



Hämeenlinnan kansalliset seniorit ry

Jäsentiedote kevät 2025



Vigelandin veistospuisto, Oslo, Norja. Kuva: Terttu Hallenberg.

TEEMANA: Elämäniloa ja voimaa!



TERVEHDYS PUHEENJOHTAJALTA

Hyvät Senioriystävät,

vuoden 2024 aktiivinen toimintamme on kalkkiviivoilla ja eri tahoilla katseet ovat vuodessa 2025.

Tässä jäsentiedotteessa esittelemme jälleen monipuolisen kausiohjelmamme talvi- ja kevätkauteen. On ilo havaita, että matkat ja retket menevät ”kuumille kiville” ja harrasteryhmissä käy innokkaasti ja runsaslukuisasti jäseniämme.

Syyskokouksessamme valittiin hallitus kaudelle 2025. Vaihtuvuus oli hyvin maltillinen. Samoin kerhojen ja tiimien vetäjät jatkavat liki entisellään.

Kutsun teidät myös mukaan vetäjiksi tai jäseniksi tiimeihin ja kerhoihin. Tämä on vapaaehtoistoimintaa, ja kuta useampi on aktiivinen, sitä tasaisemmin vastuut ja ajankäyttö jakautuu. Ja uskokaa pois, tämä on myös hauskaa ja motivoivaa. Kontakti toimintavastaaviin ja siitä se lähtee.

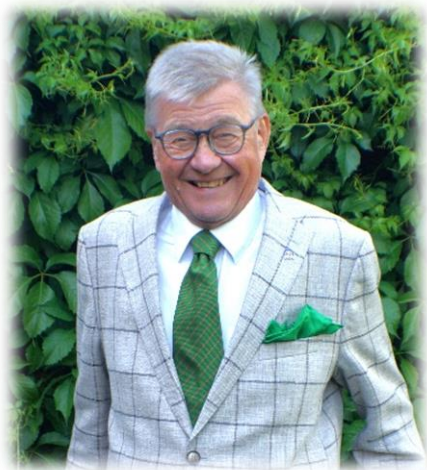
Marraskuun lopun tilanteen mukaan meitä on 918 senioria, olemme Kansallisen Senioriliiton suurin yhdistys. Laaja jäsenkanta mahdollistaa monipuolisen harrastetoiminnan ja matka/retkitarjonnan.

Edunvalvonnassa ja vaikuttamisessa teemme rakentavaa yhteistyötä muiden paikallisten eläkeläisjärjestöjen kanssa. Virallisina vaikutuskanavina jatkavat kuntakohtaiset Vanhusneuvostot.

Toivotan kaikille Hyvää Joulunodotusta, rauhaista Joulunaikaa ja Elämäniloista Uutta Vuotta 2025.

Moikataan kun tavataan!

Jaakko Lindén
puheenjohtaja



Kuva: Marja-Riitta Lindén

YHTEYSTIETOJA

Hallituksen jäsenet 2025

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

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

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

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

Varajäsenet Jouko Lehtonen, Soila Nordström, Matti Ruohela

Toimintavastaavat ja tiimit 2025

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

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

Kahvitusryhmät Arja Huttunen ja Seija Raatikainen, yhteystiedot yllä

Kerhotoiminta katso kunkin kerhon tiedoista jäljempänä

Teatteritiimi

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

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

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

Matkatiimi

Sirkku Haapala, p. 050 466 6565, sirkku.haapala@hotmail.fi

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

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

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

Yhdistyksen edustajat

Kansallinen senioriliitto ry: liittovaltuuston jäsen pj. Jaakko Lindén

Hämeen kansallinen senioripiiri ry: piirihallituksen jäsen vpj. Seija Raatikainen

Hämeenlinnan kaupungin vanhusneuvosto: jäsen Sirkka-Liisa Virtanen

Hattulan vanhusneuvosto: puheenjohtaja Pia Yli-Pirilä

Yhdistyksen tili Nordea FI48 1032 3000 5378 49

- **Käytä kaikissa suorituksissa kullekin tapahtumalle erikseen ilmoitettua tai laskulla olevaa viitenumeroa!**
- **Muista ensin ilmoittautua ja vahvistusviestin jälkeen maksaa!**

TERVETULOA MUKAAN TOIMINTAAN

Tervetuloa jäseneksi! Liittyä voit ilmoittautumalla kotisivujemme etusivun "Liity jäseneksi"-linkistä tai ottamalla yhteyttä jäsensihteeriiin. Jäsenmaksu on 25 € / v. Maksettaessa tulee käyttää jäsenmaksulaskun henkilökohtaista viitenumeroa.

