



Hämeenlinnan kansalliset seniorit ry

Jäsentiedote syksy 2026

TERVEHDYS PUHEENJOHTAJALTA

Hei taas, hyvät Hämeenlinnan seudun Seniorit!

Tämän jäsentiedotteen ”Syksy 2026” tullessa jakeluun voinen lainata Tero Vaaraa ja Mambaa ja todeta, että vielä on kesää jäljellä. Kesällä retkiä ja kesäteattereita on ollut ja jatkuu edelleen monipuolisesti. Kerhoista taas Golf-porukkamme on ahkeroinut kesällä liki kaikkien puolesta.

Mutta nyt ajatukset tulevaan. Olemme sopineet Verkatehtaalla toimivan Bio Rexin kanssa, että elokuvakerho jatkaa syyskuusta alkaen ja esityksillä on uusi ajankohta, joka kuukauden toinen maanantai klo 15.

Päiväretkiä ovat mm. Mustalaisruhtinatar-operetti 10.10. Hyvinkäällä ja Kulttuurimatka Tsaarinajan Helsinkiin 11.11.

Teatteritarjonnasta haluan mainita Suomen Kansallisteatterin esityksen ”Toinen tasavalta” 3.10. Olin Vapun alla katsomassa esityksen ja hyvä oli. Odotukset myös isot Hämeenlinnan Teatterin esitykseen ”Suurenmoista” 7.11.

Torstaituokioissa on luvassa painavaa asiaa; syyskuussa kaupunginjohtaja Olli-Poika Parviainen, lokakuussa Koivikkokodin johtaja Riikka Koivisto ja marraskuussa Hämeen Sanomien päätoimittaja Tuulia Viitanen.

Yhdistyksemme tärkein ulkoinen markkinointitapahtuma on Seniorimessut 15.–16.10. Uskon, että jälleen saamme paljon uusia jäseniä. Haluan kuitenkin todeta, että jäsenhankintamme ydin on teidän kaikkien kertoma kokemus yhdistyksestämme. Jos te olette tyytyväisiä toimintaamme, kertokaa siitä aktiivisesti lähipiiriinne. Jos joku juttu kismittää, kertokaa minulle tai muille hallituksen jäsenille.

Iloista loppuvuotta 2026!

Jaakko Lindén
puheenjohtaja

TEEMANA: Elämäniloa ja voimaa!

YHTEYSTIETOJA

Hallituksen jäsenet 2026

Puheenjohtaja Jaakko Lindén, p. 040 530 1808, jaakko.linden.hml@gmail.com

Sihteeri Arja Huttunen, p. 044 016 2517, puotimuori.arja@gmail.com

Jäsensihteeri ja varapuheenjohtaja Terttu Hallenberg, p. 040 748 7811, terttu.hallenberg@gmail.com

Liikuntakoordinaattori Jarmo Kulmala, p. 040 046 9603, jarmokulmala2@gmail.com

Tapahtumakoordinaattori Outi Ruohela, p. 040 090 6951, outiruohela@gmail.com

Jäsen Virpi Henttinen, p. 044 591 3497, virpi.henttinen@gmail.com

Jäsen Helena Illikainen, p. 040 701 8388, helenailikainen@gmail.com

Jäsen Soila Nordström, p. 050 523 5636, soila.nordstrom@outlook.com

Jäsen Juha Tuomi, p. 040 500 5475, juha.tuomi@ilmapojat.fi

Varajäsenet Marjo Ekholm, Jouko Lehtonen, Matti Ruohela

Toimintavastaavat ja tiimit 2026

Taloudenhoitaja Tapio Aaltonen, p. 050 354 3244, tapio.aaltonen@live.com

Digivastaava/kotisivut Jorma Railio, p. 040 557 1205, jorma.railio@gmail.com

Facebookisivut Outi Ruohela, p. 040 090 6951, outiruohela@gmail.com

Kahvitusryhmät Arja Huttunen ja Seija Raatikainen, yhteystiedot s. 16

Kerhotoiminta katso kunkin kerhon tiedoista jäljempänä

Teatteritiimi

Marja-Riitta Lindén, p. 040 071 8877, iittalinden@gmail.com

Marja Aalto, p. 050 384 6220, marja.aalto55@gmail.com

Arja Huttunen, p. 044 016 2517, matkamuoriarja@gmail.com

Seija Raatikainen, p. 040 069 7737, raatikainenseija34@gmail.com

Matkatiimi

Outi Ruohela, p. 040 090 6951, outiruohela@gmail.com

Anna Kaarina Aaltonen-Wagoner, p. 040 592 1276, anna.kaarina.aw@gmail.com

Helena Illikainen, p. 040 701 8388, helenailikainen@gmail.com

Kalevi Kilpi, p. 040 702 5639, kalevi.kilpi.kktours@gmail.com

Jouko Lehtonen, p. 050 060 7507, jouko.s.lehtonen@gmail.com

Sini Pitkänen, p. 040 868 5191, sinipitkanen.sini@gmail.com

Jorma Railio, p. 040 557 1205, jorma.railio@gmail.com

Marjo Salo, p. 040 827 9564, marjo.salo@marjosalo.fi

Yhdistyksen tili Nordea FI48 1032 3000 5378 49

- Käytä kaikissa suorituksissa kullekin tapahtumalle erikseen ilmoitettua tai laskulla olevaa viitenumeroa! Myös jokaisen jäsenmaksulaskulla on oma henkilökohtainen viitenumeronsa.
- Ilmoittaudu tapahtumiin ensin ja maksa vasta saatuaasi vahvistusviestin!

