



Tampereen kansalliset seniorit ry

TOIMISTO Kuninkaankatu 13 B, p. 0400 193 558
avoinna ma ja ti klo 10 – 13 sekä to klo 12 – 15
SULJETTUNA 28.5.-24.8.25

Senioripostia 01-2025 15.5.2025



PUHEENJOHTAJAN TERVEHDYS

Hyvät jäsenet!

Talvikausi 2025 on yhdistyksen päätoimintojen osalta lopuillaan.

Lämmin kiitos kaikille teille kerhoihin ja muihin tapahtumiin osallistumisesta. Ilman sitä yhdistyksellä ei olisi toimintaedellytyksiä.

Kesäkauden ohjelmassa matkoja, kesäteatteria ja liikuntaan liittyvää toimintaa sekä keskiviikkoisin Kesäkahvi-tapaaminen.

Kesä tulee, on sitten kylmää tai lämmintä.

Valo on se, jota kaipaamme talven pimeyden jälkeen.

Pitkät valoisat päivät, nautitaan niistä, valmistautuen syksyyn ja uuteen talveen.

Paolo Coelho on sanoin:

Elämässä on asioita, jotka pysyvät aina samoina ja pätevät kaikkiin, katsoimme niitä miltä puolelta tahansa.

Hyvän mielen kesäkautta toivottaen!

Hilkka Kallio

TIEDOKSI! Yhdistyksen uusi tilinumero

Olemme siirtyneet Osuuspankin asiakkaiksi.

Yhdistyksen uusi tilinumero on **FI44 5730 0821 5445 47**. Voitte vastaisuudessa maksaa kaikki yhdistykselle tulevat maksut tälle OP:n tilille. **Poistathan nettipankista yhdistyksen vanhan tilinumeron.**

90-VUOTIAIDEN KAHVITILAISUUS

Yhdistyksen yli 50-vuotisen historian ensimmäinen 90-vuotiaiden kahvitilaisuus järjestettiin 3.3.25 klo 15 Kahvisalongissa.

Kahvittelun lomassa muisteltiin Heli ja Markku Rinnan esittämän laulun ja soiton myötä nuoruuden sävelmiä. Yli 90-vuotias jäsenemme Heikki Ylinen lausui Lauri Viidan runon.

Kahvitilaisuudet saavat toivomusten mukaisesti jatkoa. Seuraava on 28.5.25

KESÄKAHVIT

Perinteiset viikottaiset kesäkahvit alkavat **keskiviikkona 21.5. klo 13 Tampere-talon terassilla.**

Viime kesästä poikkeava paikka ja viikonpäivä. **Ilmoittautua ei tarvitse.** Tulet vain paikalle.

Entiseen tapaan vapaavalintaista, joku juo kahvia toinen viiniä ja kolmas ruokailee. Klo 14 saakka lounas tarjolla. Maksaa 13,50 €. Keskustorin Kesäkeidas aukeaa 1.7. Mietitään yhdessä, siirrymmekö sinne. Tapaamisiin terassilla! Hilikka Kallio

JÄSENTILAISUUDET SYKSY 2025

17.9. klo 13 Kumppanuustalo Artteli

Kurkistus tekoälyyn, tietojenkäsittelyn lehtori, nykyisin eläkkeellä oleva Raija Tuomaala

15.10. klo 13 Pääkirjasto Metso

Lähi-itä eilen ja tänään, lääkintämajuri Jarmo Puntalo

12.11. klo 13 Kumppanuustalo Artteli, Hepokatti-sali

Maailma, jossa kasvoin. Maalaispojan tarina, muusikko Mikko Alatalo

24.9. MUISTOJEN BULEVARDI

klo 13 Laikun musiikkisalissa

Teachers-trio soittaa Muistojen bulevardi -musiikkia tarinoiden kera. Tule muistelemaan!

SYYSKOKOUSKUTSU

Tampereen kansalliset seniorit ry:n sääntömääräinen syyskokous pidetään **keskiviikkona 12.11.**

klo 14 Kumppanuustalo Arttelissa (Hepokatti-sali), Mustanlahdenkatu 22, Tampere. Kokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntöjen 10 §:ssä mainitut asiat ja esityslistalla olevat asiat.

Ilmoittautuminen ja kahvi klo 12.30 alkaen. Klo 13 vierailee muusikko Mikko Alatalo: Maailma, jossa kasvoin, Maalaispojan tarina. Tervetuloa! Hallitus

26.11. JOULULOUNAS

klo 13 Puistotorni, Hämeenpuisto 28, 3. krs.

