

Sisältö

- 2. Sisältö
- 3. – 4. Puheenjohtajan tervehdys
- 5. Hallitus ja toimihenkilöt
- 6. Iloa yhdessäolosta – liikunnasta terveyttä
- 7. Anneli Taina
- 8. Vesivoimistelu 2.
- 9. – 10. Hyvää pääsiäistä
- 11. – 12. Kerhot
- 13. – 14. Katajaiset
- 15. Bridge
- 16. – 19. Tulevia tilaisuuksia
- 20. Kynttiläkirkko
- 21. – 22. Helmikuun jäsentilaisuus
- 23. – 24. Mitä sillä mieskuorossa tapahtuu
- 25. – 27. Osteoporoosi
- 28. – 29. Ruokakulttuurit tutuksi
- 30. – 33. Teatteria Tampereella

Yhdistyksemme hallitus vuonna 2018



Ylärivissä vasemmalta Paula, Maija-Liisa, Riitta, Mailis, Marra, Tarja
Alarivissä Seppo tal.h., Marja pj. Jorma ja Leena

Puheenjohtajan tervehdys

*Aurinkoiset kireät pakkaspäivät
helmi-maaliskuun vaihteessa
toivat mieleen lapsuuden talvet,
lunta oli paljon, ja se narskui
askelten alla, sormia ja
poskipäitäkin kylmäsi.
Meidän ikäpolvemme on
kokenut koviakin talvia,
viimeisimmät ovat kyllä olleet
enimmäkseen harmaita ja
lauhkeita.*



Olemme siirtyneet muistovuodesta toiseen, viime vuonna juhlittiin 100-vuotiaasta Suomea.

Tänä vuonna muistellaan 100 vuotta sitten käytyä sisällissotaa monilla eri foorumeilla, teatterien, luentotilaisuuksien ja näyttelyiden esille tuomina.

Emme ehkä osaa kuvitellakaan, miten raskaita nuo kuukaudet, jotka sota kesti, olivat, sen kaikille osapuolille.

Toivottavasti ei meille koskaan enää tule aikaa, jolloin veljet sotivat veljiään vastaan.

Tampereen kansallisilla senioreilla on uuden vuoden alkaessa uusia henkilöitä vastuutehtävissä.

Paitsi allekirjoittanut puheenjohtajan työt aloittaneena, saimme uuden taloudenhoitajan, Seppo Erlamon, hallitukseen ja matkailutoimikuntaan Mailis Appelströmin, hallitukseen ja Aamulehden tiedottajaksi Riitta Aaltosen.

Tässä yhteydessä haluan kiittää Juha Salosta viime vuoden puheenjohtajuudesta ja Marja Jussilaa talouden hoidosta. Muutkaan

hallitus- ja toimikuntatyön vuodenvaihteessa jättäneet, alkää jääkö laakereillenne lepäämään, huiliajan jälkeen teitä tarvitaan taas! Kiitän myös erityisesti teitä, jotka jatkatte hallituksessa, toimikunnissa ja kerhoissa, teidän tuellanne ja yhdessä toimien jatkamme tamperelaista seniorityötä.

Sähköpostiosoitteensa antaneille lähetämme uusien tilaisuuksien ilmaantuessa tuoretta lisätietoa. Matkailutoimikunta tiedottaa myös sähköpostitse uusista retkistä, joita on jo paljon suunnitteilla.

Säilyttäkää tämä Ikälisä kuitenkin käden ulottuvilla, sen sivuilta selviää paljon yhdistyksestä ja sen tulevista tapahtumista, kunnes seuraava lehti ilmestyy.

Kotisivuiltamme löydätte tärkeää, ajankohtaista tietoa yhdistyksen toiminnasta, sekä linkit piiriin ja liittoon, jotka tarjoavat myös retkiä ym.

Piirin keväistä liikuntapäivää vietetään toukokuussa Sääksmäellä, Rapolanvuoren historiallisilla tienoilla. Sinne piiri järjestää yhteiskuljetuksen.

Liiton toukokuuiselle senioriristeilylle mahtuu vielä mukaan, ohjelmassa on paljon asiaa ja virkistystä. Kotisivuilta on linkki myös liiton sivuille risteilyn ohjelmaan, ohjeet ilmoittautumiseen sekä tiedot liittymäkuljetuksista.

Toivotan kaikille jäsenille hyvää talven jatkoa ja aurinkoista kevään odotusta, nähdään tapahtumissamme!

Marja Civill



Hallitus 2018

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

Leena Helin 050 054 9614

leena.helin@tpnet.fi

Marja Kujansuu 050 597 9375

marja.kujansuu@gmail.com

Maija-Liisa Nikki 040 566 7941

majaliisa.nikki@gmail.com

Jorma Stenbäck 040 551 1193

jorma.stenback@gmail.com

Tarja Virkki 050 322 8820

tarja.virkki@outlook.com

Hallituksen toimihenkilöt:

- Varapuheenjohtaja Marja Kujansuu
- Taloudenhoitaja Seppo Erlamo, 050 438 2047 seppoerlamo@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
- Kerhovastaav Pirjo Kostiainen, 040 073 4054, pirjo.kostiainen@hotmail.com
- Jäsenrekisterinhoitaja Leena Helin
- Seurakunta-, ja teatterivastaava Marja Kujansuu
- Facebook-sivujen ylläpitäjä Juha Salonen, juhapertti.salonen@gmail.com

Edustajat seuraavissa toimielimissä

Eläkeläisvaltuusto: Marja Kujansuu ja Marja Civill.

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

Elonpolkuja yhteisö: Ilkka Salonen.

Toimikunnat;

- Työvaliokunta: puheenjohtaja Marja Civill, Seppo Erlamo, Marja Kujansuu ja Paula Aho
- Ikälisän toimituskunta: päätoimittaja Raimo Sillanpää, toimitussihteeri Kaarina Sillanpää, Paula Aho, Marja Civill ja Jorma Stenbäck
- Matkailutoimikunta: Erkki Salokangas, Brita Lamminen ja Mailis Appelström

Senioriliiton valtuusto
Senioriliiton puheenjohtaja
Pirkanmaan kansallinen senioripiiri
Vanhusneuvosto

Juha Salonen
Anneli Taina
Marja Civill
Juha Salonen vpj.
Tuija-Leena Juutilainen
Maija-Liisa Nikki

Iloa yhdessäolosta - liikunnasta terveyttä

Torstain vesivoimistelukerho tuli toimineeksi 19 vuotta helmikuun alussa. Alusta asti mukana ovat edelleen Asta Etelälahti, Laura Salo ja Kirsti Anttola. Meitä ohjaa iloinen ”hymynaama” Heli. Vesi on oivallinen kumppani. Altaassa ollaan kuin balettitanssijoita!

