

Sisältö

2.	Sisältö
3. - 4.	Puheenjohtajan tervehdys
5. - 6.	Anneli Taina
7. - 8.	Kerhot
9. - 10.	Kerhot tiedottavat
11.	Pääsiäisen aikaan
12.	Hallitus 2019 ja toimihenkilöt
14. - 17.	Tulevia tilaisuuksia
18. - 20.	Teatteria Tampereella
21. - 23.	Senioreiden seniori
24.	Haapasalon Suomi
25.	Harmaakaihin hyvä hoito
26.	Jäsentilaisuus 12.2.
27. - 30.	Matkat

Puheenjohtajan tervehdys



Alkanut vuosi on pitkällä tämän lehden ilmestyessä, ja olemme käyttäneet jo neljänneksen sen päiväistä.

Ehkä uuden vuoden lupauksia emme enää näillä ikävuosillamme tehneet, vaikka pakko on tunnustaa, että yksi tuli tehtyä: Puolen vuoden karkkilakko. Ja se on jopa pitänyt. Tosin tämä sisarusteni perheiden kesken tekemämme lupaus on niin terveellinen, että taidan jatkaa sitä vielä "lakon" päätyttyäkin.

Tulossa on vaalikevät. Saamme antaa äänemme sekä kansanedustajavaaleissa 14.4., että EU-vaaleissa heti seuraavassa kuussa, 23.5. Toivottavasti ei tule vaaliväsymystä, vaan käymme uurnilla. Eläkeikäisten joukko kasvaa joka vuosi, meitä on kohta neljännes koko kansasta, tulevan ikäennusteen kasvaessa vuosi vuodelta, joten on tärkeää äänestää päättäjiksi sellaisia henkilöitä, jotka ymmärtävät myös ikäihmisten elinolosuhteiden turvaamisen tärkeyden.

Ohjelmassamme on vielä keväällä ja kesällä tarjolla paitsi teatteria, myös matkoja. Huhtikuun jäsentilaisuuteen tulee näyttelijätaipaleestaan kertomaan **Esko Roine**. Saa nähdä, ylittyykö yleisöennätys! Heti seuraavana päivänä on lähtö Ruotsiin matkailutoimikunnan järjestämälle Päivä Tukholmassa -retkelle. Ja kun sieltä perjantaina kotiudutaan, samana iltana vireimmät voivat vielä mennä Komediateatteriin kuulemaan **Jukka Puotilan** hauskoja juttuja.

Toukokuun 6. pv vietetään Tampereella piirin **liikuntapäivää** Kaupin Sport Centerissä, ja liiton suositusta käyttää kävelysauvoja noudatamme myös silloin. Ohjelma ja ilmoittautumisohjeet löytyvät sivulta 17. tässä lehdessä.

Seuraava Ikälisä ilmestyy elokuussa, nettisivuillamme ja mahdollisissa sähköpostitiedotteissa annamme lisätietoa tulevista tapahtumista. Toivotan jo nyt jäsenillemme hyvää oloa, mukavaa kevättä ja lempeän aurinkoista kesää!
Nähdään tilaisuuksissamme.

Marja Civill

Anneli Taina, Senioriliiton puheenjohtaja



Vaalit lähestyvät ja keskustelu kiihtyy. Tulevaisuuden kannalta on tärkeää vaikuttaa äänestämällä ja meillä on oikeus ja vapaus valita. Olkaamme siis aktiivisesti mukana vaalikeskustelussa ja vaaliurnilla. Erilaiset lupaukset sinkoilevat ja välillä haastetaan jopa riitaa. Äänestäjien kannalta on tärkeää saada tietoa asiallisesti ja kiihkottomasti niistä keinoista, joilla kukin puolue haluaa Suomea kehittää ja ratkaista edessä olevat ongelmat. Yhteen ääneen käyttävät keskustelut eivät välttämättä kerro meille äänestäjille yhtään mitään. Ne päinvastoin saattavat karkottaa äänestäjät vaaliurnilta.

Sote-uudistuksen kaaduttua tarvitaan aktiivista vaikuttamista sosiaali- ja terveyspalvelujen laatuun ja riittävyys. Väestö vanhenee, ikärakenne muuttuu nopeasti ja palvelujen tarve kasvaa vuosi vuodelta. Viime viikkoina on keskusteltu vanhushuollon ongelmista eri kunnissa. Esiin tulleet ongelmat ovat vain korostaneet uudistusten tarvetta. Käyty keskustelu on tervetullut hälytys kaikille, niin päättäjille kuin meille senioreillekin. Vanhusten inhimillinen kohtelu ja turvallinen vanhuus edellyttävät vakavaa paneutumista siihen, miten palvelujen laatu ja inhimillisuus turvataan samalla, kun varmistetaan saatavuus. Palveluostojen osaamista on kunnissa lisättävä ja huolehdittava siitä, että saadaan mitä tilataan. Tarvittaessa on kehitettävä lainsäädäntöä, jos vanhusten palvelujen alennusmyyntikauppaa ei muuten pystytä estämään. Tosiasia onneksi kuitenkin on se, että jo tällä hetkellä lait pääosin tukevat järkevää toimintaa, eivät estä sitä. Vanhuspalvelulain noudattamista on vahvistettava.