Lounaan hinta 40 €. Maksetaan yhdistyksen tilille FI44 5730 0821 5445 47, viite 2707 viimeistään 31.10., joka on myös viimeinen ilmoittautumispäivä.

Ilmoittautumiset toimiston aukioloaikoina p. 0400 193 558 tai sähköpostilla tre.seniorit@kolumbus.fi. Tervetuloa!

5.12. ISÄNMAALLINEN ILTAPÄIVÄ

klo 13 Näsin Seurakuntasalissa, Puutarhakatu 12, kahvitus klo 12 lähtien. Ohjelmassa on mm. juhlapuhe ja mieskuoro Kelot. Tervetuloa!

LIIKUNTAA

27.5. Kuntotestiin klo 9.15-10.15

Razzmatazzin studiolla Aleksin Kiven katu 18 B. 4. krs voi osallistua maksutta

Tunnilla testataan osallistujien liikunta- ja suorituskkyä seuraavin testein:

- Staattisen tasapainon testi: Tandem-seisonta
- Alaraajojen toiminnallinen lihasvoiman testi: Tuolilta ylösnousu
- Liikkumiskyky: Tug-testi
- Kestävyysskunto UKK 6 min -kävelytesti

Testi tehdään ohjaajan opastamana, kaverin mittaamana. Testi ja tulokset ovat itseä varten.
minimi 20 henkilöä/ ryhmä- 30 maksimi.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen tuula.loukio@gmail.com tai 050 537 6546

KESÄN RYHMÄLIIKUNTOJA

2.6. alkaen tuolijumppa maanantaisin klo 11-12 (hintaa 36 €/10 kertaa, edellyttää väh. 20 hlöä)

2.6. alkaen kiertoharjoittelu maanantaisin klo 12-13 (hintaa 36 €/10 kertaa, edellyttää väh. 20 hlöä, sopii sekä miehille että naisille)

Razzmatazzin studiolla Aleksin Kiven katu 18 B, 4. krs

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 19.5. mennessä Tuula Loukio p. 0505376546.

Kesäpyöräilyyn voi ilmoittautua Tuula Loukio p. 0505376546. **Kypäräpakko.** Muodostetaan Whatsapp-ryhmä, jossa sovitaan päivät, kellonajat ja reitit

Golf tiistaisin alk. 6.5. klo 9.30, Pirkanmaan Golf, Messukylä

Lisätiedot tuula.haapio@gmail.com tai p. 044 088 8112

SYKSYN RAZZMATAZZ JUMPPATUNNIT 1.9.-19.12.2025

Maanantaisin: Kiertoharjoittelu klo 12-13 ja sitä seuraa **Lavatanssijumppa** klo 13-14

Tiistaisin: Liikuntakerho 1 on muutettu **Kevennetyksi Liikuntakerhoksi** klo 9.15-10.15, jota seuraa **Liikuntakerho** klo 10.15-11.15 (edellistä hieman raskaampi versio)

Perjantaisin aloitamme **Kehonhuolto-tunnilla** klo 9.30-10.30, sitä seuraa **Ukkojumppa** klo 10.30-11.30 sen jälkeen vielä **Kevennetty kehonhuolto** klo 11.30-12.30

Kertoja tulee 16, hinta on 50€/jumppa (eli yhden kerran hinnaksi tulee n 3,12€). Ryhmien toteutuminen edellyttää minimissään 23 henkilöä.

Kaikki edellä mainitut **syksyn jummat pidetään Razzmatazzin tanssistudiolla Aleksin Kiven katu 18 B 4. krs. HUOM!** Myös Lavatanssijumppa.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 31.7. mennessä Tuula Loukio p. 0505376546. Toimistolta voi kysyä myös tietoja. Se on avoinna 27.5. asti ma, ti klo 10-13 ja to klo 12-15, p. 0400 193 558.

Tarkemmat kysymykset tuntien sisällöstä Anna Laine p. 040 964 5863.

Ryhmien täytyttyä osallistujille ilmoitetaan maksutiedot (tai peruuntuminen, jos 23 hlöä ei täyty).

MUITA SYKSYN LIIKUNTARYHMIÄ

Jooga 1 -ryhmä 10.9. - , keskiviikkoisin, Ratinan stadion, sali 3

Jooga 2 -ryhmä 5.9. – 12.12. perjantaisin, Monitoimitalo,13, Stenvall sali, Pellavatehtaankatu 4

Jooga 3 -ryhmä 2.9. - 9.12. tiistaisin, kertoja 14, Ratinan stadion, sali 4

Kansantanssikerho 12.9. -marraskuun loppu, perjantaisin, Ratinan stadion

Keilakerho 4.9. - 11.12. torstaisin, Kaupin keilahalli, Keilakuja 1

Kävelykerho 3.9. - 10.12. joka toinen keskiviikko. Maksuton. Ilmoittautumista ei tarvita.

