että kertakäyttöisen salikortin voi lunastaa arkisin klo 18.00 mennessä ja lauantaisin klo 14.00 mennessä huoltoaseman palvelutiskiltä.

Vuoden mittaan kertakäyttöisten kuntosalilätkien käytössä on ilmennyt väärinkäytöksiä. Joko lätkiä ei palauteta käytön jälkeen kuntosalin eteisessä olevaan palautusboxiin tai maksu jätetään maksamatta. Vapaa-aikatoimi muistuttaa, että kuntosalimaksut ovat perintäkelpoisia eli mikäli maksua ei makseta asiakkaan ilmoittamaan puhelinnumeroon toimitetun maksulinkin kautta, se siirtyy perintään. On hyvä muistaa, että kertakäyttöiset lätkät ovat tarkoitettu nopeaan kiertoon ja saatavilla lähinnä helpottamaan kuntosalille pääsyä viikonloppuisin ja loma-aikaan, mikäli pidempiaikaiseen treenailuun tarkoitettu kuntosalikortti on jäänyt hankkimatta.

Toimi näin:

1. Nouda salikortti ST1-huoltoaseman palvelutiskiltä. Lunastuksen yhteydessä asiakkaalta kysytään nimi, puhelinnumero sekä luovutetun kuntosalikortin numero, käyttökerrat ja allekirjoitus.
2. Käy kuntosalilla oman aikataulusi mukaan – kuntosali on auki 5.30–22.00 joka päivä.
3. Palauta kuntosalilätkä käytön jälkeen kuntosalin tuulikaapissa olevaan lukittuun palautusboxiin.
4. Salimaksu maksetaan jälkikäteen puhelimeesi tekstiviestinä saapuvan maksulinkin kautta. Mikäli maksaminen linkin kautta ei onnistu, ota yhteys vapaa-aikatoimistoon p. 040 662 4632

Mukavaa kuntosalikäyntiä!

Lisätietoja kuntosalin asiakaspalvelusta kuntosali@perho.com tai p. 040 662 4632

Kuka kulkee pisimmälle? -liikuntakampanja

Kaustisen seutukunnan vapaa-aikatoimet järjestävät kilpailun siitä, mikä kunta liikkuu pisimmälle. Kilpailun aikaväli on marraskuussa 1.11.–30.11.2026

Kaikenlaiset liikuntamuodot (hyötyliikunta, lihaskuntoilu, kestävyysliikunta ja urheilu) hyväksytään. Osallistua voit siis vaikkapa haravoimalla, pyöräilemällä, tai kuntosalilla painoja nostelemalla.

Merkkaa osallistujakorttiin yhteystietosi, liikuntaan käyttämäsi aika ja marraskuun päätteeksi laske liikuntatunnit yhteen. Vapaa-aikatoimet laskevat myöhemmin, miten pitkälle liikuntaan käytetyllä ajalla olisi keski-verta aikuinen kulkeutunut (keski-verta aikuinen liikkuu tuntiin n. 5,4 km matkan).

Katsotaan mikä kunta pääsee pisimmälle!

Vapaa-aikatoimet arpovat kaikkien osallistuneiden kesken 300€:n lahjakortin Intersportiin sekä kuntakohtaisia tuotepalkintoja!

Osallistujakortteja voi hakea lisää vapaa-aikatoimilta sekä niiden ilmoittamista paikoista.

Palauta täytettynä 4.12.2026 mennessä oman kotikuntasi vapaa-aikatoimelle



Nimi:
Osoite:
Puhelin:

Pvm	Suoritus (aika)	Pvm	Suoritus (aika)	Pvm	Suoritus (aika)
1.11.		11.11.		21.11.	
2.11.		12.11.		22.11.	
3.11.		13.11.		23.11.	
4.11.		14.11.		24.11.	
5.11.		15.11.		25.11.	
6.11.		16.11.		26.11.	
7.11.		17.11.		27.11.	
8.11.		18.11.		28.11.	
9.11.		19.11.		29.11.	
10.11.		20.11.		30.11.	



Marraskuun yhteenlaskettu liikuntamäärä _____tuntia

Kirjasto Perholinnassa tapahtuu



MARRASKUU
3.11. ja 17.11.

JOULUKUU
1.12. ja 15.12.