On hyvä tehdä tutuksi vaalikentillä eduskuntaan pyrkiville ikäihmisiä koskevia tavoitteita. **Kansallinen senioriliitto on päätenyt kymmeneen teesiin senioreiden puolesta. Niitä olisi voinut olla huomattavasti enemmänkin, mutta keskitymme tässä vaiheessa tärkeimpiin.**

Vaadimme mm. arvokkaan vanhuuden takaamista kaikille suomalaisille niin, että kenenkään ei tarvitse pelätä vanhenemista.

Tarvitsemme laadukkaita ja inhimillisiä sosiaali- ja terveyspalveluja, riittävästi valinnanvapautta tukemaan itsemääräämisoikeutta mm. palveluseteleiden ja alvittomien palvelujen avulla sekä kotipalveluihin laatua, saatavuutta ja turvallisuutta.

Olemme ottaneet kantaa sosiaali- ja terveydenhuollon opiskelijavalintoihin ja omaishoidon tukemiseen.

Puhumme esteettömyyden puolesta, hyvän asumisen edellytyksistä ja digitaalisten palvelujen saavutettavuudesta.

Vaadimme oikeudenmukaisuutta verotukseen ja eläkkeiden ostovoiman turvaamista sekä terveydenhuolto- ja lääkekustannusten pitämistä kohtuullisella tasolla.

Sivistynyt yhteiskunta arvostaa seniorikansalaisten elämäkokemusta ja näkee meidät aktiivisina ja itsenäisinä yhteiskunnan toimijoina.

Emme halua olla vain päätöksenteon kohteena vaan haluamme päättää itse elämästämme ja vaikuttaa meitä koskeviin päätöksiin.

Toivomme ikäihmisiä arvostavan ilmapiirin vahvistuvan.

Meidän senioreiden on tärkeää tuoda esiin tavoitteitamme ja kannustaa myös nuoria vaaliurnille. Me ikäihmisethän olemme aina pitäneet äänestämistä oikeutena, jota kannattaa käyttää aina, kun siihen tilaisuus on. Nyt valitaan neljäksi vuodeksi eduskunta, jonka on tuettava toisaalta Suomen menestymistä ja pärjäämistä maailman kilpailussa, toisaalta turvattava palvelut kaikenikäisille, niin että pystymme säilyttämään tulevaisuudessa hyvinvointimme. Se edellyttää mm. satsausta koulutukseen, perheisiin, eläkeläisten toimeentuloon ja palveluihin. Suomi on kokonaisuus, jossa on otettava huomioon koko kansa ja sen tulevaisuus. Sukupolvien välinen vastakkainasettelu ei hyödytä ketään. Yksi Suomen menestystekijöistä on juuri sukupolvien välinen arvostus ja ymmärrys.

Kerhot keväällä 2019.

kerhovastaava Tarja Virkki 050 322 8820

tarja.virkki@outlook.fi

(puheenjohtaja, yhteystiedot)

Bridge ke 12 Ruotsalainen Klubi

Riitta Koskinen 050 596 9152

rinkeli.koskinen@gmail.com

Canasta ke 11 - 15 Ratinan kahvio

Marjatta Sippola 050 366 4824

marjattasippola@gmail.com

Jooga I ke 9.30 Ratina sali 3

Pirkko Kuustie 0500 630 640

p.kuustie@gmail.com

Jooga II pe 10 Monitoimitalo

Maija Oja-Roslund 050 323 2183

maiiaoja@kolumbus.fi

Jooga III ti 10 Ratina sali 4

Kaija Käkälä 040 761 8820

kaija.kakela@gmail.com

Kansantansijat pe 11.30 Ratina sali 4

Marja Rinne 040 762 6682

marjarinne4@gmail.com

Katajaiset, naiskuoro to 10 Pyynikin pappila

Tuula Pietilä 040 717 2022

tuula.pietila@pp.inet.fi

Kelot, mieskuoro ma 9.30 Pyynikin pappila

Lauri Hirvonen 044 236 6805

rov.hirvonen@kotikone.fi

Kirjallisuuskerho ke 13 Laikku, Mäkelän kabinetti

joka toinen viikko

Maija Riitta Koskinen 0400 441 521

maijakoskinen.koskinen@gmail.com

Kädentaidot ke 9.30 Kuuloyhdistys

Tuula Mäkelä 0400 102 555

tuula.makela@pp5.inet.fi

Maalikat ma 11 Monitoimitalo

Tuula Jokiharju 050 3360 257

tuula.jokiharju@saunalahti.fi

Muistikerho to 12 toimiston kokoustila
joka toinen viikko

Marja Kujansuu 050 597 9375

marja.kujansuu@gmail.com

Tarja Virkki 050 322 8820

tarja.virkki@outlook.com

Norpat, vesiv. naiset ja miehet to 10 Varala

Arja Penttilä 040 830 6432

penttila277@gmail.com

Ruokakulttuurit tutuksi

Kokoontuu kerhon jäsenille sähköpostilla ilmoitettavana aikana ja paikassa.

