

OLTERMANNI

Kouvolan Seniorit ry 1 * 2019





Oltermanni

Kouvolan Seniorit ry:n jäsenlehti vuodesta 1990
30.vuosikerta, N:o 61

Kouvolan Seniorit ry on vuonna 1972 perustettu puolueisiin kuulumaton rekisteröity yhdistys, jonka tavoitteena on tukea ja edistää jäsenten henkisten ja fyysisten tarpeiden tyydyttämistä sekä kehittää sosiaalisen kanssakäymisen mahdollisuuksia yksinäisyyden hälventämiseksi.

Yhdistyksemme on Kansallisen senioriliitto ry:n ja Kymenlaakson kansallisen senioripiiri ry:n jäsenyhdistys. Jäseneksi voi liittyä jokainen, joka hyväksyy yhdistyksen tarkoituksen ja toimintaperiaatteet. Jäsenmaksu on 20 euroa sisältäen mm. Senioriliiton julkaiseman Patina-lehden, jäsenlehti Oltermannin sekä oikeuden osallistua yhdistyksemme harrasteisiin ja tapahtumiin.

Lehden toimitus:

Toimituskunta: Marjatta Nykänen, Anja Puustinen, Kari Taskinen,
Seppo Liimatainen
Kuvat: Seppo Liimatainen
Taitto: Seppo Liimatainen

Yhdistystiedot:

Postiosoite Kouvolan Seniorit ry
Marjatta Nykänen
Kalevankatu 30 as 5, 45100 Kouvola
040 828 5704 marjatta.nykanen@kouvola.fi

Jäsenasiat (liittymiset, osoitemuutokset yms.):

Seppo Lehtonen
Torikatu 7 as 48, 45100 Kouvola
044 301 9722, seppo.lehtonen@hotmail.com

Pankkiyhteys Nordea FI06 1072 3000 2066 51
Sähköposti kouvola.senioriyhdistys@gmail.com
Verkkosivut kouvola.senioriyhdistys.fi
Facebook Kouvolan Seniorit ry



Puheenjohtajan palsta
Marjatta Nykänen

ARVOISAT SENIORI-YSTÄVÄT

Uuden toimintakauden alkaessa toivotan teidät jäsenet tervetulleiksi mukaan yhdistyksen toimintaan! Viimeksi kirjoitin tälle palstalle vuonna 2012! Vuosia sen jälkeen kuului liittomme eri tehtävissä ja nyt tapaamme entisissä merkeissä!

Liiton ja sitä myötä yhdistysten toiminta muuttuu seuratessaan nykyajan vaatimuksia. Tämän vuoden teema, ”Seniorit nettiajassa”, tukee meitä pysymään ajassa mukana! Puheenjohtaja Seppo Lehtonen on ansiokkaasti kuljettanut meitä digi-aikaan – monelle vaativaan muutokseen. Toimivat kotisivut mm. ovat oiva väline ja apu tiedon saattamiseksi jäsenten ulottuville. Aloittava ”Digi-opastus” tulee lisäämään taitojamme. Mutta aivan jokaista jäsentämme ei digiaika vielä tavoita. Siksi pidämme mielessämme sen, että tiedonvälitys ja osallistuminen pitää mahdollistaa myös totutulla tavalla.

Kevään ohjelma on monipuolinen; kiitos lehden toimitukselle! Ajankohtaisin aihe on edelleen Maakunta/Sote-tilanne; meille kouvolaalaisille eritoten! Alkukevään tilanteesta saapuu kertomaan henkilö uudistustoteuttamisen huipulta, nimittäin Valtiovarainministeriön alivaltiosihteeri Päivi Nerg, joka johtaa Maakunta/Sote-uudistusta. Kevään ohjelmasta löytyy niin ikään mielenkiintoisia kulttuuri- ja tutustumiskohteita.

Samalla, kun kiitän Seppo Lehtosta toimintaa uudistavasta ja tuloksia tuottaneesta puheenjohtajakaudesta, toivotan teidät edelleen innokkaasti mukaan Tuulensuojaan salin täydeltä!

Yhdessäolosta saamme voimaa ja virkeyttä!

Kouvola Seniorit ry'n hallitus v. 2019



Marjatta Nykänen

Puheenjohtaja



Anja Puustinen

matkavastaava,
tiedotus



Eeva Mikkola

taloudenhoitaja



**Eva Tudeer-
Toivakka**



Kari Taskinen

varapuheenjohtaja



**Marja-Leena
Tommiska**



Pirkko Ikävalko



Seppo Kalenius



**Seppo
Liimatainen**

valokuvaus, kotisivut,
SOME -vastuu.

