



Leppävaaran seniorit ry - Tervetuloa mukaan toimintaamme

Teemanamme keväällä 2024 Elämäniloa ja voimaa. Kaipaatko elämääsi vaihtelua?

Olemme Leppävaaran suuralueella toimiva senioriyhdistys, joka kokoontuu parillisten viikkojen torstaina Elä ja Asu Seniorikeskuksessa, Säterinkatu 3:ssa klo 14.00. Tapaamisissa kuulet mielenkiintoisia esitelmiä ja löydät juttuseuraa. Teemme myös retkiä, käymme teatterissa, konserteissa ja muissa mielenkiintoisissa paikoissa.

Tarkempia tietoja toiminnastamme löydät yhdistyksemme nettisivuilta osoitteessa <https://leppavaara.senioriyhdistys.fi/>

Etusivun alalaidassa on kuvapainike Liity jäseneksi, jossa voit ilmoittautua yhdistyksen jäseneksi, jos haluat tulla mukaan toimintaan. Vuotuinen jäsenmaksu on 30 euroa.

TIIMAT KEVÄT 2024,

Torstaisin klo 14 Leppävaaran seniorikeskuksessa, Säterinkatu 3

8.2. Lääkkeiden yhteensopivuus farmaseutti, **Saara Merasto**, Sanitum Apteekki

22.2.Sarkopenia ja lihaskato, **FM Pentti Mikkonen**

7.3. Ajankohtaista senioriliitosta **Maarit Kuikka**, toiminnanjohtaja, Kansallinen senioriliitto ry

21.3. Kevätkokous ja esitys kirjasta Lintujen kesyttäjä, kirjailija **Antti Tuuri**

4.4. Esimerkkejä Jäämistösuunnittelusta - testamentti ja edunvalvontavaltuus, lakimies OTM **Taisto Eronen**

18.4. Anna hyvälle mahdollisuus FM, tietokirjailija, MB – Onnellisuusvalmentaja, Auli Malimaa Iloversum Oy

2.5. Hyvinvoiva iho - tietoisu ihonhoidosta, **Kati Fredman** Kosmari SKY-CIDESCO-kosmetologi

16.5. Kahvikonsertti ja arpajaiset – kevätkauden päättäjäiset Oi niitä aikoja - muistoja ja musiikkia, muusikko ja taiteilija **Seppo Hovi**

KERHOT:

Aivojumppa – muistia ja aivotoimintaa kehittävää

Näppäret kädet – käsitöitä ja askartelua

Lounaskerho - mukavaa seuraa ruokailun merkeissä lounasravintoloissa

Lisätapahtumat löytyvät nettisivuiltamme.

Lisätietoja voit kysyä: s-posti leppavaara@senioriyhdistys.fi