Marja Jussila

jussila.marja@gmail.com

Salonkitanssi ma 15 Ratina sali 4

Tarja Virkki 050 322 8820

tarja.virkki@outlook.com

Tuolijumppa, ti 15.30 Amurinlinna lastentalo

Saara Jantunen 050 377 3612

saara.jantunen@icloud.com

Vesivoimistelu, naiset to 9 Violakoti

Eila Saviaro 0400 441 286

saviaro.eila@gmail.com

Vesivoimistelu 2, naiset ke 10.30 Viola koti

Seija Vehmas 0400 927 252

vehmas.seikku@gmail.com

Vesivoimistelu, miehet ke 11 Viola koti

Jorma Kivimaa 050 593 6160

jorma.kivimaa@luukku.com

Vesivoimistelu 2. Violakodissa

Oletko aina halunnut kokeilla vesijumppaa? Miksi et tulisi mukaan, vaikkapa ensin vain kokeilemaan! Varmaankin huomaaisit, että se on hauskaa ja kaikki tekeminen onnistuu helpommin kuin kuivalla maalla. Ohjelma on monipuolista, Käytämme hymynaamoja, pötkylöitä, kaulimia jne. apuvälineinä. Meitä on kahdenkymmenen naisen joukko. Mukaan sopii vielä mainiosti, varsinkin kun tällä hetkellä osa joukosta on ”pakollisella” tauolla mm. terveydellisistä syistä.

Kevätkausi jatkuu toukokuun puoleenväliin ja syksyllä jatkamme.

Altaan ”syvä pää” on 150 cm. Se sopii erinomaisesti komeille naisille, joita erityisesti toivotamme tervetulleiksi. koska tilaa jumppaamiseen ”syvässä päässä” on enemmän.

Kokoonnumme joka keskiviikkoamu Violakodissa. Pukuhuoneeseen ja altaaseen pääsemme klo 10.15. Jumppa alkaa klo 10.30. Tehokasta vesiliikuntaa

jatkamme sitten klo 11.00 saakka. Kertamaksu on 10 euroa. - Mikäli olet kiinnostunut tulemaan mukaan ota yhteys allekirjoittaneeseen.

Seija Vehmas

0400-927252

Muistikerho myös muistaville

teksti ja kuva Marja Civill

Täällä ei testata muistia, vaan aktivoidaan aivojen toimintaa esim harjoittelemalla käsien koordinaatiota, tai "voimisteluttamalla" aivoja pienten tehtävien avulla. Liikunta on aivoille hyvää aktivointia, ja sitä kannattaa harjoitella säännöllisesti, sanoo **Tarja Virkki**, toinen kerhon ohjaajista. Kerhossa käytetään pieniä apuvälineitä käsien lisäksi, pehmapallojen kierrättämistä käsistä käsiin, sanatehtävien tai kuviotehtävien ratkomista. Tehtäviä tehdään hymyssä suin, kaikki selvästi nauttivat yhdessäolosta ja siitä, että kerhossa ei suoriteta, vaan osallistutaan, kukin omista lähtökohdistaan.



Kerhon jäsenet iloitsevat siitä, että aiemmin tauolle jäänyt kerho käynnistettiin uudelleen 3 v. sitten Tarjan ja **Marja Kujansuun** toimesta. Kun tiedustelee syitä, mikä kerhossa kiinnostaa, jäsenet painottavat helppoa yhdessäoloa, hauskaa seuraa ja virkistäviä tehtäviä.

Kerhoon ovat tervetulleita kaikki, eivät ainoastaan huonomuistiseksi itsensä tuntevat.

Pääsiäisen aikaan



Kirkkovuotemme suuret juhlat – joulun ja pääsiäisen – puhuvat kumpikin Jumalan suurista ihmeistä, joilla hän on lähestynyt meitä. Jouluna Jeesus syntyi ainutkertaisella tavalla ja pääsiäisenä hän nousi kuolleista – yhtä ainutkertaisella tavalla.

Joulun tapahtumat olivat Jumalan pelastussuunnitelman alkusoittoa. Jeesus, Joulun Herra, on lupausten täyttymys. Tinkimättä hän toteuttaa Jumalan suunnitelman meidän pelastamiseksi. Mutta tuo tinkimättömyys vie hänet ristinkuolemaan. Hänestä tulee Herran kärsivä palvelija, joka kärsimykseen suostuessaan ottaa kantaakseen syntimme.

Pitkäperjantai on surun ja murheen täyttämä päivä. Mutta pitkäperjantaita seuraa pääsiäinen ja käsittämättömältä tuntuva uutinen Jeesuksen ylösnousemuksesta. Se on koko kristikunnan syvin ja suurin salaisuus. Pääsiäisen ihme on siinä, että Jeesus ei jäänyt haudattuna, vaan nousi kuolleista, kuoleman voittajana. Pääsiäinen julistaa, ettei pahan valta jää voimaan. Ylösnousemus avaa meille tien uuteen elämään ja syntiemme sovitukseen. Entisiä ei enää muistella, läsnä ovat uudet mahdollisuudet – Vapahtajamme Jeesuksen Kristuksen ansiosta ja tähden.

Kristillisen uskomme vertauskuva on risti. Se ei julista vain Jeesuksen ristinkuolemaa, vaan vielä enemmän Jeesuksen ylösnousemusta. Pääsiäinen tuo elämäämme syvän ilon ja avaa meille taivaan ja Jumalan mahdollisuudet.

