

50

Turun kansalliset seniorit ry

TURKUSET

JUHLANUMERO

2021



1971



2021



50
VUOTTA

Kattavaa isännöintipalvelua

Turun talousalueen suurimpana yksityisenä isännöitsijätöimistönä olemme tarjonneet kokonaisvaltaisia isännöintipalveluja jo yli 50 vuoden ajan. Se on luonut näkemyksen siitä, miten isännöintialan ammattilaisen tulee toimia.

Varsinais-Suomen Isännöintitalo Oy on auktorisoitu ja ISA r.y:n auditoima, työntekijöidensä omistama isännöitsijätöimistö.

Kaipaako taloyhtiönne ammattitaitoisen ja osaavan isännöitsijätöimistön palveluita? **Ota meihin yhteyttä!**

Olette lämpimästi tervetulleita tutustumaan toimistoomme!



V-S Isännöintitalo Oy

Maariankatu 4 C, 20100 Turku
isannointi@isannointitalo.fi





TURUN KANSALLISET SENIORIT RY



UUDENMAANKATU 17

20500 TURKU

Seniorit - Rohkeasti tulevaisuuteen

Julkaisun kuvat: Kari Kantalainen, Aila Seikola, Aira Hellström, Ritva Nummi

Kansi: Seppo Sarimo

Tekstit: Kari Kantalainen, Aila Seikola, Aira Hellström

Sivutaitto: Jere Hellström, Marjukka Laitinen

Ilmoitusmyynti: Jouko Fossi, Aira Hellström

Painopaikka: Sälekarin Kirjapaino Oy

SISÄLTÖ

PUHEENJOHTAJILTA	6-7
ANNELI TAINAN JA MINNA ARVEEN TERVEHDYKSET	8-9
TURUN KANSALLISET SENIORIT RY:N HALLITUS 2021	10
YHDISTYKSEN TIEDOTUS	12
YHDISTYKSEN TOIMINTAORGANISAATIO	13
SENIORIJELPPI	13
MATKAILU JA KULTTUURI	14



TIISTAITREFFIT	14
SENIORIJELPIN TOIMINTA	15
TILAISUUKSIIN ILMOITTAUTUMINEN JA MAKSAMINEN	16
KERHOJEN KOKOONTUMISET JA YHTEYSHENKILÖT	19
ROHKEASTI SENIORI	21
TOIMINTAKALENTERI	22
JÄSENEKSILIITTYMISLOMAKE	27

Turkuset

Turun kansalliset seniorit ry:n tiedotus- ja ohjelmalehti vuodelle 2021
7. julkaisu

Yhdistystietoja

Yhdistyksen perustamispäivä on 25.10.1971.
Kuluva vuosi 2021 on yhdistyksen 50. toimintavuosi
Yhdistyksen jäsenmaksu vuonna 2021 on 30€

Yhteystiedot:

Turun kansalliset seniorit ry
Uudenmaankatu 17
20500 TURKU

puh.

sähköpostiosoite

Internetosoite

Tapahtumatili

02 261 3261

turunkansalliseseniorit@gmail.com

<https://turku.senioriyhdistys.fi>

Liedon Sp FI69 4309 2220 1175 31 (muista käyttää viitettä
makssaessasi)

Seniarijelpi

koordinaattori

puh.

sähköposti

Aira Hellström

040 013 9396

aira.hellstrom@seniorijelppi.fi

Toimisto on avoinna maanantaista torstaihin pääsääntöisesti klo 11.00-14.00.



VÄISTYVÄN PUHEENJOHTAJAN TERVEHDYS

Hyvät Turun kansalliset seniorit ry:n jäsenet



Minun puheenjohtajakauteni päättyy vuoden 2020 lopussa, jolloin sääntöjen määräämät neljä vuotta tulevat täyteen. Olen saanut tutustua kuluneiden vuosien aikana suureen joukkoon aktiivisia senioreita. Kiitän puheenjohtajakaudellani toimineita hallitusten jäseniä ja kaikkia moninaisissa vapaaehtoistehtävissä toimineita aktiiveja. Teidän pyyteetön toimintanne on mahdollistanut yhdistyksemme menestyksekkään toiminnan. Kiitän myös tiistaitreffien esiintyjii mielenkiintoisista esityksistä vuosien varrella. Kiitos kuuluu luonnollisesti myös kaikille jäsenille, jotka olette runsain joukoin osallistuneet erilaisiin tapahtumiimme.

Vuosi 2021 on yhdistyksen ja Kansallisen senioriliitto ry:n 50-vuotisjuhlavuosi. Toivotan juhlivalle yhdistykselle ja liitolle onnea ja menestystä tulevana vuosina.

Uusi puheenjohtaja Kari Kantalainen aloittaa puheenjohtajan tehtävässä vuoden 2021 alussa. Puheenjohtajan vaihtuminen tapahtuu koronapandemian aikana, joka tulee aiheuttamaan haasteita tulevalle toimikaudelle. Toivotan uudelle puheenjohtajalle ja hallitukselle sekä kaikille vapaaehtoistoimijoille onnea tulevaan toimintaan. Samalla toivotan myös jäsenistölle voimia ja jaksamista sekä uskoa parempaan tulevaisuuteen koronapandemiasta huolimatta.

Aila Seikola
Puheenjohtaja 2020

”Niin ne ajat muuttuvat: ennen nuoret näyttivät vanhemmilta, nyt vanhat näyttävät nuoremmilta”.

- Zsa Zsa Gabor

PUHEENJOHTAJALTA

Katse rohkeasti tulevaisuuteen

Turun kansalliset seniorit ry:n toiminnan ja aktiviteettien suunnittelu vuodelle 2021 on ollut sekä mielenkiintoista että haasteellista. Mielenkiintoista siksi, että yhdistys juhlistaa syksyllä 50-vuotista toimintaansa ja haasteellista siksi, että koronapandemiasta johtuen juhluvuoden toimintojen toteutusta varjostavat kovin monet epävarmuustekijät.

Koronapandemia on jättänyt pysyvän jäljen suomalaiseen yhteiskuntaan. Se on vaikuttanut meidän kaikkien elämään, mutta erityisesti yli 70-vuotiaiden arkeen, päivittäisten askareiden ja toimien uudelleen järjestämiseen.

Jatkuvan muutoksen keskellä eläminen ei ole helppoa, jos mieltä painaa huoli huomisesta ja pandemiasta johtuva epävarmuuden ilmapiiri pelkoineen ahdistaa.

50 vuotta täyttävä yhdistyksemme haluaa juhluvuonna tukea erityisesti jäsenistönä hyvinvointia sekä vahvistaa yhteisöllisyyttä tarjoamalla runsain mitoin erilaista virikkeellistä toimintaa, kohtaamisia, harrastusmahdollisuuksia, palveluja ja neuvontaa ikäihmisten arjen helpottamiseksi - vallitsevat olosuhteet ja viranomaisten ohjeistukset huomioiden.

Poikkeusoloissa korostuu tarve elää terveys edellä, joten pidetään huolta itsestämme ja toisistamme. Presidentti Sauli Niinistön viisaita sanoja mukaillen ”ottamalla vähän fyysistä etäisyyttä ja lisäämällä henkistä läheisyyttä” tästäkin selvittää.

Lämmin kiitos vuoden 2020 hallitukselle ja aktiivisille toimijoille hyvästä työstä vaikeissa olosuhteissa. Erityiskiitos Aila Seikolalle jämakästi hoidetusta puheenjohtajakaudesta!

Rohkeasti tervetuloa mukaan Turun kansalliset seniorit ry:n juhluvuoden toimintaan ja tapahtumiin.