TERVETULOA MUKAAN TOIMINTAAN

Tervetuloa jäseneksi! Liittyä voit ilmoittautumalla kotisivujemme etusivun "Liity jäseneksi"-linkistä tai ottamalla yhteyttä jäsensihteeriiin. Jäsenmaksu on 25 € / v.

Huolehdi, että yhteystietosi ovat ajan tasalla. Ilmoita muutokset jäsensihteerille tai päivitä tietojasi jäsenrekisterissä: <https://senioriappi.senioriliitto.fi/Kirjautuminen/>.

Tässä tiedotteessa esitellään tulevia jäsenille tarkoitettuja tapahtumia, kuten teatteriesityksiä, retkiä, matkoja ja muita tapahtumia sekä kerhotoimintaa.

Tiedottaminen yhdistyksen toiminnasta

- **Kotisivut:** <https://hameenlinna.senoriyhdistys.fi/>. Tapahtumat-sivulla näkyvät tulevat tapahtumat. Näppäämällä "Lisätietoja ja ilmoittautuminen" näkee kunkin tapahtuman tiedot. Ilmoittautua voi ko. tapahtuman kohdalta.
- **Jäsenkirjeet:** jäsenrekisterissä oleviin sähköpostiosoitteisiin
- **Hämeenlinnan Kaupunkiuutiset:** seuratoimintapalsta keskiviikkoisin. Myös näköislehti: <https://www.hameenlinnankaupunkiuutiset.fi/nakoislehti/>
- **Facebook:** <https://www.facebook.com/hameenlinnanseniorit>
- **SenioriAppi:** <https://senioriappi.senioriliitto.fi/Kirjautuminen/>

Jotta meillä on tarjota jäsenille hyvä ja uudistuva valikoima erilaista toimintaa, tarvitaan henkilöitä, jotka sitä suunnittelevat ja järjestävät. Uudet kerhoideat, kerhojen vetäjät/yhteyshenkilöt ja matkajärjestelyjen lisävoimat ovat toivottuja. Ulkomaan matkat ja kotimaan yön yli matkat suunnitellaan ja toteutetaan yhteistyössä matkatoimistojen kanssa, jolloin kyse on yhteyshenkilönä ja matkalla yhdistyksen edustajana toimimisesta. Em. tehtäviin voi osallistua itselle sopivalla panostuksella. Jos kiinnostuit, ole yhteydessä sivun 3 toimijoihin.

TORSTAITUOKIOT

Torstaituokiot pidetään Hämeen Suojassa, Palokunnankatu 12, jos ohjelmassa ei ole toisin mainittu. **Maksuton kahvitarjoilu alkaa klo 12.00 ja ohjelma klo 13.00.**

Vaatesäilytys 2 €. Liikuntaesteisille pääsy pihan puolelta. Lämpimästi tervetuloa!

24.9. huom! klo 12 Painavaa ajankohtaista asiaa Hämeenlinnasta, kaupunginjohtaja Olli-Poika Parviainen ja **klo 13 kahvit**

22.10. Koivikko-koti, johtaja Riikka Koivisto

12.11. Syyskokous. Median murros 2020 luvulla, päätoimittaja Tuulia Viitanen, Hämeen Sanomat

Kevään 2027 torstaituokiot: 14.1., 11.2., 11.3. (kevätkokous), 15.4. ja 20.5.