Hyvää pääsiäisaikaa Sinulle toivottaen

Lauri Hirvonen
rovasti



Hallitus 2019

Puheenjohtaja

Marja Civill 0400 132 584

civillmarja@gmail.com

Jäsenet:

Riitta Aaltonen 040 587 5304

riitakki@gmail.com

Paula Aho 040 820 2968

paula.aho@kantokolmio.net

Mailis Appelström 050 561 1374

mailis.appelstrom@gmail.com

Seppo Erlamo 050 438 2047

seppoerlamo@gmail.com

Saara Heikkilä 050 593 6589

saara.heikkila42@gmail.com

Marja Kujansuu 050 597 9375

marja.kujansuu@gmail.com

Ilkka Salonen 040 525 5859

ilkka.t.salonen@gmail.com

Tarja Virkki 050 322 8820

tarja.virkki@outlook.com

Toimihenkilöt:

- Varapuheenjohtaja Marja Kujansuu
- Taloudenhoitaja Tuula Latvala, 040 553 8175, tuulalatvala@gmail.com
- Sihteeri Paula Aho
- Tiedottaja Marja Civill, lehdet ja kotisivu
Aamulehti Riitta Aaltonen
- Ikälisän päätoimittaja Raimo Sillanpää, 050 523 9109, caput@elisanet.fi
toimitussihteeri Kaarina Sillanpää, 050 523 9106, katipontis@rokki.net
- Kotisivujen pitäjä Kaarina Sillanpää
- Kerhovastaava Tarja Virkki
- Jäsenrekisterinhoitaja Leena Helin, 050 054 9614, leena.helin@tpnet.fi
- Seurakunta-, ja teatterivastaava Marja Kujansuu
- Facebook-sivujen ylläpitäjä Juha Salonen, juhapertti.salonen@gmail.com

Edustajat seuraavissa toimielimissä

Eläkeläisvaltuusto: Marja Kujansuu, Marja Civill ja Eira Möller

3-Ely: Juha Salonen, Tarja Virkki ja Kaarina Perälä.

Elonpolkuja yhteisö: Ilkka Salonen.

Tulevia tilaisuuksia vuodelle 2019

Huhtikuu

04. klo 14.30 TT/päänäyttämö Sademies

05. klo 12.00 Vanha kirkko Musiikkihartaus

23. klo 13.00 Jäsentilaisuus, Metso/Kuusisali. Vierailijana näyttelijä Esko Roine

24.-26. Matka Tukholmaan.

26.klo 19.00 Jukka Puotila show Tampereen Komediateatterissa

Toukokuu

06.Piirin liikuntapäivä Tampereella Kaupin Sport Centerissä, teemana sauvakävely

14. Retki Seitsemiseen, Kovero ja Anne Mattilan taidekahvila

Kesäkuu

14. Ilmajoen musiikkijuhlat Aino Ackte ooppera.

19.-22. Wienin Filharmonikkojen kesäkonsertti Schönbrunnissa

Syyskuu

15.. Piirin kirkkopyhä Ylöjärvellä

Lokakuu

5. klo 13.00 TTT/Salmelaisen näyttämö, Yhtä matkaa

Kolmen piirin tilaisuus Porissa.

31.klo 14.30 TT/päänäyttämö Notre Damen Kellonsoittaja

Marraskuu

16. klo 14.00Tampereen Komediateatteri, Vilpitön mieli

23. Välimeren risteily

30. klo 14.30 TT/Frenckell näyttämö, Elling.

Joululounas Suomalainen Klubi

Joulukuu

5. Isänmaallinen juhla Näsin Sali

Jäsentilaisuudet

Yhdistyksemme kuukausikouksissa on mielenkiintoisia esityksiä. Kannattaa tulla kuuntelemaan. Usein on myös lisäksi jonkin asian tai tuotteen esittely.

tiistai 23.4. klo 13

Metso/Kuusi-Sali

Roineen teatterisuvun rakastettu jäsen Esko Roine kertoo urastaan näyttelijänä teattereissa ja valkokankaalla.

Musiikkihartaudet

huhtikuu 5.



Tilaisuudet pidetään **Vanhassa kirkossa perjantaisin**.
Hartaudet alkavat kello **12**.

Teatterit

Jos haluat teatteriin Tampereella, katso sivut 18.-20.
Yhdyshenkilö teattereihin on Marja Kujansuu.

Matkoista löydät tietoa sivuilta 27. – 30.

Kävelysauvat heilumaan

Tervetuloa

Pirkanmaan kansallisen senioripiirin
yhteiseen liikuntapäivään maanantaina
06.05. 2019 klo 10 sauvakävelyn merkeissä
Kaupin Sport Centeriin,
os. Kuntokatu 17 Tampere.
TKL bussipysäkki TAYS,
kävelymatka Centeriin n. 500 m.



Ilmoittautuessa Centerin aulassa kello 9.30 alkaen, samalla jaetaan osallistujille lounasliput.

■ Ilmoittautumisen jälkeen on ohjattu **lämmittelyjumppa** Centerin pihalla n. klo 10, jonka jälkeen jakaannutaan kunnon perusteella eritasoisiiin ryhmiin. Maastoon mennään oppaiden ohjaamina.

■ Lenkin jälkeen Centerin ala-aulan ravintolassa salaatti-, ja keittolounas + kahvi klo 11.30 alkaen.

■ Monitoimikentän katsomo on varattu klo 12 lähtien, siellä voi istahtaa ja testata käsien puristusvoimaa, ja muutamille arvonnassa onnekkaille tehdään kehon koostumuksen mittausta.

