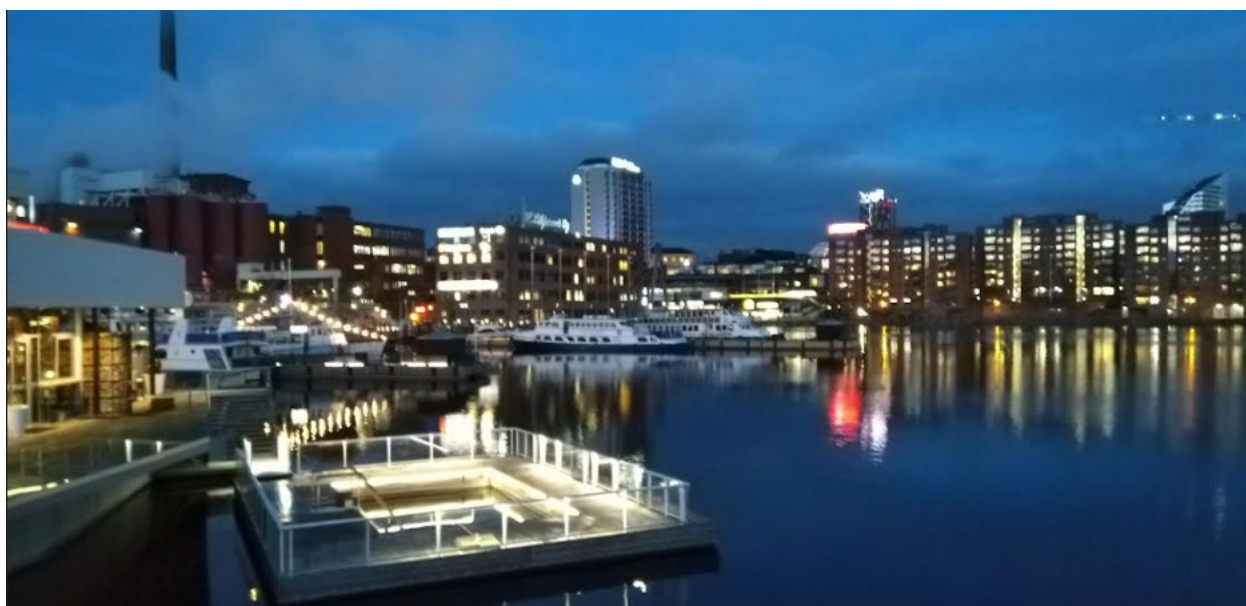


Tampereen kansalliset seniorit ry



Senioripostia 1-2023, 27.1.2023



Puheenjohtajan tervehdys

Hyvää alkanutta vuotta 2023!

Liike on lääke erityisesti meille ikäihmisille. Viimeaikaiset tutkimukset ovat osoittaneet, että melko pienikin liikkuminen edesauttaa ylläpitämään sekä fyysistä että henkistä kuntoa. Jokainen tietysti liikkuu sen mukaan kuin kunto antaa myöten. Uudet liikkumisen vähimmäistavoitteet eri ikäryhmille on julkaistu hiljattain.

Helmikuussa aloitamme yhdistyksessämme tavoitteellisen osallistujien omaan kuntoon perustuvan kävely/kuntoprojektin. UKK-instituutti tulee olemaan aloituksessa mukana. Pinnistetään ryhmänä itsellemme asetettujen omien tavoitteiden saavuttamiseksi. Vaatimattomakin tavoitteet ovat parempia kuin ei tavoitteita lainkaan.

Vuoden vaihteessa ovat aloittaneet hyvinvointialueet, joiden toimivuus on herättänyt huolta erityisesti meidän ikäihmisten keskuudessa. Saammeko tarvitsemaamme palvelua? Tulevat vaalit ovatkin tärkeitä myöskin tässä suhteessa. Senioriliitto on julkaissut vaalitavoitteet jotka lyhyesti

1. Ikäihmisten oikeuksia kunnioittava yhteiskunta
2. Vapaaehtoistoiminnan jatkumisen edellytykset
3. Digiyhteiskunnassa pärjääminen
4. Toimivat terveydenhoitopalvelut/Sote

5. Erilaiset asumisratkaisuvaihtoehdot sekä

6. Kannustava eläkejärjestelmä.

Käytetään niitä mahdollisuuksia, jotka meillä on saavuttaaksemme kokonaisturvallisen vanhuuden.

Shakespearen sanoin " Tiedämme, mitä olemme, mutta emme tiedä, miksi tulemme"

Katsotaan tulevaan luottavaisin mielin!

Hilkka Kallio, pj

Vuoden 2023 hallitus:

Yhdistyksen ja hallituksen puheenjohtajana jatkaa Hilkka Kallio

Hallituksen varsinaiset jäsenet:

Entisistä jatkavat: Kristiina Bertin, Olavi Kopponen, Irene Lankinen, Tuula Latvala, Ilona Saarinen ja Anne Viitanen.