Yhteystiedot:

Marjatta Nykänen	040 828 5704	marjatta.nykanen@kouvola.fi
Anja Puustinen	045 316 3766	anja.puustinen@gmail.com
Eeva Mikkola	040 562 5441	eemikkola@gmail.com
Eva Tudeer-Toivakka	040 564 7670	eva.tudeer-toivakka@pp.inet.fi
Kari Taskinen	040 540 3317	kari.taskinen@pp4.inet.fi
Marja-Leena Tommiska	040 567 0209	marjaleena.tommiska@kymp.net
Pirkko Ikävalko	040 501 3815	p.s.ikavalko@gmail.com
Seppo Kalenius	040 055 0828	seppo.kalenius@pp.inet.fi
Seppo Liimatainen	050 372 5170	seppo.liimatainen@pp2.inet.fi

Muut toimihenkilöt

Sihteeri

Satu-Maija Leino-Vilkko 040 565 0955
satumaija.leino77@gmail.com

Jäsens sihteeri

Seppo Lehtonen 044 301 9722

Arkistonhoitaja

Maire Markkanen 040 822 8503

Kansio-yhteyshenkilö

Eeva Mikkola 040 562 5441

Salijärjestelyt

Seppo Kalenius 040 055 0828

Emännät:

Kirsti Rautio 050 308 4378
Pirkko Jaatinen
Hannele Jurvanen

Matkaryhmä:

Anja Puustinen 045 316 3766
Anne Linna
Irmeli Salminen
Aune Joutsemo
Tuula Taskinen

Oltermannin toimituskunta:

Marjatta Nykänen 040 828 5704
Seppo Liimatainen
Kari Taskinen
Anja Puustinen

Yhdistyksemme jäsenet ovat edustajina seuraavissa eläkeläisjärjestöissä

Kansallinen senioriliitto ry

Seppo Lehtonen, liittovaltuusto

Kymenlaakson kansallinen senioripiiri ry hallitus

Marjatta Nykänen, jäsen
Kari Taskinen, jäsen

Kouvolan Eläkeläistoiminnan yhteistyöryhmä

Marja-Leena Tommiska, jäsen
Eva Tudeer-Toivakka, varajäsen

Kouvolan Vanhusneuvosto

Marjatta Nykänen, puheenjohtaja
Marja-Liisa Hopia, varajäsen

Kymenlaakson eläkeläispiirien edunvalvontatoimikunta (Kymen EEVA)

Kaija Vesala, sihteeri



16.11. Yhdistyksen syyskokous käsitteli sääntömääräiset asiat.



Kokous valitsi yhdistykselle uuden puheenjohtajan Marjatta Nykäsen.



Yhdistyksen syyskokous kutsui hallituksen esityksestä yhdistyksen kunniajäseneksi Marjaleena Kylmäsen, joka on ansiokkaasti sekä pitkään toiminut yhdistyksen, sen toiminnan ja tarkoitusperien hyväksi.



Kampaamo Siltala Manskilla
Kauppalankatu 5 A (3.krs), Kouvola
Puhelin: 05-311 6994

- * Hiuspohjan erikoishoidot*
- * Hajusteettomat tuotteet*

Jussin ATK- Apu

Kouvola

ATK tuki
Tietokoneiden myynti, käyttöönotto ja huolto
Peruskäytön opetusta asiakkaan kotona
Internet- ja verkko-ongelmat
Digiboksien asennus + TV-ongelmat

Palveluita saatavissa myös Iltaisin ja viikonloppuisin

Hinnasto: 40 € / tunti / käynti, tai sopimuksen mukaan
(sis. alv)

MUISTA KOTITALOUSVÄHENNYS ! !

Ota yhteyttä,
040 5272 352
tai jussinatk@pp.inet.fi

*Ilmoita sähköpostiosoitteesi tai sen muutos yhdistykselle!
Se mahdollistaa yhdistyksemme nopean tiedottamisen
tarvittaessa.*

*Yhdistyksen kuukausikokoukset ilmoitetaan Kouvolan
Sanomien Keskiviikko-lehdessä.*

DIGI-OPASTUS

Vertaisohjaajat nettitukena

Digi-opastusta Tuulensuojassa saat joka kuukauden kolmantena tiistaina klo 12.30-14.00. Haluamme vertaisohjaajina olla tukemassa, opastamassa ja rohkaisemassa Sinua alati uudistuvassa nettimaailmassa. Jos Sinulla on haasteita älypuhelimien, tabletin tai tietokoneen kanssa, tule selvittelemään asiaa kanssamme. Tärkeintä on, että kunkin omiin tarpeisiin löydämme vastauksia.

Yhteisinä opeteltavina asioina voisi olla esimerkiksi:

- kirjastosta luettavien ja kuunneltavien kirjojen lataaminen
- älykännykän käyttäminen tukiasemana (nettiyhteytenä) tablettiin ja kannettavaan tietokoneeseen
- pankki-, kela- ja veroasioiden hoitaminen netissä
- sosiaalisen median maailma
- Ylen ja MTV:n nettisivut
- tärkeiden sovelluksien lataaminen
- kuvien siirtäminen ja tallentaminen

Ohjaajat:

Irmeli Salminen, Merja Rytönen, Tuula Honkanen, Marja Pulkkinen, Anne Linna



Harrastustoiminta

Yhdistyksemme harrastustoiminnan tavoitteena on tarjota sellaista aktiivista toimintaa, joihin kukin voi osallistua mieltymystensä mukaisesti. Toiminnalla tuemme ja edistämme niin henkistä kuin fyysistä hyvinvointia.

Seniorikävelyllä aloitamme viikon 1-1,5 tunnin kävelylenkillä eri puolilla vanhaa Kouvolaa ja välillä muuallakin.

Käsillä kätevästi -kerhossa herätämme piilevät tai unohtuneet käsityötaidot rentouttavan yhdessäolon merkeissä.

Digi-opastus tukee ja rohkaisee älylaitteiden käytössä.