■ Luennot klo 13 alkaen:

- Kauppi Sport Centerin toiminnan tietoisuus, Liisa Heikkilä, KSC
- Luontoliikunnan terveysvaikutukset, Kirre Palmi, Hämeen liikunta ja urheiluyhdistys
- Pirkanmaan syöpäyhdistys esittäytyy: Tee parempia valintoja, Seija Katavisto Pirkanmaan syöpäyhdistys

■ Klo 14 Päätöskahvit (kahvi ja marjapiirakka).

Sateen sattuessa pidetään esim. tuolijumppaa sisätiloissa.

Ilmoittautumiset tehdään toimistolle joko puhelimitse tai sähköpostilla mahdollisine erityisruokavaliointeina.

Osallistumismaksu 25 euroa, sis. ohjelman ja ruokailut, maksetaan yhdistyksen tilille **13.04.** mennessä maksuviitteellä **4789.**

Tili nro **FI25 4108 0010 7633 43**

Urheilukeskuksen pihassa on pysäköintitilaa, maksuttomat P-luvat haettava ala-aulan info-tiskiltä.

Keskukselta voi vuokrata kävelysauvat, 3 euroa, jos omat unohtuivat kotiin.

■ Piirin matka Adrianmeren rannalle 15.-20.5.2019:

Matkan tiedot löytyvät Pirkanmaan kansallisen senioripiirin verkkosivulta.

Majoitumme Sloveniaan Portoroziin, josta käsin teemme retkiä Istrian niemimaalla. Lento on Pirkkalasta. Portorozissa asumme samassa hotelissa koko matkan ajan. Välimatkat ovat lyhyitä ja matkalla on paljon ohjelmaa, joka ei ehkä sovi liikuntaesteiselle.

Nautimme joka ilta yhteisen illallisen. Sunnuntai on vapaa päivä, jota vietämme kukin omalla tavallamme tai lähdemme tutustumaan etukäteen Piranaan, jonne kulkee paikallisbusseja ja myös laiva. Piranassa nautimme yhdessä läksiäisillallisen ruokajuomineen.

Sloveniaan on helppo rakastua. Maisemat vuorijonoineen ja vesistöineen ovat sykkähdyttäviä, ja ravintoloissa tarjotaan reilun kokoisia, tuoreista raaka-aineista valmistettuja lähiruoka-annoksia. Dober Tek! = Hyvää ruokahalua!

Tutustukaa ohjelmaan ja lähtekää mukaan!

Aurinkoisin ajatuksin, **Liisi Salonen** senioripiirin matkakoordinaattori

Vuoden 2019 tamperelaista teatteritarjontaa

Kaikki teatteriliput on varattava viimeistään kuukautta ennen näytöstä puhelin 0400-193 558

puhelinaika ma - ti 10 -13 tai

sähköpostitse tre.seniorit@kolumbus.fi.

Liput on maksettava tilille FI25 4108 0010 7633 43

kuukautta ennen teatteriesitystä viitenumeron kera.

Tärkeätä on, että varatessasi ilmoitat puhelinnumeron tai sähköpostiosoitteen, jotta voidaan sopia lippujen toimittamisesta.

Tilattuja lippuja ei voi peruuttaa.

Tampereen Komediateatteri
perjantai 26. 4. klo 19

Päänäyttämö

Jukka Puotila show

Hekotusta ja tyylikkäitä iskuja vyön ylle ja alle Jukka Puotilan lisäksi nähdään kymmeniä erilaisia henkilöhahmoja. Puotila loihtii näyttämölle katsojien i loksi perinteisiä hahmoja, mutta myös monia tämän hetken kuumia nimiä pintajulkiksista politiikkoihin.



**B-luokan lippu, sisältää vaatesäilytysmaksun 33€/5144
paikat riveillä 3,4,5 ja 6.**

Tampereen työväen teatteri
La 5.10. klo 13
Eino Salmelaisen näyttämö



YHTÄ MATKAA

Vanha nainen (Seela Sella) ja keski-ikäinen mies (Puntti Valtonen) kohtaavat junassa. Toinen on matkalla häihin, toinen hautajaisiin. Toinen haluaa keskustella, toinen on torjuva. Pitkän matkan jälkeen ennakkoluulot haihtuvat ja vastarinta murenee. Kahden ihmisen elämäntragediat purkautuvat tarinoiksi, joiden kautta toisilleen vieraat löytävät tien ennakkoluulojensa ryteikön läpi.

Poikkeuksellista reittiä kulkevaa matkaa ohjailee ja kommentoi kaikkietietävä, mystinen konduktööri (Safka Pekkonen). Tapahtumia myötäilevä laulu taivaltaa läpi esityksen pohtien matkustamista ja elämää.

Lippu 32€/ viite 5160

Tampereen teatteri **Päänäyttämö**
Torstai 31.10. klo 14.30

Notre Damen kellonsoittaja, **musikaali**

Notre Damen kellonsoittaja perustuu Disneyn animaatioelokuvaan ja Victor Hugon samannimiseen romaaniin.