Miesten vesijump keskiviikkoisin Varala, Varalankatu 36

Naisten vesijump 3.9. - 17.12. keskiviikkoisin, 16 kertaa, Viola-koti, Juhlatalonkatu 4

Norpat vesivoimistelu 4.9. - 18.12. torstaisin, Varala, Varalankatu 36

Tuolijump 15.9. - 15.12. Hämeenpuisto 10, Huusholli. Maksuton. Ei tarvitse ilmoittautua.

Lopussa olevasta kerhotaulukosta löytyvät yhteystiedot.

TEATTERIA

Kesä 2025

Ke 9.7. Tuntematon sotilas klo 13.00, Pyyntikin kesäteatteri

Teatteri juhlii klassikkoteoksella 70-vuotishistoriaansa.

Tekijöiden mukaan klassikkoromaani on ajankohtaisempi kuin koskaan. Sodat käydään edelleen nuorten miesten toimesta ja heidän elämänsä kustannuksella, Antti Mikkola sanoo.

Hinta 43 €, viite 1504

Huom! Varaukset ja maksu viimeistään 7.6. Paikat riveiltä 3,4,5 ja 6!

Syksy 2025

La 13.9. Helene klo 13, Tampereen Työväen Teatteri

Kiehtova näytelmä periksiantamattomasta taiteilijasta Helene Schjerfbeck (1862-1946) on yksi rakastetuimmista, mutta myös kansainvälisesti tunnetuimmista taiteilijoistamme. Näytelmä kuvaa ajanjaksoa 1900-luvun alkupuolen Hyvinkäällä, jossa Helene vielä työskenteli vaatimattomassa yhden hengen asunnossa huolehtien samalla vanhasta äidistään.

Hinta 53 €, viite 1478

Huom! Varaukset ja maksu viimeistään 11.8. Paikat riveiltä 4-5!

La 20.9. Oliver Twist klo 13, Tampereen Teatteri Frenczell-näyttämö

Charles Dickensin vauhdikas näytelmä vie meidät tarunhohtoiseen Englantiin. Nuori, levoton Oliver Twist on elänyt köyhäntalossa koko elämänsä. Eräänä päivänä hän karkaa. Uusien tuttavuuksien kanssa hän tutustuu alamaailmaan. Viihdyttävä klassikotulkinta kutsuu teatteriin kaikkia, jotka janoavat seikkailua, suuria tunteita ja yltäkylläistä menneen ajan tunnelmaa.

Hinta 46 €, viite 1423

Huom! Varaukset ja maksu viimeistään 18.8. Paikat riveiltä 3-4!

La 4.10.Niskavuoren nuori emäntä klo 13, Tampereen Teatteri

Niskavuori-sarja on osa kansallista identiteettiämme ja alitajuntaamme. Niskavuoren nuori emäntä sijoittuu kronologisesti sukusarjan alkuun. Se on viiltävä näytelmä omien tunteiden ja rakkauden uhraamisesta lasten, tulevaisuuden ja yhteisön hyväksi.

Hinta 53 €, viite 1410

Huom! Varaukset ja maksu viimeistään 2.9. Paikat riveiltä 4, 6 ja 7!

La 18.10. Zarah L klo 14, Glivelab

Hans Peter Gansnerin näytelmä Zarah L. kertoo ruotsalaisen Zarah Leanderin elämästä.

Ikääntyneen taiteilijan kartanoon tulee suomalainen pianisti, jonka kanssa on tarkoitus esiintyä vielä kerran. Muistoissa tulee esiin vanhemmat, natsi-Saksa, Hitler, Göbbels ja Suomen vierailut. Leander oli muinoin suomalaisille todellinen maailman tähti. Esityksessä tulkitaan tunnettuja 30-luvun slagereita, suurin osa suomeksi.

Hinta 25 €, sisältää eteispalvelun 3 €, viite 1452

Huom! Varaukset ja maksu viimeistään 16.9.

La 29.11. Kaunotar ja hirviö klo 13, Tampereen Työväen Teatteri

Musikaali Kaunotar ja hirviö lumooa TTT:ssä. Valloittava, hauska ja visuaalisesti vaikuttava musikaali vie meidät maailman rakastetuimman tarinan äärelle. Omatoiminen Belle lähtee pelastamaan isäänsä, mutta joutuukin hirviöksi lumotun prinssin vangiksi tämän linnaan. Vain rakkaus voi muuttaa prinssin ja hänen koko hovinsa entiselleen. Näyttämölle kohoaa satumainen linna. Hauskat hahmot, näyttävät tanssikohtaukset ja puvut, upea musiikki tempaisevat mukaansa.