Asta Etelälahti ja Laura Salo
kuva Eila Saviaro



Ohjaaja Heli

kuva Eila Saviaro

Aloitamme syyskauden 06.09.

Aloitussajankohta muuttuu syyskuusta lähtien alkaen kello 9.00.

Tervetuloa mukaan!
Eila Saviaro

Kannetaan oma osamme vastuusta



Vuonna 2030, siis jo 12 vuoden kuluttua, on yli 65-vuotiaiden osuus väestöstä n. 26 %. Tämä tarkoittaa sitä, että sosiaali- ja terveyspalvelujen tarve kasvaa koko ajan. Se kasvaa siitä huolimatta, että tämän päivän ikäihminen ei ole koko ikäänsä toisten apua tarvitseva vanhus vaan pääosin aktiivinen, osallistuva kansalainen, joka auttaa kanssaihmiään.

Me kuulumme ikäpolviin, joille vastuunkantaminen on itsestäänselvyys. Me haluamme osaltamme kantaa vastuun itsestämme ja lähimmäisistämme ja pysyä mahdollisimman kauan toimintakykyisinä. Me haluamme käyttää erilaisia kaupallisia ja kulttuuripalveluja vireyden ylläpitämiseksi.

Aktiivisuudestamme riippuu monen palvelun menestyminen. Ilman meitä moni teatteri olisi vaikeuksissa ja moni konserttisali puolityhjä.

Me puolestamme edellytämme palvelujen ja tuotteiden myyjiltä, että meidän tarpeemme asiakkaina huomioidaan. Tilojen, joihin meitä odotetaan asiakkaiksi, on oltava esteettömiä niin että vajavainen liikkumisemme ei estä osallistumista. Edellytämme, että myytävissä tuotteissa otetaan huomioon tarpeet, joita meillä on. Usein tuntuu siltä, ettei yksityinen sektori ole ymmärtänyt vielä kovin laajasti sitä, millaisen asiakaskunnan muodostaa n. 1,5 miljoonaa eläkeläistä, joiden määrä kasvaa koko ajan.

Poliittiset päättäjät ovat ainakin pääosin ymmärtäneet, että väestörakenteen nopea muutos aiheuttaa julkisiin palveluihin muutostarpeita. Muutokseen on reagoitu sote-uudistuksella, joka on nyt loppusuoralla. Pääosa soteasiakkaista on eläkeläisiä. Meille on siis erittäin tärkeää, että uudistus saadaan mitä pikimmin aikaan.

Valinnanvapauslaki on viimeisin osa uudistusta, joka on maaliskuussa annettu eduskunnalle. Sen mukaan tarkoituksena on lisätä asiakkaiden mahdollisuuksia valita palveluntuottaja ja parantaa saatavuutta ja laatua. Asiakaseteleillä voi saada mm. kotihoitoa ja kotipalveluja, joiden tarve kasvaa koko ajan aivan valtavasti. Lakia voi nimittää jopa sosiaaliseksi innovaatioksi, kun se laajentaa palvelujen tuottajien määrää ja antaa asiakkaiden valinnoillaan valvoa palvelujen laatua. Toivon, että eduskunta hyväksyy uudistuksen vihdoin.

Anneli Taina

Kansallisen senioriliiton puheenjohtaja

Vesivoimistelu 2 Violakodissa

Vesivoimistelu on jokaiselle sopiva liikuntamuoto.

Varsinkin meille entisille nuorille se antaa mahdollisuuden saada jäykkiin niveliin ja lihaksiin liikettä miellyttävällä tavalla. Monet temput, joita ei pysty kuivalla maalla tekemään, onnistuvat altaassa. Veden antama vastus tuo jumppaan riittävästi haastetta. Puoli tuntia altaassa, vastaa yhtä tuntia kuivalla maalla.

Ohjelma on monipuolista. Meillä on käytössä erilaisia välineitä; kaulimia, pötkylöitä, kukkia jne. Kun jumppaa tahdittaa nuoruusaikojemme musiikki, jumppa sujuu kuin leikiten. Lähes joka kerta altaassa tulee hiki pintaan. Jumpan jälkeen onkin mahdollista piipahtaa saunassa ja suihkussa.

Ryhmä kakkosessa on tällä hetkellä 19 reipasta naissenioria. Kaikki eivät joka kerta pääse jumpalle erilaisten esteitten takia, mutta tärkeintä on lähteä mukaan ja laittaa nivelet liikkeelle. Ryhmässäni, ke 10.30 Violakodissa, on muutama paikka vapaana. Kevätkautemme jatkuu 9.5. saakka.

Kesän jälkeen jumppa jatkuu 5.9. - Jos olet kiinnostunut kaltaistesi seurasta ja mukavasta liikunnasta, ota yhteys allekirjoittaneeseen.

Seija Vehmas



Hyvää Pääsiäistä

rovasti Lauri Hirvonen



Joulunaikaan toivoimme runoilijan tavoin: oi jospa ihmisellä, ois´ joulu ainainen! Pääsiäisestä voisi hyvästä syystä sanoa, että se ei ole vain yhden kerran vuodessa, vaan oikeastaan sitä vietetään joka sunnuntaina.

Jeesuksen ylösnousemuksen päivää eli viikon ensimmäistä päivää hänen ystävänsä alkoivat viettää aivan erityisellä tavalla.

Kokoonnuttiin Mestarin muiston äärelle, palautettiin mieleen hänen ajatuksiaan ja tekojaan, ylistettiin Jumalaa hänen pelastusteoistaan. Apostolien teoissa on talletettuna hyvä kuvaus alkuseurakunnan elämästä. Siinä kuvataan, miten uskovat elivät keskinäisessä yhteydessä, mursivat yhdessä leipää ja rukoilivat.

Siinä olivat läsnä Pietari ja Tuomas ja monet muut. He saivat omistaa täydestä sydäimestä pääsiäisen sanoman uudelleen alkamisen armosta ja uuden elämän mahdollisuuksista. Perustan sille loi Jeesus ristinkuolemallaan. Hän kärsi yhden tuskallisimmista kuolemista ja toteutti Jumalan pelastussuunnitelman.

