OKAS-tiedote 2.2.2024

Hyvä jäsen

Kevät lähestyy vauhdilla ja valon määrä lisääntyy – olihan Paavalin päivä jo viime viikolla. Me seniorit liikumme kuitenkin maltillisesti, sillä katujen liukkaus hidastaa jonkin verran menoamme. Yritetään pysyä pystyssä.

**\*Seuraava jäsentilaisuus on 7.2.2024 klo 14.00** ravintola Pirttihirmussa. Tilaisuudessa **Eino Uikkanen antaa meille tietoa tekoälystä.**

**Ja jälleen:** ilmoittautuminen on tärkeää ja se pitää tehdä maanantaihin 5.2. klo 12 mennessä. *Siis ilmoittautuminen viimeistään Runebergin päivänä:*joko tietokoneella yhdistyksemme kotisivujenkautta *(*[*https://olari.senioriyhdistys.fi/tapahtumat/*](https://emea01.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Folari.senioriyhdistys.fi%2Ftapahtumat%2F&data=05%7C01%7C%7C2de19e697f3140194cce08db060b02a8%7C84df9e7fe9f640afb435aaaaaaaaaaaa%7C1%7C0%7C638110416589006692%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=cNDuq6HFgxe9TypffVbEeZls3YicIuxfqcezGNydi5c%3D&reserved=0) ), puhelimen jäsenkorttiapplikaatiolla tai sähköpostilla Riitta Salvénille, ([ri.salven@gmail.com](mailto:ri.salven@gmail.com)) . Ensisijaisesti joko kotisivujen tai jäsenkorttiapplikaation kautta.

**\*Laskiainen tulee ja OKAS viettää sitä tiistaina 13.2. klo 13 Puolarmaarin ulkoilualueella.** *Kts.**Liite.***Ilmoittautuminen** perjantai-iltaan klo 21 mennessä joko tietokoneella yhdistyksemme kotisivujenkautta *(*[*https://olari.senioriyhdistys.fi/tapahtumat/*](https://emea01.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Folari.senioriyhdistys.fi%2Ftapahtumat%2F&data=05%7C01%7C%7C2de19e697f3140194cce08db060b02a8%7C84df9e7fe9f640afb435aaaaaaaaaaaa%7C1%7C0%7C638110416589006692%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=cNDuq6HFgxe9TypffVbEeZls3YicIuxfqcezGNydi5c%3D&reserved=0) ), puhelimen jäsenkorttiapplikaatiolla tai sähköpostilla Jukka Salolle ([jukkatsalo@gmail.com](mailto:jukkatsalo@gmail.com))

Ilmoittautumisen yhteydessä tulee maksaa myös **osallistumismaksu 7 €/henkilö tilille FI43 1475 3255 9690 30.**Yleensä toivotetaan liukasta laskiaista, mutta tänä vuonna saattaa olla liukasta muutenkin. Siis sauvat mukaan ja piikit kenkiin!  
   
**\*Tarinaboxiin** on tullut uutta postia.  
Edellisessä viestissä menivät TarinaBoxin isät ja äidit sekaisin. Oikeastaan äiti onkin tohtori Jenni Haukio, sillä puheenjohtajamme nappasi idean kirjasta ”Sinun tähtesi täällä”. Sitten ideariihessä Eija Kostiainen muotoili nykyisen nimen.

**\*Liikuntaa, liikuntaa, …  
Kävelykerho** toimii koko ajan tiistaisin klo 14-15. Tosin nyt on ollut haittaa liukkaudesta, mutta toivotaan parempia kelejä.  
**Golfharkat** ovat edelleen tiistaisin klo 10.30 Season Golfissa.  
**Livejumppaa** kerran viikossa tai tallenteen tahdissa nettijumpissa (kotikuntoutus Nepin näpit). Livejumpat löytyvät ilmaisina Kotikuntoutus Nepin näpit Facebook-profiilissa. Livejumppat aina tiistaisin klo 9.00.  
Tallenteet ovat nähtävissä You tubessa sekä löytyvät myös Nepin näpit -kotisivuilta.  
**Kevyt jumppa klo 8.50-9.00 Tv-2 kanavalla** arkiaamuisin joka päivä.

Tällaisin terveisin tällä kertaa.

Eila Kari  
[eilakari@hotmail.com](mailto:eilakari@hotmail.com)

Yhdistyksen kotisivut: <http://olari.senioriyhdistys.fi>

Yhdistyksen Facebook-sivut: <https://www.facebook.com/Olarinseniorit/>

Uudenmaan piirin FB-sivut: <https://www.facebook.com/uudenmaanseniorit/>