



# Hämeenlinnan kansalliset seniorit ry

## Jäsentiedote 2020

**TERVETULOA MUKAAN TOIMINTAAN**  
**TEEMANA: SENIORIT NETTIAJASSA**

### HALLITUKSEN JÄSENET 2020

**Puheenjohtaja** Pekka Purhonen, p. 040-5027113, pekka.purhonen@pp3.inet.fi  
**Varapuheenjohtaja** Jaakko Linden p. 040-5301808, jaakko.linden@outlook.com  
**Sihteeri, tiedottaja** Anita Wickström, p. 040-5646240, anitawick@gmail.com  
**Jäsensihteeri** Anneli Koskinen, p.040-5019132, koskinenanneli@elisanet.fi

**Jäsen** Tapio Aaltonen, p. 050-3543244, tapio.aaltonen@live.com  
**Jäsen** Jukka Jokioinen, p. 0400-403161, jukka.jokioinen@gmail.com  
**Jäsen** Vesa Kämäri p. 040-5528078, vesakamari@gmail.com  
**Jäsen** Ehti Meijel p. 0400-518395, ehti.meijel@gmail.com  
**Jäsen** Seija Raatikainen, p. 0400-697737, raatikainenseija34@gmail.com  
**Jäsen** Pekka Romo p. 0400-491073, pekka.romo@asianajopalvelut.com  
**Jäsen** Aili Virkki p. 050-4967460, aili.virkki@gmail.com

### TOIMINTAVASTAAVAT 2020

**Taloudenhoitaja** Kari Siltanen p. 040-5510673, kari.siltanen@gmail.com  
**Teatteriretket** Jorma Havia p. 0440- 633633, jorma.havia@gmail.com  
**Kotisivut** Jorma Railio p. 040-5571205, jorma.railio@gmail.com  
**Matkavastaavat, katso kunkin matkan tiedoista**  
**Kuoro** Tea Vanhapelto p. 040-5690728, tea.vanhapelto@pp.inet.fi  
**Emäntä** Pirjo Valkjärvi-Nystedt p. 040-5220454,  
pirjo.valkjarvi-nystedt@pp.inet.fi

### YHDISTYKSEN EDUSTAJAT

**Hämeenlinnan kaupungin vanhusneuvosto:** varapuheenjohtaja Sirkka-Liisa Virtanen, p. 040-5890282, sirkkaliisa.virtanen@saunalahti.fi

**Hämeen kansallinen senioripiiri:** piirihallituksen jäsen Pekka Purhonen

**Yhdistyksen tili Nordea FI48 1032 3000 5378 49**

**Käytä kaikissa suorituksissa viitenumeroa!**

**MUISTA SEKÄ ILMOITTAUTUA ETTÄ MAKSAA**

**Jäsenmaksu on 20 €/ vuodessa.**

**Jäsenmaksu on henkilökohtainen ja maksettaessa on ehdottomasti käytettävä annettua viitenumeroa**

**Tervetuloa jäseneksi!** Liittyä voi kotisivun ”Liity jäseneksi” linkin kautta tai ottamalla yhteyttä jäsen sihteeriin.

**Huolehdi, että yhteystietosi ovat ajan tasalla, ilmoita muutokset jäsen sihteerille: Anneli Koskinen, p. 040-5019132, koskinenanneli@elisanet.fi**  
**Ilmoittamalla sähköpostiosoitteesi saat uusimmat tiedotteet suoraan omaan sähköpostiisi.**

---

### **Tiedottaminen yhdistyksen toiminnasta**

**Ilmoitukset pääsääntöisesti lauantaisin**

**Hämeenlinnan Kaupunkiutisten seuratoimintapalstalla**

Tarkemmat tiedot toiminnasta ja tapahtumista kotisivuilla:

