



# *Ikäliisa*

**48-vuotiaan**

**Tampereen kansalliset seniorit ry:n**  
**jäsenlehti 3./2019**

**8.vuosikerta**



*Rauhaissaa joulunaikaa toivovat Ikäliisan tontut.*

*Tule mukaan, älä jää yksin.*



# Tampereen kansalliset seniorit ry

## 48 vuotta

Tampereen kansalliset seniorit ry on poliittisesti sitoutumaton yhdistys. Se on perustettu 12.10.1971 ja sen jäsenmäärä on yli 800.

Yhdistys kuuluu valtakunnalliseen Kansallinen senioriliitto ry:hyn.

Jäsenmaksu vuonna 2019 on 30 €. Lisäksi osalla kerhoista on ohjaajamaksu.

### **Yhteystiedot**

Osoite **Tampereen kansalliset seniorit ry**

Kuninkaankatu 13 B, 33210 Tampere

sähköposti [tre.seniorit@kolumbus.fi](mailto:tre.seniorit@kolumbus.fi)

[www.tampere.senioriyhdistys.fi](http://www.tampere.senioriyhdistys.fi)

[facebook.com/tampereenseniorit](https://facebook.com/tampereenseniorit)

### **Toimisto**

on avoinna ma - ti klo 10 – 13

puhelin 0400-193 558

pankkitili FI25 4108 0010 7633 43

Y-tunnus 0779533-6

### **Jäsenlehti *Ikälisä***

Päätoimittaja: Raimo Sillanpää 050 523 9109

Toimituskunta:

Marja Civill, yhdistyksen pj., tiedottaja ja ilmoitushankinta

Paula Aho, yhdistyksen sihteeri

Jorma Stenbäck

Taitto ja kuvat Raimo Sillanpää

### **Ikälisä lehti ilmestyy vuonna 2020**

numero 1. 24.3. aineisto 10.3

numero 2. 27.8. aineisto 13.8.

numero 3. 8.12. aineisto 24.11.

Aineisto vain sähköpostiin [caput@elisanet.fi](mailto:caput@elisanet.fi)

ISSN 2342-3412

Painopaikka PK – Paino

## Sisältö

- 2. Sisältö ja kevätkokouskutsu
- 3. Puheenjohtajan tervehdys
- 5. - 6. Kauneimmat joululaulut
- 7. - 8. Anneli Taina
- 9. - 11. Kerhot
- 11. - 14. Kerhot tiedottavat
- 15. - 17. Rohkeasti seniori-hanke
- 18. - 21. Tulevia tilaisuuksia
- 21. Vesivoimistelijat joululounaalla
- 22. Hallitus 2020 ja toimihenkilöt
- 23. - 26. Kulttuuriretkellä Helsingissä
- 27. Salonkitanssijat Violakodilla
- 28. Digivinkki
- 29. - 31. Teatteria Tampereella
- 32. - 33. Matkat
- 34. Senioreiden vesivoimistelua

## KOKOUSKUTSU – KEVÄTKOKOUS

---

Tampereen kansalliset seniorit ry:n sääntömääräinen kevätkokous pidetään

**keskiviikkona 11.3.2020 klo 13 kirjastotalo Metson Kuusisalissa, Pirkankatu 2. Tampere**

Ilmoittautuminen ja kahvitarjoilu klo 12.30 alkaen.  
Kokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntöjen 10 §:ssä mainitut asiat sekä esityslistalla olevat asiat..

Tampereella 10.12.2019  
Hallitus

# Puheenjohtajan tervehdys

Syyskaudemme on kohta ohitse, enää muutama jäsentilaisuus, ja sitten aloitamme uuden vuoden. Mitä enemmän ikää kertyy, sen nopeammin tuntuvat vuodenajat vilistävän. Juurihan oli kesä kuumine helteineen, eikä ole pitkäkään aika siitä, kun pieni syysmyrsky riipaisi jo pitkään puissa olleet keltaiset lehdet maahan.

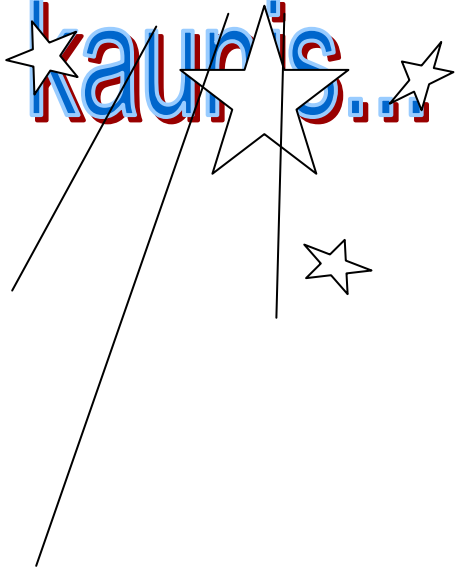
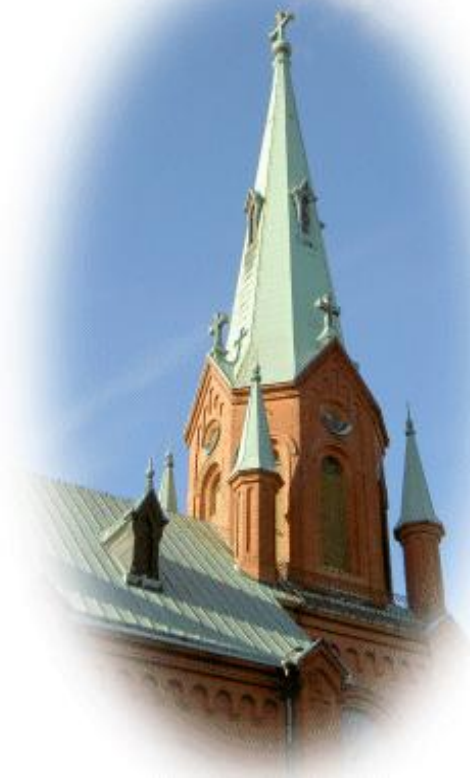


Vaikka nyt on ehkä vuoden ankein aika, voimme olla hyvillämme neljästä vuodenajastamme, jotka ovat meille miltei siunaus – eipä ole luonto samanlainen 12 kk yhteen menoon. Kunhan täällä kotikaupungissamme vielä jonkin aikaa kestävät ratikkatyömaat valmistuvat yksi toisensa jälkeen, voimme alkaa nauttia lähiympäristöstämmekin uusin mielin.

