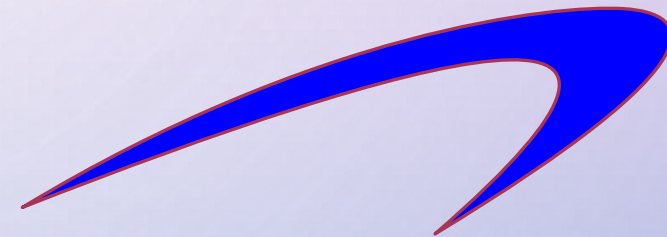


**PORVOON KANSALLISET
SENIORIT
2006-2020**

40



**TIISTAITAPAAMINEN
WSOY-TALO 21.9.2021
HILKKA KNUUTILA**

PORVOON KANSALLISET SENIORIT 40

2006-2020



- PAIKALLINEN ELÄKELÄISYHDISTYS, PORVOON TOISEKSI SUURIN
- TARKOITUKSENA ON SENIOREIDEN SOSIAALISEN TURVALLISUUDEN JA HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN.
- TOIMINTAMME PERUSTUU SENIORILIITON HYVÄKSYMIIN ARVOIHIN, JOISSA KOROSTUVAT
 - ELÄMÄNMYÖNTEISYYS JA POSITIIVINEN ASENNE
 - SUORASELKÄISYYS
 - VASTUU ITSESTÄ JA MUISTA
 - VÄLITTÄMINEN, MYÖS YMPÄRISTÖSTÄ
 - PERINTEIDEN KUNNIOITTAMINEN



ÄLÄ JÄÄ YKSIN –TULE MUKAAN

TOIMIVA SENIORIYHDISTYS

Jäsenet – uudet jäsenet

Toiminta

- kiinnostavaa
- houkuttelevaa
- ajankohtaista
- aktiivista
- uudistumiskykyistä
- kivat harrastukset