Uutta alkua sai opetella Pietari, joka rehvakkaasti oli luvannut seurata Jeesusta ihan minne tahansa. Toisin kuitenkin kävi, kun pelko voitti ja sai hänet kieltämään Mestarinsa. Hänet Ylösnoussut Jeesus varustaa uuteen tehtävään. Kalastajasta tulee ihmisten kalastaja.

Tuomas oli toinen uskonsa kanssa kompuroija. Kenties läpeensä rehellinen epäilijä, joka ei halunnut haihatella katteettomien lupausten perässä. Hän ei haltioitunut tiedoista, joiden mukaan Jeesus oli ylösnoussut kuolleista, vaan tarvitsi henkilökohtaista vakuuttumista tosiasioista. Vasta armollisen ja ymmärtävän Jeesuksen kohdattuaan hän pääsi sanomaan ”Minun Herrani ja minun Jumalani”.



Pääsiäinen on ihme ja salaisuus, se on uskomme ydin ja pääsiäisen ihmeestä riittää jaettavaa ympäri vuoden. Jokainen jumalanpalvelus avaa osaltaan tätä salaisuutta, tarjotessaan meille yhteyden Ylösnouseeseen Herramme ja Vapahtajamme kanssa.

Pääsiäisen sanomaa kuulutetaan taas kaikkialla maailmassa. Jos se ei olisi totta, iloisen uutisen ketjukirje olisi katkennut jo kauan sitten. Opetuslapsetkin olisivat jättäneet lähtemättä sille tielle, mikä toi heille vainoa, tuskaa, kuolemaa. Mutta he olivat täysin vakuuttuneita Jeesuksen ylösnousemuksesta. He halusivat viedä viestiä Jumalan rakkaudesta ja anteeksiantamuksen tuomasta uudesta elämästä.

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.



Kerhot keväällä 2018.

kerhovastaava Pirjo Kostiainen 0400 734 054

pirjo.kostiainen@hotmail.com

(puheenjohtaja, yhteystiedot)

Bridge ke 12 Ruotsalainen Klubi

Riitta Koskinen 050 596 9152

rinkeli.koskinen@gmail.com

Canasta ke 11 - 15 Ratinan kahvio

Timo Kytökari 050 035 7387

timokytokari@gmail.com

Jooga I ke 9.30 Ratina sali 3

Pirkko Kuustie 0500 630 640

p.kuustie@gmail.com

Jooga II pe 9 Monitoimitalo

Maija Oja-Roslund 050 323 2183

maijaoja@kolumbus.fi

Jooga III ti 10 Ratina sali 4

Kaija Käkälä 040 761 8820

kaija.kakela@gmail.com

Kansantanssijat pe 11.30 Ratina sali 4

Marja Rinne 040 762 6682

marjarinne4@gmail.com

Katajaiset, naiskuoro to 10 Pyynikin pappila

Pirjo Kostiainen 0400 734 054

pirjo.kostiainen@hotmail.com

Kelot, mieskuoro ma 9.30 Pyynikin pappila

Lauri Hirvonen 044 236 6805

rov.hirvonen@kotikone.fi

Kirjallisuuskerho ke 13 Kumppanuustalo Artteli

joka toinen viikko

Maija Riitta Koskinen 0400 441 521

maijakoskinen.koskinen@gmail.com

Kädentaidot ke 9.30 Kuuloyhdistys

Anja Lehti 050 370 8906

anja.lehti@kotiportti.fi

Maalikot 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 ti 14 kuukauden 3:s ti

Marja Jussila 0400 630 337

jussila.marja@gmail.com

Saksankieli to 14 toimiston kokoustila
joka toin en viikko

Marjatta Kulku 040 083 4812

marjattakulku65@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

sammu@elisanet.fi

Vesivoimistelu, naiset to 9.15 Violakoti, 6.9.alkaen klo 9

Eila Saviaro 0400 441 286

saviaro.eila@gmail.com

Vesivoimistelu 2, naiset ke 10.30 Viola koti

Seija Vehmas 0400 927 252

vehmas.seikka@gmail.com

Vesivoimistelu, miehet ke 11 Viola koti

Jorma Kivimaa 050 593 6160

jorma.kivimaa@luukku.com

Juhlakonsertti 2

Naiskuoro Katajaiset
johtaa ja säestää Jussi Tamminen
su 15.4.2018 klo 18
Aleksanterin kirkko
Käsiohjelma 10 euroa



Kuva Photoni , Toni Neffling

Konsertissa kuullaan harvoin Suomessa esitetty Max Filken (1885-1911) messu sekä osia Pekka Kostiaisen (1944-) Ylistysmessusta.

Katajaiset vieraili toukokuussa 2017 Viron Haapsalussa ja konsertoi yhdessä **Naiskoor Kaasiken** kanssa. Tuota kuoroa johtaa **Sirje Kaasik** (1958-), joka on muun muassa taitava säveltäjä. Kaasike tai Kaasik tarkoittaa koivikkoa, joten samoilla puulinjoilla ollaan niin kuorojen kuin niiden johtajien nimien osalta. Sanottakoon sekin, että Kaasike-kuoro on perustettu ja nimetty jo ennen Sirje Kaasikin johtajaksi tuloa.



Kuva Taisto Pietilä

Kuorot yhdessä. Esiintymisasutkin ovat melkein samanlaiset. Tästä ei ollut puhetta etukäteen.

Ystäväkuoromme kotimaan nyt viettäessä juhlavuottaan haluamme osallistua heidän iloonsa ottamalla konsertti-ohjelmistoomme virolaisia lauluja, osa niistä Sirje Kaasikin käsialaa.

Tervetuloa konserttiin!

Pirjo Kostiainen

Bridgekerhon kuulumisia:

Pelinjohtajan ominaisuudessa en voi muuta kuin kiittää kaikkia pelaajiamme innokkaasta osallistumisesta mukaviin keskiviikkopeleihimme! Viime syksynä 2017 ja nyt alkukevästä 2018 meitä on ollut keskimäärin 8 pöytää, eli pelaajia paikalla 32. Joskus enemmän, joskus vähemmän - mutta koskaan ei kylmä tai sade ole ollut kenellekään este tulla jumppaamaan harmaita aivosoluja.