TEATTERIESITYKSET, KONSERTIT JA MATKAT

Tapahtumiin

- **ilmoittaudutaan ensisijaisesti** [kotisivujen](#) tai [SenioriAppin](#) Tapahtumat-sivuilta (sivuosoitteet s. 4) ko. tapahtuman kohdalta aukeavalla lomakkeella tai siihen jäsenkirjeessä annetusta tapahtuman linkistä ja toissijaisesti kunkin tapahtuman kohdalla mainitulle yhteyshenkilölle
- **ilmoittautumiset** hyväksytään saapumisjärjestyksessä riippumatta siitä, mitä kautta ilmoittautumiset ovat tulleet
- tasapuolisen ilmoittautumismahdollisuuden vuoksi huomioon otetaan vain **ilmoittautumiset**, jotka on tehty **ilmoittautumisajan alkamisesta alkaen**, jos sellainen on ilmoitettu, ei siis etukäteisilmoittautumista
- **ilmoittaudu ensin ja maksa vasta, kun** olet saanut tiedon, että mahduit mukaan
- **peruutus** tulee tehdä ennen ilmoittautumisen loppumisaikaa, jonka jälkeen tehdyistä peruutuksista peritään konsertin, teatterin tms. lipun hinta sekä retkistä ja matkoista 30 €, ellei tilalle saada varasijoilta tai muuten uutta osallistujaa. Kun vastuullinen matkanjärjestäjä on matkatoimisto, noudatetaan ko. matkatoimiston peruutusehtoja.
- **osallistumismaksut** suoritetaan kunkin **tapahtuman omalla viitenumerolla** yhdistyksen tilille (s. 3) tai matkatoimistolle laskulla olevalla tili- ja viitenumerolla
- hintoihin sisältyvät pääsääntöisesti kuljetukset, mainitut tarjoilut sekä pääsyliput
- kuljetukset lähtevät pääsääntöisesti linja-autoaseman tilausajopysäkillä Wetterhoffinkatu 4:stä ja mainitaan ilmoituksissa Wetteriltä
- Suositellaan, että matkoille osallistujilla on henkilökohtainen **matkavakuutus** mahdollisia tapaturmia, sairaustapauksia tai omaisuusvahinkoja varten.
- Jos ilmoittaudut yksin matkoille, joilla yövytään, voit ilmoittautuessasi esittää **pyynnön saada huonekaveri muista ilmoittautuneista**.

Teatterit

La 3.10. klo 18.30 Toinen tasavalta, Suomen Kansallisteatteri. Lähtö Wetteriltä klo 16.30. Kesto 2 h 45 min. Näytelmä Suomen ponnisteluista säilyttää demokraattinen valtiomuotonsa Neuvostoliiton painostuksen, kansainvälisten konfliktien ja sisäisten poliittisten ristiriitojen puristuksessa. Urho Kekkonen nuorena Janne Reinikainen ja vanhempana Vesa Vierikko. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) 13.8. klo 8.00 – 27.8. ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai iitalinden@gmail.com tai tekstiviesti 040 071 8877. Kuljetus, lippu ja suolainen väliaikatarjoilu **90 €**, maksu yhdistyksen tilille 27.8. mennessä, **viite 5306**.

Ti 27.10. klo 13 Kärpäset, Tampereen Työväen Teatteri, Eino Salmelaisen näyttämö. Lähtö Wetteriltä klo 11.15. Äidin hautajaisissa Kärpäsen veljekset kohtaavat. Kalevi (Aimo Räsänen) on eläköitynyt bussikuski ja pienyrittäjä, jolla on pienet ympyrät, mutta loputtomasti aikaa. Mauri (Martti Suosalo) on kiireinen, menestystä saanut oopperatahti ja startup-sijoittaja, jolla on paljon menetettävää. Kesto 2,5 h. Kevään Kärpäset-esitykseen varasijalle jääneistä halukkaat on jo laitettu osallistujiksi. Uusien ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) 3.9. klo 8.00 – 17.9. ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai matkamuuoriarja@gmail.com tai tekstiviesti 044 016 2517. Kuljetus, lippu ja väliaikatarjoilu **84 €**, maksu yhdistyksen tilille 17.9. mennessä, **viite 5186**.

La 7.11. klo 18 Suurenmoista, Hämeenlinnan Teatteri. Hengästyttävän hauska, sydäntä sulattava ja uskomattomaan tositarinaan perustuva komedia maailman huonoimmaksi laulajaksi nimetystä Florence Foster Jenkinsistä (Satu Silvo), joka lauloi kuten kukaan muu ei ole koskaan laulanut. Kesto 2 h 40 min. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) 17.9. klo 8.00 – 1.10. ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai marja.aalto55@gmail.com tai tekstiviesti 050 384 6220. Lippu ja väliaikatarjoilu **58 €**, maksu yhdistyksen tilille 1.10. mennessä, **viite 5322**.

La 28.11. klo 15 Järjen ja tunteen tyttäret, Valkeakosken kaupunginteatteri. Lähtö Wetteriltä klo 13.30. Kiehtova historiallinen tarina kahdesta nuoresta naisesta sortovuosien ja heräävän itsenäistymisen ajan Suomesta. Nuoret naiset etsivät paikkaansa maailmassa. Mitä nainen saa ja voi tehdä, ja mihin yhteiskunta on valmis? Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) 8.10. klo 8.00 – 25.10. ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai raatikainenseija34@gmail.com tai tekstiviesti 040 069 7737. Kuljetus, lippu ja väliaikatarjoilu **57 €**, maksu yhdistyksen tilille 25.10. mennessä, **viite 5270**.

Musiikkitapahtumat, operetit ja oopperat

La 10.10. klo 18.30 Mustalaisruhtinatar-operetti, Hyvinkääsali. Lähtö Wetteriltä klo 16.50. Kesto 2 h 10 min. Iki-ihana operetti, jossa kuullaan mm. Muistathan kai, Ollaan niin kuin pääskys, Rakastaa voi monta kertaa, ym. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) 6.8. klo 8.00 – 26.8. ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai outiruohela@gmail.com tai tekstiviesti 040 090 6951. Kuljetus, lippu ja väliaikatarjoilu **64 €**, maksu yhdist. tilille 27.8. mennessä, **viite 5296**.