Keskustelupiirissä keskustelemme ajankohtaisista meitä kiinnostavista asioista.

Kirjallisuuspiirissä tutustumme sekä kotimaiseen, että ulkomaiseen kirjallisuuteen ja kirjailijoiden henkilökuviin.

Saliseniorit päättävät viikon hakemalla kuntosalilta energiaa.

Kerhot kokoontuvat pääsääntöisesti Tuulensuojassa (Hallituskatu 9) oheisen aikataulun mukaisesti:

Maanantaisin

Seniorikävely: klo 10:00 - n. 11:30 ajalla 7.1.-25.5.

Lähtöpaikka Urheilupuiston jäähallin A-portaan edestä (Lumon Areenan alataso)

Kävely on mahdollista myös jäähallin katsomotasanteen kävelyradalla.

Kävely kahdessa ryhmässä: Lyhyt totuttelulenkki tai pidempi kuntolenkki.

Kerhovastaava: Kari Taskinen 040 540 3317

Käsillä kätevästi: klo 13.00 – 15.00 seuraavasti:

14.1., 28.1., 11.2., 25.2., 11.3., 25.3., 8.4., 29.4.

Kerhovastaava: Mirja Äikäs 040 075 5361

Tiistaisin

Keskustelupiiri: klo 11.00 – 13.00 seuraavasti:

12.2 Ilmastomuutos.

12.3 Hyvä ikääntyminen.

9.4 Tarvitaanko kielitaitoa Suomessa?

Kerhovastaava: Matti Rantakari 040 016 4601

Digi-opastus: klo 12.30 - 14.00 kuukauden kolmas tiistai

Ajalla 15.1., 19.2., 19.3., 16.4., 21.5.

Kerhovastaava: Irmeli Salminen 040 594 0965

Kirjallisuuspiiri: klo 11.00 – 12.30 seuraavasti:

- 22.1. Jari Järvelä: Kosken kahta puolta, Pekka Leinonen
 - 19.2. Helena Ruuska: Hugo Simberg: Pirut ja enkelit, Timo Järvelä
 - 19.3. Kari Hotakainen: Tuntematon Kimi Räikkönen, Raina Jokinen
 - 16.4. Minna Rytisalo: Rouva C, Liisa Kokkonen
- Kerhovastaava: Helena Heiramo 050 076 7733

Perjantaisin

Saliseniorit: klo 15.00 – 16.30 ajalla 4.1-26.4.

- Kokoontuminen Yhteislyseon lukion kuntosalilla.
Kerhovastaava: Kari Taskinen 040 540 3317

Tervetuloa harrastamaan kanssamme.

Yhdessä tekeminen virkistää ja auttaa jaksamaan arjen toiminnoissa.

Hyvä näkö terveissä silmissä!

**Paikallinen
näköasiantuntijasi**

**Optiikka-
asema**

Kouvolankatu 15, Kouvola
Puhelin (05) 371 3631
www.optiikkaasema.fi

AVOINNA | MA, KE, TO, PE 9-17 | TI 9-18 | LA 9-14

PALVELEVALTA PAIKALLISELTA

IDEOITA TULEVALLE MATKAILUVUODELLE!

**UUDELLE
VUODEN
YRITTÄJÄ
2018**

Kouvolan Yrittäjien
vuoden 2018 tunnustus
ansioikkaasta
yrittäjätoiminnasta.

KRAKOVA

545€/HLÖ, PE-MA 22.-25.2.2019

Opastettu ryhmämatka, tutustuminen mm. Auschwitziin. Kysy tarkempi matkaohjelma toimistolta!

NIZZA

625€/HLÖ, 21.-24.3.2019

Aloita kevät upeissa maisemissa ja tyylikkäässä La Malmaison Nice -hotellissa.

KATALONIA

18.-22.4.2019, 1.375€/HLÖ, TO-MA 4 YÖTÄ

Pääsiäisenä Gironaan ja Barcelonaan? Tutustu viininvalmistukseen ja espanjalaiseen ruokaan.



Kiitos kuluneen vuoden hyvästä yhteistyöstä. Rauhallista joulunaikaa ja antoisaa matkailuvuotta 2019.



**KOUVOLAN
MATKATOIMISTO**

Palvelemme Sinua ma-pe 9-17 | Puh. 05 744 3100
Asemakatu 1 Kouvola | kouvolanmatkatoimisto.fi
Toimistokulut 10 €/varaus. Pidätämme oikeuden mahdollisiin muutoksiin.

PUOLAKAN VALMISMATKAT

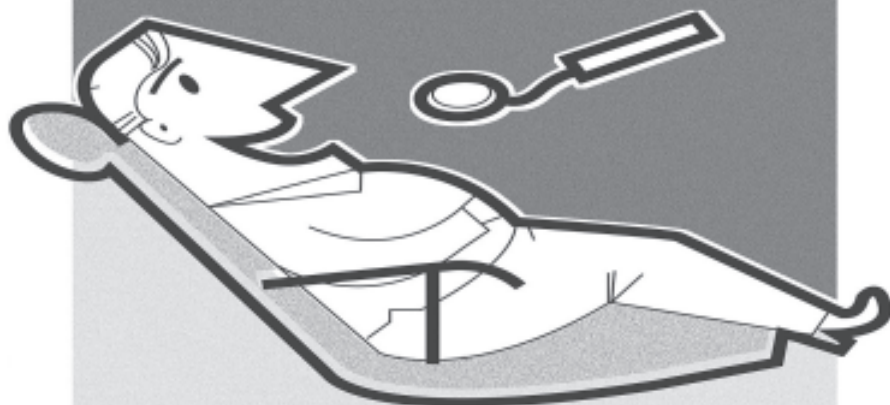
- yhtä matkaa kanssanne jo 50 vuotta!