Kari Kantalainen
Puheenjohtaja 2021



”Ikä on ongelma ainoastaan silloin, kun ikäännyttään. Nyt, saavutettuani korkean iän, voisin yhtä hyvin olla kahdenkymmenen”.

- Pablo Picasso

Hyvät Turun kansalliset seniorit



Vuosi 2021 on sekä Turun kansallisten senioreiden että Kansallisen senioriliiton 50 vuotisjuhlavuosi. Molemmat on perustettu lokakuussa 1971.

Edunvalvonta on tärkeä osa toimintaamme ja Turussa yhteys kaupungin päättäjiin on tiivis. Turun kansalliset seniorit ry on yksi liiton suurimmista paikallisyhdistyksistä, joita tällä hetkellä on 158. Turussa toiminta on ainutlaatuista mm. siksi, että yhdistyksellänne on omat tilat keskellä Turkua ja seniorijelppi on toimintamuotona esimerkkinä muille.

Meitä kansallisten senioriyhdistysten jäseniä yhdistävä tekijä on samanlainen arvomaailma. Koemme omiksemme senioriliiton yhteiset perusarvot elämänmyönteisyys, suoraselkäisyys, vastuu itsestä ja muista, itsensä ja toisten arvostaminen sekä perinteiden kunnioittaminen. Haluamme edistää ikäihmisten sosiaalisen turvallisuutta ja hyvinvointia sekä oikeuksien toteutumista.

Viiden vuosikymmenen aikana Turun kansalliset seniorit ry on toiminut erittäin aktiivisesti ja tarjonnut turkulaisille senioreille tärkeän yhteisön. Tulevina vuosikymmeninä tarve ja kysyntä senioritoiminnalle kasvaa entisestään.

Toivotan Turun kansalliset seniorit ry:lle ja kaikille jäsenille juhallista vuotta 2021. Kansallisen senioriliiton puolesta toivotan toiminnan iloa ja aktiivisuutta tuleviinkin vuosikymmeniin. Rohkeasti tulevaisuuteen!

Anneli Taina

Kansallisen senioriliiton hallituksen pj



Senioriliiton aktiiviset toimijat, kuvassa vasemmalta: Aila, Anneli ja Aila

Hyvät lukijat

Lämpimät onnittelut Turun kaupungin ja myös minun puolestani tänä vuonna 50 vuotta täyttävälle Turun kansalliset seniorit ry:lle.

Toivon sydämeni pohjasta, että voitte viettää juhlapäivänne yhdessä saman pöydän äärellä toinen toistenne seurasta iloiten ja että meidän kaikkien elämä palaa tänä vuonna uuteen normaaliin.

Vuosi 2020 jää historiaan vuotena, joka sekoitti koko maailman ja muutti myös suomalaisten arjen ja juhlan. Koronapandemia levisi maahamme maaliskuussa. Koko loppuvuoden korona koetellut myös turkulaisia ja erityisesti senioreita varsinkin keväällä.

Onkin ollut ilo huomata, kuinka Turun kansalliset seniorit ovat epidemiasta huolimatta jatkaneet toimintaansa koronaturvallisesti. Yhteydenpitoa jäseniin on pidetty yhä enemmän digitaalisesti esimerkiksi Facebookin välityksellä. Valmiuksia digiloikkaan jäsenkunta on voinut hankkia Seniorijelpin välityksellä jo parin vuoden ajan.

Me turkulaiset elämämme Suomen vanhimmassa kaupungissa, joka on selvinnyt monista myllerryksistä vuosisatojen saatossa. Koronastakin Turku selviää, kunhan pidämme huolta itsestämme ja tosistamme – aivan niin kuin kansalliset seniorit ovat tehneet ja teette vastakin.

Toivotan menestystä yhdistyksenne toiminnalle ja kaikkea hyvää jäsenkunnallenne.

Minna Arve
Kaupunginjohtaja



”Onnellinen on se, joka ei murehdi sitä, mitä häneltä puuttuu, vaan riemuitsee siitä, mitä hänellä on”.

- Demokritos

TURUN KANSALLISET SENIORIT RY:N HALLITUS 2021

Puheenjohtaja 050 1852	Kari Kantalainen kantalainen@gmail.com
---------------------------	---

Varapuheenjohtaja 040 055 9987	Juhani Tainio tainio.juhani1@gmail.com
-----------------------------------	---

Taloudenhoitaja 050 032 1820	Jouko Fossi jouko.fossi@pp1.inet.fi
---------------------------------	--

Taloussihteeri 040 832 0804	Eila Jylhä eila.jylha1@gmail.com
--------------------------------	-------------------------------------

Muut jäsenet

Seija Arve 050 595 0429	seija.k.arve@gmail.com
----------------------------	------------------------

Arja Hellsten 040 703 1847	hellsten.arja@gmail.com
-------------------------------	-------------------------

Eino Risku 040 078 8198	eino.risku@gmail.com
----------------------------	----------------------

Mirja Ekman 040 082 4094	mirja.e@pp.inet.fi
-----------------------------	--------------------

Marjatta Pihlajamaa 050 5408 112	marjatta.pihlajamaa@iki.fi
-------------------------------------	----------------------------

Hallituksen ulkopuolinen sihteeri/jäsenrekisterinhoitaja Aira Hellström 040 013 9396	aira.hellstrom@seniorijelppi.fi
--	---------------------------------

Tiistaitreffien pääemäntä emäntä emäntä	Terttu Kunnas Mailis Koivuluhta Kirsti Nissi
---	--

Yhdistyksen isäntä 050 032 1820	Jouko Fossi jouko.fossi@pp1.inet.fi
------------------------------------	--

Hallitus:



Kari Kantalainen



Juhani Tainio



Jouko Fossi



Eila Jylhä



Seija Arve



Mirja Ekman



Arja Hellsten



Marjatta Pihlajamaa



Eino Risku

YHDISTYKSEN TIEDOTUS

Yhdistys tiedottaa toiminnastaan jäsenille seuraavasti:

1. Tiedotus- ja ohjelmalehti, Turkuset

Kaikille jäsenille lähetetään tiedotus- ja ohjelmalehti vuodelle 2021 vuoden alussa. Lehti kirjoitetaan jo joulukuussa 2020 ja siksi muutokset ovat myöhemmin mahdollisia.

2. Kuukausitiedotteet

Uutiskirjeitä lähetetään sähköpostilla pääasiassa kahden kuukauden välein kaikille niille jäsenille, jotka ovat antaneet sähköpostiosoitteensa käyttöömmme. Kirjeessä kerrotaan tulevista tapahtumista ja tiistaitreffien aiheista. **Muista ilmoittaa yhdistykselle mahdollisista sähköpostiosoitteen muutoksista.**

3. Turun Sanomien Yhdistystoiminta-palsta maanantaisin

Turun Sanomien maanantaisin ilmestyvällä ”Yhdistystoiminta”-palstalla ilmoitetaan seuraavan tiistain tiistaitreffien ohjelmasta ja tulevista kulttuuritapahtumista.

4. Yhdistyksen verkkosivut ja ilmoitustaulut

Verkkosivuilla kerrotaan tiistaitreffeistä, matkoista, kulttuuritapahtumista ja elokuvista sekä kerhojen tapaamisista. Verkkosivun osoite on <https://turku.senioriyhdistys.fi> > Tapahtumat. Kuvat osiossa löytyy myös runsaasti kuvia eri tapahtumista.

5. Facebook

Yhdistyksellä on toiminnassa omat Facebook-sivut (Turun kansalliset seniorit ry), joiden välityksellä jaetaan tietoa ajankohtaisista tapahtumista

6. Kerhot

Kerhot hoitavat pääosin tiedottamisensa itse. Lisäksi ajankohtaista tietoa on verkkosivuilla ja Facebookissa. Kerhojen toimintaan osallistuminen edellyttää yhdistyksen jäsenyyttä.