Kellonsoittaja Quasimodo on hyväsydäminen mutta epämuodostunut hirviö. Hän piileskelee katedraalin suojissa, sieltä koskaan poistumatta. Yksi päivä muuttaa hänen elämänsä ikäjoiksi. Rooleissa: mm. Petrus Kähkönen, Josefin Silen, Ilkka Hämäläinen, Lari Halme, Antti Lang, Risto Korhonen, Ville Mäkinen, Pia Piltz, Helena Rängman

Kamarikuoro Tampere Cappella, Suomen Teatteriopiston opiskelijoita
Ohjaus Georg Malvius

Liput A-ryhmä 83€/ viite 5047

B-ryhmä 69€/ viite 5102



Tampereen komediateatteri
La 16.11. klo 14

VILPITÖN MIELI

” Myin Suomen täyteen väärennettyä taidetta”

on tositaapahtumiin perustuva hulvaton seikkailu, jossa väärennetyn taiteen myynnillä leveästi elänyt Jouni valloittaa koko etelä- Suomen. ”

Suomalaiskodit ovat täynnä väärennöksiä. Niitä on niin paljon, että pahaa tekee”. Tätä Jounin uskomatonta tarinaa ei olisi kirjoitettu ilman lempääläistä taiteilijaa, jonka siveltimistä lähtivät Haloset, Scherfbeckit, Gallen- Kallelat, Särestöniemet Ja Edelfeltit. Ja Jouni teki kauppaa.

Rahaa tulee ovista ja ikkunoista, taide vaihtaa omistajaa parkkipaikoilla.

Ateneum jakelee löyhästi aitoustodistuksia, naiset vaihtuvat, vauhti on kiihty, kunnes koittaa hiljaisuus. Uskomatonta mutta totta!

Rooleissa: Jani Karvinen, Petra Karjalainen ja Ola Tuominen

Lippu 34€/ viite 5225, sisältää narikkamaksun.

Tampereen teatteri

La 30.11. klo 14.30

Frenckell-näyttämö

ELLING

kuva Harri Hinkka

Draamakomedia arjessa selviytymisen ankaruudesta

Elling on hieman erikoinen aikamiespoika, joka äitinsä kuoleman jälkeen joutuu hoitoon psykiatriseen sairaalaan. Huonetoverikseen hän saa itsetuhoisen Kjell- Bjarnen ja miesten välille syntyy omalaatuinen ystävyys.

Miesten ystävyys joutuu todelliseen tulikokeeseen, kun toverukset muuttavat kaupungin tukiasuntoon. Nuoren sosiaalityöntekijän tukemina he opettelevat käymään kaupassa ja tavallista elämää.

Hahmoissa näkyy ahdistus ja pelot, mutta toisaalta asiat vapauttavat nauramaan elämän alituiselle ankaruudelle.

Ohjaus: Henri Kapulainen

Rooleissa: Johannes Korpi-Jaakko, Antti Tiensuu, Eeva Hakulinen ja Kirsimarja Järvinen

A-lippu 37€/ viite 5186

B-lippu 32€/ viite 5209



Senioreiden seniori

teksti ja kuvat Marja Civill



Sillä nimellä voi kiistatta kutsua yhdistyksemme kunniajäsentä **Pentti Kuukankorpea**, joka 20.3. täytti täydet 100 vuotta.

Kun keskustelelee Pentin kanssa, on vaikea kuvitella, että hän olisi tippaakaan yli 70 v, niin aikaansa seuraava ja terävä hän on jutellessaan asioista ja tapahtumista.

Hänen synnyinkotinsa oli Tampereen Amurissa, jonne perhe palasi 1990-luvulla.

Pentti Kuukankorpi kirjoitti ylioppilaaksi Tampereen Yhteislyseosta v. 1938, ja valmistui fil.kandiksi Helsingin yliopistosta -45, ja fil.maist. -46, pääaineinaan kemia, kasvitiede ja fysiikka.

Sodan sytyttyä nuori mies toimi syksyllä -39 vartiointitehtävissä, ja toimi AUK:n ja RUK:n suoritettuaan mm komppanian päällikön apulaisena.

Jatkosodassa Pentti Kuukankorpi toimi komppanian päällikkönä ja joukkueenjohtajana, kunnes haavoittui Pyhäniemessä 13.10.41.

Sotilasarvoltaan hän on res. yliluutnantti.

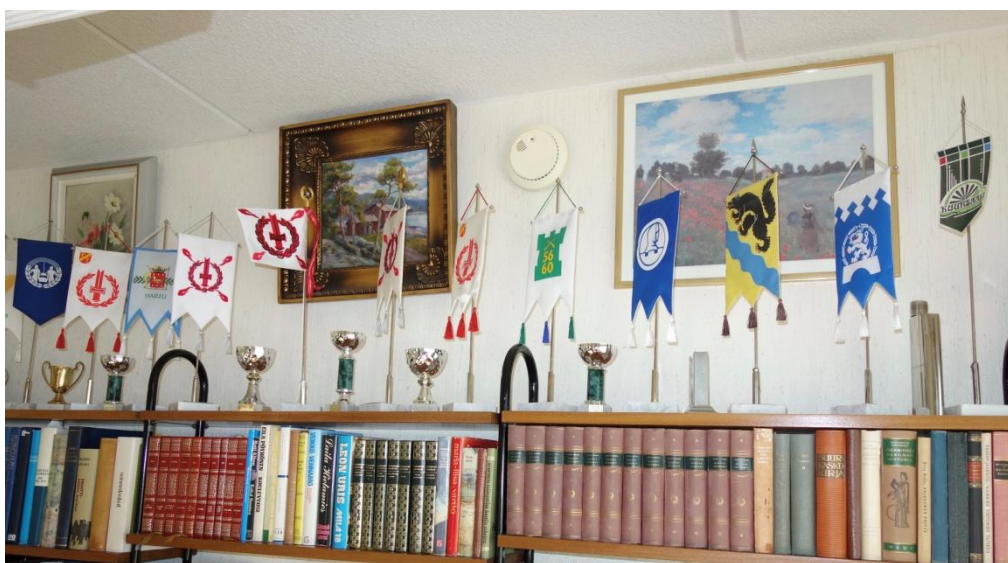
Hänen hengästyttävän pitkä CV:nsä kertoo työurasta, joka alkoi SOK Nokian tehtaiden laboratorion johtajana ja jatkui Helsingin pääkonttoriin. Hän on toiminut monien sekä kotimaisten, että ulkomaisten toimikuntien ja tutkimus- ja koulutusvaliokuntien jäsenenä, ja mm opettajana Helsingin yliopistossa.

