



Elämäniloa ja voimaa -risteily

Viking Gabriella 5.2.-7.2.2024

Senioriliiton risteily 2024

- Ajankohtana 5-7.2.2024 ja laivana Viking Gabriella
- Ei charter vaan suuri ryhmä
- Suuntana Tukholma
 - Lähtösatamana Helsinki/Katajanokka
 - 2 vuorokauden matka siten, että ohjelma alkaa jo maissa Helsingissä laivalla
 - Hinta alkaen 249€ / 1 hengen hytti, 234 € / 2 hengen hytti
 - Hinta sisältää hyttipaikan, kaksi buffetaamiaista, kaksi buffet illallista ja yhden kevennetyn buffetlounaan lähtöpäivänä sekä ohjelman laivalla
 - Esimerkiksi retket Tukholmassa myydään erikseen sekä aterian päivitys ala carteen myydään erikseen niin pitkään kuin paikkoja riittää
 - Yhdistykset voivat varata tilaa omia tilaisuuksia varten laivalta Matkapoikien kautta!
- Pidätämme oikeudet muutoksiin ja yllätyksiin!

Mitä laivalta löytyy?

<https://vikingline.visualizer360.com/fi/ms-gabriella>

4.9.2023 Petri Rytönen, viestintäpäällikkö
www.senioriliitto.fi
facebook.com/senioriliitto

Risteilyn ohjelma



Kansallinen senioriliitto ry

Ohjelma

- Ohjelmasisällön suunnittelu käynnissä
- Asiaohjelmassa näkyy järjestöteemat mutta myös muita teemoja tarjolla niille, joita järjestöasiat eivät kiinnosta.
- Viihdetarjonta myös tärkeä!
- Retkiä maissa sekä lisäohjelmamahdollisuuksia laivalla
- Pidätämme oikeudet muutoksiin ja yllätyksiin!

Päävihteenä

- **Teemu Roivainen** on musiikkitaivaan monitaituri. Teemu tunnetaan laaja-alaisesta osaamisestaan musiikkialalla yli genrerajojen. Häneltä taittavat luontevasti niin konserttiesiintymiset, showproduktiot unohtamatta mukaansatempaavia tanssilavakeikkoja, joista hän on saanut loistavaa yleisöpalautetta.
- Teemun yksi rajapyykki urallaan oli Tangomarkkinat -laulukilpailun voitto (Tangokuningas 2014). Kruunaus avasi uusia polkuja jo pitkään musiikkialalla olleelle Teemulle.
- Esiintyy laivalla sekä maanantaina että tiistaina illalla!

4.9.2023 Petri Rytönen, viestintäpäällikkö
www.senioriliitto.fi
facebook.com/senioriliitto



Tähtipuhujana

- Tom Pöysti
- Tom on tituleerattu Suomen hauskimmaksi puhujaksi.
- Esiintyessään Tom on ennen kaikkea persoona ja näyttelijä. Hän saa yleisönsä nauramaan ja kuulijat lähtevät paikalta hymyssä suin.
- Puhumassa tiistaina yöklubissa n. klo 15.15 alkaen

4.9.2023 Petri Rytönen, viestintäpäällikkö
www.senioriliitto.fi
facebook.com/senioriliitto



Puhujat kokouskannella ma 5.2.

- MEP Sirpa Pietikäinen (n. klo 14.30-16.45)
- MEP Petri Sarvamaa (n. klo 14.30-16.45)
- Kansanedustaja, työelämäprofessori Jarmo Linnell (digiuhat)
- Professori, historiantutkija Martti Häikiö
- Ruokasuositukset ja ravitseminen –aihe
- Personal trainer, liikunnan ohjaaja Jouni Parkkali
- Meikkitaiteilija (vahvistamaton)
- Kirjailijavieras (vahvistamaton)
- Yhdistysoikeusasiaa, Patrik Metsätähti/Soste
- Koulutusaiheina
 - Vaikuttava kirjoittaminen
 - Valokuvaus
 - Jäsentoiminta ja yhdistystoiminnan ideointi
- Edunvalvonta-aihe
- Digiklinikka
- Liikunta-aihe
- Lakiaihe

Puhujat kokouskannella ti 6.2.