7. Vuoden 2021 sääntömääräiset kokoukset

Kevätkokous Ti 2.3. ja Syyskokous ti 9.11.

8. Kansallisen senioriliiton 50 v. juhla

10.10.2021 Finlandiatalolla

9. Turun kansallisten senioreiden 50 v. juhla

26.10.2021

YHDISTYKSEN TOIMINTAORGANISAATIO

Jokainen Turun kansalliset seniorit ry:n jäsen on automaattisesti Varsinais-Suomen kansallisen senioripiirin jäsen ja edelleen Kansallisen Senioriliiton jäsen. Näin ollen jokaisella jäsenellä on oikeus osallistua piirin ja liiton järjestämiin tapahtumiin.

Varsinais-Suomen kansallinen senioripiiri ry:n puheenjohtaja on Arja Lystilä puh. 044 272 1942 ja sihteeri Annele Silvennoinen puh. 050 0 463 561.

Turun kansalliset seniorit ry:n toimintaa johtaa hallitus, johon kuuluu puheenjohtajan lisäksi kahdeksan muuta jäsentä. Syyskokous valitsee puheenjohtajan ja hallituksen aina seuraavaksi kalenterivuodeksi. Hallituksen jäsenten nimet, puhelinnumerot ja sähköpostiosoitteet löytyvät sivulta 8. Hallituksen alaisuudessa toimivat matkailu- ja kulttuuritoimikunta, kerhot ja muut työryhmät sekä Seniorijelppi.

SENIORIJELPPI

Ikäihmisten tuki- ja kohtaamispaikka ja palveluyksikkö

Seniorijelppi: Hallitus nimesi Jelpin toimikuntaan seuraavat:

Puheenjohtaja:

Kari Kantalainen	050 1852	kantalainen@gmail.com
------------------	----------	-----------------------

Jäsenet:

Aila Harjanne	050 559 0151	aila.harjanne@gmail.com
Aira Hellström	040 013 9396	aira.hellstrom@seniorijelppi.fi
Annele Silvennoinen	050 0 463 561	
Seija Arve	050 595 0429	seija.k.arve@gmail.com



MATKAILU- JA KULTTUURI

Toimikunta huolehtii yhdistyksen retkien, matkojen, elokuvien ja kuukausilounaiden järjestelyistä

Puheenjohtaja:

Ritva Nummi	040 565 9430	ritva5nummi@gmail.com
-------------	--------------	-----------------------

Elokuvavastaava:

Mirja Ekman	040 082 4094	mirja.e@pp.inet.fi
-------------	--------------	--------------------

Arja Hellsten	040 703 1847	hellsten.arja@gmail.com
---------------	--------------	-------------------------

Marjatta Pihlajamaa	050 5408 112	marjatta.pihlajamaa@iki.fi
---------------------	--------------	----------------------------

TIISTAITREFFIT

Kaikille avoimia tiistaitreffejä järjestetään Senioritalolla pääsääntöisesti joka tiistai kello 14-15. Tilaisuuksien ohjelmaa esitellään uutiskirjeissä, verkkosivuilla ja Turun Sanomien ”Yhdistystoiminta” -palstalla. Kahvitarjoilu alkaa klo 13.00. Ohjelma- ja kahvimaksu on 3€. Tiistaitreffien ohjelman muodostavat SenioriJelppi -toimikunnan järjestämät ikäihmisten hyvinvointi -sarjan ohjelmat ja Heikki Paloheimon vetämän yhteiskunnallisen keskustelupiirin järjestämät ohjelmat sekä muut vaihtelevat eri aihealueet.

HUOM! Koronapandemiasta johtuen Senioritalon tilojen käytössä saattaa olla rajoituksia! Yhdistyksen järjestämien tilaisuuksien ohjelmat / aikataulut voivat muuttua ja tapahtumat peruuntua. Tiedotamme muutoksista erikseen.

*”Säilyttää sydämensä rypyttömänä, olla valoisa ja ystävällinen, hyväntuulinen ja kun-
nioittava – siinä voitto vanhuudesta”.*

- Thomas Bailey Aldrich



SENIORIJELPIN TOIMINTA

SenioriJelppi on turkulaisille ikäihmisille tarkoitettu avoin kohtaamispaikka. Meille voi poiketa levähtämään, juttelemaan ja kahvittelemaan.

Maanantaisin ja tiistaisin tarjoamme Digiapua ja -neuvontaa- ”tule kysymään, mitä et ole kehdannut kysyä”. Uutena etäopastusta. Ohjeet löydät sivulta www.seniorijelppi.fi

Keskiviikkoisin teemanamme on hyvinvointi. ”Hyvinvointia ikäihmisille” -teemapäivä, jolloin tehdään verenpaineen, verensokerin tason ja kokonaiskolesterolin mittauksia sekä voidaan suorittaa myös PEF puhallus. Tällöin on tilaisuus keskustella terveydenhoidon ammattilaisten kanssa mieltä askarruttavista asioista.

Yhteyshenkilö: Mirja-Liisa Palmberg 050 022 3024.

Torstaisin paikalla on palveluneuvoja, joka neuvoa ja auttaa esimerkiksi tuki-palvelujen hakemisessa ja opastaa eläkeläisille Turussa tarjottavien liikunta-, sosiaali- ja terveydenhoidon palveluiden käyttöä. Tarvittaessa voit myös varata ajan palveluneuvontaan.

Tarpeen mukaan järjestetään myös merkkikohtaisia tietokoneiden ja älypuhelimien käyttökursseja.

SenioriJelpin digiopastajat tarjoavat myös digiopastusta etänä ikäihmisille. Opastaja soittaa asiakkaalle. Asiakas jakaa tietokoneensa tai älypuhelimensa näytön Zoom-sovelluksen avulla. Opastaja neuvoa näkemänsä pohjalta toimenpiteitä, joita asiakas itse tekee. Ohjeet saa nettisivulta.

Vertaistukea – viihtyisää yhdessäoloa – kahvipöytä katettuna.

SenioriJelpissä voit poiketa käymään tai soittaa, neuvonta on kaikille avointa ja maksutonta. Olemme avoinna ma-to kello 10-14.

Yhteyshenkilö: Aira Hellström 040 013 9396.

TILAISUUKSIIN ILMOITTAUTUMINEN JA MAKSAMINEN

Jos aiot osallistua sellaiseen yhdistyksen järjestämään tapahtumaan tai tilaisuuteen, johon liittyy ilmoittautuminen ja osallistumismaksu, menettele seuraavasti:

1. Ilmoittaudu ensin

Yhdistyksen tilaisuuksiin ja tapahtumiin ilmoittautumisvaihtoehdot ovat:

a) matkailu- ja kulttuuritoimikunnan jäsenet ottavat vastaan ilmoittautumisia matkoille, retkille ja tapahtumiin yhdistyksen kirjastossa tai kahviossa tiistaisin klo 13-13.45.

b) muina päivinä puhelimitse, mieluiten tekstiviestillä tai sähköpostilla.

2. Merkitse ilmoittautuminen muistiin

Maksaminen tapahtuu vasta ilmoittautumisen jälkeen.

3. Maksa ilmoitettu maksu yhdistyksen tapahtumatilille FI69 4309 2220 1175 31

viimeistään annettuna eräpäivänä. **Käytä maksussa viitettä**, joka on ilmoitettu tapahtumailmoituksessa.

4. Ole ajoissa paikalla bussin lähtiessä tai ryhmän muulla kokoontumispaikalla. Retki- ja matkabussit lähtevät aina Tuomiokirkkorilta. Poikkeuksista ilmoitetaan. Mukaan pääsee matkan varrelta pikavuoropysäkeiltä Turusta ja Kaarinasta.