Senioritoimintamme vuoden päättävät perinteiset yhteinen joululounas, juhlava isänmaallinen iltapäivä, ja kuorojen joulukonsertit, joiden jälkeen nautitaan omastakin joulunajasta. Vuoden vaihteen jälkeen aloitamme uuden vuoden entiseen tapaan Vanhassa kirkossa pidettävällä Kynttiläkirkolla, jossa muistamme tämän vuoden aikana pois nukkuneita seniorijäseniämme. Tammikuun jäsentilaisuudessa on varmasti mielenkiintoista kuultavaa, kun rikosylikomisario Jari Kinnunen tulee kertomaan ikäihmisten turvallisuudesta, ja meihin kohdistuvista turvallisuusuhkista. Kevään muissa jäsentilaisuuksissa aiheina on terveys ja sen ylläpito eri näkökohdista, ja luennoitsijoina ovat alan ammattilaiset. Helmikuussa kuulemme lisäksi vakiomatkajärjestäjämme Timo Tuomiston kertovan, minkälaisia matkoja ja retkiä he kaikkiaan järjestävät, meidän jäsenretkiemme lisäksi.

Marja Civill

Maa on niin kaunis...



**Joululaulutuokio**  
**ALEKSANTERIN KIRKOSSA**  
**ma 16.12.2019 kello 14.00**

**Mieskuoro KELOT**  
**johtaa Jussi Tamminen**

# Kauneimmat joululaulut

*Tähän aikaan vuodesta kaikuvat taas tutut joululaulut kirkoissa ja kokoontumisissamme. Kauniita ja koskettavia koko joukko, mutta mikä niistä olisi kaikkein kaunein? Tätä kyselin tutussa sukulaisperheessä ja esille tuli monenlaisia mielipiteitä.*



Monet muistelivat lapsuutensa jouluja ja niihin liittyviä lauluja. Joku kahdeksankymppinen hyräili alkutahteja laulusta **"Köyhän lapsen joulukuusi"**. Ja parikymppinen sanoi suoralta kädeltä suosikikseen **"Sydämeeni Joulun teen"**. Joku oli taas sitä mieltä, että **"Sylvian joululaulu"** on niin juhlava ja tuo mieleen todellisen joulun.

Sibeliuksen ja Topeliuksen klassikko **"En etsi valtaa, loistoa"** sai monta kannatusta.

Laulu on nöyrää rukousta, missä toivotaan joulun sanoman avautumista kaikille. Se korostaa, ettei elämän onni tai turvallisuus perustu ulkoiseen hyvinvointiin, vaan se lepää Jumalassa, joka antaa sisimpäämme toivon, ilon, rauhan ja rakkauden.

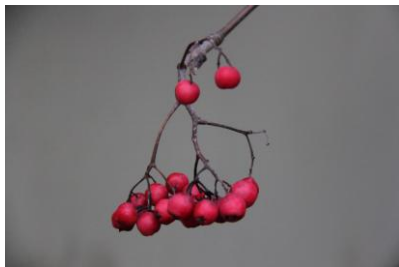


Kyselykierroksen keskellä joku jo ihmetteli, miksei kukaan mainitse perinteikästä **"Jouluyö, juhlayö"**-laulua. Hänen mielestään on vaikeata edes ajatella joulunviettoa ilman tätä laulua. Maaseudulla kasvaneena hän kuvasi lapsuutensa jouluja, mihin kuuluivat Betlehemin joulun tapaan eläimet ja karjasuojat. Ne auttoivat eläytymään ensimmäisen joulun tunnelmaan ja tapahtumiin.

Kierros jatkui ja esille tuli monia tuttuja lauluja. **"Me käymme joulun viettohon"** - se on muistuttamassa joulunviettomme pääasiasta, Vapahtajasta Jeesuksesta Kristuksesta. Tai **"Hiljaa, hiljaa, joulunkellot kajahtaa"**, mikä vuosia sitten oli Kotimaa-lehden äänestyksen mukaan yksi kaikkein kauneimpia joululauluja.

Lopulta tuli esille myös oma suosikkini **"Maa on niin kaunis"**. Siinä on kaunis, yksinkertaisen harras sävelmä. Aika ja iankaikkisuus antavat kättä toisilleen, kun puhutaan sukupolvien vuorottelusta. Ja ajasta aikaan kaikuu Jumalan ylistys, niin kuin se kaikui Betlehemin kedolla ensimmäisenä jouluyönä:

"Kunnia Herran,  
maassa nyt rauha, kun Jeesus meille armon toi".



**Niin, mikä on sinun mielestäsi kaunein joululaulu? Toivottavasti pääset sen laulamaan vaikkapa jossakin "Kauneimmat Joululaulut"-tilaisuudessa.**

**Hyvän Joulun toivotuksin**

Lauri Hirvonen



# Anneli Taina, Senioriliiton puheenjohtaja



Kummallista, miten nopeasti vuodet kuluvat. Vasta juhlittiin vuosituhannen vaihtumista ja ensi vuosi on jo 2020. Tänä vuonna on tapahtunut paljon kaikilla toiminnan tasoilla. Vastikään osallistuimme Porissa kolmen piirin tapahtumaan, jossa robotti toimi juontajana. Osallistujia oli 400, joten juhla taisi olla tämän vuoden suurin senioritilaisuus.

Senioriliiton **Rohkeasti seniori -hanke** on hyvässä vauhdissa. Pirkanmaan piiri järjesti Ideaparkissa onnistuneen tapahtuman yhteistyökumppaneiden kanssa. Yhdistykset esittäytyivät ja mm. Tampereen yhdistyksen kerhojen toimintaa esiteltiin erinomaisella videolla. Siellä näkyi omakin vesijumppakerho altaassa. Jorma Uotinen kertoi omasta eläkkeelle jäämisestään ja myönteisen asenteen merkityksestä elämässä. Olen varma siitä, että monet tapahtumassa käyneet kiinnostuivat aktiivisesta toiminnastamme.

**Yhdistysten toimintaan tullaan mukaan tekemään ja osallistumaan, ei vain istumaan kokouksissa, vaikka niitäkin tarvitaan. Juuri eläkkeelle jääneet voivat nopeasti saada itselleen uuden yhteisön ja säännöllisyyttä elämänrytmiin liittymällä yhdistykseemme.**

Toiminnassa vain mielikuvitus on rajana. Eri puolilla Suomea toimii mitä erilaisimpia kerhoja. On viinikerhoja, kieliryhmiä, digikerhoja, tanssia ja musiikkia, runo- ja kirjallisuuspiirejä, muistikerhoja, lounastapaamisia, sauvakäveluryhmiä jne. Olkoon kerho tai kokoontumisen aihe mikä tahansa parasta siinä on ihmisten keskinäinen yhteydenpito, yksinäisyyden torjunta ja omaa hyvinvointia tukeva harrastus.

Yrityksissä tehdään asiakassegmentointia eli mietitään, ketkä ovat asiakkaita. Yhdistyksissä kannattaa pohtia samaa, keitä toiminta tavoittaa. Yhdistykset voivat ideoida, minkälaista toimintaa eri-ikäiset tai erilaisessa fyysisessä kunnossa olevat eläkeläiset kaipaavat.