Ilmapiiri – yhdistyksen henki

Viestintä

Edunvalvonta



YHTEISÖLLISYYS 40

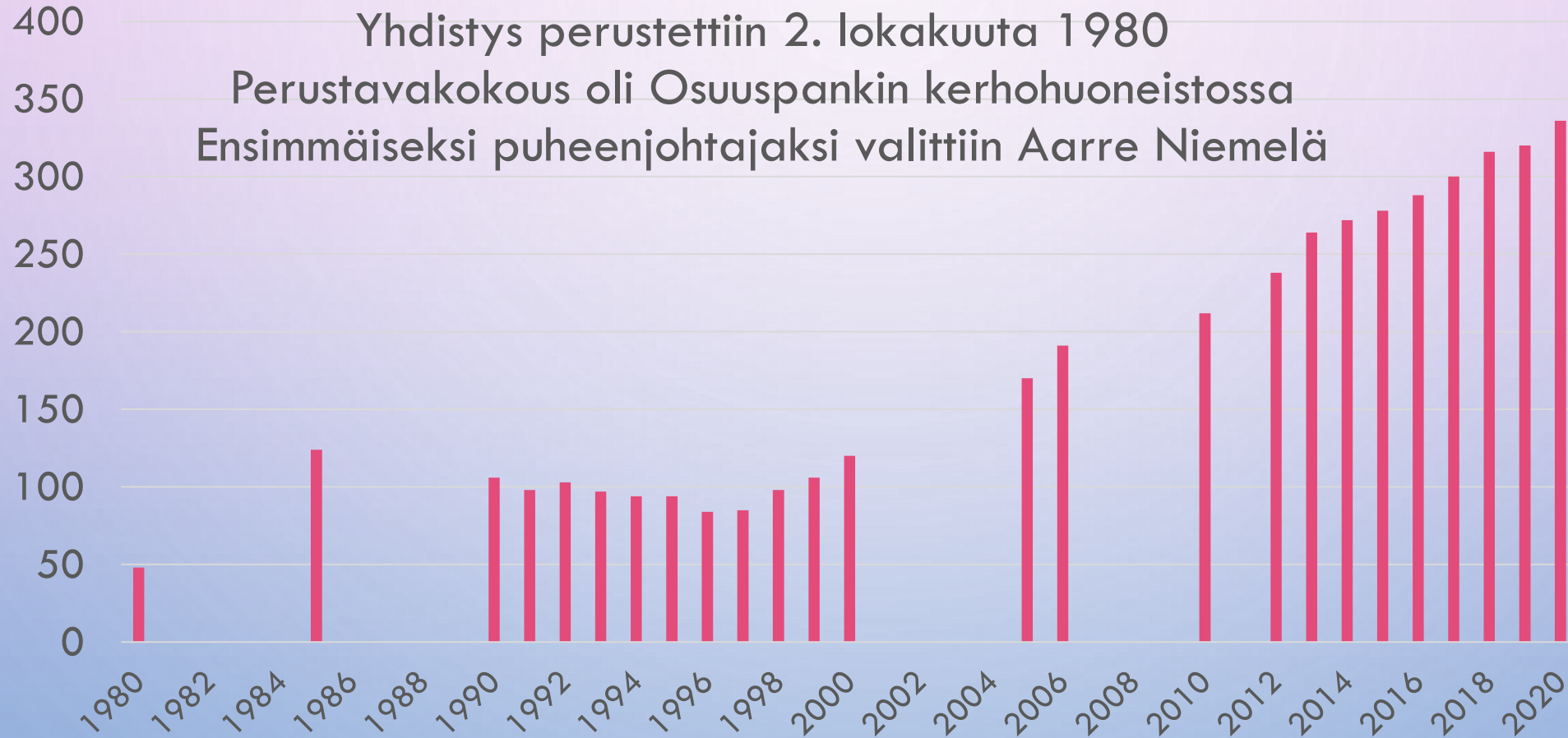
TOIMINTAA

- JÄSENTILAISUUDET
- KERHOT
- MATKAT, RETKET JA TEATTERIVIERAILUT
- LIIKUNTA
- DIGIKOULUTUS
- MUUTA TOIMINTAA
 - KOKKIKOULU
 - TURVALONKEROITA
 - ILTAPÄIVÄKAHVIT CAFÉ CABRIOLESSA
 - ILTAMAT
- VIESTINTÄ
- EDUNVALVONTA
- YHTEISTOIMINTA MUIDEN YHDISTYSTEN JA YHTEISÖJEN KANSSA