Tilausajot, Tallinnan Päivämatkat, Venäjän ja Kotimaan Retket

Lisää matkoja osoitteessa:

www.puolakka.com

Lempeämpää hammashoitoa



KOUVOLAN HAMMASTIIMI

Hallituskatu 13 B 45100 KOUVOLA
www.kouvolanhammastiimi.fi
puh. 05 3115805

Tapahtui syyskuussa.



Syyskauden avaus Tuulensuojassa 4.9.2018

Perinteinen kaudenavaus suoritettiin suurella joukolla Tuulensuojassa. Läsä oli n. 120 jäsentä.

Tilaisuuden "juontajana" oli tällä kertaa yhdistyksemme varapuheenjohtaja Kari Taskinen.

Seurakunnan tervehdyksen toi seurakuntapastori Katikeesia Hertsi.

Musiikillisesta sisällöstä huolehtivat Anemone -kuoro sekä Pekka Ainali ja Arvo Saaristo.



Matkalla Valkeakosken Visavuorella 12.9.

Syyskauden ensimmäinen matka suuntautui taiteilija Emil Wikströmin taiteilijakotiin ja Kari Suomalaisen paviljonkiin.



Visavuori oli Emil Wikströmin koti ja ateljee. Nykyinen asuinrakennus valmistui vuonna 1902 ja ateljeerakennus 1903. Visavuori on säilynyt lähes muuttumattomana niistä ajoista, kun Wikström asui ja työskenteli siellä.

Tulevat tapahtumat.



Kuukausitapaaminen pidetään Tuulensuojassa, Hallituskatu 9, kuukauden ensimmäisenä tiistaina klo 13, kahvit klo 12 alkaen.

Ilmoittautuminen ja maksut eri tapahtumiin.

Tapahtumiin, tutustumiskäynneille, retkille ja matkoille voi ilmoittautua sähköisesti, kuukausitapaamisissa tai henkilökohtaisesti kohteen vastuuhenkilölle. Kerro ilmoittautumisen yhteydessä mahdolliset ruoka-ainerajoitteet. Tiedustele vapaita paikkoja ilmoittautumisaikojen jälkeenkin.

8.1. ti klo 13.00 Kevätkauden avaus seurakuntakeskuksessa

Kevätkauden avaus Maria-salissa

Seurakunnan tervehdys, poisnukkuneiden muistaminen, musiikkiesityksiä, kevään ohjelman esittely sekä Oltermannien ja jäsenmaksulomakkeiden jako.

15.1. ti klo 12.30 Älylaitteiden käytön opastus alkaa

Tuulensuojassa, jolloin annetaan yleisinformaatiota yhdistyksen uudesta toiminnasta ja on tarkoitettu kaikille tietoa ja taitoa tarvitseville jäsenille. Opastukset jatkuvat Oltermannin kerhosivuilla mainittuina päivinä.

17.1. to Hyvää ruokaa ja elokuvaan

Lähdemme kimpakyydein Tuulensuojan pihasta klo 11.00 Kymin Huvilalle. Lounaan jälkeen siirrymme elokuvaan klo 13.00 Kuusankoskelle, Studio123:n meille varattuun saliin, jossa katsomme elokuvan Colette. Colette on lahjakas naiskirjailija joutui kirjoittamaan miehen nimellä ollakseen vakuuttava. Kerro, tarvitsetko kyydin/tarjoatko kyytiä vai menetkö suoraan Kymin Huvilalle.

Viimeinen ilmoittautumis- ja maksupäivä 8.1.

Irmeli Salminen, 040 594 0965 tai salminenirmeli@gmail.com

Maksu 18 € tilille FI06 1072 3000 2066 51, viite 9124

5.2. ti klo 11.30 Kuukausitapaaminen, Tuulensuoja

Kokousesitelmänä "Maakunta- ja sote –uudistuksen ajankohtaiskatsaus"
Projektijohtaja, hallintopolitiikan alivaltiosihteeri Päivi Nerg, Valtioneuvostosta.

19. - 20.2. Oopperan kuninkaaksi kutsuttu Placido Domingo Tallinnassa.

Ainutlaatuinen mahdollisuus nähdä ja kuulla oopperan kuninkaaksi kutsuttua Placido Domingoa Tallinnassa.

Hinta kattaa linja-autokuljetukset Suomessa ja Tallinnassa oppaan kanssa, hotellihuoneen 2 hh aamupalalla sekä konserttilipun.

Ruokailut laivalla lisämaksusta.

Lähtö Kouvolan Matkakeskus 19.2 klo 7.00

Paluu Kouvolaan 20.2 n. Klo 22.00

Bussiyhtiö Packalen

Kysy peruutuspaikkoja!