**hameenlinna.senioriyhdistys.fi**

Olemme myös **Facebookissa**

**Ryhmäkirjeitä sähköpostilla** jäsenillemme kuukausittain

**Esitteitä** torstaituokioissa ja muissa tapahtumissa

---

### **SENIORILIITON JA HÄMEEN PIIRIN TAPAHTUMIA 2020**

**Liittokokous Savonlinnassa 2.-4.6.2020**

Seniorigolf Savonlinnassa 2.6.2020

Seniorikeilailu Rovaniemellä 21.-23.8.2020

**Piirin kevätkokous** Asikkalassa maaliskuussa

**Hengellinen päivä** Hollolassa huhtikuussa

**Kesäpäivä** kesäkuussa Riihimäellä

**Järjestöpäivä** syys/lokakuussa

**Syyskokous** marraskuussa

# TORSTAITUOKIOT 2020

Torstaituokiot pidetään Hämeen Suojassa, Palokunnankatu 12, jos ohjelmassa ei ole toisin mainittu. **Kahvitarjoilu alkaa klo 12.30** ja ohjelma klo 13.30.

Liikuntaesteisille pääsy pihan puolelta.

Lämpimästi tervetuloa!

**9.1. "Ikäihmiset liikenteessä",** Liikenneturvan koulutusohjaaja Ari-Pekka Elovaara

**23.1. "Vakuutusasioita ikäihmisille",** Arto Ahonen, Lähi-Tapiola

**6.2. "Ensiaputaidot ajan tasalle",** kouluttaja Aarne Astren, SPR

**20.2. "Tasapainon parantamisen arkiset konstit",** fysioterapeutit Rauna Sirkkola ja Michaela Härke-Martikainen, Tasapainoklinikka

**5.3. Kevätkokous ja "Rohkeasti seniori" -hankkeen esittely,** Katriina Haapakangas, Senioriliiton hallitus

**19.3. "Vinkkejä yhden hengen talouteen",** kotitalouden asiantuntija Jaana Lehrbäck, Etelä-Hämeen Martat

**2.4. "Mitä Pysäkillä tehdään?",** toiminnanjohtaja Lauri Nurmi, vapaaehtoiskeskus Pysäkki

**23.4." Kevätkonsertti"** Palokunnantalolla, Ajattomat-sekakuoro

**Ma 4.5. Seniorimarssi**

**Syksyn 2019 torstaituokiot:**

10.9., 24.9., 8.10. Syntymäpäivät, 22.10., 5.11. syyskokous, 19.11. ja 3.12.

17.12. joulujuhla

## TEATTERI- JA OOPPERAMATKAT 2020

Teatterimatkoille ilmoittaudutaan **Jorma Havialle, jorma.havia@gmail.com** tai p. **0440633633**. Ilmoittautuminen on mahdollista myös torstaituokioissa. Maksu yhdistyksen tilille FI48 1032 3000 5378 49 käyttäen kunkin teatteriesityksen **omaa viitenumeroa**.

Hinta sisältää lipun, matkan ja väliaikatarjoilun (ilmoita myös erikoisruokavaliot).

Ilmoittautuminen on **SITOVA**. Ilmoittautumisajan jälkeen tapahtuneista peruutuksista peritään peruutusmaksu 20€/hlö. Muista sekä ilmoittautua että maksaa.

**Pe 31.1. "Kakkua kerrakseen"** Tampereen Komediateatteri klo 19. Lähtö Wetteriltä klo 17:15. Hovimestari Hartikainen (Sami Hintsanen) käyttää kaikki keinonsa pelastaakseen tilanteen kun arvovieras saapuu. Nauru ja jännitys sekoittuvat iloiseksi mylläköksi yleisön parhaaksi.

Ilm. Jormalle ja maksu 55€ yhdistyksen tilille (viite 5461) viim. 27.12.2019

**La 22.2. "Menopaussi"**- musikaali Riihimäen Teatteri klo 19. Lähtö Wetteriltä klo 17:45. Musiikkia täynnä oleva esitys juhlistaa naisia, joilla on ymmärrystä ja kykyä nähdä elämän eri värit. Musikaali nähdään Suomessa nyt ensimmäistä kertaa.

Ilm. Jormalle ja maksu 58€ yhdistyksen tilille (viite 5474) viim.17.1.