Ke 3.3.2027 klo 18.30 Turandot, Tampere-talo. Lähtö Wetteriltä klo 16.30. Kesto 2 h 30 min. Giacomo Puccinin viimeinen ooppera on yksi oopperamaailman näyttävimmistä ja rakastetuimmista klassikoista ja se muistetaan erityisesti maailmankuulusta Nessun dorma -aariasta. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) 27.8. klo 8.00 – 22.9. ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai outiruohela@gmail.com tai tekstiviesti 040 090 6951. Kuljetus, lippu ja väliaikatarjoilu **131 €**, maksu yhdist. tilille 23.9. menn., **viite 5273**.

Konserttitarjontaa tulee myös syyskaudelle, mutta ne eivät vielä olleet tiedossa tätä jäsentiedotetta tehtäessä. Seuraa jäsenkirjeiden ja Hämeenlinnan Kaupunkiuutisten ilmoituksia sekä yhdistyksen [www-sivujen tapahtumia](http://www.sivujen.tapahtumia).

Lähiseuturetket ja kotimaan matkat

Ti 4.8. Yllätysretki. TÄYNNÄ. Kysy peruutuspaikkoja: jouko.s.lehtonen@gmail.com tai puh. 050 060 7507. Lähtö Wetteriltä klo 7.30, paluu n. klo 19. Hinta **120 €** sisältää kuljetuksen, aamu- ja iltapäiväkahvit, lounaan, pääsymaksut sekä opastukset.

To 6.8. Olkiluoto – ydinvoiman kiehtova maailma, Eurajoki. Kysy peruutuspaikkoja: outiruohela@gmail.com tai puh. 040 090 6951. Lähtö Wetteriltä klo 7.30 ja paluu n. klo 20. Olkiluodon vierailukeskuksessa tutustutaan ydinvoimalaitoksen toimintaperiaatteeseen ja uraanipolttoaineen matkaan kalliosta kallioon. Hinta **52 €**, sisältää kuljetuksen, runsaan aamiaisen menomatalla, päiväkahvin, myöhäisen iltapäiväkahvin suolaisen kera ja opastukset.

Ti 11.8. Kesäpäivä Naantalissa. TÄYNNÄ. Kysy peruutuspaikkoja: sinipitkanen.sini@gmail.com tai puh. 040 868 5191. Lähtö Eureninkadulta klo 7.45 ja Wetteriltä klo 8.00, paluu n. klo 20.35. Hinta **121 €** ja museokortilla **112 €** sisältää kuljetuksen, pääsymaksut, opastukset sekä aamupäiväkahvit suolaisen kera Naantalissa ja lounaan Louhisaaressa.

To 20.8. Hvitträsk ja Porkkalan historia. TÄYNNÄ. Kysy peruutuspaikkoja: sinipitkanen.sini@gmail.com tai puh. 040 868 5191. Lähtö Eureninkadulta klo 9.15 ja Wetteriltä klo 9.30, paluu n. klo 17.30. Hinta **82 €** ja museokortilla **72 €** sisältää kuljetuksen, pääsymaksut ja opastukset museoissa Hvitträsk ja Igor, lounaan Majvikissa ja iltapäiväkahvin Igor-museossa.

To 3.9. Taidetta ja kartanohistoriaa. Lähtö Eureninkatu klo 8.45 ja Wetteri klo 9.00, paluu n. klo 18. Opastettuina Yrjö Liipolan Taidemuseo (Koski TL) ja Härkälän kartano (Somero). Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot ja museokortti on/ei ole) 30.7. klo 8.00 – 17.8. ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai sinipitkanen.sini@gmail.com tai puh. 040 868 5191. Hinta **75 €** ja museokortilla **70 €** sisältää kuljetuksen, pääsymaksut ja opastukset sekä lounaan Bar Aleksissa ja kakkukahvit Härkälän kartanossa. Maksu yhdist. tilille 17.8. mennessä, **viite 6910**.

To 10.9. Tytyrin Elämyskaivos ja Pyhän Laurin kirkko, Lohja Lähtö Eureninkadulta klo 8.15 ja Wetteriltä klo 8.30, paluu n. klo 16.30. Opastettuina Tytyrin Elämyskaivoksen maanalainen kaivosmaailma ja Lohjan kirkko. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) 7.8. mennessä ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai sinipitkanen.sini@gmail.com tai puh. 040 868 5191. Kuljetus, pääsymaksut, opastukset sekä lounas ja iltapäiväkahvi Puu-Anttilassa **78 €**, maksu 7.8. mennessä yhdistyksen tilille, **viite 6907**.

Ke 16.9. Kokopäiväretki Akseli Gallen-Kallelan lapsuudenmaisemiin, Sastamala. TÄYNNÄ. Kysy peruutuspaikkoja: marjo.salo@marjosalo.fi tai puh. 040 827 9564. Lähtö Wetteriltä klo 8.30, paluu n. klo 18.30. Hinta **80 €** ja museokortilla **72 €** sisältää kuljetuksen, pääsymaksut ja opastukset museoissa sekä ohjelmassa mainitut tarjoilut (ks. saman sisältöisen retken 23.9. tiedot).