Senioribridgen
45-vuotisjuhlakilpailu
25.1.2017
Ruotsalaisella klubilla



14.2.2018 pidetty vuosikokous
piti pelimaksut ennallaan
(40 e/lukukausi tai 8 e/kerta
kunnes 40 e saavutetaan)

eli tämä harrastus ei ole kallis. Toimihenkilötkin uusivat mandaattinsa: Riitta Koskinen jatkaa puheenjohtajana, Johanna Oja rahastonhoitajana, Päivi ja Erkki Uitti varapelinjohtajina, sekä allekirjoittanut varsinaisena pelinjohtajana.

Kokoonnumme siis kerran viikossa, keskiviikkoiltapäivisin (kesäkuukaudet poislukien), pelaamaan bridgeä Ruotsalaisen klubin oivallisissa tiloissa Tampereen keskustassa. Tämä virkistyshetki on monelle seniorille viikon kohokohta!

Ja toivotamme myös uudet, enemmän ja vähemmänkin pelanneet parit tervetulleiksi. Etukäteisilmoittautumista ei tarvita. Alkeiskursseja Senioribridge ei järjestä, mutta mm. Tampereen Bridgekerho on sellaisia järjestänyt, niistä löytyy tietoa parhaiten netistä. Löydä itsellesi pelikaveri, on hyvä lähteä liikkeelle parin kanssa, ja siitä sitten alkeiskurssin jälkeen tosiharjoituksiin Senioreiden kanssa!

Bridge on mukava harrastus, ei kysy aikaa eikä paikkaa eikä kielitaitoa, ei myöskään matemaattisia taitoja. Jos innostus heräsi soita minulle nroon 050 5404916 saadaksesi tarkempia tietoja. Pelihetkiä ei voi verratakaan television tuijotukseen...

Tampereella helmikuun 25. päivänä 2018 *Riitta Salvén*



Tulevia tilaisuuksia vuodelle 2018

Huhtikuu

- 1.-30. klo 9-20 Näkötorin Munkkikahvila nähtävissä Maalikut -taidetta.
- Avajaistilaisuus 3.4. klo 18.
- 06. klo 12, Vanha kirkko Musiikkihartaus
- 06. Lahti Jazzkonserttimatka Oscar Petersonin hengessä
- 12. klo 13, Metso Kuusi-Sali jäsentilaisuus, kun suru koskettaa.
- 15. klo 18, Aleksanterin kirkko, Katajaisten konsertti

Toukokuu

- 03. Yhdistyksemme oma seniorikävely Mustalahdesta Lapinnimeen, kahvila Ansariin.
- Lähtö Mustalahdesta, ravintola Kaislan pihasta klo 13.00.
- 09. klo 14.30, TT/päänäyttämö Cats.
- 15. Piirin liikuntapäivä ; Sääksmäki-Voipaala-Rapola

Heinäkuu

- 18. klo 14.00, Pyynikin kesäteatteri Ehtoolehdon sankarit.
- 28. Sillanpää-ooppera Hämeenkyrössä.

Syyskuu

- 07. klo 12 Vanha kirkko Musiikkihartaus
- 23. Piirin Kirkkopyhä Orivedellä

Lokakuu

- 05. klo 12 Vanha kirkko Musiikkihartaus
- 08. Kolmen piirin kulttuurijuhla Tampereella Rosendahlissa.
- 19. klo 14.30, TT/päänäyttämö Sademies

Marraskuu

- 2. klo 12 Vanha kirkko Musiikkihartaus
- 10. klo 13.00 TTT/ Eino Salmelaisen näyttämö Vanhoja poikia
- 24. klo 13.00 TTT/päänäyttämö Billy Elliot
- 29. klo 13-15 Joululounas Suomalainen Klubi

Joulukuu

- 5. klo 12. Isänmaallinen juhla Näsin Sali
- 8. klo 14.30 TT/päänäyttämö Anna Karenina

Jäsentilaisuudet

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

torstai 12.4. klo 13

Metso/Kuusi-Sali

Kun suru koskettaa. Käytännön asioista, vaihtoehtoista ja velvoitteista kertoo Pinja Hellman Viitasen Hautaustoimisto Oy:stä.

Musiikkihartaudet

huhtikuu 6.
toukokuu 4.



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

Seniorikävely

Yhdistyksen oma seniorikävely tehdään torstaina 3.5.

Lähtöön kokoonnutaan Mustanlahden satamaan **Kaisla-ravintolan pihaan** klo 13.00, jossa ilmoittautuminen ja alkulämmittely Tarja Virkin johdolla. Kävellään rantaväylää pitkin Lapinniemeen, siellä sijaitsevaan Kahvila-ravintola **Ansariin**, jossa omakustanteiset kahvit. Perillä arvotaan **kakkulahjakortti** kaikkien osallistujien kesken. Paluu keskustaan omaa tahtia ja reittiä, tai TKL:n bussilla nro 2.

Teatterit

Jos haluat teatteriin Tampereella, katso sivut 31. - 34.
Yhdyshenkilö teattereihin on Marja Kujansuu.

Konsertit

Naiskuoro Katajaiset täytti viime vuonna 40 vuotta. Juhlakonsertin ensimmäinen osa pidettiin lokakuussa, ja toinen osa kuullaan **Aleksanterin kirkossa huhtikuun 15. päivänä klo 18.**

Johtajana ja säestäjänä on Jussi Tamminen.



Senioripiirissä tapahtuu:

Piirin liikuntapäivä Valkeakoskella 15.5.2018

10.00

Kokoontuminen Sääksmäen kirkossa

- * senioripiirin tervehdys, pj. Sirkka Juva
- * *kirkon esittely, kirkkoherra Markku Antola*
- * *päivän info, Marianne Marenk*
- * *musiikkiesitys, Retrotytöt*



Liikunta-aktiviteetteihin järjestäytyminen

* *kolme eritasoista liikuntareittiä (kaikissa ryhmissä vetäjänä opas sekä saattajat/avustajat)*

Ryhmä 1: Sääksmäen kirkko - Voipaala - Rapolan harju – Voipaala (n. 2,5 km, nousuja)

Ryhmä 2: Sääksmäen kirkko - P.E. Svinhufvudin synnyinkoti - Skillapuutarha – Voipaala (n. 2,0 km, lähes tasaista)

Ryhmä 3: Sääksmäen kirkko – Voipaala (700 m, tasaista)



Ruokailu liikunnan jälkeen ryhmittäin → → →



Iltapäivätuokio kartanon puutarhassa, kahvitus

(sateen sattuessa sisätiloissa)

* Trubaduuri Esko Lehtonen viihdyttää

* *karkelointia*

Koskihanureiden tahdissa

Arpajaiset - miltei joka arpa

voittaa! Yhteislaulua



16.00

Kotiinlähtö Voipaalan parkkipaikalta

Pirkanmaan kansallinen senioripiiri ja Valkeakosken kansalliset

seniorit ry

PS.