**Ti 31.3. "Pieni merenneito"** Disney-suurmusikaali, Helsingin Kaupunginteatteri klo 18.30. Lähtö Wetteriltä klo 16:15. Nuori merenneito Ariel haluaa jättää merellisen kuningaskunnan ja elää ihmisten maailmassa. Ariel rakastuu prinssiin ja tekee merinoidan kanssa sopimuksen voidakseen elää rakastettunsa kanssa. Näytökseen on varattu myös lastenlippuja (alle 16v) mahdollisia lapsenlapsia tai muita seuralaisia varten. Hintaa 112€, lapset 55€.

Ilm. Jormalle ja maksu yhdistyksen tilille (viite 5487) viim. 24.2.

**Pe 24.4. "Ovista ja ikkunoista"** Hämeenlinnan Teatteri klo 19. Hulvaton satiiri rahan maagisesta voimasta. Ranskalaisen Sébastien Thiéry'n moderni komedia kuvaa oivaltavasti ahneuteen ja vainoharhaan sairastuneen ihmisen hillittömyyttä. Liput jaetaan teatterin aulassa 18.30 lähtien.

Ilm. Jormalle ja maksu 41€ yhdistyksen tilille (viite 5490) viim. 20.3.

**Ti 14.7. "Elämältä kaiken sain" Hämeenlinnan Uusi Kesäteatteri klo 18.**

Inhimillinen tarina rakkaudesta, elämästä ja vanhasta kitarasta, joka sotkee kaiken. Hitit Pepe Willbergin tuotannosta. Esityksen jälkeen **juttutuokio Otto Kanervan kanssa**. Ei yhteiskuljetusta. Liput jaetaan klo 17.30 alkaen lippumyymälän läheisyydessä.

Ilm. **Sirkku Haapalalle**, sirkku.haapala@hotmail.fi tai p. 050-4666565 ja maksu 36€ yhdistyksen tilille (viite 5500) 8.6. mennessä.

**Su 14.6. Aira Samulin-musikaali Valkeakoskella klo 14.** Paluumatkalla **Voipaalassa** opastettu tutustuminen Valtakunnalliseen keramiikkataiteen suurnäyttelyyn, **Ceramega 2020**. Tarkemmat tiedot myöhemmin.

## MATKAT JA RETKET 2020

- Ilmoittautuminen retkille ja matkoille on sitova.
- Ilmoittautumiset kunkin matkan tai retken esitetiedoissa ilmoitettuna aikana kyseisen matkan matkavastaavalle. Ilmoittautua voi vasta ilmoittautumisajan alettua.
- Matkavastaava kuittaa aina ilmoittautumisen saapuneeksi. Jos kuittausta ei tule, soita matkavastaavalle.
- Ilmoita erikoisruokavaliot
- Matkojen maksusta sekä peruutusehdoista ja peruutusmaksuista on matkakohtaiset ohjeet matkan esitetiedoissa.
- Maksettaessa on aina käytettävä viitenumeroa.
- Mikäli osallistuminen peruutetaan, tulee siitä ilmoittaa matkavastaavalle välittömästi

Lisäohjeita sivuillamme [hameenlinna.senioriyhdistys.fi](http://hameenlinna.senioriyhdistys.fi) -> Tapahtumat->Retket ja matkat  
Ilmoituksia myös Kaupunkiutisissa, esitteitä torstaituokioissa ja ryhmäsähköpostein

### MATKAVASTAAVAT

Anna Kaarina Aaltonen-Wagoner p. 040-5921276 tai [anna.kaarina.aw@gmail.com](mailto:anna.kaarina.aw@gmail.com)

Sirkku Haapala p. 050-4666565 tai [sirkku.haapala@hotmail.fi](mailto:sirkku.haapala@hotmail.fi)

Ehti Meijel, p. 0400-518395 tai [ehti.meijel@gmail.com](mailto:ehti.meijel@gmail.com)

Marja Saaristo p. 040-7048232 tai [marja.saaristo@pp1.inet.fi](mailto:marja.saaristo@pp1.inet.fi)

Jorma Railio p. 040-5571205 tai [jorma.railio@gmail.com](mailto:jorma.railio@gmail.com)

Kirsti Parikka p.0400-776112 tai [parikkakirsti@gmail.com](mailto:parikkakirsti@gmail.com)

## LÄHISEUTURETKET 2020

Tarkempia tietoja retkiohjelmien valmistuttua. Retkivastaavana on Jorma Railio, ellei toisin mainita.