Huolehdi, että yhteystietosi ovat ajan tasalla. Ilmoita muutokset jäsensihteerille tai voit itse muokata omia jäsenrekisterissä olevia tietojasi SenioriAppi: <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:** hameenlinna.senioriyhdistys.fi. **Tapahtumat-sivulla** näkyvät kaikki tulevat tapahtumat ja "klikkaamalla" niitä näkee kunkin tapahtuman tiedot. Osaan tapahtumia voi myös ilmoittautua suoraan ko. tapahtuman kohdalta.
- **Jäsenkirjeet:** jäsenrekisterissä oleviin sähköpostiosoitteisiin
- **Kaupunkiuutiset:** seuratoimintapalsta keskiviikkoisin. Myös näköislehti: <https://www.hameenlinnanakaupunkiuutiset.fi/nakoislehti/>
- **Facebook:** <https://www.facebook.com/hameenlinnanseiorit>
- **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 ja kerhojen vetäjät tai niiden yhteyshenkilöt ovat toivottuja. Myös matkojen järjestämiseen kaivataan lisävoimia. 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, pienellä tai suuremmalla. 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!

- 23.1. Tekoäly – näkymiä ja mahdollisuuksia, tietojenkäsittelyn lehtori, eläk. Raija Tuomaala
- 20.2. Suomen sodat 1939–1945: selviytyminen rauhaan 80 vuotta sitten, VTT, eversti evp Pekka Visuri
- 6.3. Kevätkokous. Kiertokapula Oy:n esitys.
- 17.4. Sana pääsiäiseksi, pastori, teologian tohtori Markku Antola
- 15.5. Yhteislaulua. Lauletaan yhdessä keväisiä lauluja.



Syntymäpäiväjuhlat 12.9.2024, Hotelli Vaakuna. Kuva: Outi Ruohela.



Syyskauden avajaiset Tuuloksen Kapakanmäellä 28.8.2024. Kuva: Pertti Heinonen.

TEATTERIESITYKSET, KONSERTIT JA MATKAT

Tapahtumiin

- **ilmoittaudutaan** kunkin tapahtuman kohdalla mainitulle henkilölle; osaan tapahtumia voi ilmoittautua kotisivujen Tapahtumat-sivulla ko. tapahtuman kohdalta aukeavalla lomakkeella tai SenioriAppi Tapahtumat/Yhdistyksen tapahtumat tai jäsenkirjeessä annetun ko. tapahtuman linkin kautta
- **ilmoittaudu ensin** ja maksa vasta, kun olet saanut tiedon, että mahduit mukaan
- tasapuolisen ilmoittautumismahdollisuuden vuoksi huomioon otetaan vain **ilmoittautumiset**, jotka on tehty **ilmoittautumisajan alkamisesta alkaen**, jos sellainen on ilmoitettu, ei siis etukäteisilmoittautumista
- ilmoittautuminen on **SITOVA** ja ilmoittautumisajan jälkeisistä peruutuksista voidaan periä peruutusmaksu (esim. 50 €/hlö)
- **osallistumismaksut** suoritetaan yhdistyksen tilille (sivu 4) kunkin **tapahtuman omalla viitenumerolla** tai matkatoimiston laskulla olevilla tili- ja viitenumeroilla
- hintoihin sisältyvät pääsääntöisesti kuljetukset, mainitut tarjoilut sekä pääsyliput
- kuljetukset lähtevät pääsääntöisesti linja-autoaseman tilausajopysäkillä Wetterhoffinkatu 4:stä ja mainitaan ilmoituksissa Wetteriltä
- **Jos ilmoittaudut yksin matkoille, joilla yövytään, voit halutessa esittää viestissäsi pyynnön saada huonekaveri muista ilmoittautuneista.**

Teatterit

Su 2.3. klo 17 Täältä pesee, Toijalan Näyttämö. Rauli Jokelinin komedia pimeän rahan jemmailusta ja hätävalheista, jotka kasvavat hullunmyllyksi. Niistä on pakko selvitä tai linnatuomio uhkaa. Lähtö Wetteriltä klo 15.30. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) klo 8 alkaen ajalla 23.1.–9.2. raatikainenseija34@gmail.com tai tekstiviesti p 040 069 7737. Lippu, väliaikatarjoilu ja kuljetus **35 €**, maksu yhdistyksen tilille 9.2. mennessä, **viite 6020**.