Ke 23.9. Kokopäiväretki Akseli Gallen-Kallelan lapsuudenmaisemiin, Sastamala. Lähtö Wetteriltä klo 8.30, paluu n. klo 18.30. Herkkujuustola Oy:ssä esittely, maistelu ja ostoksia. Opastettuina suomalaisen kirjan museo Pukstaavi, Gallen-Kallelan lapsuuden maisemat ja Tyrvään Pyhän Olavin kirkko. Lounas Tyrvään pappilassa. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot ja museokortti on/ei ole) 30.7. klo 8.00 – 17.8. ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai marjo.salo@marjosalo.fi tai puh. 040 8279564. Hinta **80 €** ja museokortilla **72 €** sisältää kuljetuksen, pääsymaksut ja opastukset museoissa sekä ohjelmassa mainitut tarjoilut. Maksu yhdistyksen tilille 17.8. mennessä, **viite 6884**.

Ke 11.11. Tsaarinajan Helsinki. Lähtö Wetteriltä klo 10.00 ja paluu n. klo 18.30. Suomi oli liitettyä Venäjän keisarikuntaan viiden viimeisen Romanov-sukuisen hallitsijan ajan. Kuulemme 1800-luvusta ja 1900-luvun alun ajoista Suomessa, Venäjällä ja Euroopassa. Omakustanteiset kahvit voi nauttia Nikolai I:n päätöksellä rakennetussa, Engelin suunnittelemassa Lapinlahden vanhassa mielisairaalassa. Kierros päätetään legendaarisen Ravintola Saslikin tsaarinajan tunnelmaa henkivään myöhäislounaaseen. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) 21.8.klo 8.00 – 21.9. ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai marjo.salo@marjosalo.fi tai puh. 040 827 9564. Hinta **84 €** sisältää kolmen tunnin opastuksen, Zakuska-lounaan, retkievään ja juoman sekä kuljetuksen. Maksu 21.9. mennessä yhdistyksen tilille, **viite 6897**.

Valmisteilla:

- toukokuu 2027, Alvar Aallon Jyväskylä
- elokuu 2027, Lappeenranta
- syyskuu 2027, Yllätysretki.

Ulkomaan matkat

Syksy 2026 Kulttuurija ja koripalloa, Liettua, valmisteilla.

KERHOT 2026

Kerhot toimivat seuraavissa paikoissa:

- Kansalliskerho, Kaivokatu 16, 3. krs, käynti Birger Jaarlin kadun puolelta
- Bio Rex, Verkatehdas, Paasikivenkatu 2
- Hämeen Suoja, Palokunnankatu 12
- Hämeenlinnan Keilahalli, Keilakatu 2
- Hämeenlinnan uimahalli, Uimarintie 2
- Keinukamarin kuntosali, Pikkujärventie 6
- Loimua Areena, Härkätie 17 B
- Lepaa golf, Viinitilantie 12, Hattula

Maanantai

Klo 13.15–14.45 Älypuhelinkeho Kansalliskerholla ajalla 7.9.–14.12. joka toinen maanantai (parittomat viikot). Kerhossa harjoittelemme yhdessä älypuhelimien ja tablettien käyttöä. Maksu 2 €/kerta. Tiedustelut: jorma.railio@gmail.com tai p. 040 557 1205.

Klo 15.00–n.17.30 Elokvakerho Bio Rexissä Verkatehtaalla joka kuukauden toinen maanantai: 14.9., 12.10., 9.11. ja 14.12. Kukin esitettävä elokuva ilmoitetaan etukäteen jäsenkirjeessä, kotisivuilla ja lehdessä. Paikalle voi tulla klo 14 alkaen. Maksu 13,50 €/kerta suoritetaan kassalla ja kahvin voi ostaa hintaan 2,40 €. Ei ilmoittautumista. Tiedustelut: virpi.henttinen@gmail.com, p. 044 591 3497.

Klo 15.15–16.45 Tietovisa-kerho Kansalliskerholla 31.8., 14.9., 28.9., 12.10., 26.10., 9.11. ja 23.11. Keväällä 2027: 11.1., 25.1., 8.2., 22.2., 8.3., 22.3., 5.4. ja 19.4. Syksyn maksu 1 €/kerta. Tiedustelut: pekka.purhonen@pp3.inet.fi tai p. 040 502 7113.

Tiistai

Klo 9.00–11.00 Letkeää lentopalloa Loimua Areenalla 8.9.–22.12. ja keväällä jatketaan 12.1.2027 Tule mukaan ylläpitämään kuntoa ja virkeyttä mukavalla tavalla. Miehet ja naiset ovat pelissä tasa-arvoisia ja tervetulleita. Lisää pelaajia kaivataan. Ota mukaan juotavaa ja iloinen mieli. Maksu 40 €/ syksy yhdistyksen tilille 18.9. mennessä, **viite 4336**. Tiedustelut: matti.ruohela@gmail.com tai p. 050 090 6951.