Uusina: Tuula Loukio, Tarja Mäkinen ja Pentti Väänänen

Syyskokous vahvisti hallituksen esityksestä kunniajäsenyyden myöntämisen Marja Kujansuulle huomionosoituksena vuosien aktiivisesta toiminnasta yhdistyksen eri tehtävissä.

Marja Kujansuu, yhdistyksen kunniajäsen

(kuvassa kunniapuheenjohtaja Juha Salosen kanssa)



Marja, Marra, Kujansuu liittyi senioreihin vuonna 2008, eläkkeelle jäätyään. Hän kuvaa tätä erinomaiseksi ratkaisuksi, koska sai kokonaisvaltaista hyvinvointia tukevaa toimintaa niin henkisesti kuin fyysisesti. Hän sai välittömästi vastuullisia tehtäviä ja opettajana otti kiitoksella vastaan koulutukset niihin.

Marjan CV on mittava seniorityössä eri tasoilla, yhdistystasolla, piiritasolla ja liittotasolla vastuullisissa tehtävissä. Erityisesti huomiota kiinnitti pitkä ”ura” Aivojumppakerhon vetäjänä yhdessä Tarja Virkin kanssa. Hän on ollut myös piirin muistikerhovastaava 2019–2020. Onko tämä ollut edistämässä sitä pirteyttä ja positiivisuutta, mikä huokuu olemuksesta. Eläkeläisvaltuustoon hän on kuulunut vuodesta 2018 lähtien. Yhdistystasolla hän oli varapuheenjohtaja vuosina 2010–2012, puheenjohtaja 2013–2016 sekä varapuheenjohtaja taas 2018 -2 019. Hän on myös Rohkeasti seniori -yhdyshenkilö vuodesta 2020. Liittohallituksen varajäsenenä hän toimi 2013–2017. Marjan toiminta yhdistyksessä jatkuu edelleen teatteri- ja seurakunta-asioista vastaavana. Näistä meriiteistä hänet on palkittu pronssisella ansiomerkillä 2011, hopeisella 2014, kultaisella 2018. Liiton 50 – vuotisjuhlamerkin hän sai vuonna 2021. Marjan aktiivisuus ja vastuullisuus on palkittu kunniamerkein, mutta arvokasta on ollut kokemukset ja ihmiset. Hänen ajatuksiaan voidaan pitää kunniajäsenen henkisenä perintönä: ”Olen tutustunut erilaisiin, mielenkiintoisiin ihmisiin ja oppinut sitä kautta paljon elämästä. Maailmankuva on avartunut”. ” Olen yrittänyt olla aktiivinen ja auttaa

kaikilla lahjoilla, joita olen saanut. Pääasia ei kuitenkaan ole se, mitä olen saanut. Vaan parasta on, että meidän yhdistyksemme tekee suurenmoista työtä ikäihmisten henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin eteen. Kenenkään ei tarvitse jäädä kotiin, niin kauan kun terveyttä riittää”. Yhdessä tekeminen konkretisoitui heti, kun hänet oli valittu puheenjohtajaksi ja hän sai syöpädiagnoosin: ”Hallitus ei antanut minulle periksi ja yhdessä hoidimme senkin puoli vuotta, kun olin melkein vuoteen oma.”

Kiitollinen kunniajäsenen arvonimestä - Marja Kujansuu, Marra

Senioriposti esittelee kolme uutta hallituksen jäsentä; Tuula Loukio, Pentti Väänänen ja Tarja Mäkinen

Tuula Loukio:



Sinulla on uusi posti senioriyhdistyksen hallituksessa. Meitä jäseniä kiinnostaa;

- **mitä haluat kertoa omasta itsestäsi ja historiastasi:** Valmistuin sairaanhoitajaksi v -75, leikkaussalin erikoissairanhoitajaksi v – 80. Työuraan on sopinut työskentelyä 7 eri sairaalassa, kolmessa yksityissairaalassa, usealla erikoisalalla ja olen ollut mukana kaikkien muiden erikoisalojen leikkauksissa sydänkirurgiaa lukuunottamatta. Kokemuksiin kuuluu myös toimiminen terveydenhoitajana Vaasan vankilassa. Ennen eläkkeelle jääntiä olin mukana 10 v terveydenhuollon toimintojen ja prosessien kehittämisessä ja tilojen suunnittelussa Pirkanmaan sairaanhoitopiirissä ja v 2014 minut rekrytoitiin insinööritoimistoon, joka työ vei minut sairaalahankkeisiin eri puolille Suomea suurimpana Oulun yliopistollisen sairaalan uudistamishanke.
- **mitä asioita on ollut vaikuttamassa hallituksen jäsenyyteen**
Hilkka Kallion pyyntö tulla hallitukseen.
- **mitä haluat antaa hallituksen jäsenenä yhdistykselle ja mitä odotuksia sinulla on hallituksen jäsenenä toimimisessa**
Haluan antaa yhdistykselle positiivista energiaa, aktiivista tekemisen meininkiä, ideoita pureskeltavaksi ja ehkä toteutettavaksikin. Odotuksia; uusia tuttavuuksia ja yhteistyötä seniori-ikäisten ihmisten elämän ja olosuhteiden parantamiseksi ja yksinäisyyden vähentämiseksi
- **mistä saat energiaa toimintaasi**
Energia löytyy kotikasvatuksesta, luonteesta, positiivisuudesta, huumorista, liikunnasta ja hyvistä ystävistä ja perheestä.