Pe 11.4. klo 13 Hildur, Turun Kaupunginteatteri. Satu Rämön supersuosittu dekkarisarja vie Islannin jäätiköille, jossa harha-askeliin ei ole varaa. Rikosetsivän työ Islannin kadonneiden lasten yksikössä ei ole sattumaa, vaan omien pikkusisarusten kohtalo on johdattanut hänet siihen. Kesto n. 2 h 40 min. Lähtö Wetteriltä klo 10. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) klo 8 alkaen ajalla 20.2.–4.3. iittalinden@gmail.com tai tekstiviesti p. 040 071 8877. Lippu, menomatkalla aamiaissämpylä bussissa, ruokailu esityksen jälkeen ja kuljetus, **115 €**, maksu yhdistyksen tilille 5.3. mennessä, **viite 6033**.

To 3.7. klo 18 Ihmisen poika - musiikkikomedial Yön hiteillä, Hämeenlinnan Uusi Kesäteatteri. Musiikkikomedial, jonka tapahtumat sijoittuvat eristäytyneeseen kyläyhteisöön, jossa aika on pysähtynyt. Kylän henkinen johtaja pitää yhteisöä tiukasti otteessaan ja ”ennen kaikki oli paremmin”. Rooleissa Kai Hyttinen, Sanna Saarijärvi, Päivi Pylvänäinen, Kalle Pylvänäinen, Annica Milán ja Valtteri Lehtinen sekä Elsa Pylvänäinen. Ilmoittautumisaika ja hintatiedot myöhemmin.

Musikaalit, operetit ja oopperat

La 18.1. klo 13 Moulin Rouge! Musikaali, Helsingin Kaupunginteatteri. Näyttävä musikaalishow ja henkeäsalpaava rakkaustarina legendaarisessa Pariisin yökerhossa. Musikaalissa kuullaan yli seitsemääkymmentä musiikkihistorian suurinta hittiä. Kesto n. 2,5 h. Matka on TÄYNNÄ. Suuren kiinnostuksen vuoksi matka uusitaan:

La 13.9. klo 13 Moulin Rouge! Musikaali, Helsingin Kaupunginteatteri. Ilmoittautumisaika ja hintatiedot tiedotetaan myöhemmin (Marja-Riitta Lindén).

Ke 19.2. klo 19 Iloinen leski -operetti, Oopperatalo, Helsinki. Franz Lehárin kupliva operetti tarjoaa vanhan ajan glamouria, aateliston ilottelua, tarttuvia melodioita ja can-cania. Lesken roolissa sopraano Mari Palo. Kesto 2 h 40 min. Lähtö klo 16.15 Wetteriltä ja klo 16.25 Eureninkadulta. Ilmoittautumiset ajalla 5.-30.12.2024 outiruhela@gmail.com tai p. 0400 906 951. Lippu, suolainen väliaikatarjoilu ja kuljetukset **117 €**, maksu yhdistyksen tilille 30.12.2024 mennessä, **viite 6046**.

La 15.3. klo 15 Viimeiset kiusaukset, Tampere-talo. Joonas Kokkosen ooppera on yksi kaikkien aikojen menestyksekkäimmistä suomalaisista ooppereista. Tampereen Ooppera ja Savonlinnan Oopperajuhlat yhdistävät voimansa teoksen 50-vuotisjuhlavuoden kunniaksi. Paavo Ruotsalaisen roolissa basso Mika Kares ja Riitta vaimona sopraano Silja Aalto. Esityksen kesto n. 2 h 40 min. Lähtö Wetteriltä klo 13.30. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) klo 8 alkaen ajalla 10.–26.1. matkamuoriarja@gmail.com tai tekstiviesti p. 044 016 2517. Lippu, väliaikatarjoilu ja kuljetus **120 €**, maksu yhdistyksen tilille 26.1. mennessä, **viite 5940**.

Su 15.6. klo 16, Nunnia ja konnia, Ypäjän Musiikkiteatteri. Nunnia ja konnia-musikaali on vauhdikas komedia, joka svengaavin sävelin valtaa Ypäjän musiikkiteatterin kesällä 2025. Näytelmänsäkirjoitus perustuu yhdysvaltalaiseen komediaelokuvaan Sister Act. Ilmoittautumisaika ja hintatiedot myöhemmin.

21.–22.7. Oopperamatka, Puccinin Turandot, Savonlinna. Matkan tiedot kohdassa Kotimaan matkat.