40

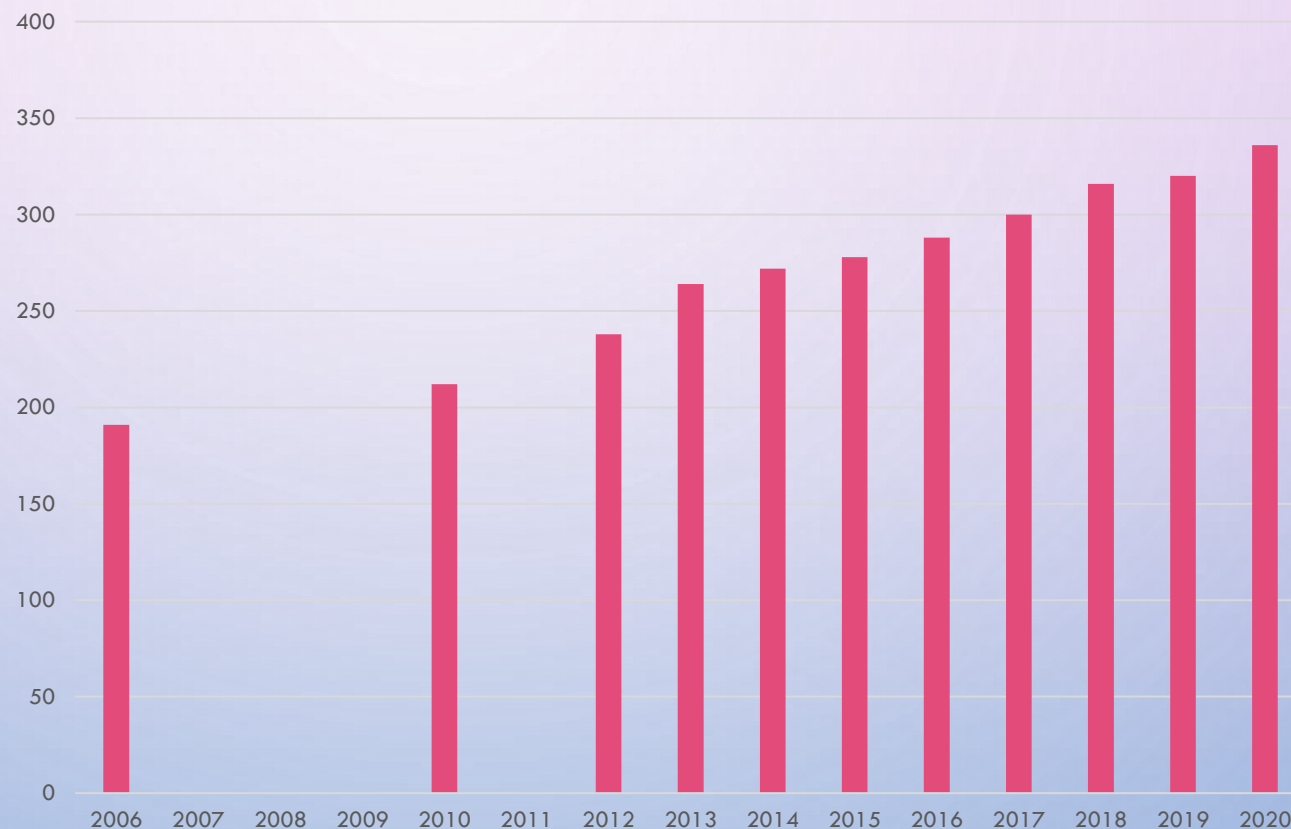
JÄSENMÄÄRÄN KEHITYS 40 VUODEN AIKANA



JÄSENMAÄRÄN KEHITYS 2006-2020

Jäsenmäärän kehitys 2006-2020

2006	191
2007	
2008	
2009	
2010	212
2011	
2012	238
2013	264
2014	272
2015	278
2016	288
2017	300
2018	316
2019	320
2020	336



40

TIISTAISET JÄSENTAPAAMISET

- 1980-1985 Suomalaisen seurakuntakodin kahvio
- 1985-2004 Lundin talo
- 2004- 2019 Suomalaisen seurakuntakodin juhlasali
- 2019 → Omenamäen palvelutalo
- 2020 Korona vei WSOY-talon auditorioon



SENIORIT – ILOISTA IKÄÄNTYMISTÄ



40

PATINASTA TUTTU KUVA



Kirjoitimme Patinaan useita juttuja toiminnastamme

40

SENIORIKÄVELYLLÄ VAPPUNA



Sauvakävelyä, simaa, sakuraa

40



Seniorikävelyllä Joonaanmäellä



ONASBACKEN
HIO
SLÖDNING
JALKAISIN

KERHOTOIMINTA

2011-2020

2006-2010

- KÄSITYÖKERHO
- BOCCIA
- KIRJALLISUUSKERHO
- ALLASKERHO
- GOLFKERHO
- MUISTIKERHO

- AIVOJUMPPA-MUISTIKERHO
- KIRJALLISUUSPIIRI
- PELIKERHO (BOCCIA, CANASTA, CARCASSONE)
- GOLFKERHO
- KIRJOITTAJAPIIRI
- KUNTOSALIRYHMÄ
- LOUNASKERHO
- LUONTOKERHO
- LAULUPIIRI
- KULTTUURIKLUBI
- SENIORIEN ILTAKOULU
- MATKAILUKERHO