5. Esteen sattuessa:

a) Ilmoita peruutuksesta ennen kuin olet maksanut matkan tai retken.

b) Jos joudut peruuttamaan tapahtumaan osallistumisen maksettuasi maksun, emme voi palauttaa maksuasi. Voit hankkia tilallesi sijaisen, jonka ei tarvitse olla yhdistyksen jäsen. Ilmoita matkailu- ja kulttuuritoimikunnan edustajalle tilallesi tulevan henkilön nimi.

”Jos et opi nauramaan vastoinikämisillesi, sinulla ei ole vanhana mitään, mille nauraa”.

- E.W.Howe

SeniוריJelppi palvelee myös Pääkirjastossa:

Verenpaineen mittausta klo 11-13

ma 8.2.

ma 8.3.

ma 12.4.

ma 10.5.

ma 14.6.

ma 9.8.

ma 13.9.

ma 11.10.

ma 8.11.

ma 13.12.

Nämä toteutuvat kirjastona aukiolon ja epidemiatilanteen salliessa.



"Onnellisia ovat ystävykset, jotka rakastavat toisiaan riittävästi kyetäkseen vaikenemaan yhdessä".

- Charles Peguy

**Senioriliiton verkkosivuilla myytävää on
saatavissa myös SenioriJelpissä sen aukioloaikoina,
tervetuloa tutustumaan**

• Onnitteluadressi: Lippu	11,50
• Onnitteluadressi: Ruiskukka	11,50
• Onnitteluadressi: Ruusu	11,50
• Onnitteluadressit 3 kpl, ruusu, lippu, ruiskukka	29,00
• Suruadressi: Kalla	11,50
• Suruadressi: Sinililja	11,50
• Suruadressi: Suruliputus	11,50
• Suruadressit 3 kpl, kalla, suruliputus, sinililja	29,00
• Metsän lumous Suomi 100 silkkihuivi, sininen	99,00
• Metsän tarina, Suomi 100 silkkisolmio, sininen	72,00
• Suomi 100 -silkkisolmio, sininen	64,80
• SuomenSydän-keittiöpyyhe, tummanharmaa	17,00
• Kävelykeppi	28,00
• Kävelykeppi, musta-harmaa	30,00
• Pitkät kynsisakset	16,00
• Pitkävärtinen levitin	18,00
• levittimen vaihtosienet	9,90
• Polkulaite	46,50
• Seniorin tietokoneopas	36,50
• Seniorin älypuhelinopas	36,50
• Juuresi näkyvät, sukututkimuksen ABC	32,95
• Rypyistä näkyy hymyjen paikat, totta ja tarinaa ikääntymisestä	15,90

Kerhojen kokoontumiset ja yhteyshenkilöt

		Aika
Bridgen pelaajat	Keskiviikko	12.00 - 16.00
Leila Kontturi	040 541 6075	
Päivi Kiviluoto	040 541 4410	
Englannin alkeet	Maanantai	14.00 - 15.00
Ritva Nummi	040 565 9430	
Eräpiiri	Ilmoitetaan erikseen	
Pekka Varheensalo	045 220 7666	
Golf	Ilmoitetaan erikseen	
Erkki Sellman	050 561 0831	
Kannelkuoro	Maanantai	11.00 - 13.00
Liisa Pietilä,	050 462 8974	
Kuoronjohtaja: Tiina Lustig	040 130 8393	
Keilaajat	Keskiviikko	12.00 - 13.00
Kupittaa urheiluhalli		
Heikki Viitanen	040 038 4888	
Kirjoittajat	Torstai	13.00-15.00
Yhteyshenkilö: Terttu Halla	040 550 3478	
Kuntosaliliikkujat	Ilmoitetaan erikseen	
Kuvataide (akvarellimaalaus)	Keskiviikko	9.30 - 12.00
Orvokki Rouhiainen	050 436 0422	
Käsityökerho	Parilliset torstait	12.00 - 14.00
Kaarina Hongisto	040 726 0978	

Lausuntakerho Merja Köpsi	Parillisten keskiviikot 040 744 7142	12.00 -
Lukupiiri Liisa Huhtala	Kuukauden toinen tiistai 050 581 3577	13.00 - 13.45
Miesten keskustelupiiri: Antti Halkosaari	Kuukauden 1. torstai 050 363 5106	12.00 - 13.30
Pelikerho Ässä Tuula Kukkonen	Parilliset torstait Parittomat torstait 040 555 2291	14.00 - 13.00 -
Senioritanssi	Ilmoitetaan erikseen	
Seniorivoimistelu	Ilmoitetaan erikseen	
Sijoittajaklubi Erkki Sellman	Kuukauden viim. perjantai 050 561 0831	11.00 - 12.00
Tuolijooga Sirkka Kaplas	Torstai 045 342 5611	10.00 - 11.00
Volter Kilven matkassa Iris-Elina Koivisto	Keskiviikko 041 548 4405	12.00 - 13.00
Kuukauden elokuva Mirja Ekman	Perjantai kerran kuukaudessa 040 085 4094	

Elokuviin ilmoittautuminen Mirja Ekmanille edelliseen tiistaihin mennessä. Lippu ostetaan Kinopalatsin kassalta elokuvapäivänä klo 12.00-13.00. Elokuva alkaa klo 13.00. Oopperaesityksistä ilmoitetaan erikseen.

”Elämää eivät ole ne päivät, jotka ovat menneet, vaan ne, jotka ovat jääneet muistiin”.
- Pjotr Pavlenko

ROHKEASTI SENIORI

Yleistä

Rohkeasti Seniori -hanke on sosiaali- ja terveysministeriön Veikkauksen tuotoista rahoittama Kansallisen senioriliitto ry:n kolmevuotinen, vuosina 2019-2021 toteutettava hanke, jonka tarkoituksena on vähentää yksinäisyyttä, ehkäistä syrjäytymistä sekä edistää ikääntyvien ihmisten hyvinvointia. Kohderyhmänä ovat eläkkeelle pian siirtyvät tai jo jonkin aikaa eläkkeellä olleet henkilöt, jotka kaipaavat uusia virikkeitä ja ystäviä sekä tukea uuden elämänvaiheen myötä. Rohkeasti seniori -hanke kannustaa eläkkeelle siirtyviä aktiiviseen kansalaisuuteen ja senioritoimintaan osallistumiseen. Hankkeen keulahahmona toimii professori Jorma Uotinen, joka kertoo omista kokemuksistaan hankkeen kursseilla.

Hankkeen tapahtumat

Matalan kynnyksen tapahtumat ovat piirien ja yhdistysten suunnittelemaa ja organisoimia. Tapahtumiin ovat tervetulleita kaikki kiinnostuneet jotka etsivät toimintaa eläkevuosille.

Rohkeasti eläkkeelle -kurssit ovat tarkoitettu henkilöille, joille eläköityminen on ajan-kohtaista. Kurssit tarjoavat virikkeitä uuteen elämänvaiheeseen.

Rohkeasti senioriksi -kurssit 2021 tarjoavat mahdollisuuden syventyä vapaaehtoistoimintaan. Kursseilla käsitellään muun muassa järjestötoiminnan eri ulottuvuuksia ja tarjotaan koulutusta liittyen vapaaehtoistoiminnan käytäntöihin.

Lisätietoa hankkeesta saa Senioriliiton verkkosivuilta (<https://www.senioriliitto.fi/rohkeastiseniori/>)

Hankkeen teema on: **Rohkeasti seniori – tule mukaan, älä jää yksin!**

Yhdistyksen tavoite on digiloikka - **Seniorista rohkeasti digisenioiriksi**

”Täyttäessään seitsemänkymmentä miehellä on parempi ruokahalu, hän nukkuu paremmin ja tuntee olevansa virkeämmässä kunnossa kuin kolmenkymmenen iässä. Ilmeisesti on terveellisempää pitää naisia mielessään kuin polvellaan”.