KIRJASTON SATUTUNNIT

JOKA TOINEN TIISTAI
KELLO 18
MÄNTYMITTARISSA

Huom! Satutuntien ajan kirjastossa asioidaan omatoimisesti! Asiakaspalvelua saatavilla satutunnin jälkeen ennen sulkemisaikaa, n. klo 18.45 alkaen.

KIRJOITUSTREFFIT ON AVANNUT
SANAISEN ARKKUNSA.
NÄYTTELYSSÄ TREFFILÄISTEN TEKSTEJÄ
ELÄMÄN ERI PUOLILTA.

RUNOJA, AJATUKSIA JA TAJUNNAN VIRTAA.

KIPURAJA

PERHON KIRJASTON SINISIIVESSÄ
4.-29.11.2026

Näyttely avoinna myös omatoimiaikana



TI 10.11.2026

KLO 19



Kipuraja-näyttelyn treffit
naapureille ja kylänmiehille!
Kirjoittajat paikalla, kahvia tarjolla.

KLO 20

Rentouttava mielikuvamatka,
vetäjänä rentoutusohjaaja Terhi Riutta
(Rentoutuksen kesto noin 20 min)



"Ääneti kuu käy kulkuaan"

TI 24.11.2026 KLO 19

TÄYDENKUUN TARINATUOKIO
KIRJASTON MÄNTYMITTARISSA

Marraskuisena täydenkuun iltana lasketaan yhdessä
kierroksia ja hiljennetään vauhtia. Tällöin jouluaattoon
on täsmälleen yhden kuunkierron aika.



Saat tulla ja vain olla. Ota vaikka keskeneräinen
käsityö mukaan. Kuuntele ääneen luettuja tarinoita
ja runoja. Jutustellakin saa - joulunodotuksen
tunnelmista tai kuulumisista yleensä.

Tarinatuokio on avoin kaikille ja kaikenikäisille.

Iltakahvit ja -glögöt tarjolla.

Lämpimästi tervetuloa mukaan!



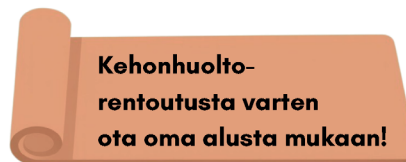
Liikuntaneuvontaa
Keski-Pohjanmaan maaseutukuntiin -hanke

KEHONHUOLTO-RENTOUTUS

& tietoisuus hankkeesta,
liikunnasta ja ravitsemuksesta!

KE 18.11.2026 KLO 17.30 KIRJASTOSSA

Liikuntaneuvontaa Keski-Pohjanmaan maaseutukuntiin-
hankkeen koordinaattori Salla Valo
antaa maksutonta opastusta liikunta-asioissa.
Tilaisuudessa Salla kertoo hankkeesta
sekä liikunnan ja ravitsemuksen
merkityksestä hyvinvoinnissa.



Tapahtuma on maksuton.
Tarjolla kahvia ja pientä purtavaa.
Lämpimästi tervetuloa mukaan!

Seuraava kokoontuminen
ke 18.11.2026 klo 19 kirjaston Sinisiivessä.

Luettavana Hurme, Juha: Suomen
nuijituin nainen sekä vapaavalintainen
Anni Polvan teos.

Lisätietoja kirjastosta
puh. 040-5598331 / Kerttu.

Tervetuloa mukaan!



LU
KU
PII
RI

PASSIKUVAUSTA ilman
ajanvarausta!



PERHON KIRJASTOSSA
TO 19.11.2026 KLO 16 - 17

Kannuksen passikuva
puh. 041 480 3986

Äänimaljarentoutus

KESKIVIKKONA 25.11. KELLO 18.30
KIRJASTON SINISIIVESSÄ



Osallistumismaksu 12 € / henkilö.

Ota mukaan juomapullo, makuualusta, tyyny,
viltti ja villasukat. Sointukylpy kestää noin tunnin ajan.
Tapahtuman järjestää Tmi Aulikki Salmela.

Omaishoidon porrastettu tukimalli julkaistu läheistään hoitavien tueksi

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soiten verkkosivuille on julkaistu Omaishoidon porrastettu tukimalli, joka kokoaa laajasti tietoa ja tukea läheistään hoitaville henkilöille. Tukimalliin on koottu omaishoidon eri vaiheissa tarvittavaa tietoa yhteen paikkaan.