Konserttimatkat

Pe 10.1. klo 13 ”Wienin viemää”, Lahden Sibeliusalo. Sinfonia Lahti solisteina sopraano Silja Aalto ja baritoni Ville Rusanen. Kesto n. 2 h. **Ryhmä 1** (HämeBus): Lähtö klo 10.50 Eureninkadulta ja klo 11.00 Wetteriltä. **Ryhmä 2** (Pekolan Liikenne): Lähtö Wetteriltä klo 10.45. Hinta **66 €**. TÄYNNÄ. Peruutuspaikkoja voi tiedustella sirkku.haapala@hotmail.fi tai p. 050 4666 565.

Su 16.3. klo 14 La Strada -konsertti, Klaukkalan Monikkosali. Tenori Jyrki Anttilan viihdekonsertissa kuullaan parhaimmat palat italialaisesta musiikista, ihanimmat melodiat oopperasta iskelmään. Kesto n. 1 h 50 min. Lähtö Eureninkadulta klo 12 ja Wetteriltä klo 12.10. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) viimeistään 14.2. sirkku.haapala@hotmail.fi tai p. 050 4666 565. Lippu, suomalainen väliaikatarjoilu ja kuljetus **58 €**, maksu yhdistyksen tilille 14.2. mennessä, **viite 5995**.

Pe 25.4. klo 13 Music of Divas -konsertti, Lahden Sibeliusalo. Sinfonia Lahti solistina Diandra ja kapellimestarina Antti Rissanen. Kesto 2 h. Ohjelmassa maailman tunnetuimpien artistien isot hitit. Lähtö Eureninkadulta klo 11.00 ja Wetteriltä klo 11.15. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot) ajalla 23.1.–17.3. sirkku.haapala@hotmail.fi tai puh. 050 4666 565. Lippu, suomalainen väliaikatarjoilu ja kuljetus **70 €**, maksu yhdistyksen tilille 17.3. mennessä, **viite 6004**.



Seniorit raiteilla Ratikkamuseossa ja Norjan Bergen-Oslo-junassa.
Kuvat: Anna Kaarina Aaltonen-Wagoner (vas.) ja Terttu Hallenberg (oik.).

Lähiseuturetket ja kotimaan matkat

To 6.2. klo 14–16 Stone Gallery Lunnikivi. Esillä viisimetrinen Eremiasauruksen luuranko ja eksoottisten maiden uutuuksia kivi- ja hyönteiskokoelmassa. Eremiasauruksen tarinan lomassa pullakahvit, jonka jälkeen siirtyminen näyttelytiloihin. Ilmoittautumiset 23.1. mennessä jorma.railio@gmail.com tai p. 040 557 1205. Maksu **12 €** yhdistyksen tilille viim. 23.1., **viite 6693**. Ei yhteiskuljetusta.

Ti 11.2. Päiväseltsään Lahessa. Opastettu kiertoajelu, buffetlounas Luhta Towerissa, Hiihtomuseo, opastettu tutustuminen visuaalisten taiteiden museo Malvaan ja kahvit Malskissa. Lähtö Eureninkadulta klo 7.55 ja Wetteriltä klo 8.05. Hml n. klo 18.20. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot ja tieto museokortista) viimeistään 13.1. sirkku.haapala@hotmail.fi tai p. 050 4666 565. Maksu, museokortilla **59 €** ja muilla **79 €**, yhdistyksen tilille viimeistään 13.1., **viite 6664**.

Ke 26.3. Taiteiden päivä Helsingissä. Didrichsenin museossa Särestöniemen 100 v opastettu näyttely, buffetlounas Factory Salmisaari, Designmuseossa mm. opastettu tekstiilitaiteilija Maija Lavosen näyttely ja Helsingin taidemuseossa mm. intro ja tutustumista Tove Janssonin näyttelyyn. Lähtö klo 9.05 Eureninkadulta ja klo 9.15 Wetteriltä. Ilmoittautumiset (myös erikoisruokavaliot ja tieto museokortista) ajalla 16.1.–20.2. sirkku.haapala@hotmail.fi tai puh. 050 4666 565. Maksu, museokortilla **56 €** ja muilla **94 €**, yhdistyksen tilille viimeistään 20.2., **viite 6677**.

Toukokuun alku Seniorikävely, Sääksmäki, Valkeakoski. Matkanvetäjä Jorma Railio.

Ti 27.5. Vanajanlinna ennen ja nyt. Opastettu kierros sisällä ja ulkona, oppaana Marketta Suontausta. Kierroksen jälkeen lounas. Hinta, aikataulu ja järjestelyt tarkentuvat myöhemmin. Matkanvetäjä Outi Ruohela.