* *Voipaalan päärakennuksessa: 22.4.-27.5.2018:*

Kuvataide- ja käsityökoulu Emilin kevätnäyttely (maksullinen)

* *Alueella sijaitsee myös kuvanveistäjä Elias Ilkan ateljee*

Osallistumismaksu on 20 euroa / osallistuja.

Sitovat ilmoittautumiset 17.4.2018 yhdistyksemme toimistoon, maininnalla osallistuuko yhteiskuljetukseen.

Osallistumismaksu suoritetaan 17.4.2018 mennessä

tilille FI07 4924 0010 1853 33 **viitteellä 4653**

Yhteiskuljetus maksaa lisäksi n. 10 euroa. Tarkempi summa ilmoitetaan osallistujille myöhemmin.

Tapahtuman osoitteet Valkeakoskella:

Kirkko: Kirkkovainiontie 10, Sääksmäki

Voipaalan kartano: Sääksmäentie 772, Sääksmäki.

Iloinen ja aktiivinen

naisten ja miesten

vesijumppaporukka

Varalassa torstaisin klo 10 - 10.30.



Kynttiläkirkko

Perinteiseen tapaan tammikuun musiikkihartaus Vanhassa kirkossa on samalla muistotilaisuus edellisenä vuonna poisnukkuneille jäsenillemme. Tänä vuonna kynttilä heille sytytettiin perjantaina 12. tammikuuta. Kirkkoon oli kokoontunut pieni joukko senioreita ja omaisia. Enemmänkin olisi toivonut väkeä, sillä ohjelma oli Tuija **Kurjen** hyvin kokoama ja musiikki kaunistaa kuultavaa.

Tilaisuus alkoi Bachin teoksella Air (urut ja viulu) Kynttiläseremonian ja poisnukkuneiden nimien luvun jälkeen kuultiin kaunis Händelin Largo, jossa soivat herkästi yhdessä huilu, alttoviulu ja urut. Pastori Raimo Naumanen piti pienen hartaushetken. Musiikkiesityksinä kuultiin vielä yksinlaulua (Taivas sylissäni ja Bach-Gounodin Ave Maria). Loppusoittona yhteisesti laulettua Maa on niin kaunis -virren jälkeen kuultiin herkkä Caccinin Ave Maria yhdessä viululla, huilulla ja pianolla soitettuna.



kuvassa
Juha Palmroos, viulu,
Henna Nieminen, huilu,
ja Tuija Kurki piano.

Tilaisuudessa esiintyivät Tuija Kurjen (urut ja piano) lisäksi, **Sirkka Mäntysaari** laulu, Henna **Nieminen** huilu ja **Juha Palmroos** alttoviulu.

Tampereen kansallisten senioreiden ikiomat musiikkihartausketket jatkuvat, ne pidetään aina kuukauden ensimmäisenä arkiperjantaina Vanhassa kirkossa klo 12.00

Teksti ja kuvat Marja Civill

Sirkka Mäntysaari laulu →



Helmikuun jäsentilaisuus

oli suunnattu erityisesti uusille jäsenille, väkeä oli Metson Kuusi-salissa ilahduttavasti lähes 70 henkeä.

Aluksi puheenjohtaja **Marja Civill** toivotti erityisvieraan, teatterineuvos **Eila Roineen** tervetulleeksi kertomaan pitkästä urastaan näyttelijänä.

Eila Roine on palkittu ansioistaan lukuisilla tunnustuksilla, palkinnoilla ja mitaleilla, Pro Finlandia mitalin hänelle myönsi presidentti **Tarja Halonen** v. 2006. Viimeisin huomionosoitus on tammikuussa 2018 Eila Roineelle luovutettu Elämäntyö-Venla.



Eila Roine oli kiinnitettyä Tampereen Työväen Teatterissa yli 40 vuotta, mutta hän on tehnyt lukuisia rooleja myös muissa teattereissa, puhumattakaan monista elokuvarooleistaan, tv-sarjoista, mm Heikki ja Kaija sekä Rintamäkeläiset, josta Eila Roine kertoi erityisesti pitäneensä, unohtamatta lasten ikiomaa Eila-mummia, Pikku-kakkosen satujen kertojaa. Viime vuodelta muistamme nuorekkaan 87-vuotiaan Eila Roineen mm Tampereen teatterin Frenckell-näyttämöltä roolissaan Grace ja Glorie, jossa vastaanäyttelijänä hänellä oli oma miniä, **Teija Auvinen**.

Eila Roine on rooleistaan monille niin tuttu kasvo, että vastaan tullessaan hän tuntuu oman perheen jäseneltä.

Hän kertoi, että moni katsoja otti aikanaan Heikki ja Kaija -sarjan niin tosissaan, että kuvitteli sen kertovan oikeasti **Vili Auvisen** ja Eila Roineen perheestä. Häntä huvitti, että vieläkin eräs TV:n toimittaja oli haastattelussa inttänyt sen olleen ensimmäinen Tosi-TV -sarja!

Hän kertoi monia hauskoja muistoja näyttelijätaipaleeltaan. Erityisesti jäi mieleen tapaus, jossa nuoret näyttelijät Eila Roine ja **Veikko Sinisalo** olivat **Eino Salmelaisen** ohjauksessa. Sinisalon piti roolin mukaan suudella Roinetta, mutta se oli nuorelta ja ujolta (kuten Eila Roine mainitsi) mieheltä ollut vähän arka esitys, jolloin Salmelainen oli sanonut, että no – hän näyttää itse, miten Roinetta pitää suudella. ”Minä rukoilin hiljaa mielessäni, että toivottavasti Veikko oppii kerrasta” nauratti Eila Roine kuulijoita. Iloisen ja pirteän näyttelijän juttelua olisi kuunnellut vaikka koko iltapäivän, hän vastailikin vielä luentonsa lopuksi lukuisiin yleisökysymyksiin.

Seuraavaksi jäsentilaisuuden yleisölle esitti muistikkerhon toinen vetäjä **Tarja Virkki** → syksyllä kuvaamansa videoklippi-koosteen yhdistyksen kerhoista, ja paikalla olleet kerhojen ohjaajat esittäytyivät vielä videon jälkeen.