40

GOLFFARIT



Kotikenttänä Virvik



40

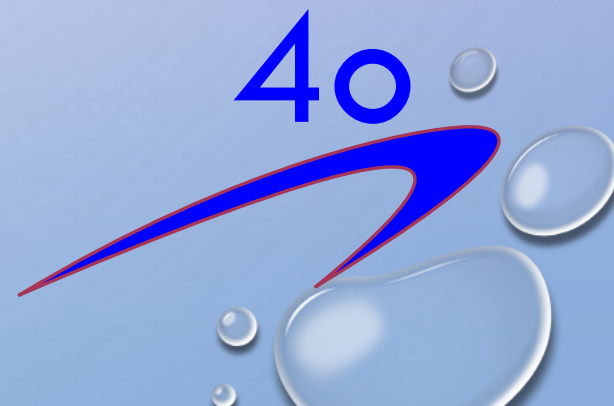
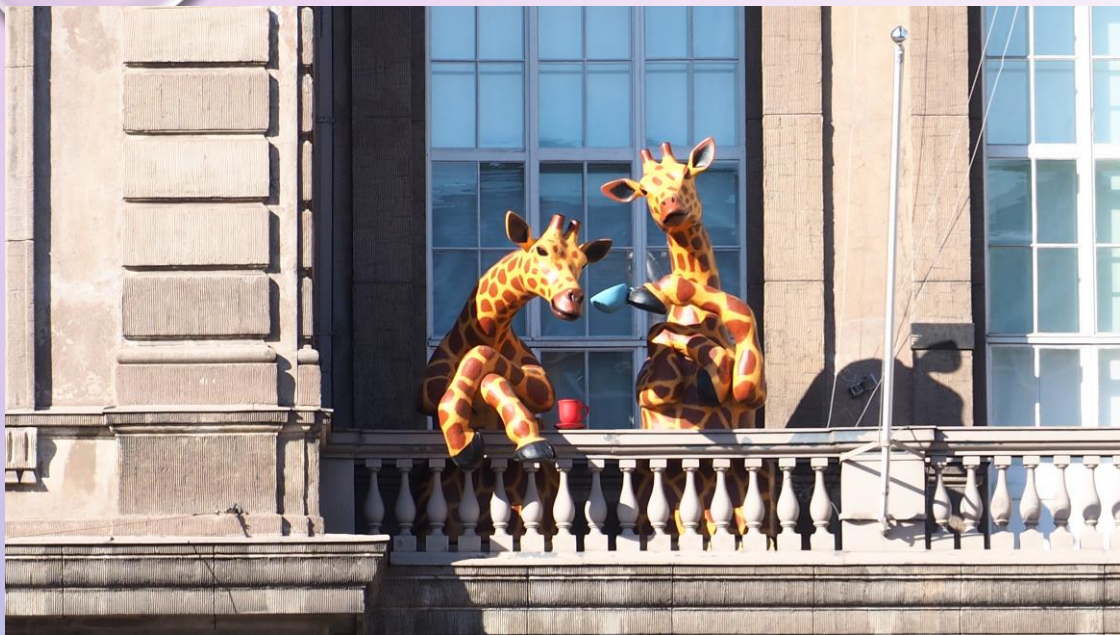
ALLASJUMPPAA JA AQUAFITIÄ

Omenamäessä ja Haikon kylpylässä



40

LUONTOKERHON MUKANA LUONNONTIETEELLISESSÄ MUSEOSSA



KULTTUURIRETKI TÖÖLÖÖSEEN

2020

Reitzin säätiön taidemuseo

Taidekoti Kirpilä



40

RISTON SENIORIEN ILTAKOULU

Iltakoulu Hanna Mariassa

Kansanedustaja

Elina Lepomäen kanssa

to 15.11. klo 17 -19

aiheena

"EU:n tulevaisuus ja Suomi"

40



DIGIÄ KAIKEN IKÄÄ

2018-20 *Seniorit nettiajassa*

- Panostimme digiaikaan, sähköiseen viestintään ja sosiaaliseen mediaan
- Aloitimme jo syksyllä 2017 Sähköiset terveystalvelut tutuksi-kurssilla.
- Uudenmaan kansallisen senioripiirin 1500 euron avustus vuosille 2018 – 2020.



