

Mäntsälän seniorit ry

Jäsentiedote tammikuu

1.1.2026

Ajankohtaista puheenjohtajalta

Uusi vuosi on alkanut ja myös talviset kelit. Uusi vuosi tuo tullessaan odotuksia ja lupauksia. Lupaammeko olla vähintään yhtä aktiivia kuin vuonna 2025 vai jopa aktiivisempia? Ainakin saamme uusia liikuntahaasteita. Olemme ottaneet vastaan Leppävaaran senioreiden haasteen ”Virtuaalinen napapiirin -kierros”, josta enemmän tietoa jäljempänä. Lisäksi lähdemme kesäkuussa kahden päivän matkalle Pohjanmaalle kokemaan mm. Isoviha ooppera. Kerhot käynnistyvät heti vuoden alussa.

Hallituksen joulukuun järjestäytymiskokouksessa valittiin mm. seuraavat yhdistyksen toimihenkilöt vuodelle 2026: varapuheenjohtaja Hemmo Siljander, sihteeri Riitta Apponen (vara Hilka Apponen uusi), taloudenhoitaja Hannu Heikkilä (vara Teuvo Jatila), matkavastaava Pirkko Lakkonen (vara Leila Heikkilä), emäntä Leena Laakkonen (varat Hilka Apponen ja Hillevi Manninen), kotisivuvastaava ja jäsenrekisterivastaava Mauri Isokääntä (jälkimmäisen vara Matti Virpiaro), digiseniori Mauri Isokääntä ja liikuntaseniorit Eeva Isokääntä ja Hans Kanerva. Kaikki toimihenkilöt ja kerhojen vastaavat yhteystietoineen voi lukea kotisivuilta.

Muuta ajankohtaista asiaa

Digikerhon vetäjät opastavat SenioriApin käyttöönottoon ja käyttöön keskiviikkona 7.1.2026 klo 13-15. Paikkana on kunnantalon neuvotteluhuone 5 3. kerroksessa.

Ennakkoilmoittautuminen on suotavaa, mutta ei pakollista. Ilmoittautuminen joko Kiltan tapahtumakalenteriin tai digikerhon vetäjille. Ota mukaasi laite/laitteet, joilla käytät SenioriAppia. Myös muuta digiopastusta on mahdollista saada.

Monitoimitalon kuntosalilla on tiistaina 27.1.2026 klo 14-15 ohjattua laiteopastusta. Paikalla ovat kunnan liikuntaohjaajat opastamassa. Myös yhdistyksen liikuntaseniorit Eeva ja Hans ovat paikalla.

”VIRTUAALINEN NAPAPIIRIN – KIERROS ” 1.2.2026 – 30.4.2026

Leppävaaran seniorit ry on haastanut kaikki Uudenmaan piirin senioriyhdistykset osallistumaan kuvitteelliseen ”Virtuaalinen Napapiirin-kierros” –liikuntatempaukseen ja kisaan. Kuviteltu lähtö tapahtuu Espoon keskuksesta länsirannikkoa pitkin napapiirille ja paluu Itä-Suomea pitkin takaisin lähtöpaikkaan. Matkaa kierroksella on n.2300 km. Kierros alkaa 1.2.2026 ja päättyy 30.4.2026.

Yhdistyksen jäsenet raportoivat kisan järjestäjien tarjoamaan porttaaliin kerran kuukaudessa edellisen kuukauden aikana liikuntaan käyttämänsä tunnit. Kaikki liikuntalajit vesijuoksusta mäkihyppyyn ja siltä väliltä ovat kelvollisia. Pelkkä tuntimäärä riittää eikä suorituksia tarvitse eritellä lajeittain.

LIKUNTAHAASTE kaikille Uudenmaan Kansallinen Senioripiirin yhdistyksille, johon kaikki jäsenet voivat osallistua omalla liikuntapankkiansa

Espoon keskus - Napapiiri - Espoon keskus



Kisan tuloslaskennassa tuntimäärät muutetaan kilometreiksi yksinkertaisella kaavalla; 1 tunti = 5 km. Yhdistyksen jäsenten tuntimäärät lasketaan yhteen ja muunnetaan kilometreiksi. Koska eri yhdistyksissä on eri määrä jäseniä niin tulokset yhdenmukaistetaan käyttämällä jäsenmäärästä riippuvaa painokerrointa. Jäsenten henkilökohtaisia tuntimääriä ei julkisteta, vaan ne jäävät pelkästään kisan järjestäjien tuloslaskennassa käytettäviksi. Kisan tavoitteena on saada mahdollisimman moni seniori liikkumaan hänelle sopivalla ja mieluisalla tavalla. Kisan järjestäjät raportoivat yhdistysten liikuntavastaaville kuukausittain kisan tilanteesta.