Pentti Väänänen:



Pentti Väänänen, eversti evp.

Tein työuraani puolustusvoimissa. Yleisesikuntaupseerikurssin kävin Sotakorkeakoulussa 1980-luvun alussa ja puolustusvoimien ylimmän johdon kurssin vuonna 2000. Palvelin mielenkiintoisissa tehtävissä eri puolilla Suomea. Pisimpään työskentelin Pääesikunnassa Helsingissä. Viimeinen tehtävä oli everstin virassa kuuden vuoden ajan Puolustusvoimien materiaalilaitoksen esikunnan esikuntapäällikkönä Tampereella. Olen toiminut aktiivisesti Upseeriliitossa ja Kadettikunnassa sekä maanpuolustusjärjestöissä. Olen Väänästen sukuseuran esimies ja mukana lukuisissa yhdistyksissä. Olemme vaimoni kanssa asuneet Tampereella kaksikymmentä vuotta. Harrastan kuntoliikuntaa, mökkeilyä, matkailua ja yhdistystoimintaa. Katsoin noin vuosi sitten hallituksen valokuvaa, jossa oli vain kaksi miestä. Ihmettelin ääneen, miksi yhdistyksessä ei toteudu tasa-arvo. Varmaankin leikkimielellä esitetty kysymys johti hallitukseen. Vuoden ensimmäisessä kokouksessa olinkin ainut mies. Toivon pitkältä järjestö- ja yhdistyskokemuksestani olevan hyötyä yhdistyksemme hallitustyöskentelyssä. Pysin saamaan myös aktiivisia miehiä mukaan toimintaan.

Tarja Mäkinen:



Sinulla on uusi posti senioriyhdistyksen hallituksessa. Meitä jäseniä kiinnostaa;

- **mitä haluat kertoa omasta itsestäsi ja historiastasi:** Olen jäänyt eläkkeelle syksyllä 2021 IT -alalta asiantuntijatehtävistä. Olen mukana myös SPR:n vapaaehtoistoiminnassa ja kuulun Marttoihin.
- **mitä asioita on ollut vaikuttamassa hallituksen jäsenyyteen:** Yhdistyksessämme oli tarve uudelle nettisivujen ylläpitäjälle ja pj. Hilikka Kallion ehdotuksesta suostuin tehtävään. Nettisivujen ylläpitäjän on hyvä olla hallituksen kokouksissa, jotta kuulee tulevista tapahtumista ja toisaalta pystyy tuomaan hallitukselle tiedoksi yhdistykselle tärkeään tiedottamiseen liittyvää informaatiota.

- **mitä haluat antaa hallituksen jäsenenä yhdistykselle ja mitä odotuksia sinulla on hallituksen jäsenenä toimimisessa:** Ylläpidän yhdistyksemme nettisivuja ja olen yksi Facebook -sivujen päivittäjästä. Toimin tarvittaessa myös yhdistyksen tiedottajana. Haluan tehdä yhdistyksemme toimintaa tunnetuksi nykyisille ja tuleville jäsenille.
- **mistä saat energiaa toimintaasi:** Asuminen sekä maaseudulla että kaupungissa on latauttavaa. Harrastan mm. golfia ja muuta liikuntaa sekä lukemista. Mieheni ja lasten perheet ovat iso voimavara elämässäni. Ystävien tapaamiset teatterin, elokuvien ja lounaiden sekä vapaaehtoistyön merkeissä antavat myös energiaa.

KEVÄTKOKOUS

Kokouskutsu

Tampereen kansalliset seniorit ry:n sääntömääräinen kevätkokous pidetään keskiviikkona 15.03.2023 klo 14.30 kirjastotalo Metson Kuusi-salissa, Pirkankatu 2, Tampere.

Kokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntöjen 10 §:ssä mainitut asiat mm. toimintakertomus ja tilinpäätös vuodelta 2022. Ilmoittautuminen ja kahvi klo 13 alkaen. Klo 13.30 Fysioterapeutti Anne Henriksson Coxasta kertoo aiheesta Fysioterapiasta apua nivelille.

Tampereella 20.01.2023

Hallitus

Kerhojen yhteystiedot ja alkamisajat löytyvät yhdistyksen www-sivuilta.