ULKOMAAN JA KOTIMAAN MATKOJA, KULTTUURIMATKOJA, TEATTERIMATKOJA JA SOKKORETKIÄ

Sokkoretkiä

Kymenlaaksoon 2013

Hämeeseen 2014

Varsinais-Suomeen

Muita kotimaan matkoja

Ahvenanmaa 2015

Lappeenranta 2017

Retki Salpalinjalle ja Kotkanniemeen 2018

Eduskunta 2018

Sotahistoriallinen kesäretki Länsi-

Uudenmaalle 2018

Syysretki Mikkeliin 2019

Ulkomaan matkoja

Budapest 2013

Pietari 2013

Risteily Gotlantiin /Visby 2014

Oopperamatka Tallinnaan 2015

Tallinnan laulujuhlat 2019

Kylpylämatka Rakvereen 2015

Kulttuuriretkiä

Salmela 2015

Hamina Tattoo

Syysretki Mustion linnaan 2015

Perinneretki Pornaisiin 2018

Reitzin ja Kirpilän taidemuseot 2020

Konsertteja Musiikkitalossa,

Taivallahden kirkossa

KULTTUURIA, TEATTERIA

Teatteriin

Kouvolaan, Kotkaan, Helsinkiin,
Lahteen, Tampereelle

- Kristina från Duvemåla
- Tohtori Zivago
- Kun kyyhkyset katosivat
- Lumikuningatar
- Vielä ehtii
- Ovista ja ikkunoista
- Kustaan sota
- Mamma Mia!
- Myrskyluodon Maija
- Jääkärin morsian
- Jne...