Ammattiin liittyvät luottamustehtävät lisääntyivät runsaasti, ja kymmenet vuodet työelämässä viljan parissa vaihtuivat maatalous- kauppa- ja järjestöpolitiikaksi, mutta vilja-asiat pysyivät pääharrastuksena vielä pitkälle eläkevuosinakin.

Hän on julkaissut viljan käyttöä koskevia lukuja eri kirjoissa ja kansainvälisessä ammattisanakirjassa, sekä lukuisia alaan liittyviä tutkimuksia ja artikkeleita sekä kotimaassa että ulkomailla.

Pentti Kuukankorpi on ollut myös haluttu esitelmöitsijä, puhuja ja alustaja kotimaisissa ja kansainvälisissä kokouksissa ja kongresseissa. Huomattavaa on, että hänet on säännöllisesti kutsuttu puhujaksi uusille ylioppilaille, viimeksi Sammon keskuslukioon, joulukuussa 2018.

Lukuisista järjestötoimista Sotainvalidien veljesliitto on edelleen Pentti Kuukankorven ykkösharrastus, jossa hän on toiminut yhdistys-, piiri-, ja liittotasolla, mutta Kansalliset seniorit on heti seuraavana sydäntä lähellä. Hän liittyi Tampereen kansallisiin senioreihin 1989, joten 30 vuotta tuli täyteen viime joulukuussa. Hän on toiminut aiemmin Pirkkalan kansallisissa senioreissa, myös vpj:na, Tampereen kans. senioreiden hallituksessa ja vpj:na, senioritanssikerhon pj ja ohjaajana, Pirkanmaan kans. senioripiirin hallituksessa, ja Kansallisen Eläkeliiton liittovaltuustossa. Hänelle on myönnetty Kansallisen senioriliiton kultainen ansiomerkki ja hänet on nimetty Tampereen kansallisten senioreiden kunniajäseneksi.



Kun istumme Pentti Kuukankorven kauniissa kodissa, katse hakeutuu upeisiin maalauksiin, joita on seinillä runsaasti. Ne ovat lähes kaikki Hilppa Kuukankorven, viime vuoden lopulla hoitokodissa menehtyneen Pentin vaimon töitä. Kysyessäni Pentiltä, mikä on ollut pitkän elämäsi paras kohokohta, hän vastaa hymyillen: Ehdottomasti juhannus Pyhäjärven Saunasaaren kokolla, kun tajusin, kuinka vanhempieni perhetuttavien Salojen Hilppa-tyttärestä on kasvanut kaunis nuori nainen! Naimisiin he menivät sodan päätyttyä juhannuksena 1945. Tytär syntyi 1946 ja poika 1949.

Hilppa Kuukankorpi kaatui kotona vuoden 2017 lopulla ja loukkaantui. Hänet siirrettiin sairaalasta hoitokotiin, jossa Pentti kävi omasta selkävamastaan huolimatta joka päivä vaimoaan tervehtimässä. Kuolema tuli yllättäen, ja ikävä on kova, sanoo Pentti vaimoaan Hilppaa muistellessaan.

Nähdessäni Pentin kuitenkin päivittäisillä kävelylenkeillään en voi kuin ajatella, että meidän nuorempienkin tulisi muistaa liikkua säännöllisesti ja ottaa mallia senioreiden senioristamme.

Haapasalon Suomi

teksti ja kuvat Tuula Jokiharju

Kuvatessaan ohjelmasarjaa "Haapasalon Suomi" Ville Haapasalo kävi yllättäen tutustumassa myös Maalikot kuvataidekerhoon. Ville keskusteli kerholaisten kanssa välittömään tyyliinsä ja innostui itsekkin taiteilemaan. Mikähän on Villen maalauksen aiheena?



Kuvausten tulokset näkyvät ohjelman jaksossa 7, Pirkanmaa. Ohjelman jaksot ovat nähtävillä Ruutu ja Ruutu+ -palveluissa. Ne löytyvät myös nettiselaimella

<https://www.ruutu.fi/ohjelmat/haapasalon-suomi>



Harmaakaihin hyvä hoito

teksti ja kuva Marja Civill



Ennen kevätkokouksen 14.03. alkua silmäsairauksien erikoislääkäri, silmäkirurgi **Tero Pajari** kertoi harmaakaihista ja sen hoidosta.

Hän on aiemmin työskennellyt mm. TAYS:issa ja Terveystalossa, mutta on sittemmin perustanut Ratinaan Pieni kirurginen silmäsairaala ÖGAn.