<https://tampere.senioriyhdistys.fi/kerhot/kerhojen-toiminta/>

Kerhojen yhteystiedot

Kerhot kevät 2023

päivitetty 4.1.2023

Aivojumppa	Tuula Loukio Pirkko Kiiskinen	tuula.loukio@gmail.com P.kiiskinen@icloud.com	050 537654 6 040 763518 0	Joka toinen to klo 12.00 alk. 12.1.2023	Toimiston kokoushuone Kuninkaankatu 13 B		
Bridge	Riitta Koskine	rinkeli.koskinen@gmail.com riitta.salven@gmail.com	050 596 9152	Ke klo 12.00	Ruotsalainen Klubi		

	n Riitta Salven		050540 4916	alk. 4.1.2023	Otavalankatu 9		
Canasta	Marjatta Sippola	marjattasippola@gmail.com	050 366 4824	Parittoman viikon ke ja perillisen viikon ma klo 10.00–14.00 alk. 9.1.-29.5.2023	Karjala-Seuran kerhotila Koulukatu 12		
Digikerho	Aila Salminen	ailasalmin@gmail.com	050 561831 4	Jatkoa suunnitellaan	Toimiston kokoushuone Kuninkaankatu 13 B		
Elokuva-kerho	Anne Viitanen	viitanne@gmail.com	040 550 9687	Kuukausittain klo 12.30 alkaen	Arthouse Cinema Niagara Kehräsaari		
Golf -kerho	Tarja Mäkinen	tarjahmak@gmail.com	040 57 0 5860	Kesäisin, tiistaisin 9.30	Pirkanmaan Golf, PIRG Messukylä		
Jooga I	Marita Stenholm	marita.stenholm@outlook.com	050 558 5553	Ke klo 9.30 alk. 4.1.2023	Ratina sali 3 Ratinen rantatie 1		
Jooga II	Helka Pulliainen	helka.pulliainen@elisant.fi	040825 7477	Pe klo 10.00	Monitoimitalo 13 Stenvall sali, Satakunnankatu 13		
Jooga III	Pirkko Hervonen	pirkko.hervonen@gmail.com		Ti klo 10.00 10.1.2023	Ratina sali 4 Ratinan rantatie 1		
Kansantansijat	Eija Luukkanen	luukkanen.eija@gmail.com	050 34 8 1153	Pe klo 14.30 13.1.-28.4.2023	Ratina sali 4 Ratinan rantatie 1		
Katajaiset, naiskuoro	Maaria Juvela Tuula Kareinen	juvelamaaria@gmail.com tuula.kareinen@gmail.com	045 26 1 0884	To klo 10–12.30 alk. 12.1.2023	Pyynikin Pappila Kisakentänkatu 18		
Keilakerho	Juhani Saarinen	juhani.e.saarinen@gmail.com	050 064 0988	To klo 15.00 alk. 5.1.23-25.5.23	Kaupin keilahalli Keilakuja 1		

Kelot, mieskuoro mieskuoro	Matti Kerppola Arvo Kareinen	matti.kerppola@icloud.com arvo.kareinen@gmail.com	040 73 3 6072 0400 872 800	Ma klo 9.30–12.00 alk. 9.1.23-29.5.2023	Pyynikin Pappila Kisakentänkatu 18		
Kirjallisuuskerho	Maija Riitta Koskinen	majakoskinen.koskinen@gmail.com	040 044 1521	Joka toinen ke klo 13.00–14.30 alk. 11.1.2023	Vanha kirjastotalo Mäkelän kabinetti Keskustori 4		
Kulinaari-ryhmä	Sirpa Ojala	ojala.sirpa@outlook.com	040 53 4 9410	Kuukaudeksi ensimmäinen tiistai klo 17.00	Kokoontuu eri ravintoloissa, ilmoitetaan erikseen		
Kädentaidot	Pirjo Arhi	Pirjo.arhi@gmail.com		Ti klo 10.00 tai 12.00 alk. 10.1.2023	Toimiston kokoushuone tai sop.mukaan		
Lautapelit	Päivikki Kauppila	nenonenpivikki@gmail.com	045 78 4 01878	Joka toisen viikko maanantai alk. 9.1.2023	Ravintola Telakka Tullikamarin aukio		
Lukupiiri	Marja Salovaara	salovaaramarja4@gmail.com	040 56 9 7256	Kuukausittain ti klo 15.00 alk. 24.1.2023	Toimiston kokoushuone		
Maalikot	Tuula Jokiharju	tuula.jokiharju@saunalah.fi	050 336 0257	Ma klo 11.00–13.30 alk. 16.1.2023-24.4.2023	Monitoimitalo 13 4 krs Stenvall sali Satakunnankatu 13		
Makujen matka maakuntiin	Raija Kämäräinen	kamarainenraija@gmail.com	040 55 4 8439	Kerran kuukaudessa lauantaisin alk. 25.2.2023	Irjalan makasiini		
Miesten kerho	Pentti Väänänen	penttijuhani.vaananen@gmail.com	040 721 7605	Sopimuksen mukainen paikka			