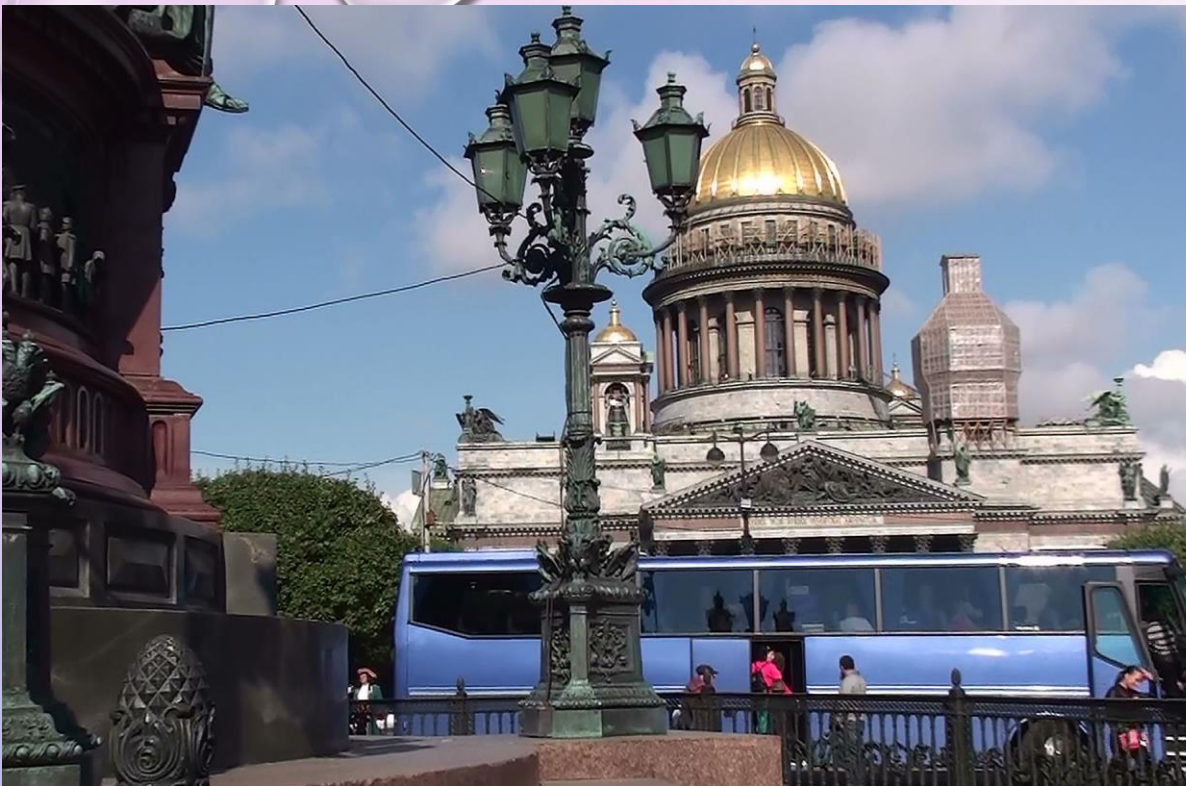


ULKOMAAN MATKOJA

Unkari Budapest 2013



40



RISTEILIMME GOTLANTIIN 2014



SOKKORETKI HÄMEESEEN 2014

Lenin museo, Tampereen tuomiokirkko,
Pispalan vesitorni, Fabriikki



TAIDETTA SALMELASSA



40

VIRKKASIMME LONKEROITA

Suomi 100 v juhluvuoden kunniaksi virkattiin mustekaloja aluksi 100 ja myöhemmin vielä lisää

Lonkerot lahjoitettiin

- Muistisairaille / Muistiluotsi
- Yksityisiin palvelutaloihin, Hongas, Vuokko
- Vapaaehtoistyön koordinaattori Petralle
- Sipoon vanhuspalveluun

TOINEN KERTA
Illoinen käsityöiltapäivä
Johannisbergissä
29.11.2017 klo 12-15
Meillä oli mukavaa!
Tule mukaan!



40

LEIVOIMME YHDESSÄ



40

JÄRJESTIMME ILOISET IKÄIHMISTEN ILTAMAT

ke 25.9.2019

Ravintola Verstaassa
Taidetehtaalla



40

YHTEISTYÖTÄ

Porvoon kaupunki
Posintra
Eläkeläisyhdistykset
Porvoon lääkärikeskus
Soroptimistit
Haikkoo
Marimekko
Laurea
Haaga-Helia
Point College
Careeria
Kansalaisopisto

- Sykettä 55+ hyvinvointitapahtumat
- Syödään yhdessä-lounastapahtumat ravintola Iriksessä
- Ikäihmisten olohuone Careeriassa
- Akat asialla: Musiikki-illat ravintola Verstaassa Taidetehtaalla, Jazz-tapahtuma, Evergreen-ilta
- Helmat heiluen, hyväntekeväisyysmuotinäytös, muotia eri vuosikymmeniltä AE-koulussa
- Vanhustenviikon tapahtumat
- Digiä kaiken ikää

Hyvinvointi-iltapäivä

55+

Sykettä elämään

maanantaina 9.9.2013 klo 13-19

ravintola Iris, POMO-talo Aleksanterinkatu 20

Puhuimme

liikunnasta, ravinnosta,

muistista ja niiden

merkityksestä ikäihmiselle.