Anja Puustinen anja.puustinen@gmail.com tai puh. 045 316 3766

Hinta 265 €

20.2. ke Eduskuntavierailu

Tutustuminen oppaan johdolla eduskuntataloon. Kahvitaukio ja tapaaminen oikeusministeri Antti Häkkäsen kanssa. Täysistunnon seuraamisen jälkeen tattaribliniateria ravintola Lasipalatsissa.

Lähtö Matkakeskuksesta klo 9.00 (Karjalankatu klo 8.50) Laurilan bussilla.

Paluu noin klo 19.00.

Ilmoittautuminen viimeistään 20.1. Anne Linnalle

puh. 0505387756 tai anne.linna@elisanet.fi.

Maksu 45 € tilille FI06 1072 3000 2066 51, viite 9140, eräpäivä 20.1.

5.3. ti klo 13 Kevätkokous, Tuulensuoja

Kokousesitelmänä "Urheilu ammattina".

Esitelmöitsijänä kaupunginhallituksen varapuheenjohtaja Ville Kaunisto.

Arpajaiset

8.3. pe klo 19.00 The Sound of Music

Hurmaava musikaaliklassikko laulavasta von Trappin perheestä

Musikaalin sävelmät ovat kiehtoneet katsojia sukupolvelta toiselle.

Musikaali sisältää mm. tunnetut laulut: Kun vuorelle käyn, Mikä vois olla mukavampaa, Do-Re-Mi ja Edelweis.

Väliaikatarjoilu

Lähtö Matkakeskuksesta klo 17.10 Laurilan bussilla (Karjalankatu 17.00)

Paluu noin klo 23.15

Ilmoittautuminen viimeistään 7.2. Tuula Taskiselle

puh. 040 514 3312 tai tuula.taskinen@pp4.inet.fi

Maksu 63 € tilille FI06 1072 3000 2066 51, viite 9153, eräpäivä 7.2.

20.3. ke klo 12.00 Tutustumiskäynti Kaslink tuotantolaitokseen Koriolla

Kouvola kotoisin oleva perheyhtiö Kaslink on yksi suurimmista kotimaisista jokapäiväisten ruoanlaittotuotteiden, juomien ja välipalojen valmistajista.

Lähtö kimppekyydillä Tuulensuojan pihasta klo 11.30.

Kerro tarvitsetko kyydin tai mahtuuko kyytiisi.

Ilmoittautuminen viimeistään 12.3. Tuula Taskiselle

puh. 040 514 3312 tai tuula.taskinen@pp4.inet.fi

Osallistujamäärä max. 30 henkilöä.

2.4. ti klo 13 Kuukausitapaaminen, Tuulensuoja

Kokousesitelmänä "Kouvolan keskustan kehityssuunnitelmat".

Esitelmöitsijöinä Kouvolan kaupungin kehitysjohtaja Hannu Tylli ja

Kouvolan Ydinkeskusta ry:n toiminnanjohtaja Marika Ruotsalainen

15.4. ma klo 11 Alvar Aalto ja Amos Rex museot

Tutustuminen oppaan johdolla Alvar Aallon arkkitehtuuriin sekä hänen kotitalossaan että ateljeessaan Munkkiniemessä. Ravintola Loisteessa nautitun salaatti- ja keittolounaan jälkeen halukkaille omakustanteinen käynti Amos Rex taidemuseossa Helsingin ytimessä.

Mukaan retkelle mahtuu enintään 40 henkilöä.

Lähtö Matkakeskuksesta klo 8.30 (Karjalankatu klo 8.20) Väisäsen bussilla.

Paluu noin klo 19.00.

Ilmoittautuminen viimeistään 1.4. Anne Linnalle

puh. 0505387756 tai anne.linna@elisanet.fi.

Maksu 57 € tilille FI06 1072 3000 2066 51, viite 9137, eräpäivä 1.4.

Valtakunnallinen museokortti käy Amos Rex museoon.

7.5.ti klo 13 Kuukausitapaaminen, Tuulensuoja

Kokousesitelmänä "Ikääntyvien lihaskunnan merkitys henkilön hyvinvoinnille". Esitelmöitsijänä Aktiivikuntoutuksen fysioterapeutti.

Arpajaiset

22.5. ke klo 8.30 Sokkomatka

Sokkomatkalla saat runsaasti nautintoja kaikille aisteille. Kuulet mielenkiintoisia tarinoita menneistä ajoista ja kuinka kaikki nivoutuu tähän päivään. Ruokaa ja juomaa nautitaan sopivin välein.

Lähtö matkakeskus 8.30, Karjalankatu 8.20, Laurilan bussilla

Paluu noin klo 18.00,

Ilmoittautuminen viimeistään 15.4. Irmeli Salmiselle

040 594 0965 tai salminenirmeli@gmail.com

Maksu 75 € viimeistään 15.4. tilille FI06 1072 3000 2066 51, viite 9166

14.-16.6. pe-su Matka Pietariin

Kaunis, elämyksellinen Pietari kutsuu meitä valkeiden öiden aikaan tutustumaan sen kulttuuriin, museoihin ja risteilylle Neva-joella. Tarkempi matkaohjelma jäljempänä. Lähtö junalla Kouvolasta 7.33 Paluu Kouvolaan 21.43. Tullimuodollisuudet hoituvat junassa. Matkustusasiakirjat: voimassa oleva passi, joka voimassa 6kk matkan jälkeen, matkavakuutus ja viisumi, jonka hakemisen hoitaa matkatoimisto. Ilmoitathan, jos sinulla on oma viisumi.