Hinta 84 €, viite 1407

Huom! Varaukset ja maksu viimeistään 27.10. Paikat rivillä 9!

TEATTERILIPUT VARATAAN viimeistään kuukautta ennen näytöstä toimistolta sähköpostilla

tre.seniorit@kolumbus.fi tai päivystysaikoina puhelimitse 0400 193558. Maksu eräpäivään mennessä tilille **FI44 5730 0821 5445 47, viitenumero on teatterikappalekohtainen**. Tärkeätä on, että lippuja varatessasi ilmoitat puhelinnumeron tai sähköpostiosoitteesi maksun tai lippujen noutamisen muistuttamisen vuoksi. Liput ovat noudettavissa toimistosta viimeistään kaksi viikkoa ennen esitystä. **Tilattuja lippuja ei voi peruuttaa maksun eräpäivän jälkeen.**

SYKSYN KERHOT

Kerhovastaavien yhteyshenkilö on Tarja Mäkinen, tarjahmak@gmail.com, 040 570 5860

Aivojumppa	Päivi Rantanen	paivi574@hotmail.com 050 912 2571	joka toinen to klo 12 11.9.-18.12.	toimisto, Kuninkaankatu 13 B
Bridge	Lasse Loponen	Lasse.loponen@mgmconsulting.fi	ke klo 12 3.9.-17.12.	Ruotsalainen Klubi, Otavalankatu 9
Canasta	Raimo Kontoniemi	raimo.kontoniemi@gmail.com 040 734 9150	paritt.viikon ke ja parill. v. ma klo 10 1.9.-17.12.	Karjala-seuran kerhotila, Koulukatu 12
Italian kerho	Leena Laiho	leenallepostia@gmail.com	ti klo 13	toimisto,

		045 146 8160	16.9.-16.12.	Kuninkaankatu 13 B
Jooga I	Pia Sjöman	pia.sjoman@gmail.com 040 776 6218	ke klo 9.30 10.9.-	Ratina, sali 3
Jooga II	Helka Pulliainen	helka.pulliainen@elisanet.fi 0408257477	pe klo 10 5.9.-12.12.	Monitoimitalo 13, Stenvall-sali 4. krs, Satakunnankatu 13
Jooga III	Pirkko Hervonen	pirkko.hervonen@gmail.com 040 547 0305	ti klo 10 2.9.-9.12.	Ratina, sali 4
Kansan- tanssijat	Eija Luukkanen	luukkanen.eija@gmail.com 050 348 1153	pe klo 14.30 12.9.-	Ratina, sali 4
Katajaiset, naiskuoro	Maaria Juvela, Tuula Kareinen	juvelamaaria@gmail.com 045 261 0884 tuula.kareinen@gmail.com	to klo 10–12.30 4.9-18.12.	Pyynikin Pappila, Kisakentänkatu 18
Keilakerho	Jukka Loukio	Jukka.loukio@gmail.com 044 304 0503	to klo 15 4.9.-11.12.	Kaupin keilahalli, Keilakuja 1
Kelot, mieskuoro	Matti Kerppola, Arvo Kareinen	matti.kerppola@icloud.com 040 737 6072 arvo.kareinen@gmail.com 040 087 2800	ma klo 9.30–12 1.9-15.12.	Pyynikin Pappila, Kisakentänkatu 18
Kirjallisuus- kerho	Maija Riitta Koskinen	maijakoskinen.koskinen@gmail.com 040 044 1521	kuukausittain ke klo 13–14 10.9.-10.12.	Pääkirjasto Metso, Katajasali
Kulinaari- kerho	Kaija Suvela	ksuvela@gmail.com 0400 472 172	kuukauden kolmas tiistai klo 17 16.9.-	kokoontuu erikseen ilmoitettavassa ravintolassa
Kädentaidot	Pirjo Arhi	Pirjo.arhi@gmail.com 040 180 3532	joka toinen ti klo 10 9.9.-2.12.	toimistolla tai sop. mukaan
Kävelykerho	Tiina Haahdenmaa	Tiina.haahdenmaa@gmail.com 040 728 9546	joka toinen ke klo 13 3.9. - 10.12.	Paikka sovitaan WhatsApp - ryhmässä
Lautapeli- kerho	Sirpa Havu	havusirpa1@gmail.com 050 436 2620	joka toinen ma klo 13, 6.10.-15.12.	Ravintola Telakka
Lavatanssi- jumppa	Tuula Loukio	tuula.loukio@gmail.com 050 537 6546	ma klo 13 1.9.-15.12.	Tanssikoulu Razzmatazz, Aleksis Kiven katu
Leffakaverit	Anne Viitanen	040 550 9687	Sovitaan erikseen.	
Liikunta- kerho, kiertoharjoit- telu	Tuula Loukio	tuula.loukio@gmail.com 050 537 6546	ma klo 12 1.9.-15.12.	Tanssikoulu Razzmatazz, Aleksis Kiven katu 18 B 4. krs.
Liikunta- kerho, kevennetty	Tuula Loukio	tuula.loukio@gmail.com 050 537 6546	ti klo 9.15 2.9.-16.12.	Tanssikoulu Razzmatazz, Aleksis Kiven katu
Liikunta-	Tuula Loukio	tuula.loukio@gmail.com	ti klo 10.15	Tanssikoulu

