



## Halsuan Kuntatiedote vk 44 / 2024

Seuraavaan ilmoitukset to 7.11.2024 klo 12 mennessä osoitteella [kuntatiedote@halsua.fi](mailto:kuntatiedote@halsua.fi)  
ilmoitushinta 6,22 €/cm ja 93,37 €/sivu sis. alv 25,5 %



### Tiealueelle ulottuvat oksat, näkemäalue ja aurausviitoitus

Kiinteistönomistajia muistutetaan ja kehoitetaan poistamaan tienvieruksilla olevien puiden tiealueelle ulottuvat oksat riittävän korkealta (n. 4 m). Lisäksi risteyskohdissa on huolehdittava näkemäalueen leveydestä. Teiden aurausviitoitukset on syytä laittaa kuntoon.

### Kiinnostaako sinua liikuntataitojesi kehittäminen?

Tule aikuisten yleisurheilukerhoon **maanantaina 4.11. klo 19–20.30** urheiluhallille. Liikunta letkeästi -hankkeen Miia auttaa sinua parantamaan koordinaatiota, tasapainoa ja kehonhallintaa sekä liikkuvuutta, venyvyyttä ja lihasvoimaa.



Tule rohkeasti mukaan ja haasta ystäväsikin! Tehdään hyvää yhdessä!

Liikuntaa letkeästi -hanke

### Tiesitkö, että...

valon määrän vähenemisellä ja pimeyden lisääntymisellä on konkreettisia vaikutuksia ihmisen kehoon ja mieleen:

- melatoniinin ("pimeähormoni") tuotanto lisääntyy
- mieliala laskee ja ärtyneisyys lisääntyy
- ruokahalu kasvaa
- into harrastaa liikuntaa laskee
- keskittymis- ja muistivaikeudet saattavat lisääntyä



Voit kuitenkin auttaa asiaa mm. ottamalla aamuisin valohoitoa (esim. kirkasvalolamppu), harrastamalla liikuntaa alkuillasta, tapaamalla ystäviä ja menemällä ajoissa nukkumaan. Myös myönteisellä ajattelutavalla on suuri merkitys pimeän kielteisten vaikutusten minimoiseen.

Pidetään mieli pirteänä ja tehdään hyvää yhdessä!

Liikuntatoimi



Kotikuluma  
Perhontie 1  
69510 Halsua

Lounaslista  
(4.-8.11)

[www.kotikuluma.fi](http://www.kotikuluma.fi)  
050 5238 222

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Makkarakastike LG Savulohikastike LG Perunamuusi LG Makaronilaatikko L Marjarahka LG	Naudanlihakastike LG Kasvisgratiini LG Peruna MG Kasvissosekeitto LG Piiirakka L	Makkarakimara LG Kermaperunat LG Jauheliikkeitto L Mariannevaahhto LG	Mantelikala L Kasvispihvi LG Perunamuusi LG Hernekeitto MG Pannari L	Lasagne L Aura-broilerikiusaus LG Vispipuuro LG

**Avoimna: ma - to 7:30 - 15:00 , pe 7:30 - 19:00 , la - su suljettu. Tervetuloa!**



## BINGO tiistaina 5.11. Käpyhovilla alkaen klo 18.00

Pääpalkintona kinkku.

Tervetuloa pelaamaan!



Eläkeliiton Halsuan yhdistys ry

**KINKKUBINGO!** Marraskuun bingoilla, alkaen 5.11., jokaisen kuuden pelin pääpalkintona kinkku, sekä arvonnoissa leivonnaisia. Bingoa pelataan Käpyhovilla tiistaisin klo 18.00.

**JOULURUOKAILUUN** Kotikulmassa mahtuu vielä muutama, muista ilmoittautua 15.11. mennessä. Hinta jäsenille 15 €/ruokailija.

**KUNTOSALI** Miian ohjauksessa jatkuu vielä 4 kertaa tänä vuonna: to 14.11., to 21.11., to 5.12., to 12.12. Jäsenille maksuton, muille 6 €/kerta.