- Maurice Chevalier

Vuoden 2021 toimintakalenteri

Maksut kaikkiin tässä kalenterissa ilmoitettuihin tilaisuuksiin maksetaan aina yhdistyksen tapahtumatilille

FI69 4309 2220 1175 31

- Tiistaitreffien ohjelma- ja kahvimaksu 3€ •
maksetaan käteisellä ennen tilaisuuden alkua

Tammikuu

Tiistaitreffit

Kahvitarjoilu klo 13.

Ohjelma klo 14.

Turkusut 2021 postitetaan kaikille

Epidemiatilanteesta johtuen tammi-kuun Tiistaitreffit -tapahtumat Senioritalolla peruutetaan. Tilaisuudet pyritään toteuttamaan verkkotapaamisina, joihin voi osallistua sähköpostitse jaettavan linkin kautta.

19.1. Lähikuvassa kansanedustaja Petteri Orpo - Uusi vuosi, uudet haasteet, miten eteenpäin? Tilaisuus toteutetaan etänä ja on nähtävissä verkossa. Osallistua voi sähköpostitse jaettavan linkin kautta.

26.1. Voimaa vanhuuteen, Turun kaupungin liikuntapalveluvastaava, projektipäällikkö Saija Kultala. Tilaisuus toteutetaan etänä ja on nähtävissä verkossa. Osallistua voi sähköpostitse jaettavan linkin kautta.

Kulttuurimatkailu

La 16.1.2021 klo 14.00 Berliinistä Broadwaylle. Saaristo-ooppera vie katsojan musiikkimatkalle Turun Kaupunginteatterin pienellä näyttämöllä.

Teatterin esitystoiminta on keskeytetty. Tilaisuus siirtyy toiseen ajankohtaan.

La 23.1. klo 14.00 Turun Kaupunginteatterin päänäyttämöllä:

Teatterin esitystoiminta on keskeytetty. Tilaisuus siirtyy toiseen ajankohtaan.

Elokuvat

Epidemiatilanteesta johtuen esitystoiminta on keskeytetty.

Helmikuu

Maksut kaikkiin tässä kalenterissa ilmoitettuihin tilaisuuksiin maksetaan aina yhdistyksen tapahtumatilille

FI69 4309 2220 1175 31

- Tiistaitreffien ohjelma- ja kahvimaksu 3€ •
maksetaan käteisellä ennen tilaisuuden alkua

Helmikuu

Tiistaitreffit

kahvitarjoilu klo13.

Ohjelma klo 14.

Epidemiatilanteesta johtuen helmikuun Tiistaitreffi -tapahtumat Senioritalolla peruutetaan ainakin 10.2. asti. Siitä eteenpäin ohjelma-toiminta toteutuu epidemiatilanteen sallimissa rajoissa tai tilaisuudet pyritään toteuttamaan verkkotapaamisina, joihin voi osallistua sähköpostitse jaettavan linkin kautta.

2.2. Lähikuvassa kaupunginjohtaja Minna Arve – Korona kuristaa, miten Turku pärjää?

Tilaisuus toteutetaan etänä ja on nähtävissä verkossa. Osallistua voi sähköpostitse jaettavan linkin kautta.



9.2. Parantavat bakteerit, professori Pentti Huovinen

Tilaisuus toteutetaan etänä ja on nähtävissä verkossa. Osallistua voi sähköpostitse jaettavan linkin kautta.

Elokuvat

Ohjelma toteutuu epidemiatilanteen sen salliessa.

Seuraa yhdistyksen nettisivuja ja tiedotteita, tapahtumakirjettä ja TS-yhdistyspalstaa

SeniOriJelppi

Avoinna ma-to klo 10 -14
To Palveluneuvontapäivä.
Varaa aika Aira Hellströmiltä,
puh. 0400 139 3696.

Ma-ti Digiapua, myös etänä
www.seniorigelppi.fi

Maaliskuu

Maksut kaikkiin tässä kalenterissa ilmoitettuihin tilaisuuksiin maksetaan aina yhdistyksen tapahtumatilille

- Tiistaitreffien ohjelma- ja kahvimaksu 3€ •

FI69 4309 2220 1175 31

maksetaan käteisellä ennen tilaisuuden alkua

Tiistaitreffit

Kahvitarjoilu klo13.

**Ohjelma toteutuu epidemiatilanteen salliessa. Vaihtoehtoisesti tilaisuudet pyritään toteuttamaan verkkota-
paamisina, joihin voi osallistua sähköpostitse jaettavan linkin kautta.**

Ti 2.3. klo 14. Sääntömääräinen kevätkokous, vieraana Kansallisen senioriliiton puheenjohtaja Anneli Taina

Ti 9.3. Yrjö Jylhä: Kaivo - talvisodan runoja, Turun Lausuntakerhon ryhmä Lasse Vahtolan johdolla

Ti 16.3. Yhteiskunnallinen keskustelupiiri, aiheena pormestarinvaalit.

Ti 23.3. Yhteiskunnallinen keskustelupiiri

Ti 30.3. Yhteiskunnallinen keskustelupiiri: Brysselin kuulumisia, vieraana europarlamentaarikko Sirpa Pietikäinen.

Seuraa yhdistyksen nettisivuja ja tiedotteita, tapahtumakirjettä ja TS-yhdistyspalstaa



Elokuvat

Pe 26.3. klo 13. Kuukauden elokuva Kinopalatsi, muista ilmoittautua viimen viikon tiistaina Mirjalle 0400 824 094

SenioriJelppi

Avoinna ma-to klo 10 -14

To Palveluneuvontapäivä.

Varaa aika Aira Hellströmiltä,
puh. 0400 139 3696.

Ma-ti Digiapua, myös etänä

www.seniorijelppi.fi

Huhtikuu

Maksut kaikkiin tässä kalenterissa ilmoitettuihin tilaisuuksiin maksetaan aina yhdistyksen tapahtumatilille

FI69 4309 2220 1175 31

- Tiistaitreffien ohjelma- ja kahvimaksu 3€ •
maksetaan käteisellä ennen tilaisuuden alkua

Tiistaitreffit

Kahvitarjoilu klo13.

Ohjelma toteutuu epidemiatilanteen salliessa. Vaihtoehtoisesti tilaisuudet pyritään toteuttamaan verkotapaamisina, joihin voi osallistua sähköpostitse jaettavan linkin kautta.

Ti 6.4. Tiistaikahvit

Ti 13.4. Muistiluotsi

Ti 20.4. Yhteiskunnallinen
keskustelupiiri:
Kuntavaalien analyysi

Ti 27.4. Vappubrunssin etkot

Seuraa yhdistyksen nettisivuja ja tiedotteita, tapahtumakirjettä ja TS-yhdistyspalstaa



Elokuvat

Pe 23.4. klo 13. Kuukauden elokuva
Kinopalatsi, muista ilmoittautua viimen viikon tiistaina Mirjalle 0400 824 094

SeniוריJelppi

Avoinna klo 10 -14

Ma-ti Digiapua myös etänä, katso ohjeet www.seniוריjelppi.fi

Ke Terveyspäivä: verenpaineen, sokerin ja kokonaiskolesterolin mittaust. PEF-mittaus

To Palveluneuvontapäivä, varaa aika Aira Hellströmiltä, puh. 040 013 9396.

Myös etänä, katso ohjeet sivulta www.seniוריjelppi

Touko-kesäkuu

Maksut kaikkiin tässä kalenterissa ilmoitettuihin tilaisuuksiin maksetaan aina yhdistyksen tapahtumatilille

FI69 4309 2220 1175 31

• Tiistaitreffien ohjelma- ja kahvimaksu 3€ •
maksetaan käteisellä ennen tilaisuuden alkua

Tiistaitreffit
Kahvitarjoilu klo 13.
Ohjelma klo 14.