Ke-pe 4.–6.6. Brändö - Ahvenanmaa. Lähtö klo 7.45 Eureninkadulta ja klo 7.50 Wetteriltä. Ke: Kustavissa lounas, Brändön saarella opastettu saarikierros, majoittuminen ja illallinen. To: Ahvenanmaalle, jossa 5 h opastettu kiertoajelu ja lounas Smakbyssä. Yöpyminen Maarianhaminassa. Pe: Merimuseo aulaopastuksella. Oma aikaa Merikorttelissa Salt-myyvälöineen. Laiva Naantaliin, saaristolaisbuffet. Hml n. klo 23. Hinta €/hlö **437 €** 2hh, **498 €** 1hh **museokortilla**, muut **+9 €**. TÄYNNÄ. Peruutuspaikkoja voi tiedustella sirkku.haapala@hotmail.fi tai p. 050 4666 565.

Ke 11.6. Kesäretkelle Mustialaan. Linja-autolla Tammelaan Mustialan kievariin. Opastettu kierros, jonka aikana tutustutaan oluen valmistukseen Kuninkaankartanon panimossa, vierailu maataloushistoriallisessa museossa ja tutustuminen nykyaikaiseen navettaan katselutasanteelta. Päätteeksi Kievarin menu herkkuihin. Hinta ja aikataulu tarkentuvat myöhemmin. Matkanvetäjä Outi Ruohela.

Kesäkuun lopulla päivämatka Hankoon. Matkanvetäjä Sirkku Haapala.

Kesäkuu juhannuksen jälkeen 1 yön matka Poriin. Matkanvetäjä Jaakko Lindén.

Ma-ti 21.–22.7. Oopperamatka, Turandot, Savonlinna. Lähtö Eureninkadulta klo 7.45 ja Wetteriltä klo 8.00. Menomatalla aamiainen, Parikkalan Patsaspuisto, lounas Punkaharjun Kruunupuistossa. Klo 19 Turandot-ooppera, kesto 3 h 15 min. Ti: Lounas Tertin kartanossa. Hml:ssa n. klo 17. Majoitus Kesähotelli Vuorilinnassa. Hinta €/hlö **439 €** (2hh) ja **519 €** (1hh). TÄYNNÄ. Peruutuspaikkoja voi tiedustella outiruhela@gmail.com tai tekstiviesti 0400 906 951.

Elokuun alku Yllätysretki. Matkanvetäjä Jouko Lehtonen.

Elokuussa Söderskärin majakka. Matkanvetäjä Sirkku Haapala.



Mielenkiintoisia
hautapaikkoja ja tarinoita
Hml:ssa 26.9.2024.
Kuva: Pauli Ilomäki.



Porvoon retki 24.7.2024.
Kuva: Sirkku Haapala

Ulkomaan matkat

3.–7.3. Virkistysmatka Pärnu Tervis Spa. Hinta, **415 €/hlö** 2hh, 1hh-lisä **65 €**, sisältää: bussi mukana matkalla, laiva Helsingistä klo 11.00 ja Tallinnasta klo 12.00, puolihoitoruokailut (täyshoito +50 €/hlö), 2 hoitoa/pv (ti, ke, to), Spa-/saunakeskus ja uimahalli, kuntosali, kaupunki-/ostoskierros Pärnussa. Mukaan passi tai henkilökortti ja kumipohjaiset kylpykengät. Ilmoittautumiset 14.1. mennessä helenailikainen@gmail.com tai p. 040 701 8388: nimi, synt.aika, osoite, puh., s-posti, erikoisruokavaliot, huonekaveri tai toive saada huonekaveri. Matkatoimisto Ykkösmatkat lähettää laskun eräpäivällä 27.1.

22.–26.4. Matka Adrianmeren rannalle, Sloveniaan ja Kroatiaan. Kolmen yötä Portorozissa, yksi yö Bledissä. Aamiaiset hotelleissa, neljä lounasta ja kolme illallista. Ohjelman mukaiset retket sekä retkien maistelutarjoilut. Hinta/hlö 2 hh:ssa **1.479 €**, 1hh-lisä **200 €**. TÄYNNÄ. Peruutuspaikkoja voi kysellä jouko.s.lehtonen@gmail.com tai tekstiviestillä p. 0500 607507.

Syksy 2025 Pohjois-Italian järvisedu. Ohjelma julkaistaan myöhemmin. Matkanvetäjänä Helena Illikainen.