Eläkeläisten ikähaarukka on 40 vuotta. Olisi ihanteellista, jos saisimme erilaisilla toimintamuodoilla mukaan erilaisia ja eri-ikäisiä eläkeläisiä, niin miehiä kuin naisiakin. Tampereen kansalliset seniorit on hyvä esimerkki monipuolisesta yhdistyksestä, johon on helppo pyytää ihmisiä mukaan.

**Kiitos kuluneesta vuodesta ja aktiivisesta toiminnasta Tampereen kansallisille senioreille!**

**On hienoa kuulua joukkoon!**

***Oikein lämminhenkistä ja mukavaa joulunaikaa kaikille ja onnellista ja aktiivista vuotta 2020.***

---

## **Rohkeasti seniori minimessut Ideaparkissa 2019-11**

Senioriliiton pj  
Anneli Taina  
kuvaa messuilla  
Rainer Hirvosta,  
Jorma Uotista,  
juontajaa ja  
Marja Kujansuuta.



kuva Jalo Virkki

# Kerhot 2020.

**kerhovastaava** Tarja Virkki 050 322 8820  
[tarja.virkki@outlook.fi](mailto:tarja.virkki@outlook.fi)

( kerhonjohtaja, yhteystiedot )

**aloitus keväällä**

|                                                                                      |                                       |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|
| <b>Bridge</b>                                                                        | <b>ke 12 Ruotsalainen Klubi</b>       | 8.1.  |
| Riitta Koskinen                                                                      | 050 596 9152                          |       |
| <a href="mailto:rinkeli.koskinen@gmail.com">rinkeli.koskinen@gmail.com</a>           |                                       |       |
| <b>Canasta</b>                                                                       | <b>ke 11 – 15 Ratinan kahvio</b>      | 8.1.  |
| Marjatta Sippola                                                                     | 050 366 4824                          |       |
| <a href="mailto:marjattasippola@gmail.com">marjattasippola@gmail.com</a>             |                                       |       |
| <b>Digikerho</b>                                                                     | <b>to 13.30 Toimiston kokoushuone</b> | 16.1. |
|                                                                                      | joka toinen viikko                    |       |
| Jalo Virkki                                                                          | 045 787 30745                         |       |
| <a href="mailto:jalo.virkki@outlook.com">jalo.virkki@outlook.com</a>                 |                                       |       |
| Tarja Virkki                                                                         | 050 322 8820                          |       |
| <a href="mailto:tarja.virkki@outlook.com">tarja.virkki@outlook.com</a>               |                                       |       |
| <b>Jooga I</b>                                                                       | <b>ke 9.30 Ratina sali 3</b>          | 8.1.  |
| Pirkko Kuustie                                                                       | 0500 630 640                          |       |
| <a href="mailto:p.kuustie@gmail.com">p.kuustie@gmail.com</a>                         |                                       |       |
| <b>Jooga II</b>                                                                      | <b>pe 10 Monitoimitalo</b>            | 10.1. |
| Maija Oja-Roslund                                                                    | 050 323 2183                          |       |
| <a href="mailto:majaoja@kolumbus.fi">majaoja@kolumbus.fi</a>                         |                                       |       |
| <b>Jooga III</b>                                                                     | <b>ti 10 Ratina sali 4</b>            | 7.1.  |
| Kaija Käkälä                                                                         | 040 761 8820                          |       |
| <a href="mailto:kaija.kakela@gmail.com">kaija.kakela@gmail.com</a>                   |                                       |       |
| <b>Kansantanssijat</b>                                                               | <b>pe 10.30 Ratina sali 4</b>         | 10.1. |
| Marja Rinne                                                                          | 040 762 6682                          |       |
| <a href="mailto:marjarinne4@gmail.com">marjarinne4@gmail.com</a>                     |                                       |       |
| <b>Katajaiset</b> , naiskuoro                                                        | <b>to 10 Pyynikin pappila</b>         | 9.1.  |
| Tuula Pietilä                                                                        | 040 717 2022                          |       |
| <a href="mailto:tuula.pietila@pp.inet.fi">tuula.pietila@pp.inet.fi</a>               |                                       |       |
| <b>Kelot</b> , mieskuoro                                                             | <b>ma 9.30 Pyynikin pappila</b>       | 13.1. |
| Lauri Hirvonen                                                                       | 044 236 6805                          |       |
| <a href="mailto:rov.hirvonen@kotikone.fi">rov.hirvonen@kotikone.fi</a>               |                                       |       |
| <b>Kirjallisuuskerho</b>                                                             | <b>ke 13 Laikku, luentosali</b>       | 15.1. |
|                                                                                      | joka toinen viikko                    |       |
| Maija Riitta Koskinen                                                                | 0400 441 521                          |       |
| <a href="mailto:majakoskinen.koskinen@gmail.com">majakoskinen.koskinen@gmail.com</a> |                                       |       |

**Kädentaidot** ke 9.30 Kuuloyhdistys 8.1.  
 Tuula Mäkelä 0400 102 555  
[tuula.makela@pp5.inet.fi](mailto:tuula.makela@pp5.inet.fi)

**Maalikot** ma 11 Monitoimitalo 13.1.  
 Tuula Jokiharju 050 336 0257  
[tuula.jokiharju@saunalahti.fi](mailto:tuula.jokiharju@saunalahti.fi)

**Aivojumbppakerho** to 12 Toimiston kokoushuone 16.1.  
 joka toinen viikko  
 Marja Kujansuu 050 597 9375  
[marja.kujansuu@gmail.com](mailto:marja.kujansuu@gmail.com)  
 Tarja Virkki 050 322 8820  
[tarja.virkki@outlook.com](mailto:tarja.virkki@outlook.com)

**Norpat**, vesiv. naiset ja miehet to 10 Varala 16.1.  
 Arja Penttilä 040 830 6432  
[penttila277@gmail.com](mailto:penttila277@gmail.com)

**Saksan keskustelukerho** to 12 Toimiston kokoushuone 9.1.  
 joka toinen viikko  
 Hilikka Kallio 050 576 7280  
[hkallio@outlook.com](mailto:hkallio@outlook.com)

**Salonkitanssi** ma 15 Ratina sali 4 13.1.  
 Tarja Virkki 050 322 8820  
[tarja.virkki@outlook.com](mailto:tarja.virkki@outlook.com)  
 Jalo Virkki 045 787 30745

**Tietokilpailukerho** to 13 toimiston kokoushuone 9.1.  
 joka toinen viikko  
 Virpi Rasku 040 526 9200

**Tuolijumbppa**, ti 15.30 Huusholli, Hämeenk.10 14.1.  
 Saara Jantunen 050 377 3612  
[saara.jantunen@icloud.com](mailto:saara.jantunen@icloud.com)