Hän kertoi, että nuorin potilas, jolta hän on leikannut harmaakaihin, oli 18 vuotias, ja vanhin 101 v, joten ikähaarukka on melkoinen, vaikka yleisin taudin puhkeamisikä onkin n. 70 v (+- 5 v).

Harmaakaihin syitä ovat ikä, lääkitykset, diabetes, vammat ja perimä. Hän kertoi taudin oireita olevan mm. näön tarkkuuden heikkeneminen ja häikäistymisen lisääntyminen.

Harmaakaihia hoidetaan aina leikkaamalla. toimenpide on nopea ja kivuton, ja tehdään päiväkirurgisesti paikallispuudutuksella. Toipuminenkin on nopeaa. Roskan tunne kestää muutamia päiviä, silmätippoja tiputetaan n. kk ajan.

Milloin leikataan? Kun silmän näkeminen hankaloituu merkittävästi tai aiheuttaa muita löydöksiä tai oireita.

Luennon lopuksi Tero Pajari vastasi useisiin yleisöstä nousseisiin kysymyksiin.

Metson Kuusi-salin jäsentilaisuus 12.02

teksti ja kuvat Marja Civill

Yleisöä oli n. 40 henkeä.

Kuvassa **Rasmus Niklas-Salminen** kertoo Koskikeskuksen Intersport-liikkeen tarjoamista palveluista.



Kuvassa on Juha Laakso ja myy Koskikeskuksen Intersport myymälässä Footbalance -pohjallisia, jotka valmistetaan omien mittojen mukaan. Hän kertoi, että mittaus on ilmaista, ja pohjallisilla on 30 pv:n palautusoikeus.



Kuvassa on samana päivänä edellisten herrojen jälkeen esitelmän pitänyt Ulla Aurio. Hän puhui aiheesta "Rauhaa, riemua ja roihua, ja miten saamme nämä asiat balanssiin elämässämme".

Matkailutoimikunta tiedottaa

Seuraaville matkoillemme/retkillemme on vielä tilaa. Tule mukaan.

Päivä keväisessä Tukholmassa

24.-26.4.Helsingin laivoilla. Matkan hinta on vain 95 euroa hengeltä yhden ja kahden hengen hytissä. Matkaan sisältyy opastettu kiertoajelu ja ostoskuljetukset.

Virkistävä kevätretki Seitsemiseen ja Anne Mattilan taidekahvilaan 14.5..

Retken hinta on 58 euroa ja se sisältää kuljetukset ja lounaan taidekahvilassa

Oopperamatka Ilmajoen musiikkijuhlille 14.6. katsomaan Aino Ackte oopperaa

Muutama lippu jäljellä parhaille paikoille. Kuljetukset, lounas ja pääsyliput sekä väliaikakahvit ja mukavaa seuraa. Hinta yhteensä 163 euroa hengeltä. Ilmoittautuminen tälle matkalle 31.3. mennessä Matkapojat Oy/Minna Lehtonen puh. 0102323411.

Tarkemmat tiedot saat lehden seuraavilta sivuilta.

Terveisin Mailis Appelström, 0505611374, mailis.appelstrom@gmail.com
Brita Lamminen. 0445586193 brita.lamminen1@luukku.com
Erkki Salokangas, 0400627026, erkki.salokangas@gmail.com

1.Supertarjous! 95€

Tukholmaan päiväksi Helsingistä

ke – pe 24. – 26.4.2019



Matkaohjelma

klo 14:00

klo 16:30

majoittuminen

klo 17:30

Helsingistä Tukholmaan

Tilausajokuljetus Tampereen linja-autoasemalta
tulo satamaan, siirtyminen laivaan ja

2- tai 1-hengen yläkerran hytteihin.

Viking Linen laiva M/s Gabriella lähtee



25.4.2019

klo 10:00

Torstai

tulo Tukholmaan Lähtö suomalaisen oppaan
johdolla Tukholman kaupunkikiertoajelulle, jonka
jälkeen vielä ostosretki halukkaille

klo 16:30

M/s Gabriella lähtee paluumatkalle Helsinkiin

26.4.2019

Perjantai

klo 10:10 laiva saapuu Helsinkiin, josta kuljetus edelleen Tampereelle

n. klo 13:00 tulo Tampereelle

Matkan hinta vain 95€/hlö, sisältää:

Yhden tai kahden hengen hytti mukavuuksin yläkansilta

*tilausajo Tampereelta; bussi mukana

Tukholmassa

* Helsinki-Tukholma-Helsinki 2-hengen tai 1-
hengen hytti

*opastettu kaupunkikiertoajelu ja ostosretki

Vastuullinen matkanjärjestäjä Matkapojat Oy

2.Kevätretki

14.5.2019 Seitsemisen luonnonpuistoon, Koveron perinnetilalle ja Anne Mattilan taidekahvilaan



Lähtö on klo 9.00 Keskustorilta Seitsemisen kansallispuisto. Koveron perinnetilalle , jossa tutustutaan oppaan johdolla mm. Koveron kruununmetsätorppaan.

Kahvit Seitsemisen luontokeskuksessa.
Patikointia halukkaille ja luontomuseo.



Matka jatkuu Karviaan Anne Mattilan taidekahvilaan, jossa runsas buffetlounas, taidenäyttely ja taidepolku.
Tampereella olemme noin 17.30

Matkan hinta on 58 euroa.

Vastuullinen matkanjärjestäjä T. Tuomisto Oy