Ohjelma toteutuu epidemiatilanteen sen salliessa. Vaihtoehtoisesti tilaisuudet pyritään toteuttamaan verkotapaamisina, joihin voi osallistua sähköpostitse jaettavan linkin kautta.

4.5. Vanu-Mamman tarina,
Olli Kauremaa.

11.5. Vieraanamme arkkipiispa emeritus **Kari Mäkinen** aiheenaan Sananvapauden ja uskonvapauden suhde.

18.5. Pyhän Henrikin Ekumeeninen Taidekappeli, Hirvensalo.
Kulttuurilautakunnan varapj. Hannele Mustonen

25.5. Emeritusprofessori **Pekka Niemelän** esitelmän aihe: **Renessanssia ja barokkia Turun seudun luonnossa ja rakennuksissa**

1.6. Tiistaikahvit

8.6. Metsäkirkko

15.6. Seniorikahvit Turun torilla,
omakustanteiset

Kulttuurimatkailu

Ilmoittaudu aina ensin
Ritvalle puh. 040 565 9430
maksa vasta ilmoittauduttuasi

To 13.5. Flooranpäivän kävely Ruissalossa, lähtöpaikka Luonnontieteellinen puutarha. Ruissalo. Lisätiedot myöhemmin.

Seuraa yhdistyksen nettisivuja ja tiedotteita, tapahtumakirjettä ja TS-yhdistyspalstaa

Elokuvat

Pe 28.5. klo 13. Kinopalatsi.
Ilmoittaudu viimeistään sen viikon tiistaina **Mirja Ekmanille**,
puh.040 082 4094

Seniorijelppi avoinna
ma-to klo 10-14.

Kesälomalla 18.6. - 2.8.



Tervetuloa

**MUKAAN MEIDÄN OMAAN
SENIORITOIMINTAAN!**



Kansallinen senioriliitto ry

Eläkkeellä tai työelämässä,
**OLET TERVETULLUT
MUKAAN**

**Yhdistyksessämme Sinulla on
mahdollisuus osallistua**

- monipuoliseen harrastus- ja kerho-
toimintaan
- retkille ja matkoille
- kulttuurierintoihin
- jäsentilaisuuksiin ja koulutuksiin
- paikalliseen edunvalvontatyöhön

**Osallistumalla voit vaikuttaa
toiminnan kehittämiseen.**

Jäsenilmoitus

Jäseneksi liittyvä täyttää painokirjaimin ja antaa yhdistyksen edustajalle.

SUKUNIMI

ETUNIMET

SYNTYMÄAIKA

HALUAN PATINA -LEHDEN

KYLLÄ ☐ EI ☐

SUKUPUOLI

MIES ☐ NAINEN ☐

LÄHISOITE

POSTINUMERO

PUHELIN

SÄHKÖPOSTI

AMMATTI TAI ARVO

ALLEKIRJOITUS

PAIKALLISYHDISTYKSEN NIMI
JA OSOITE / TARRA TÄHÄN

Kansallinen senioriliitto ry

Yhdistyksemme on jäsen Kansallinen senioriliitto ry:ssä, joka on vuonna 1971 perustettu puolueisiin kuulumaton järjestö. Meitä jäseniä on yhteensä noin 25 000.

Toimintamme tarkoituksena on

- edistää senioreiden sosiaalista turvallisuutta ja hyvinvointia
- toimia eläkeläisten etujen ja oikeuksien valvojana
- ylläpitää ikääntyvien omatoimisuutta ja aktiivisuutta
- luoda mahdollisuuksia yhdessäoloon ja harrastamiseen

Edunvalvontatyötä teemme sekä paikallisella että maakunnallisella tasolla, osin yhteistyössä muiden eläkeläisjärjestöjen kanssa. Meillä on hyvät yhteydet päättäjiin ja virkamiehiin. Senioreita on mukana kunnanvaltuustoissa sekä vanhus- ja seurakuntaneuvostoissa. Kansallinen senioriliitto ry tekee laajaa edunvalvontatyötä valtakunnallisella tasolla ja se on Eläkeläisliittojen etujärjestö EETU ry:n jäsen.

Liittomme Patina-lehti ilmestyy kuusi kertaa vuodessa. Patina kertoo liiton, piirien ja yhdistysten toiminnasta sekä välittää tietoa ajankohtaisista, jäseniämme koskevista asioista. Lehdi sisältyy kotiin kannettuna senioriyhdistyksen jäsenmaksuun.

Verkkokaupasta saat monenlaisia, järkevän hintaisia tuotteita ja jäsenalennuksia.



Kansallinen senioriliitto ry

Kansakoulukatu 5 A 6, 00100 Helsinki
toimisto@senioriliitto.fi
www.senioriliitto.fi
www.shop.senioriliitto.fi
www.facebook.com/senioriliitto



MAHDOLLISIA KULTTUURIMATKAILUKOhteita VUONNA 2021 KORONA-
EPIDEMIATILANTEEN SALLIESSA:

Sokkomatka , ruokailu
Kuhankuono, luontoretki
Kivihovi, Fiskarsin alue
7-kirkon kierros
Pieni Saariston rengasretki
Seili
Herrankukkaro
Kukkia ja graniittia
Tunnelmallinen Tammisaari
Ahvenanmaa, sadonkorjuumatka
Savonlinna Oopperamatka
Örön saari
Valamo
Samppalinnan kesäteatteri ym. kesäteatterit, riippuu tarjonnasta
Lounaat
Teatterit Turussa ym. Tampere, Pori, Rauma ja Salo, riippuu tarjonnasta
Pihaparty
Syyskauden avajaiset
Taidenäyttelyt
Joulujuhla ja myös muita hyviä ehdotuksia otetaan vastaan

LISÄTIETOJA LÖYDÄT NETTISIVUILTA, TIEDOTTEISTA, TAPAHTUMAKIR-
JEISTÄ SEKÄ TURUN SANOMIEN YHDISTYSPALSTALTA. MYÖS RITVALTA
SAAT LISÄTIETOJA PUH. 040 565 9430.

*”Ihmeellisintä tulevaisuudessa on se, että silloin meidän aikaamme kutsutaan vanhaksi
ja hyväksi ajaksi”.*
- Ernest Hemingway

KUVIA TIISTAITREFFEILTÄ



Tiistaitreffien vieraana Malmin kirkkoherra Heikki Arikka, joka kertoi työstään ja kokemuksistaan sotilaspappina Afganistanissa.



Tiistaitreffien osallistujia



Kannelkuoron konsertti joulun portti aukaistaan. Kuvassa vasemmalta Pekka Ahlström, Merja Köpsi, Riitta Siljamäki, Heikki Karkk, Tiina Lustig



Tiistaitreffien vieraana Biopankista Riikka Taina



Tiistaitreffit. Vieraana kaupunginhallituksen puheenjohtaja Sini Ruohonen, joka alusti aiheesta: Turku mainio kaupunki viettää seniorielämää.



Tiistaitreffit. Vasemmalla Naantalien musiikkujuhlien toimitusjohtaja Tiina Tunturi ja oikealla Turun musiikkijuhlien toimitusjohtaja Liisa Ketomäki ja taiteellinen johtaja Klaus Mäkelä.





Sääntömääräinen syyskokous 3.11. Puheenjohtajana Pirkko Keskinen ja Sihteerinä Aira Hellström. Kalevi Koivuluhdalle ojennettiin Senioriliiton pronssinen ansiomerkki (alhaalla vasemmalla). Varapuheenjohtaja Kari Kantalainen esitteli kokoukselle vuoden 2021 toimintasuunnitelman ja talousarvion.