- Kansanedustaja, työelämäprofessori Jarmo Limnell (digiuhat)
- Professori, historiantutkija Martti Häikiö
- Ruokasuositukset ja ravitseminen –aihe/Gery ry:n asiantuntija
- Meikkitaiteilija (vahvistamaton)
- Kirjailijavieras (vahvistamaton)
- Personal trainer, liikunnan ohjaaja Jouni Parkkali
- Yhdistysoikeusasiasiaa, Patrik Metsätähti/Soste
- Koulutusaiheina
 - Jäsenhankinta
 - Valokuvaus
 - Jäsenhuolto yhdistyksissä
- Edunvalvonta-aiheet
- Digiklinikka
- Liikunta-aihe
- Lakiaihe

Retket Tukholmassa! (Matkapaikat, varaus etukätein)

TUKHOLMAN KAUPUNGINTALO SEKÄ LYHYT TUKHOLMAN KIERTOAJELU

- **Lähtö klo 10:30 satamasta • Retken kesto n. 3h • Retken hinta 45€ • Ryhmän koko: max 50 hlö**
- Kaupungintalo on kuuluisa monestakin syystä, sen vertaansa vailla olevasta arkkitehtuurista, eikä vähiten Nobel-juhlallisuuksista, joita vietetään kaupungintalossa joka vuoden joulukuussa. Näemme muun muassa Sinisen salin, jossa Nobel-juhlan vieraat yhdessä kuninkaallisten kanssa nauttivat illallisen ja Kultaisen salin, jossa ilta jatkuu upeiden tanssiaisten merkeissä. Kaupungin- talon mykistävästä arkkitehtuurista saamme kiittää Ragnar Östbergiä, yhtä Ruotsin kuuluisimmista arkkitehteistä. Tämän lisäksi teemme lyhyen Tukholman kiertoajelun, jonka aikana kuulemme niin historiasta ja perinteistä ja näemme merkittävimmät rakennukset.

VÄKEVÄÄ VIINAA JA VILLEJÄ VIKINKEJÄ

- **Lähtö klo 10:30 satamasta • Retken kesto n. 3h • Retken hinta 70€ • Ryhmän koko: max 30 hlö**
- Tutustumme Ruotsiin hieman eri näkökulmasta kuin yleensä tutustumalla – Juomien maahan! Sprit museon kahdessa kerroksessa tutustut Ruotsiin juomien maahan, aina viinan valmistamisesta kankkuseen saakka. Muistin virkistämiseksi museovierailun aikana testataan tietojasi ja taitojasi muun muassa tynnyreissä kypsentyneiden viskin ja rommin eroista. Kierroksen voit päättää maistelemalla kolmea eri snapsia ja punssia – skål!
- Viikingeistä kertovassa näyttelyssä tavataan sekä taruista tunnettuja vahvoja ja rohkeita viikinkejä että myyttien takana olevia todellisia ihmisiä. Museovierailu huipentuu juna-ajeluun, jonka aikana kuulemme erään viikinkiperheen mielenkiintoisen tarinan.

Retket Tukholmassa! (Matkapaikat, varaus etukäteeseen)