Mailis Appelström matkailutoimikunnasta kertoi lopuksi tulevista matkoista, ja tilaisuuden päätteeksi sihteeri **Paula Aho** jakoi paikalla olleille uusille jäsenille jäsenmerkit.

Teksti ja kuvat Marja Civill



kuva Tarja Virkki

Mitä siellä mieskuorossa tapahtuu?

Siis mieskuorossa lauletaan.

Takana on yksi jumalanpalvelusavustus ja **ystävänpäivän konsertti**. (kuva) Tiedossa on kirjoittamishetkellä esiintyminen talvisodan päättymisen muistotilaisuudessa Tuomiokirkossa ja ainakin yksi avustus jumalanpalveluksessa Viinikan kirkossa. Kohta alkaa varautuminen kesän puistokonserttiin. Tämä kaikki tietää harjoittelua.



kuva Soili Kallioniemi

Mutta tapahtuu mieskuorossa muutakin.

Kuukauden verran on ollut suunnittelussa kevätmatka Tarttoon. Viime kesänä oli matka Savonlinnan oopperajuhlille ja samalla esiintyminen Puumalan kirkossa jumalanpalveluksessa ja sen jälkeen seurakuntakodissa. Tällaiset matkat ovat kuuluneet Kelojen ohjelmaan joka vuosi.

Silmällä pidetään myös osallistumismahdollisuuksia tavallisesta poikkeaviin tilaisuuksiin. Viime lokakuun alussa Kelot oli Lahdessa seniorikuorojen yhteiskonsertissa. Nelisensataa miestä yhdessä ja kuoroittain laulamassa on kokemisen arvoinen tapahtuma.

Ehkä olennaisinta Keloissa on ilmapiiri. Se on rento, vapautunut ja pakotteeton. Tämä ei tarkoita välinpitämättömyyttä siinä mitä tehdään. Kyllä jokainen mies laulettaessa tekee parhaansa. Pakotteita, hyvään pyrkien, Johtaja-Jussin ohjeita noudattaen. Itsekritiikkiä lukuun ottamatta ilman kireiden vaatimusten paineita.

Se ilmapiiri tuntuu jo aamulla harjoituksiin tultaessa, kun tarinointi alkaa ensimmäisten kohdattujen kanssa tai ensimmäisessä juttupiirissä, jonka kohtaa saliin tuleessaan. Jutustelu jatkuu tauolla konservatorion kahvilassa pullakahvin kanssa. Puhutaan siitä, mikä sattuu nousemaan esille, mutta kyllä kahden kesken käydään syvissäkin vesissä. Siinä on keskinäisen hyväksymisen ja tukemisen tunne. Uskaltaisinko sanoa: veljellisyys?

Kelot ei ole sisäänlämpiävä yhteisö. Siellä pyritään ottamaan reilusti vastaan ja vetämään mukaan.



Tervetuloa, laulunhaluiset! Ottakaa yhteys puheenjohtajaamme Lauri Hirvoseen 0442366805.

Mauno Rissanen

Leena hoitaa asuntosi vuokrauksen yksilöllisesti ja ammattitaidolla.

Leena myös stailaa kotiasi, esimerkiksi myyntiesittelyyn.

Soita

Leena Arkia 0400 339 159

tai lähetä sähköpostia leena.arkia@studiobellano.fi

www.studiobellano.fi



Osteoporoosi

Osteoporoosi (luukato) tarkoittaa luun määrän (massan) vähenemistä. Tämä merkitsee luun haurastumista, jolloin syntyy luunmurtumia jopa ilman vammaa. Osteoporoosi on yleisintä vanhuksilla, joskin luun määrä alkaa vähentyä jo viimeistään noin 30 vuoden iässä. Vanhuksilla haitat korostuvat, koska kaatumiset lisäävät luunmurtumien vaaraa. Väestön ikääntyessä murtumien määrä lisääntyy jatkuvasti. Kaikkiaan Suomessa osteoporoosi on yli 400 000 ihmisellä. Valtaosa heistä on yli 50-vuotiaita naisia, joista jopa neljäsosalla on osteoporoosi. Osteoporoosin aiheuttamia murtumia tapahtuu Suomessa vuosittain ainakin 40 000.

Osteoporoosi on yleisempi naisilla kuin miehillä. Iän myötä sitä kuitenkin tulee kaikille. Taipumus osteoporoosin on osittain perinnöllinen. Lyhyt sukukypsyä ikä naisilla on vaaratekijä. Hento ruumiinrakenne, vähäinen liikunta, niukka D-vitamiinin ja/tai kalsiumin saanti, tupakointi, runsas ruokasuolan käyttö, suoliston imeytymishäiriöt, tulehdukselliset reumasairaudet, diabetes, munuaissairaudet sekä eräät lääkkeet (kortisonivalmisteet, epilepsialääkkeet) lisäävät osteoporoosin kehittymisen vaaraa. Liikalihavuus, niin haitallista kuin se muutoin onkin, suojaa jonkin verran osteoporoosilta.

Pelkkä osteoporoosi ei aiheuta selviä oireita, vain harvoin esiintyy kipuja.

Ongelmat aiheutuvat luunmurtumista. Osteoporoottiset murtumat ovat yleisimpiä selkänikamissa, jolloin pituus lyhenee ja ryhti painuu kumaraan. Lievä selkänikamien painuminen kasaan ei aina aiheuta oireita. Vaikein ongelma on reisiluun yläosan murtuma, joka saadaan yleensä leikkauksella hoidettua, mutta vanhuksen elämänlaatu heikkenee, ja elinaika lyhenee hyvinkin merkittävästi.

Jos pituus on lyhentynyt viisi senttiä tai enemmän ja ryhti on tunnusomaisen kumara, on diagnoosi lähes varma ilman muita tutkimuksia. Luotettavasti luun mineraalipitoisuus eli osteoporoosin määrä on mitattavissa mittauslaitteilla, joka tehdään selästä ja reisiluun yläosasta. Luuntiheysmittareita on sairaaloissa ja yksityisillä terveystasemilla.

Myös tavallisista luuston röntgenkuvista →
voi karkeasti arvioida osteoporoosia. Selkänikamien
murtumat näkyvät niissä hyvin. Kantapäästä
voidaan mitata luun tiheyttä ultraäänellä, mutta
tämä ei kerro tilannetta riskialttiilla luuston alueella.
Jos kantapäämittaus viittaa osteoporoosiin, on
aihetta tehdä mittaus selästä ja reiden yläosasta.