**Pe 21.2 klo 11 Hämeenlinnan paloasema ja palomuseo.** Tutustumme vastakorjattuun paloasemaan ja samoissa tiloissa toimivaan palomuseoon. Kesto noin 2 tuntia, ilmaisretki. Ilmoittautuminen Jormalle viimeistään 31.1.

**To 26.3 Kokopäiväretki Saloon:** Astrum-tapahtumakeskus, elektroniikkamuseo, taidemuseo, paluumatkalla käynti Muurlan tehtaanmyymälässä

**Ma 4.5 ip, Liikuntapäivä - Seniorimarssi,** Rantareitti – opastettu kävely Linnanniemestä Varikonniemeen, josta vapaasti valittavissa eripituisia reittejä takaisin omaan tahtiin

**Kesäkuussa viikolla 23 Riihimäki,** opastettu tutustuminen museoihin. Retkivastaavana Marja Saaristo

**Ke 24.6 klo 14-16 Ahveniston hautausmaa,** suositun kävelyretken uusinta ja tutustuminen hautausmaan tarinoihin ”kirkkoma.fi”- sovelluksen opastamana

**Ke 5.8 Iittala,** Naivistien näyttely, lasitehdas, Kultasuklaa ja mahdollisesti jokin muu alueen kohde, ostosaikaa ja kahvit. Retkivastaavana Marja Saaristo

**Elokuussa viikon 34 alkupuolella Hämeen härkätie ja Somero,** kokopäiväretki. Opastettu kierros Somerolla: kartanoita, museo, kirkko, Paratiisi-kioski jne

**Lokakuun alkupuolella Linnanpuisto ja Kaupunginpuisto,** maksuton kävelyretki, kesto noin 2 tuntia

**Marraskuussa opastettu tutustuminen vastakorjattuun Hämeenlinnan kirjastoon,** kesto noin 2 tuntia

## KOTIMAAN MATKAT 2020

**20.5. ”We Will Rock You”, Messukeskus Helsinki.** Musikaalissa kuullaan Queenin suosituimpia kappaleita. Täynnä. Lisäpaikkoja voi kysellä sirkku.haapala@hotmail.fi tai p. 050-4666565.

**1.7. - 2.7. Kartanokierros,** jolla tutustutaan opastetusti Alikartanoon sekä Rutumin, Malmgårdin ja Urajärven kartanoihin sekä Heinolan kaupunkiin ja Hollolan kirkkoon.

Matkan hintaan sisältyy aamiainen, kaksi lounasta, päiväkahvi ja iltapala. Majoittuminen hotelli Kumpelissa Heinolassa. Hinta 270€-275€ /2-hh/hlö riippuen lähtijöiden määrästä. 1-hh lisä 52 €. Ennakkomaksu eur 100,-/hlö, eräpäivä 24.4. ja loppumaksun eräpäivä 20.5. Matkatoimisto laskuttaa. Matkavastaava Marja Saaristo. Ilmoittautumiset ajalla 7.1. - 9.4. mieluiten sähköpostilla marja.saaristo@pp1.inet.fi tai p. 040-704 8232

**29.7. Konserttimatka Taidekeskus Salmelaan.** Lahden Luhta tornissa keittolounas kahveineen ja outlet-myymä, opastettu tutustuminen taidenäyttelyyn Vuohijärven Luonto ja Kulttuuritalossa (osa Salmelaa), buffet-ruokailu Mäntyharjulla sekä Walteri Torikan ja Maria Ylipään konsertti ”Kauneimmat elokuva- ja musikaalisävelmät” klo 19-21 Salmelassa väliaikakahveineen. Matkan hinta 134 €. Ilm. Sirkku Haapalalle, sirkku.haapala@hotmail.fi tai p. 050-4666 565 (ilmoita myös erikoisruokavaliot) ajalla 7.1.– 5.6. Maksu yhdistyksen tilille FI48 1032 3000 5378 49 (viite 4103) 5.6. mennessä. Matkavastaava Sirkku Haapala.