**Vesivoimistelu**, naiset ke 10.30 Viola koti 8.1.  
 Seija Vehmas 0400 927 252  
[vehmas.seikka@gmail.com](mailto:vehmas.seikka@gmail.com)

**Vesivoimistelu**, miehet ke 11 Viola koti 8.1.  
 Jorma Kivimaa 050 593 6160  
[jorma.kivimaa@luukku.com](mailto:jorma.kivimaa@luukku.com)

| <b>MAANANT<br/>AI</b>                             | <b>TIISTAI</b>                                          | <b>KESKIVIikko</b>                                           | <b>TORSTAI</b>                                             | <b>PERJANTAI</b>                             |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| <b>9.30-12 Kelot<br/>Pyynikin<br/>pappila</b>     |                                                         | <b>9.30- Kädentaidot<br/>Kuuloyhdistys</b>                   |                                                            |                                              |
|                                                   |                                                         | <b>9.30 Jooga 1<br/>Ratina sali 3</b>                        |                                                            |                                              |
|                                                   | <b>10.00- Jooga 3<br/>Ratina sali 4</b>                 |                                                              | <b>10.00- Norpat<br/>Varala</b>                            | <b>10.00- Jooga 2<br/>Monitoimitalo</b>      |
|                                                   |                                                         | <b>10.30- Vesivoimistelu naiset<br/>Violakoti</b>            | <b>10.00- Katajaiset<br/>Pyynikin pappila</b>              | <b>10.30- Kansantanssi<br/>Ratina sali 4</b> |
| <b>11.00- Maalikut<br/>Monitoimitalo</b>          |                                                         | <b>11.00- Canasta<br/>Ratinnan kahvio</b>                    |                                                            |                                              |
|                                                   |                                                         | <b>11.00- Vesivoimistelu<br/>miehet<br/>Violakoti</b>        |                                                            |                                              |
|                                                   |                                                         | <b>12.00- Bridge<br/>Ruotsalainen Klubi</b>                  | <b>12.00- jtv<br/>Aivojumbppakerho<br/>toimisto</b>        |                                              |
|                                                   |                                                         | <b>13.00- Kirjallisuuskerho<br/>Laikku Mäkelän kabinetti</b> | <b>12.00- jtv saksan<br/>keskustelu-kerho<br/>toimisto</b> |                                              |
|                                                   |                                                         |                                                              | <b>13.00- jtv<br/>Tietokilpailukerho<br/>toimisto</b>      |                                              |
|                                                   |                                                         |                                                              | <b>13.30- jtv DIGI kerho</b>                               |                                              |
| <b>15.00-<br/>Salonkitanssi<br/>Ratina sali 4</b> | <b>15.30<br/>Tuolijumppa<br/>Huusholli<br/>Hämeenp.</b> |                                                              |                                                            |                                              |

## Saksankerho jatkaa

Saksan keskustelukerho to klo 12.00 toimiston kokoustila 9.1.2020  
alkaen joka toinen viikko

Hilkka Kallio 0505767280 [hkallio@outlook.com](mailto:hkallio@outlook.com)

# Uusi Digikerho



**Haluaisitko oppia  
käyttämään  
paremmin  
sähköisiä laitteita  
ja palveluita?**

Yhdistyksemme perustaa vuoden alusta uuden kerhon, **Digikerhon**. Kerhoon voivat osallistua kaikki digimaailmasta kiinnostuneet, jotka haluavat kehittää tietojaan ja taitojaan tietokoneen, tabletin tai älykännykän käytössä.

Kerhossa tutustutaan keskustellen laitteisiin ja niiden ohjelmiin, ja palveluihin joita on sähköisesti saatavissa.

**Osallistujilla tulisi olla älykännykkä tai tietokone, ja perustaidot sen käyttämiseen.**

Kerho kokoontuu joka toinen torstai, alkaen 16. 1. 2020 klo 13.30 yhdistyksen neuvottelutilassa, Kuninkaankatu 13b, 2. krs, Kokoomuksen ovikello. Kerhon vetäjinä toimivat **Jalo ja Tarja Virkki**.

Ilmoittautuminen kerhoon sähköpostilla [jalo.virkki@outlook.com](mailto:jalo.virkki@outlook.com), myös puhelimella 045 78 73 0745.

# Uusi Tietokilpailukerho

**Hauska on tietää, vielä antoisampaa on muistaa.  
Oletko innostunut tietämisestä ja leikillisistä  
tietokilpailuista?**

Toimistolla alkaa kiinnostuneille torstaina 9.1.2020 klo 13 tietokilpailukerho.  
Tarkoituksena on pieninä ryhminä laatia toisillemme aina  
tietokilpailukysymyksiä elämän eri aloilta.  
Kokoontuisimme joka toinen torstai.

**Tervetuloa leikittelemään tiedoilla.**

Virpi Rasku 040 526 9200 [virpi.rasku@gmail.com](mailto:virpi.rasku@gmail.com)

---

# *Ystävyydellä*



Konsertti su 16.2.2020 klo 15 TYLLI

Naiskuoro Katajaiset ja Mieskuoro Kelot  
johtaa ja säestää Jussi Tamminen  
Liput 15,-

# Rohkeasti seniori-hanke



*Muistatko vielä ajan, jolloin jäit eläkkeelle? Pelkäsitkö eläkkeelle jäämistä vai odotitko vapautumisen tunnetta helpottuneena ja ilolla.*

Kansallisen senioriliikkeen **Rohkeasti seniori-hanke** tähtää työuraansa päättävien ihmisten aktiiviseen, onnelliseen ja toiminnalliseen elämään. Se kannustaa ikääntyneitä aktiiviseen kansalaisuuteen ja senioritoimintaan osallistumiseen.

Hanke toteutetaan vuosina 2019-2021 ja sen myötä pyritään vähentämään yksinäisyyttä, ehkäisemään syrjäytymistä ja edistämään terveyttä ja sosiaalista turvallisuutta. Tavoite kannustaa myös senioritoimintaan ja lisää vertaistuen antamista ja auttamista. Hanketta rahoittaa sosiaali- ja terveysministeriö ( STEA) Veikkauksen voitoista, ainakin toistaiseksi. Hankkeen keulahahmona toimii professori **Jorma Uotinen**. Viisitoista senioripiiriä osallistuu hankkeeseen ja syksyn aikana on 7 kurssia ympäri maata. Kun kuulin tästä hankkeesta, epäilin sen onnistumista kieltämättä aluksi. Miten saavuttaa ne henkilöt, jotka ovat juuri jääneet tai jäämässä eläkkeelle? Pelkoni oli turha.

## Lokakuussa oli Metsossa Pirkanmaan senioripiirin Rohkeasti Eläkkeelle-kurssi.

Kurssi oli kaksipäiväinen, osanottajia oli molempina iltoina kolmisenkymmentä.