KAUPUNGINTALON KANSALLISROMANTIikka JA ARVOSTETTUJA NOBELISTEJA

- Lähtö klo 10:30 satamasta • Retken kesto n. 3h • Retken hinta 45€ • Ryhmän koko: max 50 hlö
- Tukholman kaupungintalo on tunnettu ainutlaatuisesta arkkitehtuuristaan ympäri maailmaa. Tällä retkellä tutustumme niin kaupungintalon arkkitehtuuriin kuin Nobelin maailmaankin. Nobel-juhlallisuuksia vietetään kaupungintalossa joka vuoden joulukuussa. Näemme muun muassa Sinisen salin, jossa Nobel-juhlan vieraat yhdessä kuninkaallisten kanssa nauttivat illallisen ja Kultaisen salin, jossa ilta jatkuu upeiden tanssiaisten merkeissä. Kaupungintalon mykistävästä arkkitehtuurista saamme kiittää Ragnar Östbergiä, yhtä Ruotsin kuuluisimmista arkkitehteistä. Retkemme jatkuu kohti Vanhaa kaupunkia, jossa vierailamme Nobel Prize -museossa. Museossa saamme kuulla enemmän ruotsalaisesta keksijästä Alfred Nobelista ja siitä mihin hänen kuuluisa testamenttinsa johti.

DROTTNINGHOLMIN LINNA

- Lähtö klo 10:30 satamasta • Retken kesto n. 3h • Retken hinta 49€ • Ryhmän min: 40 hlö, max 50 hlö
- Linna sijaitsee Lovön saarella, noin puolen tunnin ajomatkan päässä Tukholman keskustasta. Drottningholmin linna kuuluu UNESCO:n maailmanperintökohteiden luetteloon. Se on parhaiten säilynyt 1600-luvulla rakennettu kuninkaanlinna, ja se edustaa kaikkea eurooppalaista kuninkaallista arkkitehtuuria tuolta aikakaudelta. Arkkitehti Nicodemus Tessin vanhempi suunnitteli linnan ranskalaisten esikuvien mukaan kuningatar Hedvig Eleonooran toimeksiannosta. Siitä alkaen monet kuninkaalliset ovat jättäneet jälkensä linnaan. Osa linnasta toimii edelleen kuningasperheen kotina. Linnavierailu kuljettaa meidät monien kuninkaallisten arvoitukselliseen maailmaan muun muassa upeiden maalausten ja antiikkihuonekalujen muodossa. Kierroksen päätteeksi on mahdollista nauttia omakustanteisesti linnan viehättävässä kahvilassa ”fikat” perinteiseen tapaan – kaffet vaikkapa prinsessatortun kera.

Retket Tukholmassa! (Matkapojat)

SOKKOMATKA TUKHOLMAAN

- Lähtö klo 10:30 satamasta • Retken kesto n. 3h • Retken hinta 34€ • Ryhmän min: 30 hlö, max 50 hlö
- Koe jotain yllätyksellistä ja osallistu sokkomatkallemme! Mihin matka suuntautuu, sitä emme etu- käteen kerro! Suomenkielinen paikallisopas johdattaa sinua matkalla jossa liikumme myös bussilla.

KULJETUS SATAMA – KESKUSTA – SATAMA

- Lähtö klo 10:30 satamasta • Takaisin keskustasta satamaan klo 14:00
- Menopaluukuljetuksen hinta on 22€ / henkilö • Ryhmän minimikoko on 30 henkilöä ja max 50 henkilöä

Ohjelma laivalla alkaa noin klo 15.00 aikaan paikallista aikaa

Muu ohjelma

- Teemu Roivainen esiintyy matkalla!
- Paluumatkan pääpuhujana Tom Pöysti
- Laivan oma iskelmäbändi soittaa yökerhossa
- Laivan trubaduuri pubissa
- Pianisti viinibaarissa
- Karaokea, bingoa yms lisäohjelmaa seniorivivahteella!

Ohjelma 5.2.2024

- Laivaan nousee kolmessa eri ryhmässä klo 11, klo 12.15 ja klo 13.30 alkaen ja ohjelma alkaa lounaalla
- Ryhmät määrätään ennalta ja jokainen osallistuja saa kaulanauhan infokortteineen joka oikeuttaa osallistumaan ohjelmanumeroihin.
- Aluksi ryhmä vie matkatavarat säilytykseen ja siirtyy kevyelle lounaalle buffetravintolaan. Tämän jälkeen ovat avajaiset laivan yöklubilla. Avajaisen jälkeen ryhmä siirtyy nauttimaan muusta ohjelmasta sekä majoittumaan
- Laiva lähtee noin klo 17.15 jonka jälkeen osallistujat voivat nauttia merimatkasta ja ohjelmasta
- Kokouskannen ohjelmanumerot toistuvat useamman kerran läpi risteilyn
- Laivan lähdettyä alkaa myös viihdeohjelma eri puolilla laivaa