KERHOT 2025

Kerhot toimivat seuraavissa paikoissa:

- Kansalliskerho, Kaivokatu 16, 3. krs, käynti Birger Jaarlinkadun puolelta
- Hämeen Suoja, Palokunnankatu 12
- Hämeenlinnan Keilahalli, Keilakatu 2
- Hämeenlinnan uimahalli, Uimarintie 2
- Keinukamarin kuntosali, Pikkujärventie 6
- Kumppanuustalo, Kirjastokatu 1
- Loimua Areena, Härkätie 17 B
- Padel King -hallit, Pietiläntie 6

Maanantai

Klo 10.30–12.30 Naiskuoro Ajattomat Kumppanuustalon Auditoriossa ma 13.1. alkaen. Mukavaa yhdessäoloa kuorolaulun parissa. Ohjelmistomme on monipuolista ja esiinnyimme yhdistyksen tilaisuuksissa, mutta myös sen ulkopuolella. Kuorolla on 25-vuotiskonsertti 10.4. Kuoron johtaja kanttori Taina Kujanen, p. 040 081 1457 tai taina.kujanen@evl.fi. Kevätkauden kerhomaksu 65 € yhdistyksen tilille (**viite 4446**) 31.1. mennessä. Tiedustelut: tea.vanhapelto@gmail.com tai p. 040 569 0728.

Klo 13.15–14.45 Älypuhelinkeho Kansalliskerholla ajalla 13.1.–7.4. joka toinen maanantai (parittomat viikot) ja syksyllä 8.9.–1.12. Kerhossa harjoittelemme yhdessä älypuhelimien ja tablettien käyttöä. Osallistumismaksu 2 €/kerta. Tiedustelut: jorma.railio@gmail.com tai p. 040 557 1205.

Klo 12.45–14.45 Shakkikerho Kansalliskerholla 20.1.–28.4. joka toinen maanantai (parilliset viikot). Kesä huilataan ja syksyllä taas jatketaan. Mukaan otetaan mielellään myös uusia jäseniä. Vaatimuksena ei ole loistavat pelitaidot vaan yhdessä kokoontuminen shakkiharrastuksen parissa. Tervetuloa myös vain kokeilemaan miltä tämä harrastus tuntuu. Osallistumismaksu 3 €/kerta. Tiedustelut: markku.a.raassina@gmail.com tai p. 040 843 9420.

Klo 15.15–16.45 Tietovisa-kerho Kansalliskerholla: 20.1., 3.2., 17.2., 3.3., 17.3., 31.3., 14.4. ja 28.4. Syksyllä: 1.9., 15.9., 29.9., 13.10., 27.10., 10.11. ja 24.11. Osallistumismaksu 1 €/kerta. Tiedustelut: pekka.purhonen@pp3.inet.fi tai p. 040 502 7113.

Tiistai

Klo 9.00–11.00 Letkeää lentopalloa Loimua Areenalla 7.1.–27.5. ja syksyllä jatketaan. Tule mukaan ylläpitämään kuntoa ja virkeyttä mukavalla tavalla. Miehet ja naiset ovat pelissä tasa-arvoisia ja tervetulleita. Ota mukaan juotavaa ja iloinen mieli. Maksu 50 €/keväät yhdistyksen tilille (**viite 4336**) 31.1. mennessä. Tiedustelut: matti.ruohela@gmail.com tai p. 050 090 6951.

Klo 9.30–13.00 Golfia kesällä joka toinen tiistai Lepaalla. Omakustanteinen ja pelimuoto on aina joukkuepeli. Pelataan pareittain (parit arvotaan). Tiedustelut: irene.kuusela@live.fi tai p. 050 324 0786.

Klo 11.00–11.45 Tehokasta tuolijumppaa Hämeen Suojassa 7.1.–29.4. Syksyllä jatketaan 9.9. Monipuolinen jumppa, jossa musiikin tahdissa kohennetaan lihaskuntoa, liikkuvuutta ja tasapainoa tuolissa istuen, välillä seisten ja tuolia apuna käyttäen. Lopuksi venytellään. Maksu 30 €/keväät yhdistyksen tilille (**viite 4310**) 31.1. mennessä. Tiedustelut: virve.angelma@gmail.com tai p. 040 506 2540.