## ULKOMAAN MATKAT 2020

**3-5.1. Viron kulttuurimatkalle** voi kysyä peruutuspaikkoja matkavastaava Ehti Meijeliltä, p. 0400-518395 tai ehti.meijel@gmail.com

**15.4.-21.4. Toscana ja Liguria.** Matka on täyteen varattu. Peruutuspaikkoja voi tiedustella sirkku.haapala@hotmail.fi tai p. 050-4666 565. Matkavastaavana Sirkku Haapala.

**10.5.-13.5. Keisarillinen Wien.** Matka on täyteen varattu. Peruutuspaikkoja voi tiedustella sirkku.haapala@hotmail.fi tai p. 050-4666 565. Matkavastaavana Sirkku Haapala.

**30.8.- 4.9. Kylpylämatka Haapsaluun.** Valmisteilla. Matkavastaavana Kirsti Parikka p. 0400-776112 tai parikkakirsti@gmail.com

**28.9 – 2.10 Manchester, Chester, Liverpool.** Teollisuuskaupunki Manchester, Beatlesien ja jalkapallon Liverpool, ihastuttava vanha kaupunki Chester, viktoriaanisen ajan teknologian helmet sekä Walesin upeat maisemat. Nämä kaikki tulevat tutuiksi tällä monipuolisella matkalla. Valmisteilla. Tarkempi ohjelma hinta- ja maksutietoineen tammikuussa. Matkavastaavana Anna Kaarina Aaltonen-Wagoner.

**Joulutorimatka Strasbourgiin** ja tutustuminen EU-parlamenttiin Sirpa Pietikäisen emännöimänä. Valmisteilla. Matkavastaavana Sirkku Haapala.

# KERHOT 2020

## Kerhot toimivat:

Kansalliskerhossa, Kaivokatu 16, 3. krs, käynti Birger Jaarlinkadun puolelta  
Hämeen Suojassa, Palokunnankatu 12  
Keinukamarin kuntosalissa, Pikkujärventie 6  
Kumppanuustalolla, Kirjastokatu 1  
Elenia Areenalla, Härkätie 17 B  
Hämeenlinnan uimahallissa, Uimarantie 2  
Hämeenlinnan Keilahallissa, Keilakatu 2

## Maanantai

**klo 10.30-12.30 Sekakuoro Ajattomat**, Kumppanuustalolla 13.1. alkaen. Mukavaa yhdessäoloa kuorolaulun parissa. Ohjelmistomme on monipuolista. Esiinnyimme yhdistyksen tilaisuuksissa, mutta myös sen ulkopuolella. 23.4. perinteinen Kevätkonsertti Palokunnantalolla. Johtajana Taina Kujanen, p. 0400-811457 tai taina.kujanen@evl.fi  
Maksu 50€ / kevätkausi yhdistyksen tilille (viite 4446) 28.2. mennessä. Yhteyshenkilö Tea Vanhapelto p.040-5690728 tai tea.vanhapelto@pp.inet.fi

**klo 13-14.30 Älypuhelinkerho** Kansalliskerholla 13.1.-6.4. joka toinen maanantai (parittomat viikot). Kerhossa harjoittelemme yhdessä älypuhelimien ja tablettien käyttöä. Osallistumismaksu 2€/kerta.

Tiedustelut Jorma Railio p. 040-5571205 tai jorma.railio@gmail.com

**klo 13-15 Shakkikerho** Kansalliskerholla 20.1.-27.4. joka toinen maanantai (parilliset viikot) (ei pääsiäismaanantaina). Osallistumismaksu 2€/kerta.

Tiedustelut Raimo Raassina p. 040-7510314 tai raimo.raassina@pp.inet.fi

**klo 15.15-16.45 Tietovisakerho** Kansalliskerholla 20.1., 3.2., 17.2., 2.3., 16.3. ja 30.3. Syksyllä 7.9., 21.9., 5.10., 19.10., 2.11., 16.11. ja 30.11. Osallistumismaksu 2€/kerta. Ohjaajana Pekka Purhonen p. 040-5027113 tai pekka.purhonen@pp3.inet.fi

