



Elämäniloa ja voimaa sinunkin arkeesi!

Olemme Leppävaaran suuralueella toimiva aktiivinen, puolueisiin kuulumaton, **senioriyhdistys**. Kokoonnumme parillisten viikkojen torstaisin Elä ja Asu -seniorikeskuksessa, Säterinkatu 3. Näissä tapaamisissa eli **Tiimoissa** kuullaan mielenkiintoisia esitelmiä ja löydetään juttuseuraa. Jäsenemme kohtaavat myös erilaisten **kerhojemme** mukavissa tapaamisissa.

Teemme yhdessä myös **retkiä**. Käymme teattereissa, konserteissa, museoissa ja muissa mielenkiintoisissa paikoissa.

Tule mukaan, älä jää yksin, tuore eläkeläinen tai jo seniorielämään tottunut!

Lisätietoja löytyy tämän esitteen kääntöpuolelta, facebookista ja nettisivuiltamme, joiden etusivun alaosassa on kuvapainike **Liity jäseneksi**. Sitä kautta voit ilmoittaa tietosi, jos haluat mukaan toimintaamme. Jäsenmaksamme on 30 euroa/vuosi.



Leppävaaran seniorit ry

Ota yhteyttä / lisätietoja:

nettisivut: www.leppavaara.senioriyhdistys.fi

sähköposti: leppavaara@senioriyhdistys.fi

facebook: LeppavaaranSeniorit, instagram: leppavaaranseniorit

LEKS: Torstaitiimat keväällä 2026

Elä ja Asu -seniorikeskus, Säterinkatu 3, torstai

Tammikuu

8.1. klo 14 Hyvän elämän aakkoset, Pirkko Lahti, psykologi, psykoterapeutti, FL, Suomen Mielenterveysseuran ent. toiminnanjohtaja

22.1. klo 14 Perinteiset synttärei, LEKS

Helmikuu

5.2. klo 14.15 Miten meitä huijataan - verkkohuijaukset ja kuinka suojautua niiltä, Samuli Könönen, tietoturva-asiantuntija, Kyberturvallisuuskeskus / Traficom

19.2. klo 14.15 Kulttuuripalvelut ikääntyneille, Elina Pulli, erityisasiantuntija, Espoon kaupunki

Maaliskuu

5.3. klo 14.15 Pankkikapitalismista nykypäivän talouselämään, Peter Fagernäs, pankkiiri ja talouselämän vaikuttaja ja **kevätkokous**

19.3. klo 16 Suomen kielen murteista, Heikki Hurttu, FT, Suomen murteiden sanakirjan ent. päätoimittaja

Huhtikuu

2.4. klo 14.15 Espoon kaupunginkirjaston palvelut

16.4. klo 14.15 Espoolainen ruokakulttuuri ja ruokaperinne, Kati Pohjanmaa, ruokavaikuttaja, KTM, kotitalousopettaja

30.4. klo 14.15 Vappuaatto - etkot / ohjelma täsmentyy myöhemmin

Toukokuu

28.5. klo 14.15 Kirjailijavieras ja arpajaiset

Jo tiedossa olevat tapahtumat (Lisää tulossa!!!)

15.1. Gallen-Kallela, Klimt & Wien, näyttelyintro, Ateneum

30.1. Ulla Tapaninen, Lava-ammuntaa VIII, Espoon kulttuurikeskus

1.2.-30.4. Liikuntahaaste: virtuaalinen Napapiirin kierros

12.2. Amos Andersonin kotimuseo

28.3. Vanhoja poikia, musiikinäytelmä, Espoon kulttuurikeskus

?5. Umpimähkä-retki

Kerhot

Aivojumppa-muistikerho
Näppärät kädet
Päivittelykerho

Keilakerho
Ulkoilukerho
Senioritanssi

Kirjapiiri
Lounaskerho
Kuntosalikerho