**Ensimmäisenä iltana Jorma Uotinen kertoi valloittavaan tapansa elämänsä käännekohdista ja loi tulevaisuuden toivoa.**



Kuvassa on Jorma Uotinen yhdistyksemme Rohkeasti Seniori - yhdyshenkilömme Marja Kujansuun kanssa.

Tohtori **Rauno Pääkkönen** luennoi leppoisaan tyyliinsä faktoja kirjoittamansa kirjasen Minäkö eläkkeelle pohjalta. Kirjan on julkaissut Työturvallisuuskeskus (TTK).

Eläkkeelle siirtyminen on iso elämänmuutos. Henkinen, fyysinen, myös taloudellinen sekä yhteiskunnallinen asema muuttuvat. Näistä seikoista keskusteltiin ja huoli oli myös yksinäisyydestä ja rahojen riittämisestä.

Seuraava iltana Rauno Pääkkönen halusi kuunnella osanottajien tuntemuksia. Tuli hyviä ja monipuolisia näkemyksiä uudesta elämäntilanteesta. Toiveita nousi mm. eläkkeelle jäämisen jälkeen elämän laadun parantamiseksi, aktiivisesti toimimiseksi yhteisössä ja vertaistuen saamiseksi.

Minä (Marja Kujansuu)pidin esityksen vapaaehtoistyöstä. Kerroin oman elämäni käännekohdista ja niiden myötä tein päätöksen alkaa tehdä monenlaista vapaaehtoistyötä. Eläkkeellä ei tule pitkäksi aika, kun yrittää olla aktiivinen, käy konserteissa ja elokuvissa ja sitten on tämä vapaaehtoistyö.

**Rohkeasti seniori-hanke jatkuu ensi vuonna uusin kurssein. Kannattaa vihjata lähipiiriin eläkkeelle jääville henkilöille kursseista.**

Tampereen kansalliset seniorit Rose- vastaava Marja Kujansuu

## **Rohkeasti seniori minimessut Ideaparkissa 2019-11**



kuva Jalo Virkki

# Tulevia tilaisuuksia 2020

## Tammikuu

3. klo 12.00 Vanha kirkko kynttiläkirkko  
22. klo 13.00 Jäsentilaisuus Metso, Kuusi-Sali. Turvallisuus ja rikosuhat ikäihmisiä kohtaan, rikosylikomisario Jari Kinnunen

## Helmikuu

7. klo 12.00 Vanha kirkko, musiikkihartaus  
15. klo 14.30 TT/Frenckell näyttämö Niskavuoren Heta  
20. klo 13.00 Jäsentilaisuus, Metso Kuusi-Sali. Ikääntyminen ja jalkaterveys, jalkajumppa, jalkahoitaja Emmi Orasmaa.  
Matka- ja retkikohteita senioreille, toim.joht. Timo Tuomisto

## Maaliskuu

6. klo 12.00 Vanha kirkko, musiikkihartaus  
7. klo 13.00 Kreivitär Mariza -operetti, Tampereen yliopiston juhlasali.  
11. klo 13.00 Jäsentilaisuus ja kevätkokous kahvit alkaen 12.30. Tilaisuuden aluksi klo 13.00 luennoi aiheesta Tampereen vanhat valokuvat kertovat, tekn. tri Kari Salonen.  
21. klo 13.00 TTT/Kellariteatteri, Koiran morsiamet.  
Kevätmatka Pärnuun, mm. Georg Otsin 100-vuotta konsertti.

## Huhtikuu

3. klo 12.00 Vanha kirkko, musiikkihartaus.  
22. klo 13.00 Jäsentilaisuus Metso, Kuusi-Sali. Terveystieteiden tri Varpu Lipponen luennoi aiheesta Onnistunut vanhuus.

## Toukokuu

8. klo 12.00 TTT/Suuri näyttämö, Peter Pan, seikkailumusikaali.  
11. klo 13.00 Yhdistyksemme kevätkävely. Lähtö Mustastalahdesta Lapinniemeen, jossa kahvila Ansarissa omakustanteiset kahvit.

## Kesäkuu

- Kesämatka Länsi-Suomen kartanokierros.

## Jäsentilaisuudet

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

**keskiviikko 22.01 klo 13**

**Metso/Kuusi-Sali**

Turvallisuus ja rikosuhat ikäihmisiä kohtaan,  
rikosylikomisario Jari Kinnunen

**torstai 20.2. klo 13,**

**Metso/Kuusi-Sali**

Ikääntyminen ja jalkaterveys, jalkajumppa  
jalkahoitaja Emmi Orsmaa  
Matka- ja retkikohteita senioreille,  
toim.joht. Timo Tuomisto

**keskiviikko 11.3. klo 13**

**Metso/Kuusi-Sali**

**Kevätkokous** kahvitarjoilu alk. klo 12.30

Ennen virallista kokousta esitelmä Tampereen  
vanhat valokuvat kertovat, tekn.tri Kari  
Salonen.

**keskiviikko 22.4. klo 13**

Onnistunut vanhuus, terv.tiet.tri, Fm., psykoterapeutti  
Varpu Lipponen

## Musiikkihartaudet

**tammikuu 3.  
helmikuu 7.  
maaliskuu 6.  
huhtikuu 3.**

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



**Kelot** esiintymässä  
musiikkihartaustilaisuudessa  
Finlaysonin kirkossa  
4.10. 2019

kuva Marja Civill



## Kynttilätilaisuus

perjantai 3.1.klo 12 Vanhassa kirkossa

Kynttiläkirkossa muistellaan edellisenä vuonna  
poisnukkuneita jäseniämme.

## Kerhojen tilaisuuksia

- **Kelojen joulukonsertti** Aleksanterin kirkossa 16.12. kello 14
- **Ystävyydellä konsertti** Tyllissä 16.2.2019 kello 15

## Teatterit

Jos haluat teatteriin Tampereella, katso sivut 29.-31.  
Yhdyshenkilö teattereihin on Marja Kujansuu.