Kevätkokouksessa 3.3.2020 ansioituneiden vapaaehtoisten kukitus. Kuvassa vasemmalta Seija Arve, Heikki Paloheimo, Kati Koskinen, Sisko Koivisto, Mailis Kouvuluhta, Kirsti Nissi, Terttu Kunnas.



Kappalainen Mika Mäntyranta ja uuden toimintavuoden siunaus

SYYSKAUDEN AVAJAISET 2020





SEPON KAUPUNKIKÄVELY



PARIISIN TAIVAAN ALLA



Kiehtova musiikkimatka Pariisin taivaan alle, viihdetaiteilija Päivi Mäkinen kertoi Edith Piafin elämästä sekä lauloi Edithin ikivihreitä säestäjänä Mikko Kangasjärvi. Illan juontajana toimi varapuheenjohtaja Kari Kantalainen, joka toi tilaisuuteen Rohkeasti seniori -hankkeen tervehdyksen sekä lauloi lopuksi Rauno lehtisen On hetki kappaleen salin täyteiselle seniorijoukolle.



21.11.2021 Turun konserttitalo

John Malkovich:

Just Call Me God

A dictator's final speech

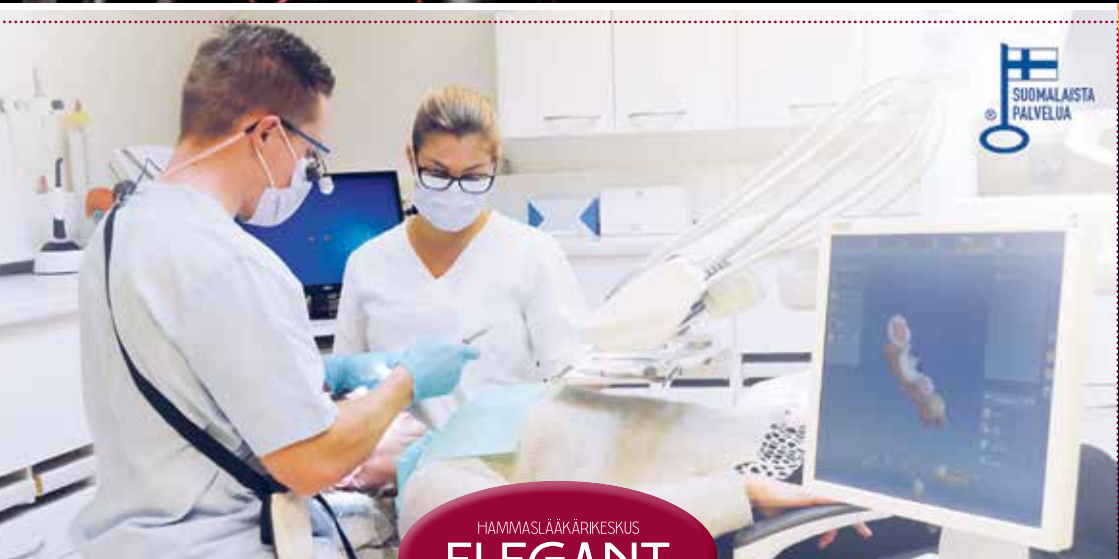
EST  1960

TURUN MUSIIKKIJUHLAT

TURKU MUSIC FESTIVAL

ÅBO MUSIKFESTSPEL

TMJ.FI lippu.fi ✨



HAMMASLÄÄKÄRIKESKUS
ELEGANT

Laadukasta, turkulaista hammashoitoa jo vuodesta 1986.

Hammaslääkärikeskus Elegant ■ Kristiinankatu 4 B, II krs. ■ puh. 02 233 0000

www.elegant.fi



KINOPALATSI



Laatuaikaa elokuvissa

Eläkeläisalennus jopa **-30 %**
arkipäivän elokuvalipuista.

KAUPUNGIN MUKAVIN OSTOSKESKUS!



Lihat, kalat, viinit, juustot,
leivonnaiset, mausteet ja
muut herkut Kauppahallista.



TURUN
KAUPPAHALLI

AVOINNA MA-PE KLO 8-18 / LA KLO 8-16 / SU SULJETTU
Eerikinkatu 16 www.kauppahalli.fi p. 02 2624 126

OmaSennu

- Välittävä, osaava, luotettava seniori
kotiisi tai läheisellesi avuksi

Oma Kodinhoitaja

- Siivous, Pyykkihuolto, Ruuanlaitto, Lastenhoito, Kodin järjestely, Puutarha, Asiointi- ja ystäväpalvelut 29€/h

Oma Talkkari

- Pihan, puutarhan ja kiinteistön kunnossapito, Kodin pienet remontit, Mökkitalkkari, Asiointi- ja ystäväpalvelut
- "naapuriapu"-tyyppiset työt 29€/h
- Remontointi, maalaus, tapetointi 35€/h

Hoivaaja

- Ikääntyvän kotiin vietävä hoivapalvelu
- Hoivaajina ikäihmisen hoivaan koulutetut ja kokeneet lähihoitajat, sairaanhoitajat, kodinhoitajat, fysioterapeutit
- ei lääkevastuita, hoitotoimenpiteitä
- Rakkaudesta ikäihmisiin ja hoivaan!

käynnit 2h/vko = 300€/kk. kotital.väh.jälk. 180 €/kk
käynnit 4h/vko = 630€/kk. kotital.väh.jälk. 378 €/kk
käynnit 6h/vko = 950€/kk. kotital.väh.jälk. 570 €/kk

Varaa omasi: **www.onnexi.fi**

Ota yhteyttä, Soita: **info@onnexi.fi**

044 972 3823. Onnexi Oy



Palvelut alk.
29 €/h
Hinta sis. alv.
Kotitalousväh.jälkeen v.2021
17,4 €/h



kotiapua ja -sairaanhoidtoa

- toimintakyvyn ylläpito
- hoivaa ja huolenpitoa
- lääke- ja haavahoidot
- ulkoilu ja muu kuntoutus

tukea ja apua omaishoitajalle

- aikaa virkistytymiseen, asioiden hoitoon ja lepoon

Puh. 040 501 7939

asiakaspalvelu@senioriapuvärpu.fi

www.senioriapuvärpu.fi

Edut kulkevat mukanasasi

Osuuspankin omistaja-asiakkaana löydät ja lunastat mainiot edut kätevästi OP-mobiilista.

Tutustu ja lataa: op.fi/mobiili
op.fi/turunseutu/edut

OP Turun Seutu



Särjen riemuvoitto !

HERKKUNUOTTA®

Turun Kauppahalli

Turun hyväntuulisin kalakauppa



info@herkkunuotta.fi

045 123 8384

www.herkkunuotta.fi

Ark. 8-18

La 8-16



ROHKEASTI SENIORI

TULE MUKAAN – ÄLÄ JÄÄ YKSIN!

Rohkeasti seniori -hanke 2019-2021

Jos sinulla on hiljattain
eläkkeelle siirtyneitä
tuttavia tai ystäviä, kerro heille

RoSe-hankkeestamme
ja sen kursseista!

ROHKEASTI MUKAAN!
www.rohkeastiseniori.fi
-> Hankkeen tapahtumat
www.senioriliitto.fi



@Rohkeastiseniori

30v.

Isännöinti-Saarto

Isännöintiä vuodesta 1986!