Ilmoittautuminen viimeistään 22.2.

Anja Puustinen puh 045 3163 766 tai anja.puustinen@gmail.com

Hinta 685 €. Omalla viisumilla 635 €.

Varausmaksu:

250 € viimeistään 22.2 tilille FI06 1072 3000 2066 51 viite 9195

Loppumaksu 435€, omalla viisumilla 385 € viimeistään 2.5.

12.7. pe klo 18 Elvis elää Taidekeskus Salmela

Helsingin poliisioikeus vie meidät aikaan, jolloin kuningas hallitsi esiintymislavoja. Elvis-teemaisen konsertin solisteina kuullaan Tanssii tähtien kanssa ohjelmasta tuttuja Sami Pitkämöä ja Mikko Leppilampea. Väliaikatarjoilu

Ennen konserttia on mahdollisuus tutustua omakustanteisesti (11 €) näyttelyyn.

Lähtö Matkakeskuksesta klo 14.30 Puolakan bussilla, (Karjalankatu klo 14.20). Paluu n klo 22.00

Ilmoittautuminen viimeistään 24.5. Aune Joutsemolle

puh 040 7612 549 tai ani.joutsemo@gmail.com

Maksu 62 € viimeistään 31.5 tilille FI06 1072 3000 2066 51, viite 9179

5.9. to klo 14 Svinhufvudin kotimuseo ja Ilta Saimaalla

Tutustumme Luumäellä Svinhufvudin uudistettuun kotimuseoon opastetulla kierroksella ja nautimme kahvit, aikaa varattu kaksi tuntia. Jatkamme matkaa Lappeenrantaan, jossa siirrymme KareliaLines-risteilylle Saimaalle. Laivalla on mahdollisuus omakustanteisesti nauttia ruoka- ja juomatarjoiluista. Paluu satamaan klo 21.00, josta kotimatka alkaa. Lähtö klo 14.00 matkakeskus ja 13.50 Karjalankatu, paluu noin klo 22.30. Puolakan auto.

Ilmoittautuminen viimeistään 30.5. 19 Irmeli Salmiselle

040 594 0965 tai salminenirmeli@gmail.com

Maksu 55 € viimeistään 15.8. tilille FI06 1072 3000 2066 51, viite 9182



Yhdistyksemme perinteen itsenäisyyspäivän juhla 6.12. Kouvolan seurakuntakeskuksen Maria salissa.

Juhlapuhujana kaupunginhallituksen varapuheenjohtaja Ville Kaunisto.



Huomionosoitukset

Kansallisen senioriliitto ry:n kultainen ansiomerkki merkittävästä toiminnasta piiri- ja/tai yhdistystasolla.

Helena ja Pekka Heiramo

Kymenlaakson kansallisen senioripiirin hopeinen ansiomerkki menestyksellisestä toiminnasta yhdistyksen johto- tai toimielimissä.

Kirsti Rautio, Hannele Jurvanen, Eija Pajari ja Sirpa Kokko

Kouvolan Seniorit ry:n pronssinen ansiomerkki aktiivisesta toiminnasta yhdistyksemme jäsenenä.

Minerva Arhosola, Raili Huvinen, Teemu Klem, Seija Kolehmainen, Irmeli Salminen, Sirpa Vottonen, Anne Linna ja Liisi Vaalivirta





Kotisivujen Yhteystiedot-sivulla tai henkilökohtaisesti voit kertoa mielipiteesi toteutuneista tapahtumista ja retkistämme sekä tuoda esille omia kiinnostuksen kohteitasi niin esitelmien aiheiksi kuin myös tutustumiskohteiksi. Voit kirjoittaa myös pienen jutun yhteiseksi iloksemme. Mielipiteesi on meille tärkeä toiminnan kehittämiseksi.



KAUNEUS- JA LYMFÄHOITOLA
TARU ASIKAINEN SKY-kosmetologi

- ◆ MIKROVIRTA-KOHOTUSHOITO
- ◆ ULTRAÄÄNI-hoidot
- ◆ FORMOSTAR-infrapunahoito
- ◆ SPM-VACUPRESS -selluliitti-imuri
- ◆ MIKROHIONTA
- ◆ LHE-valoimpulssi
- ◆ OXYjet-happihoidot

Uutuutena
kestopigmentoinnit



Kauppalankatu 15 B 1. krs, Kouvola
☎ 05 311 5563, 044-281 2956
www.kauneusjalymfataruasikainen.fi

© Keltaiset Sivut



www.tykkimaki.fi



facebook.com/tykkimaki



intragram.com/tykkimaki

Actionpark TYKKIMÄKI

**Eläkeläislippu
vain 8 €!**

Liikunnan riemua ympäri vuoden!

Tykkimäki Actionpark tarjoaa liikunnallista yhdessäoloa ja monipuolisia aktiviteetteja kaiken ikäisille. Lukuisat eri peliarenat, parkour- ja scooteralueet, trampoliinit, golfyöntipaikat ja lukuisat muut kohteet viihdyttävät vaikka koko päivän.

Kouvola: Prisma-keskus, Tommolankatu 9 • Lahti: Prisma Laune, Ajokatu 83

SALMELAN KESÄ 2019

Näyttelykausi 8.6.-11.8.2019, ryhmät alk. 15.5.