## Tiistai

**klo 9-11 Letkeää lentopalloa** Elenia Areenalla 7.1.- 26.5. Tule mukaan ylläpitämään kuntoa ja virkeyttä mukavalla tavalla. Miehet ja naiset ovat tasa-arvoisia ja tervetulleita. Ota mukaan juotavaa ja iloinen mieli. Maksu 40€/kevät yhdistyksen tilille (viite 4336) 14.1. mennessä. Tiedustelut Jari Kilpinen p. 050- 5619527 tai jari.kilpinen@pp1.inet.fi

**klo 11-12 Tehokasta tuolijumppaa** Hämeen Suojassa 7.1. alkaen. Monipuolinen jumppa, jossa musiikin tahdissa kohennetaan lihaskuntoa, liikkuvuutta ja tasapainoa tuolissa istuen, välillä seisten ja tuolia apuna käyttäen. Lopuksi vielä venytellään. Maksu 30€/kevät yhdistyksen tilille (viite 4307) 31.1. mennessä. Tiedustelut ja ilmoittautuminen Virve Angelma p. 040-5062540 tai virve.angelma@gmail.com



**klo 12.30-13.30 Pilates&Venyttely 1** Hämeen Suojassa 7.1. alkaen. Rauhallinen tunti, jonka aikana tehdään keskivartaloa vahvistavia, tasapainoa parantavia ja aktiivisesti venyttäviä pilatesliikkeitä seisten ja lattiatasossa. Oma jumppamatto tarvitaan. Maksu 30€/kevät yhdistyksen tilille (viite 4310) 31.1. mennessä. Tiedustelut Virve Angelma (kts.edellä).

**klo 13.45-14.45 Pilates&Venyttely 2** Hämeen Suojassa 7.1. alkaen. Tuntikuvaus, yhteys- ja maksutiedot kuten edellä. Tähän ryhmään voi ilmoittautua Virvulle 6.1. mennessä.

**klo 14-17 Canasta- ja sambakerho** Kansalliskerholla 7.1.-26.5. ja syksyllä 1.9.-22.12. Pelaamme sambaa (ensisijaisesti) ja canastaa. Osallistumismaksu 3€/pelipäivä. Yhteyshenkilö Saija Elfving p. 040- 8454848 tai saija.elfving@gmail.com

**klo 16.30-17.30 Keinukamarin kuntosali** käytettävissä, ei ohjaajaa. Ilmainen! Tied. Anneli Heräjärvi p. 0400-357322 tai anneli.herajarvi@gmail.com

**Golf-kerho kesällä** Lepaalla joka toinen tiistai klo 9.30. Omakustanteinen ja pelimuoto on aina joukkuepeli. Pelataan pareittain (parit arvotaan). Ohjaaja Irene Kuusela p. 050-3240786 tai irene.kuusela@live.fi

## Keskiviikko

**klo 10-11 Keilailua** Hämeenlinnan keilahallissa 8.1.- 27.5. Huhtikuussa järjestetään ns. "Kehityskoe" (6xsarja) kaikille halukkaille. Ratamaksu 11€/ henk., kun radalla on 2 keilaajaa ja kenkävuokra 2€/ henk. Tiedustelut Kimmo Wallin p. 040-8161680 tai kimmo.wallin@gmail.com

**klo 12.00-13.30 "Salveto"-käsityökerho** Kansalliskerholla. Iloista yhdessäoloa omia käsitöitä tehden, rupattelua ja kahittelua. Keväällä 8.1- 13.5. ja syksyllä 16.9- 25.11. parillisten viikkojen keskiviikkona. Ohjaajana Seija Vainikka p. 040-5586932 tai seija.vainikka@outlook.com

**klo 14-15 Keilailua.** Katso tiedot klo 10-11 keilailusta.

**klo 14.00-17.00 Bridgekerho** Kansalliskerholla 8.1.-27.5. ja 2.9.-16.12. Pelaaminen on leikkimielistä, mutta tulokset lasketaan ja selvitetään paremmuusjärjestys. Osallistumismaksu 3€/pelipäivä. Yhteyshenkilö Anja Leinikka p. 050-3255403 tai aleinikka@gmail.com

**klo 14.45-15.30 Vesijumppa 1** Hämeenlinnan uimahallilla 8.1.- 20.5. (ei viikolla 9, 26.2.). Vesijumppa on monipuolista liikuntaa kehon kaikille osille. Se sopii erityisen hyvin selkä-, nivel- ja niskakipuisille sekä ylipainoisille. Ohjaaja Irina Kulkova-Korelin. Ohjaaja Irina Kulkova-Korelin. Maksu 45€ yhdistyksen tilille (viite 4093) 15.1. mennessä.