TRINITAS -LÄÄKÄRITALO-

-Aikuisen ihmisen lääkäriasema-

60⁺



FYSIOTERAPIAPALVELUT
YLEIS- JA ERIKOISLÄÄKÄRIT
LABORATORIOTUTKIMUKSET
SAIRAAHOITAJAN PALVELUT
KOTIKÄYNNIT



Juhlatalonkatu 6
Tampere
Puh. 010 5743211

Yliopistonkatu 26 B
Turku
Puh. 010 5743210



Seniorielämää kaikilla mukavuuksilla

Tutustu Turun keskustan tuntumassa sijaitseviin kauniisiin palvelutaloihimme tilaamalla kattavat esitteet hintatietoineen tai varaa yksityinen esittely!

Saga Kaskenniitty ja Saga Kaskenpuisto tarjoavat turvallista, viihtyisää ja laadukasta vuokra-asumista ikäihmisille. Asukkaiden peruspalveluihin kuuluu turva-, siivous- ja ruokapalveluita sekä aktiivista harrastus- ja kulttuuritoimintaa. Taloissa on monipuolisten yhteistilojen ja oman ikäisen seuran lisäksi hoiva-, kuntoutus- ja hyvinvointipalveluita asukkaan tarpeen mukaan.

Kiinnostuitko? Tilaa esitteet tai varaa yksityinen esittely!

Maria Gustafsson | puh. 050 432 9138

maria.gustafsson@sagacare.fi | www.sagacare.fi

Saga Kaskenniitty

Vähäheikkiläntie 1

20700 Turku

Saga Kaskenpuisto

Vähäheikkiläntie 2

20720 Turku



Saga-palvelutalot

 **SAGA CARE**

Barry Douglas
Petteri Iivonen
Jaakko Kuusisto
Soile Isokoski
Waltteri Torikka
Okko Kamu
Patrick Gallois
Anne Sofie von Otter
Total Cello Ensemble
Tallinnan Kamariorkesteri
Uusi Kipparikvartetti
Frans Helmerson
Tommi Hakala
Elina Vähälä
Sinfonia Lahti
Arto Noras
Iiro Rantala
Aili Ikonen
Key Ensemble
Seela Sella
Esko Salminen
Meta4

naantalinmusiikkijuhlat.fi



**NAANTALIN
MUSIIKKIJUHLAT**
8.–19.6.2021

OP Turun Seutu



Turun Sanomat



NAANTALI
SPA & HOTEL

Finnlines
a Grimaldi Group company

Naantali

lippu.fi

Lounasravintola Mik Mak – Turku

Lounasravintola Mik-Mak on vuonna 2005 perustettu perheyritys, jonka toiminnasta vastaa Mikko Harjanne. Makoisaa kotiruokaa lounaspöytään loihitti keittiömestariimme Tuire Harjanne.

Juhlapalvelu ja catering kauttamme.

Järjestä häät, syntymäpäivät, seminaarit, kokoukset tai muut tilaisuudet meillä tai tilaa palvelu ha-luumaasi paikkaan toimitettuna! Ammattitaitoinen henkilökuntamme pystyy taatusti toteuttamaan vaativammankin asiakkaan toiveet tarjoilun suhteen. Kertokaa meille mitä haluatte tapahtumassanne tarjota ja kauttamme se onnistuu.

Mikko Harjanne 0400920181



Jalkahoitola ja jalkojenhoidon erikoisliike



...Koska jalkasi ovat
sinulle tärkeitä!

Sigvaris lento-, tuki- ja hoitosukat
Karkelon kiristämättömät sukat
Hyvä valikoima jalkojen hoitotuotteita

Soita tai varaa aikasi netistä!

045 8611 509

Humalistonkatu 18, Turku

www.kinttupiste.fi

Meiltä myös lahjakortit!

Kinttupiste Oy on Aluehallintoviraston (AVI) hyväksymä ja tarkastama yksityinen terveydenhuollon palvelujen antaja. Henkilökuntamme on koulutettuja jalkojenhoidon ammattilaisia.

Toimimme THL:n ohjeiden mukaisesti.





Barkbacken
PARKINMÄEN PALVELUTALO

TURVALLISTA IKÄÄNTYMISTÄ KESKELLÄ KAUNISTA TURKUA

Parkinmäen palvelutalo tarjoaa puitteet laadukkaalle senioriasumiselle, turvaa hoiva-asumiseen sekä mahdollisuuksia väliaikaisen asumisen tarpeisiin. Olemme voittoa tavoittelematon, aidosti paikallinen sekä eettisesti korkeatasoinen palvelutalo, jonka vahvuuksiin kuuluu Turun alueen monipuolisin viriketoiminta. Parkinmäen Palvelutalossa jokainen asukas on yksilö, jonka palvelutarpeet ja toiveet kartoitetaan asiakkaan oman tilanteen mukaan.

parkinmaki.fi

PARKINMÄEN PALVELUTALO

Multavierunkatu 5 | 0400 279 986

KUN TAHDOT PANKILTA PALVELUA, ET KOHTELUA.



Säästöpankki

TAHDON ASIALLA.

Kaarina | Lieto | Loimaa | Naantali | Paimio | Raisio | Turku | P. 010 430 900* saastopankki.fi/liekonsp

* Puhelu 8,35 snt/puh. + snt/min. soitettaessa kotimaan lanka- ja matkapuhelinliittymistä.





WIKLUNDIN APTEEKKI

-ASIA NTUNTEVAA APTEEKKIPALVELUA

**Runsaasti
kuukausittain vaihtuvia
rahanarvoisia etuja!**

LIITY KANTA-ASIAKKAAKSI!

Tervetuloa!



**MEILTÄ SAAT
BONUSTA!**

SETUKORTILLA
BONUSTA VAPAAN
KAUPAN TUOTTEISTA



Wiklundin apteekeki, Kauppiaskatu 7-9, 20100 TURKU

Avoinna: arkisin 8-21 • lauantaisin 9-18 • sunnuntaisin 12-18

puh. 02-214 4400 • fax 02-214 4410

puhelin lääkäreille 02-214 4411 • puhelin kosmetologille 02-214 4412

PRIIMA-YHTIÖT 

TEOLLISUUDEN RAKENTAJAT OY

Yhdistyksen yhteistyökumppaneita:

Citybus Oy
Finnkino
Turun kauppahalli
V-S Isännöintitalo
Onnexi Oy
Isännöinti-Saarto
Ravintola Mik-Mak
Elegant Hammaslääkärikeskus
Turun Musiikkijuhlat
Naantalin Musiikkijuhlat
Wiklundin Apteekki
Turun Osuuspankki
Parkinmäen Palvelutalo
Trinitas Oy
Liedon Säästöpankki
Herkku-Nuotta
Senioriliitto ”Rohkeasti seniori”
Saga Care (Kaskenlinna & -niitty)
Kinttupiste Oy
Priima-yhtiöt/Teollisuuden Rakentajat Oy
Turun ArvoAsunnot Oy
Senioriapu Varpu

SenioriJelpin yhteistyötahoja:

Tuomiokirkko seurakunnan eläkeläiskerhot,
Mikaelin seurakunnan eläkeläiskerhot,
Jyrkkälän asuntoalueen asukastoimikunta
Turun kaupungin pääkirjasto
Palvelutalo Sagan seniorimessut
Eläkeläisyhdistysten yhteinen Siltojen välillä -tapahtuma
Turun kaupungin ja Kotikunnaksen yhteiset Liikkuva resurssi -tapahtumat
Paattisten asuntoalueen senioritapahtuma
Nordea -pankki / senioripalvelujen esittely
Turun Seudun Osuuspankki / senioripalvelujen esittely
Turun kesäyliopisto / Geronet -hanke

”Jos olisin tiennyt eläväni näin vanhaksi, olisin pitänyt itsestäni parempaa huolta”.
- Leon Eldred

MUISTIINPANOJA:

"On niitä gerontofilejäkin, sanoi mummo, kun peiliin katsoi".
- Eeva Kilpi



Arvokoteja
Turkulaisille.