Klo 9.30–13.00 Golf-kerho Lepaalla joka toinen tiistai 5.5.–22.9. Pelit samalta tiiltä 9 reikäisenä arvotuilla 2 hengen joukkueilla. Lähdöt klo 10.00 alkaen 10 min välein. Green fee 19 € maksetaan kahvilaan. Ohjaaja ja tiedustelut: Markku Hiedanpää, hiedanpaa.markku@gmail.com tai p. 040 165 4711.

Klo 11.00–11.45 Tehokasta tuolijumpaa Hämeen Suojassa 1.9.–8.12., yht. 15 kertaa. Monipuolinen tunti vahvistaen kehoa, parantaen lihaskuntaa, liikkuvuutta ja tasapainoa. Harjoitteet tuolissa istuen, välillä seisten tai muuten tuolia apuna

käyttäen. Tunti päättyy pidempiin, hyvää tekeviin venytyksiin. Ohjaajana joogaohjaaja ja liikkuvuusvalmentaja Tuulianna Avantola. Maksu 55 €/syksy yhdistyksen tilille 18.9. mennessä, **viite 4307**. Keväällä mukana olleiden ei tarvitse ilmoittautua, mutta ilmoita lopetus ja sovi ryhmänvaihto erikseen 24.8. mennessä. Vapautuvia paikkoja voi tiedustella: koskinenanneli@elisanet.fi tai p. 040 501 9132.

Klo 12.00–12.45 Pilates&venyttely 1 Hämeen Suojassa 1.9.–8.12., yht. 15 kertaa. Rauhallinen, mutta tehokas tunti. Keskivartaloa vahvistavia, tasapainoa parantavia ja venyttäviä liikkeitä seisten ja lattialla. Oma jumppamatto mukaan! Ohjaajana joogaohjaaja ja liikkuvuusvalmentaja Tuulianna Avantola. Maksu 65 €/syksy yhdistyksen tilille 18.9. mennessä, **viite 4310**. Keväällä mukana olleiden ei tarvitse ilmoittautua, mutta ilmoita lopetus ja sovi ryhmänvaihto 24.8. mennessä. Uudet voivat tiedustella ja ilmoittautua: koskinenanneli@elisanet.fi tai p. 040 501 9132.

Klo 13.00–13.45 Pilates&venyttely 2 Hämeen Suojassa 1.9.–8.12., yht. 15 kertaa. Maksu ja muut tiedot kuten ryhmässä 1. Ryhmässä on tilaa uusille osallistujille.

Klo 13.00–14.00 Ohjattu kuntosali 1 Loimua Areenalla 18.8.–15.12., yht. 17 kertaa (ei 24.11.). Ohjaajana Johanna Kokko. Maksu 115 €/syksy yhdistyksen tilille 1.9. mennessä, **viite 4527**. Uusia osallistujia mahtuu. Tiedustelut ja ilmoittautumiset (myös jatkajat) 5.8. mennessä: jarmokulmala2@gmail.com tai p. 040 046 9603.

Klo 14.00–17.00 Canasta- ja sambakerho Kansalliskerholla 1.9.–22.12. Pelaamme korttipeljä; sambaa, canastaa ja shanghai. Maksu 14 €/syksy yhdistyksen tilille 18.9. mennessä, **viite 4501**. Keväällä jatketaan 5.1.–25.5.2027. Tervetuloa myös uudet pelaajat. Tiedustelut: tuulakiheinonen@gmail.com tai p. 050 570 4946.

Klo 17.00–18.00 Keinukamarin kuntosali. Käytössä ympäri vuoden. Ei ohjaajaa. Maksuton! Tiedustelut: Esa Talikainen, p. 040 048 1782.

Keskiviikko

Klo 12.00–13.00 ja 13.00–14.00 Keilailua Hämeenlinnan keilahallissa 2.9.–16.12. Syksyn aikana pidämme syyskisan kaikille halukkaille (4 sarjaa). Ratamaksu 10,00 €/hlö/tunti, kun radalla on kaksi keilaajaa ja kenkävuokra 2 €/hlö. Tervetuloa uudet ja jo harrastaneet mukavan ajanvietteen pariin. Tiedustelut: Seija Raatikainen, raatikainenseija34@gmail.com tai p. 040 069 7737.

Klo 14.00–17.00 Bridgekerho Kansalliskerholla 2.9. alkaen. Pelaaminen on leikkimielistä, mutta tulokset lasketaan ja selvitetään paremmuusjärjestys. Maksu 14 €/syksy yhdistyksen tilille 18.9. mennessä, **viite 4514**. Tiedustelut: Anja Leinikka, aleinikka@gmail.com tai p. 050 325 5403.

Klo 14.45–15.30 Vesijumppa 1 Hämeenlinnan uimahallilla 2.9.–9.12. ja tammikuussa jatketaan. Vesijumppa sopii hyvin selkä-, nivel- ja niskakipuisille sekä ylipainoisille. Ohjaajana Irina Kulkova. Maksu 55 €/syksy yhdistyksen tilille 18.9. mennessä, **viite 4093**. Maksu ei sisällä pääsymaksua uimahalliin. Keväällä mukana olleiden ei tarvitse

ilmoittautua, mutta ilmoita lopettaminen ja sovi ryhmänvaihto erikseen. Tiedustelut ja ilmoittautumiset: kari.siltanen@gmail.com tai p. 040 551 0673.