**Matkoista löydät tietoa sivuilta 32. \_ 33.**

## **Vesivoimistelijat juhlavasti joululounaalla.**

**Miesten ryhmä täytti 10 vuotta ja naisten 20 vuotta tänä vuonna, joten aihetta juhlintaan!**

**Mukavaa yhdessäoloa, iloa, naurua, ohjelmaa ja joululauluja.**



kuva Eila Saviaro

# Hallitus 2020

## Puheenjohtaja

Marja Civill 0400 132 584

[marja.civill@gmail.com](mailto:marja.civill@gmail.com)

## Jäsenet:

Riitta Aaltonen 040 587 5304

[riitakki@gmail.com](mailto:riitakki@gmail.com)

Mailis Appelström 050 561 1374

[mailis.appelstrom@gmail.com](mailto:mailis.appelstrom@gmail.com)

Kristiina Bertin 040 731 7547

[kristiina.bertin@gmail.com](mailto:kristiina.bertin@gmail.com)

Saara Heikkilä 050593 6589

[saara.heikkila42@gmail.com](mailto:saara.heikkila42@gmail.com)

Hilkka Kallio 050 5767280

[hkallio@outlook.com](mailto:hkallio@outlook.com)

Tuula Latvala 040 553 8175

[tuulahlatvala@gmail.com](mailto:tuulahlatvala@gmail.com)

Ilkka Salonen 040 525 5859

[ilkka.t.salonen@gmail.com](mailto:ilkka.t.salonen@gmail.com)

Tarja Virkki 050 322 8820

[tarja.virkki@outlook.com](mailto:tarja.virkki@outlook.com)

## Muut tehtävät

Senioriliiton valtuusto

Juha Salonen

Senioriliiton puheenjohtaja

Anneli Taina

Pirkanmaan kansallinen senioripiiri

Mailis Appelström

Vanhusneuvosto

Juha Salonen vpj.

Riitta Aaltonen

Maija-Liisa Nikki

## Edustajat seuraavissa toimitelimityissä:

Eläkeläisvaltuusto: Marja Kujansuu, Marja Civill ja Eira Möller

3-Ely:

Elonpolkuja yhteisö: Ilkka Salonen.

## Alla olevat toimihenkilöt vaativat hallituksen hyväksynnän

### 10.12.pidettävässä kokouksessa.

•Varapuheenjohtaja

•Taloudenhoitaja

Tuula Latvala,

•Sihteeri

Kristiina Bertin

•Tiedottaja

Marja Civill, lehdet ja kotisivu

Aamulehti

Riitta Aaltonen

•Ikälisän päätoimittaja Raimo Sillanpää, 050 523 9109, [caput@elisanet.fi](mailto:caput@elisanet.fi)

•Nettisivujen pitäjä Jalo Virkki 045 787 307 45 [jalo.virkki@outlook.com](mailto:jalo.virkki@outlook.com)

•Kerhovastaava Tarja Virkki, . 050 322 8820 [tarja.virkki@outlook.com](mailto:tarja.virkki@outlook.com)

•Jäsenrekisterinhoitaja Leena Helin, 050 054 9614, [leena.helin@tpnet.fi](mailto:leena.helin@tpnet.fi)

•Seurakunta-, teatterivastaava ja Ro-se yhteyshenkilö

Marja Kujansuu 050 597 9375 [marja.kujansuu@gmail.com](mailto:marja.kujansuu@gmail.com)

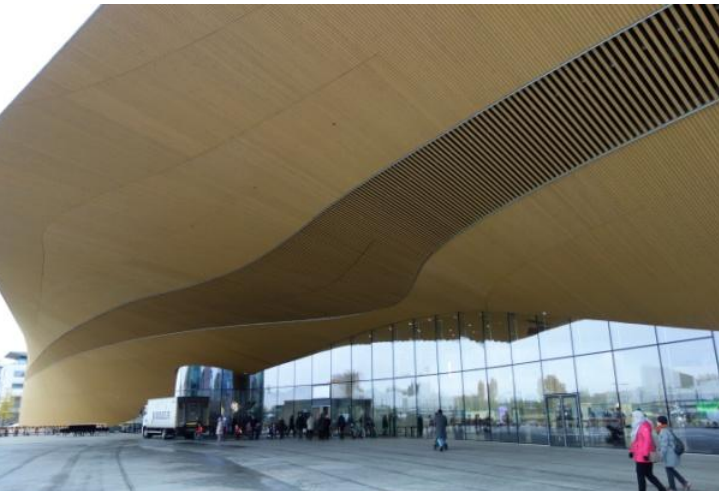
•Facebook-sivujen ylläpitäjä

# Kulttuuriretkellä Helsingissä

Teksti ja kuvat Marja Civill

Syksyisenä aamuna lokakuun puolessa välissä kokoontui lähes täysi bussillinen Tampereen senioreita Vanhalle kirkolle, josta lähdettiin kohti pääkaupunkia. Tällä kertaa tutustumaan sekä uusiin että vanhoihin kulttuurikohteisiin.

Ensimmäinen kohde oli viime vuonna valmistunut **Helsingin keskustakirjasto Oodi**, joka jo rakennuksena on mahtava suomalaisten arkkitehtien taidonnäyte. Ei ihme, että se on palkittu maailmalla. Sisäänmentyämme useat totesivat, että tähän ei ole vain kirjasto – vaan monitoimitalo.



Oodin sisäänkäynti

Rakennuksen kantavat osat ovat kuin sillan kaaria, ja heti aulasta kerroksiin nousevien kierreportaiden seinämistä voi lukea, kenelle kaikille rakennus on tarkoitettu. Ei tainnut puuttua minkään ryhmän tai yhteisön maininta. Tavalliset portaat, liukuportaat ja hissit vievät myös kerroksiin. Käytävien kulmauksissa on lattioihin upotettu näkövammaisten kulkua helpottavia metallinystymerkkejä.

Talo on tarkoitettu kaikille.





Ensimmäisessä kerroksessa on ravintola, ja kaupungin ja EU:n infopisteitä. Toinen kerros on täynnä lasiseinäisiä studioita, joissa voi käyttää tietokoneita, tulostaa, jopa G3-kopioita, tehdä vaikka julisteita, pelata videopelejä, maalata, ommella omista kankaista, talo tarjoaa langat ja opastuksen, kuunnella musiikkia, soittaa lainattavilla soittimilla, tehdä ruokaa, pitää pienimuotoisia kekkereitä jne. Äänieristetyissä studioissa, joista 4 on maksullista, voi vaikka levyttää, muut tilat ja toiminnot ovat maksuttomia, ja käytettävissä kirjastokortilla. Toisessa päässä on lasten harrastepuisto Loru, joka on myös kaupungin päiväkotiryhmien suosima.



Kolmannessa kerroksessa on varsinainen kirjasto, josta löytyy lainattavaa yli 100 000 nidettä. Suomenkielisten kirjojen lisäksi löytyy kirjallisuutta 20 eri kielellä.

9 m korkeiden lasiseinien takana on upea näkymä vastapäätä sijaitseviin eduskuntataloon ja musiikkitaloon. Laivan keulaa muistuttavalla nousevalla "terassivintillä" istui hauskoissa pillerituoleissa opiskelijoita kannettavia tietokoneita tai kirjoja selaten. Kirjastossa käy n. 10 000 asiakasta päivässä, ja ensimmäisenä kokovuotena odotetaan kävijämäärän nousevan lähelle 3 miljoonaa.

