OKAS-tiedote 27.10.2023

Hyvä jäsen

Vuodenkierto on edennyt siihen pisteeseen, että virallinen talvikausi alkaa ja kesäkausi loppuu. Tosin tämä ei pahemmin näy vielä, kun katsoo ikkunasta ulos. Metsässä voi löytää vielä suppilovahveroita ja muitakin sieniä.
Vanha sanonta ”Simo siltoja tekee” liittyy tähän vuodenaikaan (28.10), sillä pienet vedet alkavat jäätyä.
Ja sitten asiaan.

**\*Seuraava jäsentilaisuus on 1.11.2023** klo 14 ravintola Pirttihirmussa. Vieraanamme on Vivianne Azéman ja päivän aihe on **”Ajattele aivojasi ja mieti muistiasi”.**Jospa tällä kertaa muistaisimme ilmoittautua ajoissa eli 30.10.
 *joko tietokoneella yhdistyksemme kotisivujen kautta (*[*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 Marja-Leena Widstenille (**marjalwidsten@gmail.com**).
Ensisijaisesti* ***joko kotisivujen tai jäsenkorttiapplikaation*** *kautta.*

**\*Vierailu Kaapelitehtaan museoihin 22.11.2023**
Kaapelitehtaalla sijaitsee kolme museota (teatterimuseo, valokuvataiteen museo, hotelli- ja ravintolamuseo), sekä Tanssin talo. Aloitamme oppaan johdolla tutustumisen hotelli- ja ravintolamuseoon **klo 11:00 alkaen** ja sen jälkeen lounastamme (omakustanteinen) Hima & Sali –ravintolassa. Lopuksi vielä omatoiminen tutustuminen muihin museoihin ja Tanssin taloon. **Retkelle voidaan ottaa mukaan 20 jäsentämme.**

**Ilmoittautumiset** Jäsenkorttiaplikaatiolla tai OKAS:n verkkosivuilta tai Tuula Ailamolle tuula.ailamo@gmail.com  (tai p. 044 281 3416). Hyväksymisilmoituksen saamisen jälkeen opastus (**10 €/hlö**) on maksettava tilille FI89 1626 3204 2850 23 Tuula Ailamo, Nordea **15.11.2023 mennessä**. Kuhunkin kohteeseen on maksettava lisäksi ao. kohteen kassalla 6 €:n pääsymaksu. Museokortilla ei tätä pääsymaksua.

**\*Itsenäisyyspäivän juhlakonsertti Musiikkitalossa 6.12.2023 klo 15:00**
Nicholas Collon, kapellimestari, Pekka Kuusisto, viulu
Magnus Lindberg: Serenadit, Sebastian Hilli: 1977 – a Violin Concerto, kantaesitys (Ylen tilaus), Jean Sibelius: Sinfonia nro 3 C-duuri op. 52

**Mukaan mahtuu 40 henkilöä.** Sitovat ilmoittautumiset Jäsenkortti-aplikaatiolla tai OKAS:n verkkosivuilta tai Tuula Ailamolle tuula.ailamo@gmail.com  (tai p. 044 281 3416). Hyväksymisilmoituksen saamisen jälkeen lipun hinta (**eläkeläislipun hinta 26 €/hlö, ei-eläkeläislipun hinta 34 €)**) on maksettava
tilille FI89 1626 3204 2850 23 Tuula Ailamo, Nordea **15.11.2023 mennessä**. Viestikenttään tulee laittaa maksajan nimi.

**\*Uudet jäsenet**, muistattehan, että olette saaneet kutsun yhteiseen tilaisuuteen 30.10. klo 14 ravintola Pirttihirmuun. Toivomme, että tapaamme silloin.

**\*Miksi olen OKASissa.** Uudenmaan kansallinen senioriliitto etsii jälleen **vuoden senioriyhdistystä**. Onko OKAS sellainen? Puoltavia mielipiteitä ja perusteluja voi lähettää osoitteeseen eilakari@hotmail.com .

**\*Uudenmaan kansallisen senioripiirin Kirkkopyhä Mäntsälässä 10.12.2023**. Tietoja löytyy kotisivuilta tapahtumakalenterista.

#### \*Liikunnallista syksyä. Esa Yletyinen on jälleen muistanut meitä.*Hyvää ja liikunnallista syksyä kaikille. Espoon syyskauden ohjatut liikuntaryhmät jatkuvat 23.10. alkaen joillakin pienillä muutoksilla 8.12.2023 asti.Ohjattu tarjonta on nähtävissä*[*espoo.fi/ohjattuliikunta*](https://emea01.safelinks.protection.outlook.com/?url=http%3A%2F%2Fwww.espoo.fi%2Fohjattuliikunta&data=05%7C01%7C%7C81c1291dcf5848b49ccb08dbd18c9fca%7C84df9e7fe9f640afb435aaaaaaaaaaaa%7C1%7C0%7C638334174327109656%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=r4IqHBiqpGGZ29OXLdfRStqtiAa%2FFyf%2Fd0ikBAZ%2FKP4%3D&reserved=0)*. Senioreiden ja erityisryhmien liikuntaryhmät ovat myös nähtävissä/tulostettavissa sivulta*[*Senioreiden liikunta | Espoon kaupunki*](https://emea01.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fwww.espoo.fi%2Ffi%2Fliikunta-ja-luonto%2Fliikuntaryhmat-ja-kurssit%2Fsenioreiden-liikunta&data=05%7C01%7C%7C81c1291dcf5848b49ccb08dbd18c9fca%7C84df9e7fe9f640afb435aaaaaaaaaaaa%7C1%7C0%7C638334174327109656%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=ODNHWlHilKsmagGlPep%2BixHkhXS%2BmaOjS26rf%2FS%2F16U%3D&reserved=0)*Liikuntaneuvontapuhelin p. 09 8166 0800 ma-pe klo 12-13.Kannattaa tutustua myös  myös Espoon omatoimiliikunnan nettisivun maksuttomiin liikuntatallenteisiin ja LIVE-jumppiin senioreille*[*espoo.fi/omatoimiliikunta*](https://emea01.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fwww.espoo.fi%2Fomatoimiliikunta&data=05%7C01%7C%7C81c1291dcf5848b49ccb08dbd18c9fca%7C84df9e7fe9f640afb435aaaaaaaaaaaa%7C1%7C0%7C638334174327109656%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=Skf%2FEZV4BjkiqViqIKevmPXfK1ODBj%2BN0AduppEfhi4%3D&reserved=0)

Esa Yletyinen
liikuntasuunnittelija

+358 50 540 6329

esa.yletyinen@espoo.fi

**\*Taidenäyttely Ruukuntaika.** Jäsenemme Christiina Rantasalo pitää taidenäyttelyn Kauniaisissa 30.10-18.11.2023.
*Katso liite.*

Tässä olikin paljon asiaa.

Terveisin

Eila Kari

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/>