Osteoporoosin syntymistä on tärkeätä ehkäistä
ennakolta, koska hoito on kallista ja tuottaa tuloksia hitaasti.

Neuvoja osteoporoosin ehkäisyyn ovat:

- ⑩ Liiku säännöllisesti. Tehokkainta on iskevä, luustoa kuormittava liikunta.
- ⑩ Varo rajua laihtumista ja selvää alipainoa.
- ⑩ Oleskele ulkona auringossa, saat D-vitamiinia.
- ⑩ Huolehdi siitä, että ravinnossa on maitoa, juustoa, metsäsieniä ja kalaa. Ellei voi nauttia maitotuotteita, pitää ainakin yli 50-vuotiaiden käyttää kalsiumvalmistetta.
- ⑩ Älä tupakoi.
- ⑩ Käytä niukasti ruokasuolaa.
- ⑩ Älä käytä runsaasti alkoholia.
- ⑩ Naisella on vaihdevuosien jälkeen syytä tarkistaa estrogeenin tarve.
- ⑩ Jokaisen yli 50-vuotiaan kannattaa käyttää D-vitamiinivalmistetta ainakin syksystä kesän tuloon.
- ⑩ Vanhusten kohdalla on kaatumisen varominen oleellista. Murtumilta suojaavia lonkkasuojuksia kannattaa käyttää.

Hoitoon kuuluu aina huolehtiminen riittävästä D-vitamiinin ja kalsiumin saannista. Kalsiumin tarve on noin 800 mg päivässä, jonka saa helpoimmin kolmesta lasillisesta maitoa tai piimää. Juusto ja muut maitovalmisteet ovat myös hyviä kalsiumin lähteitä.

D-vitamiinia saadaan auringonvalosta sekä ravinnosta. Kala ja ulkona kasvaneet sienet ovat parhaita D-vitamiinin lähteitä. Etenkin vanhuksille

suositeltuja D-vitamiinin annoksia on viime vuosina useaan otteeseen suurennettu. Yli 60-vuotiaille suositellaan 20 mikrogrammaa (800 yksikköä) päivässä. Tätä annosta ei käytännössä ole mahdollista saada ravinnosta, joten D-vitamiinivalmisteen käyttö on aiheellista. Reumasairautta sairastavan on syytä nauttia jatkuvasti D-vitamiinia.

Osteoporoosin hoitoon on viime vuosina kehitetty monia lääkkeitä. Niistä on hyötyä, mutta hoito kestää yleensä vuosia ja on melko kallista.

*teksti Tarja Virkki
Lähteenä käytetty Reumaliiton Reuma-aapista*

Paljonko D:tä? Valtion ravitsemusneuvottelukunnan tuoreimmat suositukset D-vitamiinin saantiin

IkäryhmäSuositeltava

61-74 vuotta	10 µg/vrk	10 µg/vrk *
75-vuotiaat ja vanhemmat	20 µg/vrk	20 µg/vrk**

Suosittelava kokonaissaanti tarkoittaa valmiista ruoasta sekä mahdollisista valmisteista saatavaa D-vitamiinimäärää

* Silloin, kun ei käytetä päivittäin D-vitamiinoituja maitovalmisteita, rasvaveitteitä ja/tai kalaa lokakuu-maaliskuu.

**10 µg/vrk voi riittää, jos käyttää säännöllisesti ja paljon D-vitamiinoituja maitovalmisteita rasvaveitteitä ja/tai kalaa.

10 µg/vrk= 400 ky eli kansainvälistä yksikköä
Lähde: evira.fi

Ruokakulttuurit tutuiksi kerho on aloittanut innostuneena toimintansa.

Mukaan mahtui 27 ensiksi ilmoittautunutta.

Koko kevätkauden kokoonnumme Ravintola Henriksissä Satamakatu 7. Syksyllä siirrymme tutustumaan Tampereella oleviin eri maiden ruokaravintoloihin, mahdollisesti myös opetuskeittiöihin tekemään ruokaa.

Olemme päässeet hyvin alkuun ravintolan omistajan Saara Sinivuoren ammattitaitoisella ohjauksella. Myös koko henkilökunta on ollut innolla mukana kertomassa miten mikin kuukausiperinneruokamme on tullut suomalaiseen pöytäamme.

Kerhonjohtaja Marja Jussila neuvottelee ravintolan henkilökunnan kanssa kuukauden menun, missä johtotähtenä on tutustuminen suomalaiseen perinneruokaan, myös kauden mahdollisuuksiin.

Tammikuussa keittiömestari Petri Peltonen kertoi blineistä, mitkä tulevat meille Venäjältä, missä niillä on herkuteltu jo 1600 luvulta. Helsingin venäläisten pöydässä blinit ovat olleet jo 1800 luvulta. Sesonkiruuaksi ne levisivät muualle suomalaiseen ruokapöytään vasta 1990 luvulla. Blinejä leivotaan niin ohukaisen muodossa kuin paksumpinakin. Pälle kaadetaan kirkastettua voita, mätää, smetanaa ja sipulia.

Helmikuussa vuoropäällikkö Valtteri Hakkarainen (kuvassa) kertoi mateesta, mitä maistelimme muhennoksena. Kaikki tuntevat mateen, tuon sydäntalven kylmän veden kalaherkun, jolloin meillä on totuttu syömään sitä lähinnä madekeittona.

Made kuuluu turskakalojen lahkoon, mikä oli monelle uusi tieto. Mateen liha on vähärasvaista.

Maaliskuussa syömme karitsan/lampaan kareta. Alkuruokana on tuorehernekeitto, mikä on jo Kreivitär Eva Mannerheim Sparren keittokirjaansa herkkusuille taltioinut 1930 luvulla. Jälkiruokana Valtteri suosittelee meille sitruunapashaa, mikä sekin on meille tullut Venäjän keittiöstä.

Kuulemme ravintoloitsija Saara Sinivuoren kertovan millaista on ollut hänen tiensä 1970 luvulta tähän päivään tamperelaisessa ravintolakulttuurissa.

Kerholaisia ensimmäisessä tapaamisessa

kuva Tarja Virkki



kuva Tarja Virkki



Huhtikuussa syömme parsaa ja kevään muita juureksia sekä vihanneksia. Jäsenemme muistelevat lapsuudenajan herkkuruokiaan.



Antti lähdössä maderysää laskemaan.
kuva Marja Jussila

Syyskuussa palaamme taas ruokakulttuurin pariin.