**Kirjastokerros, kahvila, ↑  
taustalla näkyy  
eduskuntatalo**

**Postitalon ravintolassa** nautitun lounaan jälkeen siirryttiin Mannerheimintien toiselle puolelle entiseen Lasipalatsin ja elokuvateatteri Bio Rexin tiloihin, joihin maanalaisten uudistilojen myötä on rakennettu yksityinen taidemuseo **Amos Rex**.



**Senioreita  
Amos Rexissä**

Tutustumispäivänämme oli avattu juuri ensimmäinen museon omista kokoelmista koottu näyttely, joka koostui suomenruotsalaisen taiteilija Birger Carlstedtin ( 1907 – 1975 ) laajasta ja eri tyyliisuuntia edustavasta tuotannosta. Eri osastoilla tuotiin esiin, kuinka Carlstedtin taidesuunnat muuttuivat vuosien mittaan figuratiivisesta modernismiin ja lopulta surrealismiin. Upeat värikkäät työt tekivät kyllä vaikutuksen.

Viimeinen kohteemme oli monelle jo ennestään tuttu, mutta aina kiinnostava **Uspenskin, eli Jumalansynnyttäjän kuolonuneen nukkumisen katedraali**. Nimi tulee slaavinkielen sanasta uspenie, joka tarkoittaa kuolonuneen nukkumista. Kirkko valmistui v. 1868, siinä on 13 kullattua kupolia ja katedraalin korkeat pilarit on veistetty kukin yhdestä graniittilohkareesta.



Kirkko on vaikuttava rakennus sekä ulkoa, että sisältä. Siellä on runsaasti upeita ikoneita, joista ehkä kuuluisin Viipurista aikanaan tuotu, ihmeitätekeväksi sanottu Jumalanäidin ikoni.

Uspenskin ↑  
katedraalin kirkkosali

Illan suussa kotiutuessamme totesimme saaneemme taas paljon uutta tietoa ja mukavaa yhdessäoloa.

**Kiitos taas matkailutoimikunta kiinnostavasta retkestä.**

# Salonkitanssijat vierailivat Violakodilla

kuvat Kaarina Välimäki



Salonkitanssijat vierailivat Violakodilla 15.10. ja esittivät perinteisiä salonkitansseja. Vastaanotto oli innostunut. Tanssijoillakin oli hauskaa. Lopuksi juotiin talon tarjoamat kahvit.

**Salonkitanssijat kokoontuvat Ratinan salilla 4. Tanssimme kaikenlaisia ryhmä- ja paritansseja. Tule tutustumaan tammikuussa maanantaina 13.1. klo 15.**





# Digivinkki

## Katso yhdistyksen tuoreet tapahtumat kännykän etusivulta

Älykännykän (Android) etusivulle voi laittaa kuvakkeen yhdistyksen tapahtumista seuraavin ohjein:



Avaa kännykän etusivulta nettiselain Chrome

- kirjoita osoiteriville "Tampereen kansalliset seniorit" , ja klikkaa hakutulosta <https://tampere.senioriyhdistys.fi> Tampereen kansalliset seniorit ry.
- Klikkaa sivuston etusivulta kohtaa "**Tapahtumat** tästä"
- Klikkaa "tapahtumat" sivulla oikeassa yläkulmassa kolmea pistettä, ja klikkaa ko. valikosta "Lisää aloitusnäyttöön"
- Aloitusnäytöllä voit raahata kuvakkeen haluamaasi kohtaan.
- Tapahtumasivu aukeaa tästä kuvakkeesta. Valikon kautta (kolme vaakaviivaa vasemmassa yläreunassa) pääsee helposti muillekin sivuille.

Jalo



# Kevään 2020 tamperelaiset teatterielämykset

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

**puhelinaika ma – ti 10 -13 tai**

**sähköpostitse [tre.seniorit@kolumbus.fi](mailto: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.**

Kuvassa on Eeva Hakulinen.

kuva Heikki Järvinen

**Tampereen teatteri Frenckelin näyttämö**

Lauantai 15.2. klo 14.30

## Niskavuoren Heta

Niskavuoren Heta on kertomus ihmisistä, jotka kamppailevat itsensä rakastamisen kanssa. Se on kertomus naisesta, joka hylättiin ja häpäistiin. Se on kertomus naisesta, joka ei kykene anteeksiantoon. Rangaistaessaan itseään, hän hylkää läheisensä.

Teos on intensiivinen ja säkenöivä, uuden sukupolven jopa poliittiseksi nouseva kannanotto ihmisen ikiaikaisesta mielentilasta ja itsekeskeisyydestä. Viime vuosisadan alkupuolelle sijoittuvan tarinan kehukset, kuten Hetaa ohjaava riittämättömyys ovat monille edelleen tutut.



Ohjaus Liisa Mustonen

Rooleissa Eeva Hakulinen, Teijo Eloranta, Cecile Orblin, Ritva Jalonen, Aliisa Pulkkinen, Tom Lindholm, Ville Majamaa, Antti Tiensuu  
**Lipun hinta 37€/ viitenumero 5270**

---

## **Tampereen yliopiston juhlasali**

**La 7.3. klo 14.00**

### **Kreivitär Mariza**, Emmerich Kahlman

Wieniläisoperettien parhaimmistoon kuuluva operetti. Luvassa on valekihlauksia, salanimiä sekä juonimista niin rahan kuin vallankin tähden.

OperArtin tuottama Kreivitär Mariza esitetään siis Tampereen yliopiston juhlasalissa. Operetti kertoo kreivitär Marizan tilalla tapahtuvista vauhdikkaista käänteistä, kun Mariza tulee viettämään kihlajaisjuhlia omalle tilalleen. Operetin aarioihin lukeutuu mm. Czardaskavaljeeri.

Pääosissa Anu Hälvä/Hannakaisa Nyrönen, Jyrki Anttila/ Hannu Jurmu

Muissa rooleissa Tiina Vahevaara, Aki Alamikkotervo, Emilia Vesalainen-Pellas, Jouni Kokora jne.

**Lipun hinta 38€/ viitenumero 5296**

---

## **Tampereen Työväen Teatteri, Kellariteatteri**

**Lauantai 21.3. klo 13**

### **Koiran morsiamet**

Kuvassa ovat

Sari Mällinen ja

Teija Auvinen.

kuva Kari Sunnari





Sirkku Peltola palaa takaisin intiimiin tarinan kerrontaan. Vaikka kehys on pieni, on tarina suuri: Koiran morsiomet tarkastelee yksinäisyyden olemusta ja kaipuun kummia ulottuvuuksia.

” Aina on kyse rakkaudesta ja kaipuusta. Se on mennyt, toivotaan tulevaksi tai tunnetaan syvästi. Koiran morsiomissa on kaksi sisarusta, joilla on vain toisensa ja vuorotellen vaihtuva hoitosuhde. Rakkauden kaipu on niin kova, että toinen sisaruksista alkaa kuvitella ihmissuhteen ikkunan takana elävään nuoreen mieheen. Tämä joutuu tahtomattaan tempaistuksi sisarusten kummalliseen maailmaan, jossa jo lapsena kaikki pantiin puoliksi”.