La 8.6. klo 12:00

Salmela 30 vuotta avajaiskonsertti

Philomela kuoro

Su 30.6. klo 14:00

Rakkaudella,

mm. Liisamaija Laaksonen & Esko Salminen

Pe 5.7. klo 19:00

Iiro Rantala

Pe 12.7. klo 18:00

Elvis elää!

Ke 17.7. klo 19:00

Eppu Normaali

To 25.7. klo 19:00

Jukka Kuoppamäki 60 vuotta taiteilijana,

mm. Katri Helena & Danny

La 10.8. klo 14:00

Kaikki laulaa Salmelassa



TAIDEKESKUS SALMELA

Mäntyharjuntie 25, 52700 Mäntyharju
p. 050 3388 114, info@taidekeskussalmela.fi
www.taidekeskussalmela.fi

VUOHIJÄRVEN KESÄ 2019

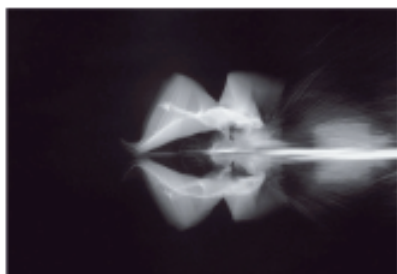
Näyttelykausi 8.6.-11.8.2019, ryhmät alk. 2.5.

KANSALLISPUISTOMME

REPOVESI



VUOHIJÄRVEN LUONTO- JA KULTTUURITALO
Näkkimistöntie 1, 47900 Vuohijärvi/ Kouvola
p. 050 3388 111, info@kulttuurivuohijarvi.fi
www.kulttuurivuohijarvi.fi



Galleriassa
HANNU HAUTALA
ULJAS VALKOINEN
- KANSALLISLINTUMME



LASSI OKSANEN

ERIKOISHAMMASTEKNIKKO

Keskikatu 4
45100 Kouvola
Kauppakeskus Hansa

Käynti ulkoa
Keskikadun puolelta
2. kerros

0500 650 820
(05) 325 5800

www.kouvolanhammasasema.fi
info@kouvolanhammasasema.fi

KOUVOLAN SENIORIT RY:N MATKA KESÄISEEN PIETARIIN

Upea Pietari on runon ja draaman kaupunki, ja suurten tunteiden, koskettavien tunnelmien ja elämysten aarreaitta. Se on myös monen suurmiehen, tsaarin ja kulttuurin suurten nimien kaupunki.

Pietarissa lumoutuu palatsien ja kanavien kaupungin kauneudesta – Pietaria ei suotta ole kutsuttu pohjoisen Venetsiaksi. Ja kesäkuussa, Valkeiden Öiden aikaan, Pietari on varmasti kauneimmillaan!

Matka-ajankohta ja hinta:

14.-16.6.2019 (pe-su) 685€/hlö, minimi 20 matkustajaa ja
655€/hlö, minimi 26 matkustajaa

Hintaan sisältyy: junamatkat Kouvola-Pietari-Kouvola 2. luokassa * ryhmäviisumin hankinta * majoitus kahden hengen huoneessa aamiaisella * opastetut retket ja ateriat ohjelman mukaan

Lisämaksusta: muut retket, ohjelmat ja ateriat, junaliput 1. lk, vakuutus tai peruutusturva. Lisämaksu yhden hengen huoneesta 170,-. Yksinmatkustavan/parittoman on varattava yhden hengen huone.

Alustava matkaohjelma (juna-aikatauluja ei vielä vahvistettu):

Perjantai 14.6.

Junamatka Kouvola-Pietariin (klo 7.33-10.47), suomenkielinen opas ja bussi vastassa ryhmää rautatieasemalla. Kaupunkikierto ja lounas kaupungilla, saapuminen hotelliin noin klo 16.



Lauantai 15.6.

Aamiaisen jälkeen suomenkielinen opas ja bussi noutaa ryhmän hotelliilta. Käynti Faberge-museossa. Laivaristeily Pietarissa, kesto noin 1 tunti. Lounas kaupungilla, esim. ravintola Literaturnoe Cafessa eli perinteikkäässä Kirjallisuuskahvilassa Nevski Prospektin varrella.

Sunnuntai 16.6.

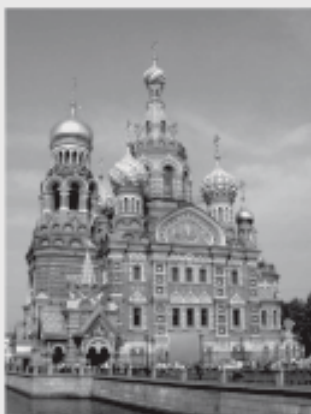
Aamiaisen jälkeen vapaata aikaa vaikkapa tuliaisostoksille. Huoneiden luovutus, ja lähtö päivän retkelle: opas ja bussi noutavat ryhmän retkelle kaupungin ulkopuolelle, Suomenlahden rannalla sijaitsevaan Pietarhoviin, Tsaarin kesäpalatsiin. Myöhäinen lounas Pietarhovissa esim. ravintola Orangeriassa. Bussikuljetus päättyy rautatieasemalle, josta paluumatka Kouvolaan (klo 20.30-21.47).