Tukimallin tavoitteena on sujuvoittaa läheistään hoitavien ja omaishoitajien arkea. Kun omaan tilanteeseen sopivat palvelut, tuki ja yhteystiedot ovat helposti löydettävissä, myös omaistaan hoitavien hyvinvointi voidaan turvata paremmin.

Voit tutustua tukimalliin Soiten verkkosivuilla osoitteessa Omaishoidon porrastetun tukimallin palveluketju - Soite. Sivulla voit antaa tukimallista myös palautetta tukimallista. Palautetta hyödynnetään tukimallin kehittämisessä.

Vaihtoehtoisesti voit saada omaan tilanteeseesi sopivia tukimallin osioita myös tulostettuina kokonaisuuksina. Tulosteita on saatavilla hanketoimijoiden, omaishoidosta vastaavan työntekijän ja omaishoidon terveydenhoitajan kautta.

Ainutlaatuisesti arjessa -hanke on työstänyt tukimallin yhteistyössä kuntatoimijoiden, seurakuntien, yhdistysten sekä muiden ammattilaisten ja toimijoiden kanssa. Ainutlaatuisesti arjessa -hanke toteutetaan Terveystiedon määrärahalta vuosina 2025–2027.

Lisätietoja antaa:

Minna Dahlbacka, kehittäjäkoordinaattori
puh. 040 80 42763, minna.dahlbacka@soite.fi

Paula Hautala, hanketyöntekijä ja kirjaamisiasiantuntija
puh. 040 804 2969, paula.hautala@soite.fi

Niina Alatalo hanketyöntekijä ja kinestetiikkatutor
puh. 040 804 2859, niina.alatalo@soite.fi

Marke Parpala hanketyöntekijä ja omaishoitajien terveydenhoitaja
puh. 040 804 3535, marke.parpala@soite.fi



Apuvälinelainaamo ja kuntoutus tiedottaa

Soiten Perhon terveysaseman apuvälinelainaamo ja kuntoutus ovat auki maanantaista keskiviikkoon klo 8-15 31.12.2026 asti.

Huomioithan tämän esimerkiksi leikkaukseen valmistautuessasi: hae tarvittavat apuvälineet ajoissa!

Soittoaika ma-ke klo 8.00-9.00. Soitamme takaisin tarvittaessa. p. 040 8044060 sekä 040 8043101. Akuuteissa tilanteissa apuvälineiden noudot Tunkkarilta tai Apuvälinekeskuksesta Kokkolasta.

Tunkkari, p. 040 8045102
Apuvälinekeskus, p. 040 8065598 (jätä takaisinsoittopyyntö)

Ollaan yhteyksissä! - Joanna kuntoutuksesta



Syksyn influenssa- ja koronarokotukset Perhossa

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soite järjestää influenssa- ja koronarokotuksia toimipisteissään loka-marraskuussa.

Perhon terveysasemalla (Vanhainkodintie 20) rokotukset järjestetään

- pe 13.11. klo 8.30–15.30
- pe 20.11. klo 8.30–15.30

Samalla rokotuskerralla saa influenssarokotteen ja koronarokotteen, mikäli kuuluu rokotteiden kohderyhmään. Rokotuspisteillä on mahdollista saada myös kurkkumätä-jäykkäkouristustestihaste. Rokotukset järjestetään ajanvarauksella. Varaa aika:

- DigiSoiten Omahaito-palvelussa osoitteessa digisoite.fi
- terveyskeskuksen sairaanhoitajan chat-kanavan kautta osoitteessa soite.fi.

Lue lisää rokotuksista ja katso koko Soiten alueen rokotusaikataulu osoitteesta <https://soite.fi/ajankohtaista>.

ELÄKELÄISTEN KAHVITILAISUUDET SYKSYLLÄ 2026

Seuraava kahvitilaisuus Perhon Seurojentalolla Jukolan kellarissa 10.11.klo 11 alkaen. Onni Pohjonen tulee soittamaan haitaria.