Ohjelma 5.2.2024

Esimerkki ryhmän ohjelmasta:

- Nousu laivaan klo 11-11.30
- Lounas alkaa klo 11.30
- Avajaiset alkavat klo 12.45
- Majoittuminen ja ohjelma alkaa kokouskannella klo 14-15
- Ohjelmaa kokouskannella, Livin Roomissa ja Up Stairs Pubissa klo 14-21
- Buffet / À la carte klo tba

Ohjelma 6.2.2024

- Alla on alustava ohjelmarunko
- klo 8.45–10.15 Ohjelmaa ja aamiaista
- klo 10.00 laiva saapuu Tukholmaan
- klo 10.30–15.00 Kiertoajelut yms ohjelmat maissa
- klo 11.00–16.30 Tanssikoulua, drinkkikoulua, bingoa yms (Upstairs Pub, myydään erikseen)
- klo 15.15–16.30 Ohjelmaa Club Mar
- klo 15.00–19.30 Ohjelmaa kokouskannella, Living Roomissa, Karaokebaari (Upstairs Pub)
- Buffetit/ Á la carte klo 18.00 ja 20.00 alkaen
- VIIHDE

Ohjelma-aiheet kokouskannella

Alla esimerkkejä ohjelmasta

- Yhdistysoikeusklinikka
- Kansio – jäsenpito/jäsenhuolto/jäsenhankinta
- Kansio – some, valokuvaus, kirjoittaminen yms
- Digiklinikka, älypuhelimien käyttö, Tinder yms
- Meikkaus ja muoti -klinikka
- Kilta -klinikka
- Edunvalvonta/Varainhankinta/EETU –asiaa
- Uudet ruokasuositukset/Liikunta-aihe /Hyvinvointiaiheet
- Lakiasiaa senioreille
- Mielen hyvinvointi
- Tietoisku Tukholman retkistä
- Historia-aiheita
- Turvallisuusaiheita
- Mahdollinen kirjailijavieras
- Liiton uusi luottamushenkilöjohto!
- Eurooppa-asiaa!
- **Mielenkiintoisia puhujanimiä ja aiheita tba!**

4.9.2023 Petri Rytönen, viestintäpäällikkö
www.senioriliitto.fi
facebook.com/senioriliitto

Senioriliiton risteily 2024

- Myynti alkoi toukokuussa, ensin ryhmille
 - Ryhmämyynti alkaa 29.5.2023 Matkapoikien kautta
 - **RYHMIÄ ON AIKAA KERÄTÄ 6.10. saakka! Lisätietoja Matkapojilta!**
- Ohjelma julkaistaan syksyn Patina -lehdissä
- Henkilömyynti alkaa 1.9.2023 ja loppuu tammikuun lopussa 2024

Matkan myynti

- myynti alkaa ma 29.5. klo 10:00
- Ennakkovarauksia otetaan vastaan
spostilla erikoisryhmat@matkapojat.fi tai puhelimitse 010 23 23 440
 - ma-pe klo 10-16
- Matkan maksu
 - * ennakkomaksun eräpäivä on 31.8.2023
 - **HUOM kysy tilanne uuden ryhmän osalta Matkapojilta!**
- Ennakkomaksu on 60e / henkilö
- *Loppumaksu 5.12.2023

Matkankerääjän etu

- Hyttipaikka ja ruuat
- Vähintään 20 matkustajan ryhmästä

Matka muutos ja peruutusehdot

MUUTOS

- Matkan lähtöpäivää ja kohdetta ei voi muuttaa. Matkustajan nimeä voi muuttaa kuluitta 5.1.2024 asti.
- 5.1.2024 jälkeen tehdyistä muutoksista veloitamme 30€/muutos/matkustaja sekä edellä mainitut
- todelliset kulut hyttiluokan ja bussiin nousupaikan muutoksesta.