Hotelli:

Dostojevsky Hotel ****
19, Vladimirsky prospekt 191002 St Petersburg Russia

Hotelli Dostojevsky sijaitsee Pietarin ainutlaatuisella historiallisella alueella, viiden minuutin kävelymatkan päässä pääkadulta, Nevski Prospektilta ja lähellä upeita nähtävyyksiä ja monumentteja. Mm. hieno Vladimirskajan aukio on hotellin vieressä.

Hotellissa on 218 erilaista huonetta. Hotellissa mm. internet-yhteydet, satelliittitelevisiot, minibaari, ympärivuorokautinen huonepalvelu.



Matkustusdokumentit	Suomen kansalaisella on oltava matkalla mukana koko matkan ajan passi, joka voimassa vähintään 6 kk matkan jälkeen, sekä viisumi. Ohjeet viisumin hankintaa varten lähetämme matkalle ilmoittautuneille n. 2 kk ennen matkaa.
Vastuullinen matkanjärjestäjä	Valmismatkapaketin vastuullisena matkanjärjestäjänä toimii Suomen Matka-Agentit Oy. Matkalla noudatetaan Yleisiä Matkapakettiehtoja sekä Suomen Matka-Agentit Oy:n lisä- ja erityisehtoja: https://www.matka-agentit.fi/matka-agenttien-erityisehdot-172018-alkaen Tämä matka on direktiivissä (EU) 2015/2302 tarkoitettu matkapaketti. Matkustajaan sovelletaan kaikkia matkapaketteja koskevia EU-oikeuksia. Suomen Matka-Agentit Oy on täysin vastuussa koko matkapaketin asianmukaisesta toteuttamisesta. Lisäksi Suomen Matka-Agentit Oy on hankkinut lainsäädännössä edellytetyn suojan palauttaakseen maksut, ja turvatakseen paluukuljetukset siltä varalta, että yrityksestä tulee maksukyvytön. Hintaperuste Hinnat perustuvat 7.12. voimassa oleviin hintatietoihin, valuuttakursseihin, veroihin ja määräyksiin, joiden mahdollisesti muuttuessa pidämme oikeuden vastaaviin hintamuutoksiin (mm. junahinnat vahvistuvat n. 3 kk ennen matkaa). Vakuutus Venäjän matkalla on oltava voimassaoleva matkustajavakuutus viisumin saamiseksi. Suosittelemme, että matkavakuutus on voimassa jo matkavarausta tehtäessä mahdollisten peruutuskulujen sekä henkilö- ja matkatavaravahinkojen varalle. Tärkeää: Matka ei sovellu liikuntarajoitteisille (ei esteettömiä kuljetuksia eikä majoitusta, retkellä kävellen). Matkan toteutuminen edellyttää vähintään 20 matkustajan ryhmää. Ilmoittautumiset: Anja Puustinen, puhelin 045 3163766, anja.puustinen@gmail.com

Ilmoittaudu heti - paikkoja rajoitetusti!

Tervetuloa matkalle kesäiseen Pietariin!

**Matka
agentit**
Suomalainen matkanjärjestäjä

Kymenlaakson laulu

Sävel: Uno Klami / Sanat: Aukusti Simojoki

1

Kymenlaakso sun laulusi soikoon
yli kaunihiin Suomenmaan,
se lapsesi haltioikoon sinun eestäsi toi-
mintaan
Kymenlaakso, sa seuduista kallein oot,
sua vallat valkeat varjelkoot,
Kymenlaakso, sun laulusi soikoon
yli kaunihiin Suomenmaan.

2

Olet meille sa hauta ja kehto,
olet suoja sa untemme yön,
kesäleikkien lempeä lehto
ja antaja toimen ja työn.
Sinitaivas hohde kirkkain on,
jymy jylhin sun metsien hongiston.
Olet meille sa onnemme ehto,
ylin lahjoista kohtalon.



Kouvolan Kukkakauppa Oy
Salpausselänkatu 28
Puhelin: 05-312 2136 faksi: 05-375 4319
info@kouvolankukkakauppa.fi
www.kouvolankukkakauppa.fi
avoinna:
ma 8-18, ti 9-18, ke 9-18, to 9-18,
pe 8-18, la 8-16, su 9-16

ELÄMÄN PALVELUA SURUN KOHDATESSA



HAUTAUSPALVELU

Kovanen

KOUVOLA

Kauppalankatu 21 Sairaalankaari 6
(Kymenlukon mäessä) (Keltakankaalla)
Puh. 05-3115049 Puh. 05-3657241

avoinna ma-pe 9-16,
muina aikoina sop. muk.



www.hautauskovanen.fi

Muistinpanoja



MASAI

Moda
Kouvolan Pukimossa
on tunnetuimmat vaatemerkit,
monipuoliset mallistot,
laadukkaat tuotteet
ja asiantunteva palvelu.
Tervetuloa!

TOMMY HILFIGER GERRYWEBER Mare O'Polo GANT TAIFUN TURO BOSS
PeakPerformance BMAKIA MEYER MAC STI cream PETRIFUN marimekko MASAI

MODA PUKIMO

Kouvolan Pukimo
Liikemiehenkatu 3-5 puh. 05 8843 300
ma-pe 10-19 la 10-16
www.kouvolanpukimo.fi



Posti Green