### Halsuan Maa- ja kotitalousseura tiedottaa:

- Neulekahvila Kotikulmassa ti 5.11. klo 13.30, omakustanne kahvit. Tervetuloa!
- Adventtikalenteriin löytyy vielä vapaita luukkuja, varaa omasi Mirjalta 0407717137. Luukut löytyy Facebookissa Tapahtumat Halsualla sivulta ja kuntatiedotteesta sitten lähempänä.
- Allasjumppa jatkuu vielä joulukuun alkuun asti, mukaan sopii vielä.
- Vuokrattavana mm kahvi- ja ruoka-astioita, katos, kahvinkeitin, kuivuri, kysy Anulta 0408279961.



### Lyhtyseurakunta, Vetelintie 3

- Marraskuu: Sana ja rukous joka perjantai klo 18.00.
- Ruokajaot 8. ja 22. pnä klo 17.00.
- Lyhtykirppis avoinna joka perjantai klo 12–18.

Tervetuloa!

Apost. luku 3 jae 19," Tehkää siis parannus ja kääntykää, että teidän syntinne pyyhittäisiin pois."



### Meriläisen Martat

**ISÄNPÄIVÄKAKKUKURSSI** lapsille koulun opetuskeittiöllä 9.11.2024 klo 11.00. Pohjat valmiina, tehdään isän kakkuun koristelut yhdessä. Ilmoittautuminen 4.11. mennessä Maili 0405765694.

**TULOSSA:** Museon joulu 20.12.2024 klo 18.00.

### Lukupiiri kokoontuu kirjastossa maanantaina 25.11. klo 18.00

Marraskuun kirjana on Päivi Alasalmen romaani RIIVATUT.

Kirjaa on lainattavissa kirjastosta.

Tervetuloa!



MTK-Halsuan sääntömääräinen kokous pidetään Halsuan kunnantalolla  
tiistaina 5.11.2024 klo 19.00

- Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat.
- MTK- Keski-Pohjanmaan kenttäpäällikkö Niko Hyppönen.
- Jenna Aikio OX2 -yrityksestä on kertomassa paikallisista tuulivoimahankkeista maanomistajien ja yrittäjien näkökulmasta

Arvotaan joulukinkku kokoukseen osallistuneiden kesken!  
Kahvitarjoilu!

Tervetuloa!

**Huom.** MTK-Halsuan pikkujouluruokailu pidetään MTK-jäsenille Lounaskahvila Kotikulussa perjantaina 13.12. klo 19.00. Asiasta lisää tulevilla kuntatiedotteilla.

-MTK-Halsuan johtokunta



**ISÄNPÄIVÄN PUFFA**

Karjalanpaistia  
Keitinperuna  
Kalamureke  
Kasvispihvit  
Kananmunakastike  
Lämpimiä kastikkeita  
Vihersalaatti

Marjapiirakka  
Vaniljakastiketta

Kotikalja  
Vesi

Aikuiset 18,00  
Lapset 4-10v 10,00, alle 4 v ilmainen  
Varaa paikkasi 7.11. mennessä  
puh 040-5447565

**Tervetuloa Halsuan Helmeen!**

**Isänpäivän puffa 10.11.2024 Halsuan Helmessä klo 11-14**

Varaa paikkasi 7.11. mennessä puh 040-5447565/Piia.

Lämpimästi tervetuloa!



TERVETULO A

**HALSUAN  
JOULUNAVAJAISIIIN**

PERJANTAINA 29.11.2024, KLO 14-19  
OSOITE: LIIKEKESKUS / PERHONTIE 1

# Kuka kulkee pisimmälle? -liikuntakampanja

Kilpailuaika marraskuussa 1.11.-30.11.2024

Kaikenlaiset liikuntamuodot (hyötyliikunta, lihaskunto, kestävyysliikunta ja urheilu) hyväksytään. Merkitse osallistujakorttiin yhteystietosi ja aika, jonka olet päivässä liikkunut. Osallistujakortteja saa lisää kunnantalolta.

Kaikkien osallistujien kesken arvotaan **älykello!**

Kaustisen seutukunnan kuntien ja Perhon nuorisotoimet



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

**Palauta täytettynä 5.12.2024 mennessä kunnantalolle.**