



Vanhat Ketut jäsentiedote 6/2025



Sukulaisiakin käydään katsomassa!

Tässä tiedotteessa:

Kantapöytä eläköitymisen saloista 18.9.

Albanian matkalle 21–27.9. otetaan jonoon

Syksyllä vieraillaan Uspenskin katedraalissa

KOM-teatterin Hölmölä 16.10.

Sydänaiheinen kantapöytä 21.10.

Lava-ammuntaa Ryhmäteatterissa 22.11.

piirrokset © Teuvo Berggren

Kantapöytä eläkkeelle siirtymisestä 18.9.

- uusille ja myös kokeneille eläkeläisille!



Eläkeasioita käsittelevä kantapöytätilaisuus 27.5. jouduttiin valitettavasti peruuttamaan. Tilaisuus siirtyi syyskuulle.

Eläköitymisen asiantuntija, entinen yleläinen Ulla Martikainen-Florath tulee torstaina 18.9. Kantapöydän vieraaksi.

Ylessä eläköityvien ryhmiä vetävä Ulla kertoo siirtymisestä uuteen elämänvaiheeseen.

Onko eläköityminen uhka vai mahdollisuus? Kannattaako täyttää kalenteria uudella vai pitäytyä entiseen? Miten voi pitää yhteyttä muihin samassa tilanteessa oleviin? Kuinka ratkaisut vaihtelevat?

Lyhyesti kuullaan myös Vanhojen kettujen tarjoamista mahdollisuuksista, kulttuuritilaisuuksista ja retkistä.

Pari tuntia kestävä lounastilaisuus maksaa 15 €. Paikka on Hietalahdessa sijaitseva ravintola Kiltakellari (Bulevardi 56), ja aika kello 12 torstaina 18.9. Maksutiedot saa ilmoittautuessa Jyrki Saarikoskelle - sähköpostiin merkintä "**eläketilaisuus**". Osoite jyrki.saarikoski@gmail.com

Albanian ja Kosovon matka 21–27.9.

Matka on loppuun varattu, mutta jonopaikoille voi ilmoittautua: friis@friisresor.eu

Matkaohjelma löytyy Kettujen internetsivuilta.

Vierailu Uspenskin katedraaliin syksyllä

Vanhat Ketut tutustuvat lokakuussa Vanhojen Pöllöjen kanssa Helsingin ortodoksiseen seurakuntaan ja Uspenskin katedraaliin.

Oppaana on ex-maikkarilainen Jukka Vehkaoja, joka toimii seurakunnassa alidiakonina ja kirkonisännöitsijänä.

Lisää vierailusta syksyn jäsenkirjeessä.

KOM-teatterin "Hölmölä" 16.10.

Vanhat kettujen syksyn ohjelmassa on 16.10. klo 1900 KOM-teatterin "**Hölmölä - Suuri talousfoorumi**", jota esitetään Aalto-yliopiston juhlasalissa (entinen Kauppakorkeakoulu) Etu-Töölössä osoitteessa Runeberginkatu 14–16.

Ohjaus **Susanna Airaksinen**, näyttämöllä **Youssef Asad Alkhatib**, **Tommi Eronen**, **Vilma Melasniemi**, **Isla Mustanoja** ja **Juho Uusitalo** - sekä **KOM-bändi** ja **KOM-kuoro**.

Vanhat ketut on varannut 20 lippua esitykseen, hinta 35 euroa. Ilmoittautuminen heinäkuun loppuun mennessä 31.7. Jyrki Saarikoskelle. osoite: jyrki.saarikoski@gmail.com

Varatessasi liput itsellesi ja mahdolliselle avec-henkilölle merkitse sähköpostin kenttään sana **Hölmölä**, jolloin saat maksutiedot.



KOM-teatterin Hölmölällä on vain muutama esitys, jotka ovat jo lähes loppuunmyytyjä.

Paikalle pääsee näppärästi julkisilla kulkuneuvoilla kuten raitiovaunuilla ja busseilla. Myös Kampin metroasema ja kaukoliikenteen bussiterminaali sijaitsevat kävelymatkan päässä.

Tässä KOM-teatterin kuvaus esityksestä:

"Suomen rahat ovat loppu. Niin myös Hölmölän. Ratkaisuksi innovatiivisuudesta ja rohkeudesta tunnettu Hölmölän kylä järjestää viimeisillä lainarahoillaan valtavan talousfoorumin, jonka tarkoituksena on ratkaista kaikki ongelmat väestön ikääntymisestä talouskasvun hiipumiseen. Illan aikana kuullaan inspiroivia puheenvuoroja, esitellään ennennäkemättömiä talousinnovaatioita ja käydään paneelikeskusteluja, joissa aiheina mm. "Säästö vai sattuma?". Teoksessa sukellaan syvälle hölmöläiseen talousajatteluun, jossa pienistä resursseista taotaan suuria tuloksia. Kasvaahan peittokin, kun sitä leikkaa toisesta päästä! Teos irvailee hölmölle politiikalle, hölmölle ajattelulle ja ennen kaikkea itselleen."

Sydämen asialla, kantapöytä 21.10.

Mitä sydämelleni kuuluu?

Miten pidän sydämestäni huolta, kuinka voin auttaa sitä voimaan paremmin? Miten tunnistan mahdollisia, joskus yllättäviä ja epämääräisiäkin oireita, millainen ravinto ja liikunta tekee sydämelleni hyvää?

Asiantuntijana on ylihoitaja Sirkka Eskola, joka on pitänyt sydänaiheisia luentoja ja ollut kirjoittamassa oppikirjaa terveydenhuollon opiskelijoille sydänsairauksista. Luennon yhteydessä hän opastaa myös sydäniskurin käyttöä. Lisätiedot ilmoittautumisesta syksyn ensimmäisessä tiedotteessa.

Lava-ammuntaa Ryhmäteatterissa 22.11.

Legendaarinen **Ulla Tapaninen** palaa syksyllä Ryhmäteatterin lavalle!



Syksyllä nauretaan ja juhlitaan pyöreitä porukassa, kun Ulla Tapanisen ja Raila Leppäkosken kirjoittama *Lava-ammuntaa*-esityssarja viettää kolmekymppisiä, näyttelijä-Ulla viisikymppisiä ja siviili-Ulla seitsemänkymppisiä.

Lava-ammuntaa VIII – After Eight -komiikkaa jatkaa ajankohtaisten asioiden ja ilmiöiden päivittelyä suorasanaisesti ja oivaltavasti terävällä huumorilla terästettynä. Nyt kun ikää ja kokemusta on saavutettu kunnioitettavasti, sallitaan iltaherkuttelukin.

-Vanhoille Ketuille on varattu 20 lippua 22.11. Lava-ammuntaa esitykseen.

Laittakaa jo kalentereihinne. Lisätiedot myöhemmässä elo-syyskuun tiedotteessa.

Toimikunta toivottaa kaikille ketuille leppoisia kesäpäiviä. Seuraava tiedote tulee elokuussa.

*Vanhat Ketut toimikunta
psta tiedottaja Kiti Oksanen*