Klo 12.00–12.45 Pilates&venyttely 1 Hämeen Suojassa 7.1.–29.4. Syksyllä jatketaan 9.9. Rauhallinen tunti, jonka aikana tehdään keskivartaloa vahvistavia, tasapainoa parantavia ja aktiivisesti venyttäviä pilates-liikkeitä seisten ja lattiatasossa. Oma jumppamatto tarvitaan. Maksu 30 €/keväät yhdistyksen tilille (**viite 4310**) 31.1. mennessä. Tiedustelut: virve.angelma@gmail.com tai p. 040 506 2540.

Klo 13.00–13.45 Pilates&venyttely 2 Hämeen Suojassa 7.1.–29.4. Syksyllä jatketaan 9.9. Tuntikuvaus, yhteys- ja maksutiedot sekä tiedustelut kuten edellä.

Klo 13.00–14.00 UUSI RYHMÄ Ohjattu kuntosali 1 Loimua Areenalla 14.1.–13.5. Yhteensä 17 kertaa. Harjoittelun ohjaaja Johanna Kokko. Kevään osallistumismaksu 107 € maksetaan etukäteen. Vuoro toteutuu 22 osallistujalla. Tiedustelut ja ilmoittautumiset: jarmokulmala2@gmail.com tai p. 040 046 9603. Vuoro tarvitsee myös yhteyshenkilön.

Klo 14.00–17.00 Canasta- ja sambakerho Kansalliskerholla 7.1.–27.5. Pelaamme sambaa ja canastaa. Maksu 14 €/syksy yhdistyksen tilille (**viite 4501**) 31.1. mennessä. Syksyllä 2.9.–16.12. Tiedustelut: saija.elfving@gmail.com tai p. 040 845 4848.

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

Keskiviikko

Klo 10.00–11.00 Padel Padel King -halleilla. Pelit ovat nelin- tai kaksinpelejä varaajien lukumäärän mukaan. Hinta 5 €/hlö/kerta sisältää lainamailan ja -pallot, maksu varausta tehtäessä MATCHi-varausjärjestelmällä joko padelking.fi -sivustolta tai lataamalla sovellus älypuhelimelle. Varausohjeet yhdistyksen kotisivulla Kerhot/Liikunta. Tiedustelut: jarmokulmala2@gmail.com tai p. 040 046 9603.

Klo 12.00–13.00 Keilailua Hämeenlinnan keilahallissa 8.1.–14.5. Huhtikuussa tasokoe kaikille halukkaille (4 sarjaa). Ratamaksu 13,50 €/hlö, kun radalla on kaksi keilaajaa ja kenkävuokra 2 €/hlö. Tervetuloa uudet ja jo harrastaneet mukavan ajanvietteen pariin. Tiedustelut: raatikainenseija34@gmail.com tai p. 040 069 7737.

Klo 12.00–13.30 "Salveto"-käsityökerho Kansalliskerholla 8.1.–16.4. joka toinen viikko (parilliset viikot). Yhdessäoloa ja kahvittelua käsitöitä tehden. Osallistumismaksu 3 €/kerta. Tiedustelut: seija.vainikka@outlook.com tai p. 040 558 6932.

Klo 14.00–17.00 Bridgekerho Kansalliskerholla 8.1. alkaen. Pelaaminen on leikkimielistä, mutta tulokset lasketaan ja selvitetään paremmuusjärjestyks. Maksu 14 €/kevät yhdistyksen tilille (**viite 4514**) 31.1. mennessä. Tiedustelut: Anja Leinikka, aleinikka@gmail.com tai p. 050 325 5403.

Klo 14.45–15.30 Vesijumppa 1 Hämeenlinnan uimahallilla 8.1.–7.5. (ei talvilomaviikolla 26.2) ja syyskuussa jatketaan. Vesijumppa sopii hyvin selkä-, nivel- ja niskakipuisille sekä ylipainoisille. Ohjaajana Irina Kulkova. Maksu 55 €/kevät yhdistyksen tilille (**viite 4093**) 31.1. mennessä. Maksu ei sisällä pääsymaksua uimahalliin. Syksyllä mukana olleiden ei tarvitse ilmoittautua, mutta ilmoita lopettaminen ja sovi ryhmänvaihto erikseen. Tiedustelut: kari.siltanen@gmail.com tai p. 040 551 0673.

Torstai

Klo 10.15–11.15 Ohjattu kuntosali 2 Loimua Areenalla 9.1.–15.5. Yhteensä 18 kertaa. Harjoittelun ohjaaja Johanna Kokko. Kevään osallistumismaksu maksetaan etukäteen ja siitä tiedotetaan erikseen. Ryhmä on kauden alkaessa täynnä. Tiedustelut: jarmokulmala2@gmail.com tai p. 040 046 9603.