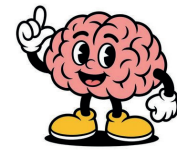
Vuoden viimeinen kahvitilaisuus on Seurojentalon kahviossa tiistaina 8.12. torttukahvien merkeissä. Tilaisuudessa yllätysohjelmaa. Jos omistat tonttulakin, ota se mukaan.

AIVO- JA MUISTIKAHVILATOIMINTA PERHOSSA

Tervetulloa vertaistukitapaamiseen ikään ja terveyteen liittyvissä asioissa. Jatketaan maakuntiin tutustumista ja yhteistyökumppaneina ovat Eläkeliitto ja Suomenselän Muisti. Tilaisuudet ovat kaikille avoimia ja allustuksena asiantijan puheenvuoro. Kahvit L & P Mikkonen p. 040 2180 518

Syksyn kokoontumiset kirjaston Sinisiipi -salissa

- Keskiviikko 11.11 klo 14 – 15.30
- Keskiviikko 9.12. klo 14 – 15.30



KAISLAKURSSI

Kaislakurssi järjestetään Seurojentalon kahviossa tiistaina 24.11.2026. Kaisu Kuusjärvi tulee opastamaan kaislojen taivuttelussa ja ilmoittautuminen olisi suotavaa, joten soita Seija Varilalle jos olet tulossa . Seijan puhelinnumero on 040 728 9631.

ELÄKELÄISTEN PIKKUJOULU

Eläkeläisten pikkujoulut suunnitelmassa marraskuun loppupuolella. Ajasta ja paikasta ilmoitellaan tarkemmin WhatsApp -ryhmän kautta.

KUNTOSALITOIMINTA 2026

EL yhdistyksen kuntosalivuorot jatkuvat syksyllä maanantaisin ja torstaisin klo 15-16. Ohjausta on saatavilla torstaisin. Samat ohjaajat jatkavat. Kakki joukolla mukaan kuntoilemaan, huomioiden kuitenkin lääkärin ja fysioterapeutin ohjeet.

Eläkeliiton ADRESSEJA myös edelleen saatavilla Paula Kellokoskelta, Ellen Lehtimäeltä ja Raija Honkoselta hintaan 12 €/ kpl

ELÄKELIITTO TARJOAAA ELÄKELÄISILLE JA IKÄIHMISILLE MONIPUOLISTA TEKEMISTÄ, koulutusta, matkoja ja tapahtumia. Eläkeliiton Perhon yhdistys on verkostoitunut eri yhdistysten ja toimijoiden kanssa. Palvelut on tarkoitettu juuri Sinulle. Viihdytään ja toimitaan yhdessä. Yhdistyksen jäseneksi voi liittyä joko viestillä tai soittamalla jäsensihteerillemme numeroon 044 561 2152

.....



Muistojen Bulvardi LIVE - Konsertti

Perhonsalissa maanantaina 16.11.2026 klo 19.00

Muistojen Bulevardi LIVE® on konsertti, jossa kuullaan mm. näitä nostalgisia säveliä uusina, akustisina sovituksina:

Myrskyluodon Maija, Vihreät niityt, Maailma on kaunis, Katson sineen taivaan, The winner takes it all, Aikuinen nainen jne...

Vapaa pääsy!

Ennen konserttia on mahdollisuus ostaa kahvia ja pientä purtavaa opiskelijoiden kahviosta.

Järjestää Perhon vapaa-aikatoimi

KUULOKAHVILA

tiistai 3.11 klo 13-15 Perhon kirjasto, Sinisiipi-sali (Koulutie 4)

Milloin kuulotutkimukseen? Missä tutkitaan? Millaisia ovat nykyaikaiset kuulokojeet? Entä jos kuulolaite ei toimi? Kuulemiseen liittyvistä asioista puhumassa Kuuloliiton asiantuntija Tuija Syväoja.

Tervetuloa kuuntelemaan ja keskustelemaan. Tilaisuudessa kahvitarjoilu

OmaisOiva
kahvila

Lisätietoa
Leena Janatuinen
Omaistoiminnan koordinaattori
toimisto@kpoh.fi
Puh. 040 765 3327
www.omaisper.com

Keskis-Pohjanmaan omaishoitajat ry



PERHON SEURAKUNTA

SUOMEN EV. LUT. KIRKKO

JUMALANPALVELUKSET

Su 8.11. klo 13 Sanajumalanpalvelus kirkossa
 Su 15.11. klo 10 Sanajumalanpalvelus kirkossa
 Su 22.11. klo 10 Messu kirkossa, Oksakosken-Kellokosken-Kokkonevan-Peltokankaan kinkeripiiri palvelee. Kirkkokahvit.
 Su 29.11. klo 10 Messu kirkossa
 Su 6.12. klo 10 Sanajumalanpalvelus kirkossa. Itsenäisyyspäivän juhla ja kahvit seurakuntatalolla.