Torstai

Klo 10.00–11.00 Ohjattu kuntosali 2 Loimua Areenalla 20.8.–17.12., yht. 17 kertaa (ei 26.11.). Harjoittelun ohjaaja Johanna Kokko. Maksu 115 €/syksy yhdistyksen tilille 1.9 mennessä, **viite 4527**. Ryhmä on kauden alkaessa täynnä. Varmista osallistumisesi 5.8. mennessä. Tiedustelut ja ilmoittautumiset: jarmokulmala2@gmail.com tai p. 040 046 9603.

Klo 11.30–12.30 Seniorijooga Hämeenlinnan uimahallin liikuntasalilla 3.9.–17.12. (ei syyslomaviikolla 15.10.), yht. 15 kertaa. Ohjaajana joogaopettaja Tuulianna Avantola. Sopii aloittaville ja jo pidempään joogaa harrastaneille. Lempeä flow-jooga vahvistaa lihaksia ja luustoa. Liikesarjat parantavat nilvelterveyttä ja koordinaatiota sekä edistävät liikkuvuutta. Oma joogamatto mukaan! Maksu 60 €/syksy yhdistyksen tilille 15.8. mennessä, **viite 4530**. 3.9 alkavassa ryhmässä on 5 paikkaa vapaana. Tiedustelut ja ilmoittautumiset: sinipitkanen.sini@gmail.com tai tekstiviesti/WhatsApp 040 868 5191.

Klo 11.00–12.30 Englannin keskustelukerho Kansalliskerholla 10.9.–3.12. joka toinen torstai (parittomat viikot). Keskustelemme vapaamuotoisesti ajankohtaisista aiheista, teemme pieniä tehtäviä valituista teksteistä, laulammekin. Ei kielioppia, ei kotiläksyjä, mutta jokainen voi valmistella aiheita keskusteltavaksi. Maksu 2 €/kerta. Tiedustelut: jorma.railio@gmail.com tai p. 040 557 1205.

Klo 13.00–15.00 Sijoituskerho Kansalliskerholla. Kokousten alussa jäsenen tarjoamat kahvit sekä markkinakatsaus. Kokoontumiset syksy 2026:

17.9. ETF-sijoittaminen

15.10. Sijoitussalkun rakentaminen ja seuranta

19.11. Lääketieteeseen sijoittaminen

17.12. Näkymät vuoteen 2027

Keskustelu ammattisijoittaja Tapio Haaviston opastuksella. Maksu 2 €/kerta.

Tiedustelut: Tapio Haavisto, haa186ta@gmail.com tai p. 050 360 3971.

Perjantai

Klo 8.30–9.15 Vesijumppa 2 Hämeenlinnan uimahallilla 4.9.–11.12 ja tammikuussa jatketaan. Perjantain ryhmissä on hyvin tilaa uusille osallistujille. Katso muut tiedot keskiviikon vesijumppasta.

Klo 9.15–10.00 Vesijumppa 3 Hämeenlinnan uimahallilla, tiedot kuten edellä.

Klo 16.30–17.30 Keinukamarin kuntosali. Käytössä ympäri vuoden. Ei ohjaajaa. Maksuton! Tiedustelut: Esa Talikainen, p. 040 048 1782.

MUUTA TOIMINTAA

Ma 21.9. klo 15.00–16.30 Uusien jäsenten tutustumistilaisuus, Kansalliskerho.
Kutsut lähetetään uusille jäsenille.

To 15.10. ja pe 16.10. Seniorimessut, Verkatehdas, Hml. Yhdistyksellä on oma osasto. Poikkeaa juttelemassa!

To 29.10 ja 19.11. klo 13.00 - n. 16.00 Kokataan ja nautitaan yhdessä. Uusi, yhteisöllinen ruokailutapahtuma, jossa kokkailemme Master Chef Anssi Nykopin johdolla kolmen ruokalajin lounaan kotimaisista raaka-aineista kahtena eri torstaina eri teemoin. Ilmoittautudut kerralla molempiin päiviin. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) 10.9. klo 8.00 – 28.9. ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai marjo.salo@marjosalo.fi tai puh. 040 827 9564 tai salme.heijari56@gmail.com tai puh. 040 726 6364. Hinta **50 €/ henkilö/ kaksi kokkailukertaa**, sis. kokin ohjaus, raaka-aineet, kolmen ruokalajin lounas yhdessä valmistaen ja tilavuokra. Maksu yhdistyksen tilille 29.9. mennessä, **viite 5319**.

La 12.12. klo 13.00 Joululounas, Verkatehdas, Hml. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) 5.11. klo 8.00 – 23.11. ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista tapahtuman lomakkeella tai terttu.hallenberg@gmail.com tai tekstiviesti 040 748 7811. **Maksu 30 €** yhdistyksen tilille 23.11. mennessä, **viite 6787**.