**Hyvää kevättä ja kesää.
Terveisin Marja**



Vuoden 2018 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 FI07 4924 0010 1853 33
kuukautta ennen teatteriesitystä viitenumeron kera.**

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

Tilattuja lippuja ei voi peruuttaa.

Cats

**Tampereen teatteri/ päänäyttämö
Keskiviikko 09.05.2018 klo 14.30**



Fantastinen Andrew Lloyd Webberin suurmusikaali on maailman kuuluisin musikaali. Tampereelle on myönnetty lupa valmistaa musikaalista oma, ainulaatuinen versio. Tähän tilaisuuteen tarttuu Georg Malvius, joka on ohjannut molemmat menestysmusikaalit TT:ssä.

Rooleissa: Risto Korhonen, Ritva Jalonen/Irina Milan,
Lari halme, Tero Harjunniemi, Helena Rängman, Pia Pilz, jne.
Laulajia, tanssijoita ja akrobaatteja yhteensä 20.
Kapellimestari Martin Segerståle,
koreografi Adrienne Åbjörn.

kuva Harri Hinkka



62€/ viite 4394

Ehtoolehdon sankarit

Pyynikin kesäteatteri

Dekkarikomedia (Minna Lindgrenin kirjoihin perustuva)
18.7.2018 klo 14

Kirpeä komedia kertoo viisaista vanhuksista hölmössä maailmassa. Teräväpäiset hoivakodin asukkaat ottavat aktiivisen roolin. Yllättävät käänteet seuraavat toisiaan, kun Ehtoolehdon teräväpäiset asukkaat eivät alistu kohtaloonsa remonttipölyn keskellä. Aktiiviset muuttavat kimppakämppään ja alkavat selvittää hoivakodin hämäräperäisiä tapahtumia, eikä mikään jää ennalleen.

Ohjaus: Tommi Auvinen

Rooleissa mm. Tuija Piepponen, Eija Vilpas ja Mari Turunen.

Esiityksen kesto (sis. väliajan) on 2h30min.

42 €/viite 4378 (sisältää väliaikatarjoilun, kahvi/tee ja mansikkaleivos)

Liput maksettava huhtikuun loppuun mennessä . Lippujen toimittamisesta lukee Aamulehdessä ja /tai ilmoitetaan henkilökohtaisesti.

Sademies

Dan Gordon Rain man

Tampereen teatteri /päänäyttämö
perjantai 19.10.klo 14.30.

Oscar-palkittu elokuva näyttämösovituksena. Ensimmäistä kertaa Suomessa.
Ohjaus Georg Malvius

Rooleissa **Risto Korhonen, Lari Halme** (kuvassa)

Matti Hakulinen, Arttu Raittinen,
Anna Ackerman, Petra Heinänen
Suomennos: Aino Pirola

kuva Harri Hinkka

A-paikan liput 42€/viite 4475

B-paikan liput 37€/viite 4488



Anna Karenina

Tampereen teatteri /päänäyttämö
lauantai 8.12. klo 14.30

Leo Tolstoin romaanin mukaan
"Kaipaen rakkautta ja elämää."
Ohjaus: Marika Vapaavuori

Rooleissa **Pia Piltz** (kuvassa)
Turkka Matomäki, Marc Gassot,
Eeva Hakulinen, Ville Majamaa,
Pihla Pohjolainen, Lari Halme,
Risto Korhonen, Matti Hakulinen,
Elina Rintala, Kirsimarja Järvinen,
Elisa Piispanen, Martti Manninen,
Miika Riekkinen ja Petra Porspakka.



kuva Harri Hinkka

A-paikan liput 42€/ viite 4491
B-paikan liput 37€/ viite 4501

Vanhoja poikia

Tampereen työväen teatteri / Eino Salmelaisen näyttämö
la 10.11. klo 13

Niilo on eläköitynyt kalastaja, Arvi käy muikkuverkoillaan. Arvin poika kaipaa sinne, missä on naisia, kaupunkeihin. Ja omaan elämään. Lati on osuuskauppias, jota vaimo yrittää tiukassa hihnassa.

Neljä miestä tuulisella Saimaan saarella, muistot, toiveet, syvimvät surut ja hellimmät unelmat yhdessä. Usein huiman hauskesti, yhtä usein kömpelön karheasti. Nokipannukahvi tulilla, kuppinsa pohjalle on lupa kaataa pienet plöröt, kukaan ei kiellä, ei kehot. →→→

Miehet kuljettavat tarinaansa parinkymmenen Junnun laulun voimin, huumori ja haikeus lyövät komeasti kättä. Ja jossain kääntää norppakin kylkeään.

Käsikirjoitus Tommi Auvinen ja Seija Holma, ohjaus Tommi Auvinen.
Rooleissa: Taneli Mäkelä, Esko Roine, Tuomas Uusitalo, Puntti Valtonen.

Hinta 40€/viite 4462



Billy Elliot

Tampereen työväen teatteri / päänäyttämö
lauantai 24.11. klo 13

Ihastuttava, koskettava, rakastettu musikaali kertoo kavoskaupungin pojasta, jolla on unelma. Lee Hallin kirjoittamaan tarinaan perustuva, palkittu musikaali on valloittanut maailmalla jo 12 vuotta. Tarinaa siivittää Elton Johnin musiikki. Kuusi poikaa ovat treenanneet Billyn nimiroolia ja toista keskeistä poikaroolia Michaelia varten jo vuoden 2017 alusta asti. Syksyllä nämä kuusi poikaa, 22 tanssivaa tyttöä, kaivosmiehet ja koko kaupunki - yhteensä 55 henkilöä, valtaavat energiallaan, taidollaan ja sydämellään yhden Suomen suurimmista musikaalinäyttämöistä.

” Billy Elliot on yksi 2000-luvun menestyneimmistä ja hienoimmista brittiläisistä musikaaleista. Tarina nuoresta Billystä, jonka veri sykkii tanssille, koskettaa ihmisiä monellakin eri tasolla. Se kertoo meille unelmista, toivosta, mahdollisuuksista - sekä peloista, ennakkoluuloista ja asenteista”, sanoo ohjaaja Samuel Harjanne.

Sävellys Elton John, ohjaus Samuel Harjanne
Rooleissa: Jiri Rajala/ Osku Perkiö/ Simo Riihelä
Ilmari Kujansuu/ Nuutti Kerppilä/ Juho Mönkkönen
Petra Karjalainen, Jyrki Mänttari, Jussi Pekka Parviainen, jne.

Hinta 62€/viite 4404