Kuunneltavissa nettiradiossa perhonseurakunta.fi

SEURAKUNNAN VIIKKO

Ke 11.11., 25.11. klo 14 Jalmiinan hartaus
 Ke 11.11. klo 18 Miestenpiiri Kulmakivellä

DIAKONIAITYÖ

Ke 4.11. klo 18 Diakoniamyyjät seurakuntatalolla
 Ma 9.11. klo 17 alkaa sururyhmä Kulmakivellä
 Ti 10.11. klo 13 Meiänkerho ja ystäväpiiri Penttilässä
 Ke 11.11., 25.11. klo 8–9 Perhon aamupala joka toinen viikko (parilliset viikot). Maksuton.
 Ma 16.11., 1.12. klo 12 Tikkuukööri
 Ma 16.11., 30.11. klo 13.30 Jalmiinan ystäväpiiri
 Ti 17.11. klo 13 Meiänkerho seurakuntatalolla
 To 19.11. klo 11 Ikäihmisten avoin kohtauspaikka
 Ti 24.11. klo 13 Näön ja kuulon ryhmä srk-talolla
 Ke 25.11. klo 17 Kehitysvammaisten ja läheisten jouluihin juhla seurakuntatalolla

SEURAKUNTAVAALIEN ÄÄNESTYSAJAT

Ti–La 3.–7.11. klo 9–18 Kirkkoherranvirastolla
 Ke 4.11. klo 11–13 Perhon kampuksella
 Su 15.11. klo 11–20 Seurakuntatalolla
 Voit äänestää seurakuntavaaleissa, jos olet evankelisuterilaisen kirkon jäsen ja täytät 16 vuotta viimeistään vaalipäivänä 15.11.2026.

LÄHETYSTYÖ

Su 22.11. klo 17 Lähetysilta, paikka avoin
 Ke 25.11. klo 12 mennessä Joululaatikoiden tilaukset
 To 3.12. klo 14–16 Lähetystyön myyjäiset srk-talolla

Porkkana-, maksa- ja lanttulaatikat

Seurakunnan keittiöllä valmistuvat tänäkin vuonna herkulliset joululaatikat kaikille tilattaviksi

Porkkana- ja lanttulaatikat	3€ pieni	4€ iso
Maksalaatikat	4€ pieni	5€ iso

Tilaukset ke 25.11. klo 12 mennessä puh. 040 8204 123 Kaija
 Laatikoiden nouto torstaina 3.12. klo 10–16

Lähetystyön myyjäiset ja arpajaiset 3.12. klo 14–16

Otamme kiitollisena vastaan lahjoituksia joululaatikoiden tekoa varten ke 25.11. mennessä. Laatikoiden ja myyjäisten tuotto lähetystyöhön.



PERHON SEURAKUNTA
 SUOMEN EV. LUT. KIRKKO



LAPSET, PERHEET JA NUORET

Ke 18.11. klo 17 Aarteiden ilta 1.–3.-luokkalaisille
 To 26.11. klo 17 Nuortenilta Kulmakivellä

MUSIIKKI

Torstaisin klo 18.30 Kirkkokuoron harjoitukset
 Ma 9.11. klo 18 Perhon musiikinystävien oppilaskonsertti seurakuntatalolla
 Pe 20.11. klo 13 Musiikkihartaus Penttilässä
 Tule mukaan uuteen musiikkitoimintaan! Kerhotyyppinen lauluryhmä (ei kuoro) aloittaa ke 11.11. klo 15 srk-talolla. Ryhmän tarkoituksena on laulaa tuttuja lauluja, opetella uusia ja palvella silloin tällöin jumalanpalveluksissa ja tarvittaessa muissakin seurakunnan tilaisuuksissa. Laulamme yksinäisesti virsiä ja muita hengellisiä lauluja. Et tarvitse aiempaa laulukokemusta, riittää sellaisena kuin olet. Tärkeintä on halu laulaa. Tule, sinua odotetaan!