Senioriliiton ja Hämeen piirin tapahtumia

SENIORILIITTO, <https://senioriliitto.fi>, <https://www.facebook.com/senioriliitto>.

HÄMEEN PIIRI, <https://hame.senioripiiri.fi>, <https://www.facebook.com/hameenpiirinseniorit>.

Ke 26.8. klo 11.00–15.30 Piirin ulkoilupäivä, Evo. Jussi-katoksella Evon esittely, ruokailu ja tehtävärastit. Metsäkirkossa (reitti 1,5 km) hartaus ja lauluja. Kahvit Jussi-katoksella. Ilmoittautumiset 10.8. mennessä piirin ja Hml:n kotisivut/Tapahtumat tai lammi@senioriyhdistys.fi. Piiri vahvistaa osallistumiset 11.8., jonka jälkeen heti **maksu 25 €** Lammin yhdistyksen tilille FI59 4260 1020 0172 94, **maksuun viesti:** Evon ulkoilutapahtuma.

Ke 26.8. klo 10.00 Yhdistyksemme yhteiskuljetus Evolle Wetteriltä klo 10.00 ja paluu heti tapahtuman päätyttyä. **Ilmoittautumiset kuljetukseen** 10.8. mennessä ensisijaisesti kotisivuilta ja SenioriAppista kuljetustapahtuman lomakkeella tai terttu.hallenberg@gmail.com tai tekstiviesti 040 748 7811. **Maksa 10 € vasta**, kun olet saanut myös piirin vahvistuksen osallistumisellesi ulkoilutapahtumaan, Hml:n yhdistyksen tilille viimeistään 13.8., **viite 6596**.

Pe 20.11. Seniorifoorumi ja piirin syyskokous, Holiday Club Vierumäki, Heinola.

Kahvitusryhmät ja -vuorot syksy 2026

Kahvitusryhmät vastaavat vuorollaan torstaituokioiden kahvitarjoilun järjestämisestä loppusiivouksineen. Kahvileipien tilauksista vastaa Virve Angelma. Ilmoita oman ryhmäsi vetäjälle, jos et pääse vuorollasi. Kahvitusryhmien yhteyshenkilöt: Seija Raatikainen ja Arja Huttunen, yhteystiedot alla.

Ryhmä 2. Kahvitusvuorossa torstai 24.9.2026 ja 11.3.2027 (kevätkokous)

Ryhmänvetäjä Marjatta Rekola p 050 357 7153, rekola.marjatta@gmail.com, Kaija-Liisa Merisaari, Eeva Myyryläinen, Airi-Inkeri Pekkola ja Kristiina Ringman.

Ryhmä 3. Kahvitusvuorossa torstai 22.10.2026 ja 15.4.2027

Ryhmänvetäjä Arja Huttunen, p. 044 016 2517, puotimuori.arja@gmail.com, Helena Kaarakainen, Paula Kytöpuu, Nana Palosaari ja Tellervo Peltoniemi.

Ryhmä 4. Kahvitusvuorossa torstai 12.11.2026 (syyskokous) ja 20.5.2027

Ryhmänvetäjä Marja-Terttu Dahl, p. 050 588 7798, marjaterttu.dahl@gmail.com, Inna-Liis Immonen, Riitta Kopra, Arja Kostia, Outi Ruohela ja Sirpa Salminen.

Ryhmä 5. Kahvitusvuorossa torstai 14.1.2027

Ryhmänvetäjä Marja Aalto, p. 050 384 6220, marja.aalto55@gmail.com, Riitta Fagerström, Anneli Kuusisto, Hilikka Rantala ja Pirjo Selesniemi.

Ryhmä 1. Kahvitusvuorossa torstai 11.2.2027

Ryhmänvetäjä Seija Raatikainen, p. 040 069 7737, raatikainenseija34@gmail.com, Saija Elfving, Virpi Henttinen, Marjukka Jylänki, Soila Nordström ja Sirkka-Liisa Virtanen.

Yhdistyksemme jäsenet mukana ikäihmisten asioihin vaikuttamassa:

Kansallinen senioriliitto ry: Jaakko Lindén, liittovaltuuston jäsen

Hämeen kansallinen senioripiiri ry: Jaakko Lindén, piirihallituksen jäsen;
Helena Illikainen, piirihallituksen varajäsen

Hämeenlinnan vanhusneuvosto: Juha Tuomi, varapuheenjohtaja;
Soila Nordström, varajäsen

Hattulan vanhusneuvosto: Pia Yli-Pirilä, puheenjohtaja

Kanta-Hämeen hyvinvointialue, vanhusneuvosto: Soila Nordström, puheenjohtaja;
Juha Tuomi, varajäsen; Pia Yli-Pirilä, varajäsen

Hämeen eläkeläisjärjestöjen neuvottelukunta: Virpi Henttinen, jäsen

Kanta-Hämeen järjestöneuvottelukunta: Pia Yli-Pirilä, jäsen, eläkeläistoimijat