				alk. 11.1.23 12.30			
Museoryhmä	Terhi Turja	terhi.turja@gmail.com	040 41 7 6688	Kuukausittain, aika ilmoitetaan erikseen	Eri museot		
Norpat, vesivoimistelu	Arja Penttilä	penttila277@gmail.com	040 830 6432	To klo 10.00–10.45 alk. 19.1.2023	Varala Varalankatu 36		
Saksan kieli	Anne Karjalainen	annemkarjalainen@gmail.com	045 21 5 1730	Joka toinen to klo 12.00 alk. 19.1.2023	Toimiston kokoushuone Kuninkaankatu 13 B		
Seniorikahvit	Hilkka Kallio	hkallio@outlook.com	050 57 6 7280	Joka toinen maanantai alk. 16.1.2023 klo 15.00	Kahvisalonki Satakunnankatu		
Tanssikerho	Eija Luukkanen	luukkanen.eija@gmail.com	050 34 8 1153	Ma klo 15.00 alk. 16.1.2023	Ratina sali 4 Ratinan rantatie 1		
Toivelaulukerho	Jalo Virkki	jalo.virkki@outlook.com	045 787 30745	Joka toinen ti 13.30 alk. 17.1.2023	Kuuloyhdistys Hämeenpuisto 15 A		
Tuolijumppa	Saara Jantunen	saara.jantunen@icloud.com	050 377 3612	Ma klo 15.00 alk. 9.1.2023	Huusholli Hämeenpuisto 10		
Vesivoimistelu, miehet	Juhani Ahva	ahvajuhani@gmail.com	040 08 4 6970	Ke klo 11 alk. 11.1.-26.4.2023	Varala Varalankatu 36		
Vesivoimistelu, naiset	Kantonie mi Maarit	maarit.kantoniemi@gmail.com	040 55 8 8792	Ke klo 10.00 alk. 11.1.-26.4.2023	Viola-koti Juhlatalonkatu 4		
Viinikerho	Ilona Saarinen	ilona.e.saarinen@gmail.com	040 079 4321	Kuukaude n 1. ke 15.00 alk. 11.1.2023	Deli 1909 & Wine Bar Puutarhakatu 11		

Kerhovastaavien yhdyshenkilö on Irene Lankinen, irene.lankinen54@gmail.com 040 778 8310.

Jäsentilaisuudet

HELMIKUU

22.2. Jäsentilaisuus Metsossa klo 13-15, Kuusi -sali, Harri Henttinen, 'KirkkoHarri' Vesilahdesta; Yhdessä me ihanasti erilaiset.

MAALISKUU

15.3. Jäsentilaisuus ja kevätkokous Metsossa klo 13-15.30, Kuusi -sali. Fysioterapeutti Anne Henriksson; Fysioterapiasta apu nivelille.

HUHTIKUU

19.4. Jäsentilaisuus Metsossa klo 13-15, Kuusi -sali. Emerituskanttori Stephen Evans; 50 vuotta Suomessa. Britannian ja Suomen kansalainen.

TOUKOKUU

3.5. Jäsentilaisuus Metsossa klo 13-15, Pihlaja -sali. Lääketieteen tohtori ja gerontologian professori Marja Jylhä, 'Vanhuus – tavallisen hyvää elämää'.

Tiedotteita

Seniorikahvit

Seniorikahville kokoonnumme joka toinen viikko maanantaisin klo 15.00. Paikkana Kahvisalonki, Satakunnankatu 19. Leppoisaa seurustelua kahvinjuonnin lomassa ja alustuksia ajankohtaisista aiheista. Tervetuloa mukaan keskustelemaan ja tutustumaan muihin jäseniin!

Seuraava Seniorikahvit 30.1.23 klo 15.00. Kahvin lomassa tietoisuuskotien varautumisesta poikkeusolojen aikana. Koskee ensisijaisesti ja toistaiseksi pitkien sähkökatkojen aiheuttamia vaikeuksia ja niihin varautumista.

Alustus aiheeseen Tuula Loukio, Yhdistyksen jäsen.

Suvivirsi-laulajaiset

Vanhassa kirkossa pe 5.5.23 klo 12.

Laulamme ilon ja toivon virsiä, lisäksi hartaus ja musiikkiesityksiä

Kerhojen viestit

Katajaiset ja Kelot

Naiskuoro Katajaiset ja Mieskuoro Kelot viihdyttävät Jussi Tammisen johdolla Ystävänpäivän viikolla. Keväisen konsertin listalla valsseja, tangoja ja muuta mukavaa. Sunnuntaina 19.02.23 klo 15 Tyllinsalissa, Hallituskatu 30. Liput 15 €. Lippuja voi tiedustella myös kuorolaisilta.

Kirjallisuuskerho

2023 kevät:

8.2.2023 Mäkelän kabinetti

21.2.2023 Mäkelän kabinetti

8.3. 2023 Mäkelän kabinetti

22.3.2023 Mäkelän kabinetti

5.4. 2023 Luentosali

19.4. 2023 Taidemuseo

3.5.2023 Mäkelän kabinetti

17.5. 2023 Retki

Muutokset voivat olla mahdollisia

Kädentaidot

Kädentaidot on neulelankoja ja -puikkoja, virkkuukoukkuja, neuloja ja ristipistoja. Mutta se on myös kyniä, papereita, kartonkeja, värejä, siveltimiä, sakset, liimaa, tarroja, pajunoksia, kiviä, käpyjä...mielikuvitusta! Kokoonnumme joka toinen tiistai ja olemme avoimia kaikenlaisten kädentaitojen opettelemiseen. Tule mukaan ideoimaan!