Lämmin, surullisenhaikea kertomus elämän realiteeteista.

Rooleissa Sari Mällinen, Teija Auvinen, Saska Pulkkinen

Kesto noin 2:35

**Lipun hinta 36€/ viitenumero 5319**

---

**Tampereen Työväen Teatteri, Suuri näyttämö  
Perjantai 8.5. klo 12**

## **Peter Pan**

Lumoava seikkailumusikaali valloittaa jälleen. Ikimuistoinen ja vauhdikas tarina pojasta, joka ei halunnut kasvaa isoksi. Musikaali tehdään 450 tamperelaisen lapsen ja nuoren oppilaan voimin Tampereen Musiikkiluokkien 45-vuotisnäytäntönä.

Ohjaus: Tiina Brännare

Yhteistyössä Tampereen Työväen Teatteri, Ahvenisjärven koulu, Linnainmaan yhtenäiskoulu, Pispalan koulu, Pohjois-Hervannan yhtenäiskoulu, Pyynikin yläkoulu, Tampereen Normaalikoulu ja Wivi Lönnin koulu

**Lipun hinta 25€/ viitenumero 5335**



ke-pe 18.–20.3.2020

## Oopperagaalamatka Pärnuun Georg-Ots 100

Matkan hinta: 285,00 /henkilö / 2-hh, yhden hengen huoneen  
lisämaksu 60,00 €

Laivamatkat

18.03. Helsinki-Tallinna klo 10:30–12:30 Megastar

20.03. Tallinna-Helsinki klo 16:30–18:30 Star



Majoitus  
19.–20.03.2020 Pärnu  
hotelli



- Hintaan sisältyy: laivamatkat Tallinkin nopeilla laivoilla
- hotellimajoitus 2 hengen huoneissa
- aamiaiset hotellissa, illallinen, 2x lounas
- kiertoajelu Pärnussa
- tutustuminen Sakun kartanoon
- bussikuljetus, oma bussi on koko matkan mukana
- lippu oopperagaalaan

# 11.6.2020 kesäkuussa kartanokierros Teijon ruukinkartano ja Brinkhallin kartano



Teijon ruukinkartanoa pidetään Suomen kauneimpana rokokoorakennuksena.



Turun Kaksikerran saarella sijaitseva Brinkhallin kartano arvokkaine puistoineen ja puutarhoineen kutsuu vierailulle! →



Matkan hinta: 88,00 €

Hintaa sisältyy: opastetut kierrokset kartanoissa, aamukahvit, lounas, iltapäiväkahvit ja bussikuljetus.

Vastuullinen matkanjärjestäjä

TILAUSLIIKENNE TIMO TUOMISTO KY 03 558 9000

## **Matkoille ilmoittautuminen ja maksaminen**

**Matkoille ilmoittaudutaan viimeistään kuukautta ennen matkan alkua.**

[mailis.appelstrom@gmail.com](mailto:mailis.appelstrom@gmail.com) tai puh 050 561 1374

Matkan hinta pitää suorittaa Tilausliikenne Timo Tuomiston tilille:

FI16 5070 0420 0194 10, viimeistään kuukausi ennen lähtöpäivää.

Kirjoittakaa viestikenttään osallistujan/ osallistujien nimet ja matkan kohde.

# Seniorien vesivoimistelua, Toimi Anttola

1.

Violakodin altaassa on saatu vesi jumpata  
hyvä olo joka paikkaan, kun saa vettä pumpata  
kädet sekä jalat liikkuu, vesi meitä kantaa  
ohjaajan mukaan voimistellaan, neuvot meille antaa

2.

Naisten ryhmän alusta, on ainakin kaksikymmentä vuotta  
kaikilla huoli kehosta, eikä varmasti suotta  
kukaan ei ajatellut, että voimistelusta tulisi taakka  
vuosia vaihtuu, altaassa vain yksi, mukana tähän saakka

3.

Kun kaikki ei mahtuneet altaaseen, perustettiin toinen sakki  
uusi ryhmä naisille ja huonolle kunnolle pakki  
hyvässä seurassa mukavaa, altaalle on matkata  
kunto nousee ajan myötä, kun saa vettä vatkata

4.

Miehet seurasivat naisten harrastusta sivusta  
iän myötä vaivat kasvoi, särkee joka nivusta  
kymmenen vuotta kulunut, kun saatiin oma ryhmä  
kaikki ovat samaa mieltä, päätös ei ollut tyhmä

5.

Joka viikko yritetään, elämään saada vireyttä  
voimistelu poistaa kehon, sekä mielen kireyttä  
saunan lauteilla juttu luistaa, kukaan ei niitä estä  
ketään loukkaamatta vitsit eivät, aina päivänvaloa kestä

6.

Jälleen kerran todetaan, että taitaa tulla joulu  
hengähdetään hetkeksi ja tauolle vesikoulu  
juhlaherkkuja nauttiessa, saattaa paino kasvaa  
kevätkaudella sitten altaassa, poistetaan liikaa rasvaa

7,

Huolehdistaan kunnostamme, kuinka kukin jaksaa  
vaivannäkö kannattaa ja siitä pitää maksaa  
ihanien kavereiden, kanssa kun saa kulkea  
hyvä mieli illalla, kun aika silmät sulkea

## **Toimistomme on auki vuonna 2020: keväällä 13.1. – 12.5.**

**Poikkeuksena ovat pyhä- ja juhlapäivät.**

**Toimisto on avoinna maanantaisin ja tiistaisin kello 10 – 13  
puhelin 0400-193 558**

**Osoite on Kuninkaankatu 13 B. (Paina Kokoomuksen nappia.)**

### **■ Yhdistyksemme pankki ja tilinumero:**

Pankki on Oma Säästöpankki.

Tilinumero on **FI25 4108 0010 7633 43.**

### **■ Yhdistyksemme kotisivuilla on ajankohtaista tietoa toiminnastamme.**

[www.tampere.senioriyhdistys.fi](http://www.tampere.senioriyhdistys.fi)

Siellä tapahtumatsivulla on yhdistyksen toiminta vasemmassa reunassa olevan valikon mukaan.

**■ Sunnuntain Aamulehden Menot-palstalla on seuraavan viikon yhdistyksemme tapahtumia.**

**■ Mikäli käytät sähköpostia ja haluat tiedotteita yhdistykseltämme, ilmoita sähköpostiosoitteesi toimistoon [tre.seniorit@kolumbus.fi](mailto:tre.seniorit@kolumbus.fi) .**

**■ Yhdistyksemme facebook sivut löytyvät osoitteesta [facebook.com/tampereenseniorit](https://facebook.com/tampereenseniorit) .**