Lisää tapahtumia, tarkemmat tiedot ja mahdolliset muutokset kirkollisissa ilmoituksissa, kotisivuilla ja sosiaalisen median kanavilla.

SEURAKUNTAVAALIT 2026

Ennakkoäänestys

Ti–La 3.–7.11. klo 9–18 Kirkkoherranvirastolla (Sahintie 3)
 Ke 4.11. klo 11–13 Perhon Kampuksella (Haanentie 26)

Varsinainen vaalipäivä

Su 15.11. klo 11–20 Seurakuntatalolla (Sahintie 3)

Äänestä ja vaikuta!

uskottu toivottu rakastettu

Kirkkoherranvirasto ma–ke klo 9–12, Diakoniatöimistö ma–ke klo 10–11.30

Perhon seurakunta · Sahintie 3 · 040 7603 411 · perhon.seurakunta@evl.fi · www.perhonseurakunta.fi

Liikuntaneuvontaa Keski-Pohjanmaan maaseutukuntiin -hanke

Mietitkö miten lähteä liikkeelle pitkän tauon jälkeen tai lisätä liikuntaa arkeesi? Kaipaako apua vaikka kuntosaliharrastuksen aloittamiseen? Neljän kunnan yhteishankkeen liikuntaneuvoja Salla Valo antaa henkilökoh- taista opastusta liikunta-asioissa Perholaisille työkäisille, eläkeläisille sekä lapsiperheille. Hanketta mahdolis- ta hyödyntää myös mm. erilaisiin ohjattuihin liikuntatuokioihin yrityksille ja yhteisöille.

Ota yhteyttä:
salla.valo@toholampi.fi
040-1535878

Hankkeen toimintaa Perhossa:

ma 9.11. klo. 17-19.30 Liikuntaneuvonnan maksuton jumppailta Seurojentalolla

- 17.00 Koko kehon keppijumppa, 20min
- 17.30 Tanssillinen jumppa, 30min
- 18.10 Koko kropan kiinteytys, 30min
- 19.00 Venyttely-rentoutus, 20min

Tervetuloa liikkumaan maksuttomiin liikuntahetkiin Seurojentalolle!

Ke 18.11 klo. 17.30 Liikuntaneuvonnan iltakahvit & venyttely-rentoutushetki Perhon kirjastolla

Tilaisuudessa Salla esittelemässä hankkeen toimintaa, sekä kertomassa liikunnan merkityksestä hyvinvoinnis- sa. Esittelyn päätteeksi venyttely-rentoutushetki kirjaston monitoimitilassa – oma alusta mukaan. Kirjallisuut- ta aiheesta esillä tapahtuman yhteydessä. Iltakahvit.

Uusi kuntosaliryhmä starttaa!

Neljän kuntosalikerran aikana käydään läpi kuntosaliharjoittelun perusteita, tutustutaan laitteisiin ja turval- liseen liiketekniikkaan sekä kuntoillaan. Ryhmän jälkeen uskaltaudut jatkamaan kuntosaliharrastusta itsenäi- sesti. Ryhmä on suunnattu liikkujille, joilla on vähän tai ei ollenkaan kokemusta kuntosaliharjoittelusta.

Päivät: ke 18.10, ke 25.10, ke 2.12, ke 16.12.

Ilmoittaudu: salla.valo@toholampi.fi; Viestiin oma nimi, syntymäaika, mahdolliset liikuntarajoitukset + otsi- koksi ”**Perhon kuntosaliryhmä**”.

Ryhmään mahtuu mukaan mahtuu 10 nopeinta, toteutuu vähintään 3:lla.

Tulossa joulukuussa: Liikuntaneuvonnan pikkujouluviikolla mm. ohjattua liikuntaa & InBodymittaukset. Seuraa tiedottelua!

.....



PERHON KIRIN

PESÄPALLOTOIMINTAA

Lauantaina 14.11. klo 10-12

Vimpelin Vedon miesten superpesispelaajien yleisötreenit Arsi Areenassa. Treenien jälkeen mahdollisuus nimmareihin, eli meet and greet -hetki.