Lisätietoja Pirjo Arhi, pirjo.arhi@gmail.com

Ainakin seuraavat kerhotapaamiset sovittuna (huomaa, että kellonaika vaihtelee):

7.2.2023 klo 12, toimistolla

21.2.2023 klo 10 toimistolla

7.3.2023 klo 12 toimistolla

21.3.2023 klo 10 toimistolla

4.4.2023 klo 12 toimistolla

18.4.2023 klo 10 toimistolla

Muutokset voivat olla mahdollisia

Kävelykerho

Kävelykerho on toistaiseksi tauolla. Etsimme kerholle kokoonkutsujaa kuluvalle vuodelle. Olisitko kiinnostunut? Yhteydenotot hkallio@outlook.com tai 0505767280

Lautapelit

Tervetuloa rentoon joukkoon virkistämään muistia lautapeliä muodossa. Kokoontuminen ravintola Telakassa maanantaisin klo 13 joka toinen viikko. Seuraava kokoontuminen 6.2.2023. Ravintolassa voi halutessaan nauttia myös lounaan.

Lisätiedot: kerhovastaava Päivikki Kauppila, nenonenpivikki@gmail.com tai puh 045 784 01878

Makujen matka maakuntiin

Makujen matka maakuntiin. Kokoonnumme helmikuussa 25.2 ensimmäisen kerran. Tällöin leivomme Kukkusia. Vuoroaan odottava niin vatruskat, karjalanpiirakat kuin tsupukat.jne. Ja ennen kaikkea muiden maakuntien herkut. Tapahtumapaikaksi olen varannut Irjalan Makasiinin käyttöömmme (<https://irjalanmakasiini.fi>) kerran kuussa lauantaiaisin klo 10-13. ”Makujen matka maakuntiin” on suunniteltu tapahtuvaksi kerran kuussa. Haastan osaavia henkilöitä vetämään ja kertomaan hyvin tuntemansa maakunnan ruokaperinteistä. Päivän aikana tehdään ruokaa ja pyritään nauttimaan tuotoksia. Tapahtumaan mahtuu mukaan noin 10 henkilöä. Ilmoittautumisesta ja kuluista lähempänä tapahtumaa. Nyt ei vielä voi ilmoittautua helmikuun tapahtumaan. Lisätietoja voit kysyä kamarainenraija@gmail.com ja puh. 0405548439.

Miestenkerho

Miestenkerho kokoontuu lounaalle 15.2. klo 12.00 ravintola Ponsiin, osoite Hämeenkatu 13 (7. kerros).

Uudet jäsenet tervetuloa keskustelemaan ajankohtaisista aiheista

Museokerho

Museoryhmä on tarkoitettu tamperelaisista museoista ja taidenäyttelyistä kiinnostuneille senioreille. Opastetuista tutustumiskäynneistä ajankohtainen ja maksuinen ilmoitetaan yhdistyksen viikkotiedotteessa. Voit halutessasi ehdottaa omaa tamperelaisuosikkiasi seuraavaksi vierailukohteeksi laittamalla vinkkiä terhi.turja@gmail.com

Sydämellisesti tervetuloa mukaan mielenkiintoiseen ja mieltä avartavaan Museoryhmään!

Viime marraskuussa tutustuimme Sara Hildénin taidemuseossa Thomas Houseago - WE With Nick Cave & Brad Pitt -näyttelyyn, josta oheinen kuva.



Tanssikerho

Tanssikerhossa tanssitaan lavatansseja, rytmätansseja ja vanhoja tansseja. Tanssi on hyvä tapa pitää yllä kuntoa, muistia ja tasapainokykyä. Lisäksi se on hauskaa. Vakiparia ei tarvita.

Toivelaulukerho

Toivelaulukerhossa lauletaan yhteislauluja toiveiden mukaan yleensä kitarasäestyksellä, ja keskustellaan lauluista ja elämästä. Laulaminen on terveellistä ja hauskaa. Yhteislauluun voi kaikki ottaa osaa, taidoista riippumatta.

Vesivoimistelu, miehet

Miesten vesijumppaan mahtuu vielä 2 henkilöä. Yhteydenotot Juhani Ahva 040 084 6970, ahvajuhani@gmail.com.

Viinikerho

Viinikerho kokoontuu pääsääntöisesti kuukauden ensimmäisenä keskiviikkona klo 15.00 Deli 1909 & Wine Bar (Puutarhakatu 11). Kerhossa maistellaan neljää viiniä, jotka paikan sommelier on valinnut ja joiden ominaisuuksista ym. hän kertoo. Maksu peritään viinin mukaan. Lisäksi tarjolla on muutama tapas. Kerhon yhdyshenkilö on Ilona Saarinen, ilona.e.saarinen@gmail.com.

Viinikerhon helmikuun tapaaminen ke 1.2.2023 klo 15.00 Deli 1909 & Wine Bar, Puutarhakatu 11. Ilmoittautuminen viimeistään su 29.1.2023 klo 20 joko ilona.e.saarinen@gmail.com tai 0400 79 4321.