Vesijumppamaksu ei sisällä pääsymaksua Hämeenlinnan uimahalliin. Syksyllä mukana olleiden ei tarvitse ilmoittautua, mutta ilmoita jos lopetat ja ryhmävaihto on sovittava erikseen. Ilmoittautuminen Jukka Jokioinen p. 0400-403161 tai [jukka.jokioinen@gmail.com](mailto:jukka.jokioinen@gmail.com)

## Torstai

**klo 11-12.30 Englannin keskustelukerho** Kansalliskerholla 16.1., 30.1., 13.2., 27.2., 12.3., 26.3. ja 9.4. Kerhon tavoitteena on ylläpitää ja lisätä puhutun englannin ymmärtämistä sekä rohkaista ilmaisemaan itseään englanniksi.

Osallistumismaksu 2€/kerta.

Tiedustelut Marke Wallin p. 050-61799 tai [marke.wallin@gmail.com](mailto:marke.wallin@gmail.com)

**klo 14-16 Sijoituskerho** Hämeen seniorisijoittajat Kansalliskerholla keväällä 16.1., 13.2., 12.3. ja 23.4. Syksyn kokousajat myöhemmin. Sijoituskerho on opintopiiri, joka paneutuu kuukausittain erilaisiin osake- ja rahastosijoittamista koskeviin teemoihin ammattisijoittaja Tapio Haaviston opastuksella. Osallistumismaksu 2€/kerta. Yhdyshenkilö Tapio Haavisto p. 050-3603971 tai [tapio.haavisto@luukku.com](mailto:tapio.haavisto@luukku.com)

## Perjantai

**klo 8.30-9.15 Vesijumppa 2** Hämeenlinnan uimahallilla ja

**klo 9.15-10 Vesijumppa 3** Hämeenlinnan uimahallilla, muutama paikka vapaana. Perjantait 10.1.- 22.5., mutta ei viikolla 9 28.2. eikä pitkäperjantaina 10.4. eikä vappuna. Katso tiedot keskiviikon vesijumpasta.

**klo 14–15.30 Kirjallisuuskerho** Kansalliskerholla 17.1., 14.2., 13.3., ja 24.4. Keskustelemme ennalta sovituista kirjoista leppoisasti kahvia juoden. Luemme sekä suomalaista että käännettyä kaunokirjallisuutta. Ohjaaja Sirkka-Liisa Virtanen p. 040-5890282 tai [sirkkaliisa.virtanen@saunalahti.fi](mailto:sirkkaliisa.virtanen@saunalahti.fi)

**klo 14-15 Keinukamarin kuntosali** käytettävissä, ei ohjaajaa. **Ilmainen!** Tied. Anneli Heräjarvi p. 0400-357322 tai [anneli.herajarvi@gmail.com](mailto:anneli.herajarvi@gmail.com)

## EMÄNTÄRYHMÄT JA KAHVITUSVUOROT 2020

Emäntäryhmät vastaavat vuorollaan torstaituokioiden kahvitarjoilusta, pääemäntä tilaa kahvileivät. Emäntävuorolistasta näet ryhmäsi vuoron. Jos et pääse tulemaan, soita ryhmäsi vastuuemännälle. Pääemäntä on **Pirjo Valkjärvi-Nystedt p. 040-5220454 tai [pirjo.valkjarvi-nystedt@pp.inet.fi](mailto:pirjo.valkjarvi-nystedt@pp.inet.fi)**

**Ryhmä 1. Kahvitusvuorossa 9.1, 23.4 ja 3.12.**

Vastuuemäntä Raili Saajos, p.050-4078273 tai [raili.saajos@elisanet.fi](mailto:raili.saajos@elisanet.fi)

Marja Aalto, Anneli Kuusisto, Eeva-Liisa Kytömaa, Aili Virkki.