Kiri tarjoaa kahvit, lämpimästi tervetuloa!

Junioreitten pesistreenit

10-12 -vuotiaat keskiviikkoisin (4.11. alk.) klo 18-19.30, koulukeskuksen sali, vetäjä Sami Karhumaa

7-9 -vuotiaat sunnuntaisin (8.11. alk.) klo 14-15.30, Arsi Areena, vetäjät Akseli Kellokoski, Aatu Kirvesmäki ja Joonas Riihimäki

Miesten Suomensarjan treenit

Tiistaisin klo 19-21, koulukeskuksen salissa ja perjantaisin (6.11.alk.) klo 19-21 Arsi Areenalla, vetäjät Hannu Kellokoski ja Joonas Riihimäki

Haluaisitko oppia hyödyntämään tekoälyä, säästämään aikaa ja löytämään uusia ideoita?

Tekoäly yrittäjän apuna - tekoäly tutuksi

Tule mukaan käytännönläheiseen koulutukseen, jossa tutustutaan tekoälyn mahdollisuuksiin ja opitaan hyödyntämään sitä yritystoiminnassa, työssä ja arjessa.

Tiistai 24.11.2026 klo 16.30 -19.00

Perhon kunnantalo, Haanensali, Keskutie 2, Perho

Mitä koulutuksessa opitaan?

- Tekoälyn mahdollisuudet ja yleisimmät työkalut
- ChatGPT:n käyttöönotto ja tehokas käyttö
- Tekoäly markkinoinnin, viestinnän ja ideoinnin apuna
- Tekoälyn hyödyntäminen yrityksen arjessa ja ajankäytön tehostamisessa
- Käytännön harjoituksia ja vinkkejä omaan käyttöön

 Ota mukaan oma kannettava tietokone tai muu laite, jolla voit osallistua harjoituksiin.

 Et tarvitse aikaisempaa kokemusta tekoälyn käytöstä.

Kouluttaja: Lisa Kuoppa / DigiLion

Mukaan mahtuu 25 ensimmäiseksi ilmoittautunutta.

Osallistumismaksu 50 €, sis. alv 25,5 %

 Ilmoittaudu 20.11. mennessä: marika.paavola@perho.com tai oheisen QR-koodin kautta

Järjestäjä: Perhon Kehitysyhtiö Oy

Lisätietoja: Marika Paavola 040 183 6218, marika.paavola@perho.com



PERHON KEHITYSYHTIÖ OY
**TEOLLISUUS-
ja TOIMITILAT**

YRITTÄJÄPERHEIDEN JOULUJUHLA

Perjantaina 4.12.2026 klo 18.00 alkaen Arsi Areenalla

Kutsumme kaikki perholaiset yrittäjät perheineen yhteiseen joulujuhliaan nauttimaan jouluisista herkuista, musiikista ja mukavasta yhdessäolosta.

 Illan ohjelmassa:

Tervetuliaisglögit

Perinteinen joulupuuro lisukkeineen

Joululauluja ja musiikkiesityksiä

Aloittaneiden yrittäjien huomioiminen

Menestyjäyritysten huomioiminen

Vuoden maatalousyrittäjän palkitseminen

Vuoden yrittäjän palkitseminen

Perheen pienimmille on luvassa hauskaa tekemistä.

Tule mukaan viettämään lämminhenkistä iltaa, tapaamaan tuttuja ja virittäytymään joulun odotukseen.

Tarjoiluiden vuoksi ilmoittautumisia toivotaan 25.11. mennessä: marika.paavola@perho.com tai QR-koodin kautta.

Lämpimästi tervetuloa koko perheen voimin.



PERHON KEHITYSYHTIÖ OY
**TEOLLISUUS-
ja TOIMITILAT**

Yrittäjät
PERHO

Perho MTK

Perhon kunta
Jäätävän hyvä!

KOSEK

Seuraava Perholainen 9/2026 julkaistaan viikolla 50.

Julkaisija: Perhon kunta, Kunnanvirasto | Toimitus/taitto: Toni Varila | Aineiston lähetyks: perholainen@perho.com, viimeistään ilmestymisviikkoa edeltävänä maanantaina.

Painopaikka: Painolampi Ky | Jakelu: Siivous- ja kotiapu Pioni Oy