TEATTERIT

Teatterilippujen varaus- ja lunastusohje

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 lippuja varatessasi ilmoitat puhelinnumeron tai sähköpostiosoitteesi maksun tai lippujen noutamisen muistuttamisen vuoksi. Liput on noudettavissa toimistosta viimeistään kaksi viikkoa ennen esitystä. Tilattuja lippuja ei voi peruuttaa.

KATRINA

lauantaina 18.2.2023 klo 13 (loppuun varattu, 24.3. varattavissa)
Tampereen Työväen Teatteri

Katrina on kirjailija Sally Salmisen bestseller -romaanin pohjautuva karkean kaunis rakkaustarina. Ahvenanmaa sata vuotta sitten. Nuori Katrina jättää turvallisen kotinsa Pohjanmaalla ja lähtee Johanin mukaan, haluaa luottaa hurmaavaan suupalttiin. Talollisen tyttärestä merimiehen muijaksi, lapsikatras jaloissa, leipäjauho tiukassa. Silti Katrinalla oli voimaa ja usko omaan itseensä. Vaatimaton elämä näyttäytyy merkityksellisenä ja suurenmoisena. Ohjaaja Johanna Freundlich, dramatisointi Seija Holma
Rooleissa: Jonna Järnefelt, Jyrki Mänttari, Viktor Idman, Joonas Snellman, Saska Pulkkinen, Teija Auvinen, Heidi Kiviharju, Elizaveta Hiisku ja Aimo Räsänen.
Kun Katrina ilmestyi 1936, se käännettiin yli 20 kielelle.

KIVIÄ TASKUSSA

torstaina 23.02. klo 19 (loppuun varattu)
Tampereen Työväen Teatteri

Charlie ja Jake kulkevat Kiviä taskussa-näytelmässä läpi monen miehen elämän. Kohtaamiskohtaloihin ja kokemuksiin liittyy myös Irlannin historia. Loppuunmyytyjä esityksiä on vuodesta 2002. Suosalo ja Nuojuu tekevät yhteensä 15 roolia hatunvaihtotekniikalla. Kiviä taskussa on tragikoominen komedia ja haastava kahden miehen näytelmä.
Rooleissa Martti Suosalo ja Mika Nuojuu
Ohjaus Pentti Kotkaniemi

Lipun hinta 41€/ viitenumero 2406

KATRINA, (ks. ylempänä näytelmän esittely)

perjantaina 24.3. klo 13
Tampereen Työväen Teatteri

Lipun hinta 47€/ viitenumero 2464

HYLKÄÄMISEN PÄIVÄT

lauantaina 15.04. klo 13

TT, Frenckell -näyttämö

Eräänä tavallisena päivänä Olga mies ilmoittaa tarvitsevänsä omaa aikaa. Hän muuttaa pois kotoa ja myöhemmin selviää syykin. Olga sukeltaa syvyyksiin. Hän hajoaa, kosta ja raivoaa, tukehtuu, mokaa, unohtaa lapsensa. Hän katoaa, kunnes saa palaset uuteen järjestykseen. ”Näytelmä on tulvillaan vauhtia, se on kuin toimintatrilleri, kertoo ohjaaja Liisa Mustonen”. Hylkäämisen päivät on maailmankuulun menestyskirjailijan Elena Ferranten varhaistuotantoon kuuluva teos, joka nähdään nyt ensimmäistä kertaa Suomessa näyttämöllä.

Lipun hinta 37€/ viitenumero 2435

TÄÄLLÄ POHJANTÄHDEN ALLA

keskiviikkona 14.6.2023 klo 13, paikat riveiltä 4-6

Pyynikin kesäteatteri

Lipun hinta sisältää väliaikatarjoilun; leivos ja kahvi/tee.

Väinö Linnan Täällä Pohjantähden alla- näytelmä palaa Pyynikille 30 vuoden tauon jälkeen.

Luvassa on Linnan teokselle uskollinen, visuaalisesti karun tyylikäs, koskettava ja elokuvallinen suurteos. Monille teos on portti sisällissodan kuvastoon, erityisesti köyhälistön aseman

ymmärtämiseen. Vaikka menneisyyden arvet ovat haalistuneet, koko maailma on jälleen katastrofin kynnyksellä. Koskeloiden perheen silmin saamme nähdä ja katsoa historiamme nykyisyyttä.

Näyttämöllä nähdään rakastettuja konkarinäyttelijöitä sekä uusia nuoria lupauksia. Esa Latva-Äijö on nyt Akseli Koskelan isänä Jussina.