Klo 11.00–12.30 Englannin keskustelukerho Kansalliskerholla 16.1.–24.4. (ei 10.4.) joka toinen torstai (parittomat viikot). Keskustelemme vapaamuotoisesti ajankohtaisista aiheista, teemme pieniä tehtäviä valituista teksteistä, laulammekin. Ei vetäjää, valmistelemme aiheita vuorotellen. Osallistumismaksu 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 kevät 2025:

16.1. ETF-sijoittaminen

13.2. Sijoittaminen aseteollisuuteen

20.3. Tekoäly

24.4. Suhdanteet ja sykliset osakkeet

Kokoontumiset syksy 2025:

18.9. Tunnusluvut yms.

16.10. Kansainväliset sijoitusalueet

20.11. Yritysanalyysi

18.12. Näkymät vuoteen 2026

Keskustelu ammattisijoittaja Tapio Haaviston opastuksella. Osallistumismaksu

2 €/kerta. Tiedustelut: Tapio Haavisto, haa186ta@gmail.com tai p. 050 360 3971.

Perjantai

Klo 8.30–9.15 Vesijumppa 2 Hämeenlinnan uimahallilla 10.1.–9.5. (ei talvilomaviikolla 28.2. eikä pitkäperjantaina 18.4.) ja syyskuussa jatketaan. Ryhmässä on hyvin tilaa uusille osallistujille. Katso muut tiedot keskiviikon vesijumpasta.

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

Klo 10.00–11.00 Padel Padel King -halleilla. Katso muut tiedot keskiviikosta.

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



Ohjattua kuntosaliharjoittelua Loimua Areenalla. Kuva: Outi Ruohela.



Golf-kauden 2024 päätös Lepaalla. Kuva: Kaarina Siitonen.

MUUTA TOIMINTAA

To 20.2. klo 11.30 Uusien jäsenten tutustumistilaisuus. Kutsut lähetetään erikseen.

To 10.4. klo 13 Naiskuoro Ajattomat, 25-vuotisjuhlakonsertti, Palokunnantalo, Palokunnankatu 18.

Senioriliiton ja Hämeen piirin tapahtumia

Senioriliitto. Kotisivut: <https://senioriliitto.fi>, <https://www.facebook.com/senioriliitto>
30.9.–2.10. Elämäniloa ja voimaa senioreille -risteily, Helsinki-Tukholma. Laivalla kaksi yötä ja päivä Tukholmassa. M/S Viking Cinderella.

Hämeen piiri. Kotisivut: <https://hame.senioripiiri.fi>,
<https://www.facebook.com/hameenpiirinseniorit>.

Kahvitusryhmät ja kahvitusvuorot kevät 2025

Kahvitusryhmät vastaavat vuorollaan torstaituokioiden kahvitarjoilun järjestämisestä ja tilojen loppusiivouksesta. Kahvileipien tilauksesta vastaa Virve Angelma. Jos et pääse vuorollasi, soita ryhmäsi vetäjälle. Ryhmien yhteyshenkilöt: Seija Raatikainen ja Arja Huttunen, yhteystiedot sivulla 3.

Ryhmä 4. Kahvitusvuorossa torstai 23.1.

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 20.2.

Ryhmänvetäjä Marja Aalto, p. 050 384 6220, marja.aalto55@gmail.com, Anneli Kuusisto, Raija Penttinen ja Hilkka Rantala.

Ryhmä 1. Kahvitusvuorossa torstai 6.3. (kevätkokous)

Ryhmänvetäjä Seija Raatikainen, p. 040 069 7737, raatikainenseija34@gmail.com, Saija Elfving, Virpi Henttinen, Marja-Liisa Koivukoski, Soila Nordström ja Pirjo Onnela.

Ryhmä 2. Kahvitusvuorossa torstai 17.4.

Ryhmänvetäjä Virve Angelma, p. 040 506 2540, virve.angelma@gmail.com, Eeva Myyryläinen, Vappu Niemi, Airi-Inkeri Pekkola ja Marjatta Rekola.

Ryhmä 3. Kahvitusvuorossa torstai 15.5. (yhteislaulua)

Ryhmänvetäjä Arja Huttunen, p. 044 016 2517, puotimuori.arja@gmail.com, Irene Ihme, Helena Kaarakainen, Lea Kumpulainen, Nana Palosaari ja Tellervo Peltoniemi.



Seniorimessut 2.-3.11.2024. Jorma ja Leena Railio, Helena Illikainen, Seija Raatikainen.
Kuva: Marja-Terttu Dahl.