**Ryhmä 2. Kahvitusvuorossa 23.1 ja 10.9.**

Vastuuemäntä Sirkka Tuomola, p. 040-8282710 tai sirkka.tuomola@gmail.com

Saija Elfving, Mirja Laru, Marja-Liisa Koivukoski, Pirjo Onnela, Pirjo Toukonen.

**Ryhmä 3. Kahvitusvuorossa 6.2 ja 24.9.**

Vastuuemäntä Virve Angelma, p. 040-5062540 tai virve.angelma@gmail.com

Ritva Lunkka, Tuula Ohristo, Maila Perälähti, Seija Raatikainen, Anneli Koskinen.

**Ryhmä 4. Kahvitusvuorossa 20.2 ja 8.10.**

Vastuuemäntä Arja Huttunen, p. 044-0162517 tai puotimuori.arja@gmail.com

Marjatta Andsten, Ritva Kurki, Hilikka Rantala.

**Ryhmä 5. Kahvitusvuorossa 5.3 ja 22.10.**

Vastuuemäntä Marja-Terttu Dahl, p. 050-5887798 tai mate.dahl@pp.inet.fi

Riitta Kopra, Arja Kostia, Outi Rouhela, Leena Räsänen, Sirpa Salminen.

**Ryhmä 6. Kahvitusvuorossa 19.3 ja 5.11.**

Vastuuemäntä Pirjo Valkjärvi-Nystedt, p. 040-5220454 tai pirjo.valkjarvi-nystedt@pp.inet.fi

Ritva Huttunen, Inna-Liis Immonen, Terttu Korkeaaja, Vappu Niemi.

**Ryhmä 7. Kahvitusvuorossa 2.4 ja 19.11.**

Vastuuemäntä Armi Havia, p. 044-5545500 tai armi.havia@gmail.com

Raija Hanen, Raija Penttinen, Irja Sahi.

## MUUTA TOIMINTAA

**Keskustelupiiri Keinukamarissa** klo 13-13.50 aloittaa ma 13.1. jatkuen viikoittain 27.4. asti. Yhdysesikilö Kirsti Parikka p.0400-776112 tai parikkakirsti@gmail.com  
Ole ystävällinen, ota yhteyttä ja tule tekemään antoisaa vapaaehtoistyötä muutama tunti vuodessa. Se antaa enemmän kuin ottaa!

**8.-9.8. Elomessut Verkatehtaan alueella.** Esittelemme omaa toimintaamme. Arpajaiset ja ongintaa lapsille.



## TerveysHelpin avulla etälääkäripalvelut ovat aina ulottuvillasi.

TerveysHelppi ottaa terveysasioi holtuun kokonaisvaltaisesti. Asiakkaidenamme saat yhteyden terveydenhoidon ammattilaisiin, karvasasioi viireille sekä ohjauksen hoitoon – joko välittömästi etälääkärille tai eteenpäin perinteiselle vastaanotolle. Jos sinulla on Lähitapiolan henkilövakuutus, palvelumme on jo käytössäsi.

Tutustu palveluun tarkemmin ja lataa TerveysHelppi-applikaatio puhelimesi: lähitapiola.fi/terveyshelppi

Lataa applikaatio nyt:



TerveysHelppi: Mäkiläinen Oy, henkilövakuutus: Lähitapiolan  
aluyhtiö, Lähitapiola Keskinäinen Henkilövakuutusyhtiö.

Vakuutus- ja korvauspalvelut puh. 03 56 94 0100  
Mn.no. 0-10-30-36



# HämeBus Oy

**- Palvelevaa tilausliikennettä Hämeestäl -**



Meiltä mukavat ja nykyaikaiset  
turistibussit tilausajoihin!

Toimimme tilausliikenteessä Suomessa,  
Virossa, Venäjällä.

Meiltä saa myös ryhmälle räätälöidyt  
valmismatkat, vaikka kylpylään.

Pyydä tarjous [myynti.hamebus@gmail.com](mailto:myynti.hamebus@gmail.com)

puh. 044-5642937

Nettisivumme [www.hamebus.fi](http://www.hamebus.fi)

Nähdään matkalla!

*Joonas Nieminen, Autoilija*