Ohjaus Antti Mikkola

Näytelmän sovitus Sami Keski- Vähälä

Kesto 2h25min, yksi väliaika

Lipun hinta 46€/ viitenumero 2299

MATKAT JA RETKET

Matkailutoimikunta tiedottaa

Kuortaneelle liikuntamuotoihin tutustumaan 21-23.3 2023

Jäsenten toivomuksesta järjestetään tutustuminen eri liikuntalajeihin Kuortaneen kuntokeskukselta. Kunnonikä 60+ kolmen vuorokauden kuntoloma, joka sisältää kahden yön majoituksen ja täysihoidon koko ajaksi, lisäksi ohjattua liikuntaa monipuolisesti, esim. hohtokeilaus, heinäseiväsjumppa, kehonhuoltoa ja rentoutusta, vesijuoksua ja jumppaa, lihaskuntoa toiminnallisella radalla ym, ulkolajit vuodenajan ja kelin mukaan.

Paketin hinta 240,- per henkilö, lisämaksu 1 h huoneesta 30 euroa.
Kuljetus toteutetaan kimppakyydeillä.

Yhteydenotot:

Mailis Appelström

puh 050 5611374 , mailis.appelstrom@gmail.com

Sillanpään ooppera Ihmiset suviyössä, Hämeenkyrössä 26.7.2023 kello 19:00

Oopperan päärooleissa mm. Waltteri Torikka ja Johanna Rusanen.

Olemme varanneet 40 lippua esitykseen ja otamme vastaan ilmoittautumisia jo nyt. Retken tarkka hinta kuljetuksineen ja väliaikatarjoiluineen ilmoitetaan myöhemmin, arvio on noin 90 euroa.

Ilmoittautumiset sähköpostilla:

eija.railanmaa@hotmail.com tai

mailis.appelstrom@gmail.com, puh 050 5611374

Kartanokierros, kesäkuun alkupuolella

Teijo

Teijon ruukkikylä sijaitsee noin 22 kilometriä Salon keskustasta etelään. Teijon ruukkikylä on Teijon alueen ruukkikylien solmukohta, joka tarjoaa elämyksiä niin historiaa, kulttuuria kuin luontoa rakastavalle. Alueella sijaitsee lähes 150-vuotta vanha luontopainotteinen kyläkoulu, yksi Suomen kauneimmista rokokookauden kartanoista, Suomen pienin kivikirkko sekä Teijon luonnonpuisto itkevine kallioineen.

Mathildedalin kartano

Teijon alueen ruukkikylien Manhattan, joka sijaitsee Matildanjärven ja mereen kupeessa tarjoten vierailijoilleen myös Teijon kansallispuiston silmiä hivelevän kauniit maisemat luonnossa samoilijoille nauttimaan Teijon ruukkikylien monipuolisista palveluista.

Amos Andersonin kartano

Söderlångvikin kartanon päärakennuksessa on vuodesta 1965 toiminut taide- ja henkilöhistoriallinen museo

Museoon on sijoitettu edustava otos Amos Rexin kokoelmista, joista osa on Amos Andersonin itsensä hankkima. Lisäksi esillä on valtaosa Andersonin kirjastosta. Sisustuksen yleissävy on klassinen, ja huonekalut ovat sekä antiikkia että myöhemmin tehtyjä tyylihuonekaluja.

Rakennuksesta on kaunis näköala Paul Olssonin 1930-luvun lopulla suunnittelemaan puistoon, joka sekä on huolellisesti entisöity.

Tervetuloa tutustumaan Amos Andersonin vaikuttavaan elämään ja kattavaan taidekokoelmaan.

Tarkka aikataulu ja hinta selviää kevään aikana

Riika - Baltian sydän, elo-syyskuun vaihteessa

Riika on Latvian vilkas ja trendikäs pääkaupunki, joka on ainutlaatuinen yhdistelmä uutta ja vanhaa. Se sijaitsee Itämeren rannalla Väinäjoen suulla. Kaupunki on tärkeä alueellinen satamakaupunki ja Baltian maiden väkiluvultaan suurin kaupunki. Riian historiallinen keskusta julistettiin vuonna 1997 Unescon maailmanperintökohteeksi. Kaupunki on erittäin merkittävä sen laajan jugend-arkkitehtuurin takia, jota Unesco pitää vertaansa vailla koko maailmassa.

Riika on kauniiden puistojen, museoiden ja kirkkojen kaupunki. Riika on sekä historiallinen nähtävyys että moderni ja dynaaminen Latvian pääkaupunki. Upeat puistot, keskiaikaiset rakennukset, museot ja kirkot tarjoavat paljon mielenkiintoista nähtävää. Tarkka aikataulu ja hinta selviää kevään aikana.

Toimisto Kuninkaankatu 13 B on auki maanantaisin ja tiistaisin kello 10:00 - 13:00, puh. 0400 193 558.

Senioripostia tiedotteen julkaisemisesta vastaa viestintätoimikunta:

Tarja Mäkinen: Tiedottaja
040 570 5860
tarjahmak@gmail.com

Olavi Kopponen: Tiedottaja
050 572 8654
ola.koppo@gmail.com

Hilkka Kallio: Tampereen kansalliset seniorit, puheenjohtaja
050 576 7280
hkallio@outlook.com

Irene Lankinen: Kerhoyhteyshenkilö
040 778 8310
irene.lankinen54@gmail.com

Kristiina Bertin: Tampereen kansalliset seniorit, sihteeri
040 731 7547
kristiina.bertin@gmail.com