Mäntsälän seniorit on päättänyt ottaa haasteen vastaan ja osallistuu napapiirin kierrokselle vakaasti päättäneenä päästä reitiltä maaliin ensimmäisten joukossa.

Lisätietoja kisasta viimeistään tammikuun kuukausitapaamisen yhteydessä.

Tervetuloa yhdistyksen tapahtumiin ja kerhoihin

Ilmoittautumiset tapahtumiin: 1) SenioriAppilla,
2) <https://mantsala.senioriyhdistys.fi/tapahtumat/> sivujen kautta, 3) pirkko.lakkonen@gmail.com 4) puh. 044 290 5232

Kuukausitapaamiset:

To 15.01. Mäntsälän seurojentalo, alustuksena digikerhon vetäjät kertovat suomi.fi-käyttöön otosta viranomaisviestinnässä sekä pankki- ja luottokortin ja mobiili/nettipankin turvallisista käytännöistä. Aloitamme syntymäpäivien kakkukahvilla klo 13.30 (maksu muut kuin syntymäpäivasankarit 5 €).

Teatteri- ja konserttimatkat, retket:

Lisätietoja antaa: Pirkko Lakkonen, pirkko.lakkonen@gmail.com, puh. 044 290 5232

Ilmoittautuminen: 1) SenioriAppilla,
2) <https://mantsala.senioriyhdistys.fi/tapahtumat/> sivujen kautta,
3) pirkko.lakkonen@gmail.com 4) puh. 044 290 5232

La 21.03. klo 14-16 Rakkauskirjeitä-Seela Sella ja Esko Roine, Riihimäen teatteri. Lähtö linja-autoasemalta klo 12.30 ja paluu n.16.45. Ilmoittautuminen päättyy 22.2. Matkan hinta on 61 € sisältäen lipun, kuljetuksen ja väliaikakahvit. Maksu suoritetaan 22.2. mennessä Mäntsälän senioreiden matkatilille FI 54 5282 0120 0987 91 viite 2228.

Lähde mukaan seniorien ensi kesän oopperamatkalle Ilmajoelle 12.6-13.6.



Väkevä ja ajankohtainen ooppera tuo vihan vuodet ja esivanhempiemme kohtalot jälleen Kyrönjoen rantaan. Isoviha on ravisteleva ja ravitseva kertomus perhesiteistä, äidinrakkaudesta, sitkeydestä ja yhteistyön voimasta aikana, jolloin Venäjän bruttaali hyökkäyssota Suomeen poltti Pohjanmaan mustalle mullalle.

Lähtö linja-autolla perjantaina 12.6. aamupäivällä Ilmajoelle, jossa ooppera Isoviha 1713–1721 lauantaina 13.6. klo 13, jonka jälkeen paluumatkalle Mäntsälään. Yöpyminen hotellissa Seinäjoella.

Matkalla vieraillaan mm. Hämeenkyrön Frantsilan Kehäkukka-puistossa ja myymälässä, ruokaillaan menomatkalla Jalasjärven Juustoportilla, vieraillaan Koskenkorvan museossa Ilmajoella ja Isonkyrön Kyrön panimolla.

Matkan ohjelma ja hinta täsmentyvät tammi-helmikuun aikana.

Kerhot: .

Katso: <https://mantsala.senioriyhdistys.fi/kerhot/>

Digikerho: keskiviikko 28.1. klo 13-15 Kulttuurimeijerillä

Golfkerho: joka kuukauden 1. ja 3. maanantai klo 10-12 Hirvihaaran golfin sisähallissa

Keilakerho: perjantaisin klo 15-17 keilahallilla

Kirjallisuuserho: tiistai 13.1. Kulmiksessa, Keskuskatu 11

Kuntosalikerho: tiistaisin klo 11-12 ja torstaisin klo 10-11 Vireuksessa, toiminta jatkuu joulutauon jälkeen torstaina 8.1.

Lauleskelukerho: perjantai 9.1. ja 30.1. klo 10 – 11.30 Simolassa, Kivistöntie 3

Lounaskerho: torstai 22.1. klo 12.30-15.30 Mäntsälän suurlava

Luontokerho: ei ajoitettua retkeä

Muistikkerho: maanantai 12.1. ja 26.1. klo 15-16:30 Kulttuurimeijeri

Museokerho: keskiviikko 21.1. Lahden visuaalisen taiteen museo Malva

Sauvakävelykerho: keskiviikko 14.1. ja 28.1. klo 10 lähtö senioripuistosta

Muuta kiinnostavaa toimintaa:

Senioriyhdistyksemme jäsenet ovat tervetulleita **Karaokekerhon toimintaan Seurojentalolla maanantaisin klo 12–16**. Samalla on mahdollisuus tanssia karaoken tahdissa.

Hyvää vuotta 2026 toivottaen

Merja Vikman-Kanerva

puheenjohtaja