**TARVITSEMME
ILOA ELÄMÄÄN
SYKETTÄ ELÄMÄÄN**

40

SYKETTÄ ELÄMÄÄN 2014 URHEILUTALOSSA

55+



SYKETTÄ ELÄMÄÄN

2013 Pomo-talossa
2014 Urheilutalossa
2015 Campuksella
2016 Campuksella
2017 Campuksella

- Järjestelyvastuu ammattikorkeakouluilla Haaga-Helia ja Laurea.
- Mukana myös Porvoon kaupunki, Posintra ja Edupoli.
- Yhdessä Porvoon kaupungin työntekijöiden seniorien kanssa järjestimme luento-osuuden tapahtuman.

Huvinuointitapahtuma

SYKETTÄ elämään



PORVOO CAMPUKSELLA
Ke 25.11.2015 klo 12-18
Taidetehtaankatu 1
www.posintra.fi

Tule käymään!

Testaa hyvinvointipolkuamme!

Yritykset & yhdistykset esittäytyvät minimessuilla.

PALO-palvelupiste & pientä purtavaa y.m.

OHJELMAA PÄÄAULASSA TAI LUENTOSALISSA

12.00	Tilaisuuden avaus, kansanedustaja Mikaela Nylander
12.15-18.00	Monipuolista ohjelmaa: minimessut ja yhdessä tekemistä
14-15.30	Voiko onnellisuutta oppia? Psykologian emeritusprofessori, Markku Ojanen , 2. kerros luentotila Taukojumppa
15.45-16.30	Elämäkokemus kunniaan, vanhuuden vallankumous Proud Age -koordinaattori, Anna Pylkkänen , 2. kerros luentotila
16.30	Lavatanssit , elämyksiä ja makuja
17.30	Tanssiesitys Dance Freaks pääaulassa

Uutta Porvoossa!



MINIMESSUT • OHJELMAA • LUENTOJA • VIPINÄÄ

Tapahtuman järjestävät: Laurea ja Haaga-Helia ammattikorkeakoulut, Posintra Oy, Porvoon kaupunki, Porvoon kansalliset seniorit ry, Porvoon kaupungin työntekijöiden seniorit ry ja Edupoli.

ARPAJAISE!

40

TEIMME YHDISTYSTÄ TUNNETUKSI



Mukana VIRE-
messutapahtumassa
Kauppaopistolla
2013

40

MINIMESSUT KARJALATALOSSA 2019 VANHUSTENVIIKOLLA



40

MYYJÄISET ZENTRASSA

Marraskuussa 2019



40

EDUNVALVONTAA PIIRIKOKOUKSESSA

Toimimme aktiivisesti Uudenmaan kansallisessa senioripiirissä sekä Senioriliitossa



PORVOON KANSALLISET SENIORIT 35 V





VUOSI 2020 - KORONAVUOSI



40

VUOSI 2020 - KORONAVUOSI

ME OLEMME RISKIRYHMÄLÄISIÄ!!!

- Kaikki kokoontumiset ja kerhot peruttiin viikolta 12 lähtien
- Koko kevätkauden 2020 jatko oli epävarmaa
- Jotain kuitenkin pystyttiin järjestämään
 - Erikseen kävely yhdessä
 - Auttava puhelin
 - Soitimme toisillemme
 - Päivän kevennykset kotisivuilla
 - Puheenjohtajan videotervehdys

MUUTAMA TAPAAMINENKIN

- Porvoon Päivät elokuussa
- Luontokerhon retki Malmgårdiin syyskuussa
- Muutama jäsentapaaminen
- Joulukuussa sauvakävelyä uimahallin ympäristössä ja Joulupuuroa Acvarion ovella

Hymyillä saa, ei kätellä, ei laulaa

40

YHDISTYS TUNNETUKSI PORVOON PÄIVÄT 8.8.2020



ÄLÄ JÄÄ YKSIN –TULE MUKAAN

LUONTOKERHO VEI MEIDÄT MALMGÅRDIIN PERNAJASSA 11.9.2020



TASAVUOSIA VIETTÄNEIDEN KAHVIHETKI 8.10.2020 CAFÉ CABRIOLESSA



Yhteisöllisyys

40

PORVOON KANSALLISET SENIORIT

40

