



Rovaniemen
seniorit



Jäsenkirje 5. syksy 2023

27.9. keskiviikkona meillä on mielenkiintoinen vieras. Marika Kulppi kertoo **muistiterveydestä** 13.15 Potkurissa. Aivot ovat elimistömme keskeisin säätelykeskus. Ne vaikuttavat kehomme moniin toimintoihin. Miten ikä aivoihin vaikuttaa? Miten pidämme aivot terveinä ja toimintakuntoisina?

Esitelmän jälkeen pidämme yhdistyksemme syyskokouksen. Uutena ja merkittävänä asiakohteena on **uusien sääntöjen hyväksyminen**. Senioriliiton liittokokous hyväksyi kesällä uudistetut ja etukäteen PRH:n tarkistamat säännöt sekä liitolle että piireille ja yhdistyksille. Tarkoituksena on, että säännöt otetaan käyttöön välittömästi. Vaihtoehtona on yksi tai kaksi kokousta vuodessa. Yhdistyksen hallitus ehdottaa kahden kokouksen mallia. Meillä on ollut tapana pitää kevät- ja syyskokous siten, että siihen liittyy mielenkiintoinen esitelmä.

25.10. Yhdistyksemme 50 -vuotisjuhla Ounasvaaran Majalla Hiihtomäentie 8 kello 13.00. Juhlapuhujana on professori Päivi Rasi-Heikkinen. Läsnä on myös Senioriliiton hallituksen puheenjohtaja.

HUOM. TÄRKEÄÄ.

Tarjoilun vuoksi pyydämme ilmoittautumaan Leenalle tekstiviestillä 0400 435295.

Vanhusten viikko alkaa. Yhdistyksemme on järjestää **Rovaniemen Kiepin 2.10. kello 12.00-15.00.** Se on kävelykiertä, jossa tutustutaan itselle sopivassa kiertäjärjestyksessä neljään keskenään erilaiseen kohteeseen: pääkirjaston musiikkiosastoon, Liikuntakeskus Kunnan Paikkaan (Rovakatu 23), Käsityökoulu Taito Lappiin (Postikatu 1) sekä uudistettuun Asemaravintola Alvariin (Ratakatu 3). Kaikissa kohteissa on myös yhdistyksemme esittelyä. Alvarissa on tarjolla pullakahvit erikoishintaan. Jokaisessa kohteessa käyneiden kesken arvotaan vuosikortti Kunnan Paikkaan, Alvarin lounaseteleitä, pari taulua ja pottukattila. Keskuskentällä kaupungin liikuntatoimi tutustuttaa sauvakävelyn saloihin 13.00-14.00. Kieppi -kierröksen aikana siellä on sopivaa pistäytyä.

Vanhusten viikon pääjuhla on 5.10 Korundisalissa Lapinkävijäntie 4 kello 16.00. Tilaisuus on maksuton. Juhlan jälkeen on kakkukahvit. Tule ajoissa paikalle, koska paikkoja on rajoitetusti.