PERUUTUS

- Matkan voi peruuttaa kuluitta varausmaksun 31.8.2023 eräpäivään asti. **Uusien ryhmävarausten osalta 6.10. saakka**
- 5.12.2023 mennessä tehdyissä peruutuksissa veloitamme peruutuskuluna maksetun varausmaksun.
- 6.12.2023 - 4.1.2024 välillä tehdyistä peruutuksista veloitamme 50 % matkan hinnasta
- 5.1.2024 alkaen peruutuskulu on 100 % koko matkan hinnasta
- Kehotamme kaikkia matkustajiamme tekemään peruutusturvan sisältävän matkustajavakuutuksen oman tai lähiomaisen vakavan sairastumisen tai kuoleman varalle.

Nimilistat

nimilistat lähtijöistä, syntymäaikoineen, hyttijakoineen ja ruoka-
aineallergiatietoineen tulee toimittaa erikoisryhmat@matkapojat.fi
sähköpostiin viimeistään 15.12.2023 mennessä tai heti kun teillä
on lopulliset lähtijätiedot.

4.9.2023 Petri Rytönen, viestintäpäällikkö
www.senioriliitto.fi
facebook.com/senioriliitto

RETKET

Tukholmassa olo ajalle tulemme tekemään 5 erilaista retkivaihtoehtoa, joista voi valita **lisämaksullista** toimintaa päivälle

- Tukholman lyhyt kaupunkikierros + Kaupungintalo
 - Tukholman lyhyt kaupunkikierros + Väkevää viinaa ja villejä viikinkejä
 - Kaupungintalon kansallisromanttikkaa ja arvostettuja nobelisteja
 - Drottningholm – linnaan tutustuminen
 - Pelkkä kuljetus satama – keskusta – satama
-
- Myös jotain aktiviteetteja laivalle Tukholmassa olo aikana on kehitteillä. Tästä kerromme myöhemmin.
 - Retket kannattaa varata etukäteen – viimeistään 5.1.2024 mennessä.

LIITYNTÄKULJETUS

- Eura-Rauma-Turku-Salo-Lohja
- Pori-Harjavalta-Forssa
- Vaasa-Parkano-Tampere-Hämeenlinna-Hyvinkää
- Kokkola-Pietarsaari-Kauhava-Seinäjoki
- Jyväskylä-Heinola-Lahti
- Iisalmi-Kuopio-Varkaus-Mikkeli
- Joensuu-Imatra-Lappeenranta-Kotka
- Rovaniemi-Oulu-Viitasaari-Äänekoski

4.9.2023 Petri Rytönen, viestintäpäällikkö
www.senioriliitto.fi
facebook.com/senioriliitto

Matkan hinta

	Hinnoissa mukana aloituslounas, 2xillallisbuffa ja 2xaamiainen ohjelman lisäksi. Hinta on <u>PER henki</u>					
	hytti 1:lle		hytti 2:lle		hytti 3:lle	hytti 4:lle
Sviitti	1166		639			
Minisviitti	1093		603	-		-
LUX SB	576		344			
LUX Meri PL	518		328	-		-
Lux Sea P	419		278			
B2X Iprem	383		276	-		-
B2T IComfPLus	383		276			
A4T Seaside Standard	378		274		264	259
A-luokka, B2L/B4L	372		271		262	257
B4T	367		268		260	256
B2P/C4	249		234		229	227

Menu

Alku:

- Toast Skagen

Pääruoka vaihtoehdot:

- Maissikanaa, portviinikastiketta, linssejä ja kikhernettä
- Hiillostettua nieriää, beurre blanc kastiketta, hernepyrettä
- Kasviskroketia, vegaanista aiolia, linssejä ja kikhernettä

Jälki:

- Mascarbhone vanukasta ja tyrnisorbettia

- **Menun hinta 46€/h**
- **Viinipaketti 23 €/ hlö**