kerho		050 537 6546	2.9.-16.12.	Razzmatazz, Aleksis Kiven katu
Liikunta-kerho kehonhuolto	Tuula Loukio	tuula.loukio@gmail.com 050 537 6546	pe klo 9.30 5.9.-19.12.	Tanssikoulu Razzmatazz, Aleksis Kiven katu
Liikunta-kerho Kevennetty kehonhuolto	Tuula Loukio	tuula.loukio@gmail.com 050 537 6546	pe klo 11.30 5.9.-19.12.	Tanssikoulu Razzmatazz, Aleksis Kiven katu 18 B 4. krs.
Lukupiiri	Marja Salovaara	salovaaramarja4@gmail.com 040 569 7256	kuukausittain to klo 13.10 28.8.-20.11.	toimisto, Kuninkaankatu 13 B
Maalikut kuvataide-kerho	Mirja Kauranen	mirja.riitta.kauranen@gmail.com 050 565 0250	ma klo 11–13 15.9.-1.12.	Monitoimitalo 13, Stenvall-sali 4. krs, Satakunnankatu 13
Mac-kerho	Aila Salminen	Aila.salmin@gmail.com 050 561 8314	kuukausittain to klo 13.30 11.9.-11.12.	Pääkirjasto Metso, kahvio
Miesten kerho	Pentti Väänänen	penttijuhani.vaananen@gmail.com 040 721 7605	2-3 viikon välein 10.9.-10.12.	sopimuksen mukainen paikka
Museokerho	Renja Yrjönen Seija Kukkola	Rensku54@gmail.com 050 345 0759 seijakukkola230@gmail.com	kuukausittain 18.9.-	eri museot
Norpat, vesi- voimistelu	Arja Penttilä	penttila277@gmail.com 040 830 6432	to klo 10–10.45 4.9.-18.12.	Varala, Varalankatu 36
Saksan kerho	Anne Karjalainen	annemkarjala@gmail.com 045 215 1730	joka toinen to klo 12 4.9.-27.11.	toimisto, Kuninkaankatu 13 B
Seniори- kahvit	Hilkka Kallio	hkallio@outlook.com 050 576 7280	joka toinen ma klo 15 8.9.-1.12.	Kahvisalonki, Satakunnankatu
Tuolijumppa	Saara Jantunen	Saara.jantunen@icloud.com 050 377 3612	ti klo 15 15.9.-15.12.	Amurinlinnan lastentalo, Hämeenpuisto 10
Ukkojumppa	Tuula Loukio	tuula.loukio@gmail.com 050 537 6546	pe klo 10.30 5.9.-19.12.	Tanssikoulu Razzmatazz
Vesi- voimistelu miehet	Juhani Ahva	ahvajuhani@gmail.com 040 084 6970	ke klo 11 3.9.-17.12.	Varala, Varalankatu 36
Vesi- voimistelu naiset	Maarit Kantoniemi	maarit.kantoniemi@gmail.com 040 558 8792	ke klo 10 3.9.-17.12.	Viola-koti, Juhlatalonkatu 4
Viinikerho	Anne Ojalehto	anne@ojalehto.in 044 314 7733	kuukauden 1. keskiviikko 3.9.-	Eloisa, Puutarhakatu 11
Yhteis- kunnallinen kerho	Helinä Opas	helina.opas@hotmail.com 044 560 7540	joka kuun toisena ti klo 12 9.9.-	Pääkirjasto Metso, Katajasali
Yhteislaulu- kerho	Jalo Virkki	jalo.virkki@outlook.com 045 787 30745	joka toinen ti 13.30	Kuuloyhdistys, Hämeenpuisto 15

			16.9.-25.11.	A
--	--	--	--------------	---