

# LEHTINEN 2024

**Sipoon Eläkkeensaajat ry  
Sibbo Pensionstagare rf**



Perinteinen Puurojuhla pidettiin Sipoon juhlasalissa 11.12.2023  
Juhlaan osallistui noin 50 jäsentä.

## **Iloa yhdessä toimimisesta:**

- Tarjoaa jäsenilleen mahdollisuuksia sosiaaliseen kanssakäymiseen.
- Järjestää erilaisia harraste- ja virkistystilaisuuksia
- Tekee vierailuja, retkiä ja matkoja
- Toimii edunvalvojana
- Edistää fyysistä ja henkistä toimintakykyä

**EKL**

# Hyvät jäsenet

Vuosi 2023 oli koronan jälkeen oikeastaan ensimmäinen kokonaan rajoituksista vapaa vuosi. Toimintamme on ollut suurelta osin yhdistyksemme aktiivien, niin hallituksen kuin rivijäsenten, ansiosta mahdollista, vaikka sitä ovat edelleenkin koronan jälkeiset toimintatapa- ja käyttäytymismuutokset rajanneet.



Olen kiitollinen, että saan toimia näin määrätietoisen ja rohkean joukon kanssa tekemässä tärkeää työtä eläkkeensaajiemme hyväksi.

Perinteisistä tapahtumista niin Lövhyddan kuin puurojuhlakin saatiin pidettyä tästä viheliästä kulkutaudista huolimatta. Jäsenistömme määrä on hiukan laskenut ja siitäkin voimme syyttää osaksi koronaa mutta se selittää vain osan. Jäsenhankintatyötä on tehtävä edelleen, että yhdistyksemme elinvoimaisuus säilyy.

Emäntämme sekä Nikkilässä että Söderkullassa ovat olleet ahkeria ja pitäneet loistavasti huolta, että tapaamisissa juttu luistaa kahvin ja pikku naposteltavan ääressä.

Toivon kaikille jäsenillemme hyvää ja terveysturvallista vuotta 2024, ollaan ihmisiksi ja pidetään huolta toisistamme, sillä yhdessä olemme enemmän.

**KIITOS**

*Juha Huotari*

*Puheenjohtaja*

*Sipoon Eläkkeensaajat ry*

# Nokalta Meilahteen

Monenlaisia retkiä me eläkeläiset olemme tehneet, mutta kesän korvalla oli vuorossa jotain erikoisempaa.

Löysimme itsemme kirjaimellisesti kiven sisältä. Katajanokan historiallinen vankila on takavuosina kokenut muodonmuutoksen, se on nykyään tasokas hotelli ja ravintola, joka ottaa kaiken irti menneestä, joka on kaikessa näkyvillä, tässä ja nyt.

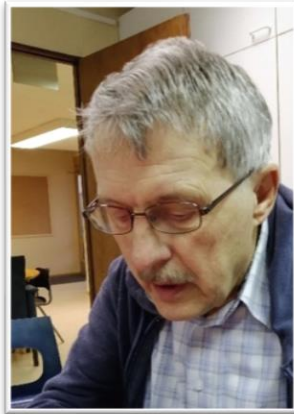
Hotelli poikkeaa tavanomaisesta siinä, että vieraiden on mahdollista tutustua talon kaikkiin tiloihin, huoneita lukuun ottamatta, presidentti Rytin ja Hella Wuolijoen sellit on merkitty kilvellä.

Alakerrassa on muutama eristysselli entisessä asussaan ja myös matala tyrnä ja vankilan kirkko ovat avoinna. Suosittu matkamuseo on peltimuki.

Hotellin käytävillä tapaa usein polttariseureita ja suuriakin ryhmiä, jotka ovat tutustumassa suomalaiseen lähihistoriaan. Linnan kevään pettävässä auringossa linnanpihalla ja sitten kurssi kohti Tamminiemeä.

Ensikertalaisia oli joukossamme varmaankin vähemmistö, lukua ei otettu. Meillä muilla kai päällimmäiseksi jäi tunne ajan pysähtymisestä, mikään ei täällä ole muuttunut ja miten voisikaan.

Alkupalalialta löytyy myös annos Vettä ja leipää eli valkosipulipatonkia ja vettä peltimukista. Lounaan jälkeen paistateltiin hetki



Tamminiemestä meille oli varattu talon esittely pitkän kaavan mukaan. Kokkikerhoa kiinnosti tietenkin Tamminiemen vaatimaton keittiö. Kuuluisa miellyttävän savuntuoksuinen sauna on kyllä tilauksikäytössä, mutta meidän vuosibudjettimme ei siihen ihan riittäisi.

Ohjelmamme päättyi keväisillä Tamminiemen rantakallioilla, pieni saunan kahvio palveli meitä vielä parhaansa mukaan.



Matkaan oli lähdetty ajan kanssa, mihinkään ei ollut kiirettä. Myös Packalenin bussinkuljettaja Tillander oli ottanut tämän huomioon ja hän järjesti meille ylimääräisen paraatikieroksen Helsingin länsirannoilla reitillä, jossa tarvittiin jopa erityistä tarkkuutta. Perille tultiin-

*Kalle Kuntsi*



## Yhdistyksen teatteri-, konsertti- ja muita matkoja 2023

Aika	paikka	Aihe	Osallistui
<b>Maaliskuu</b>			
11.03.	Keravan Keuda	"Vie meidät rakkauteen"	30
<b>Huhtikuu</b>			
13.4.	Korson Lumo	"Kevätkarkelot"	17
25.4.	Järvenpään eläkkeensaajien lauluryhmä	"Hyväntuulen konsertti"	7
19.4.	Katajanokan vankila ja Tamminiemi Kekkosen museo		24
<b>Toukokuu</b>			
02.05.	Vappujuhla juhlatalo/kokkikerho		49
04.05.	Tampereen teatteri	musikaali "Anastasia"	33
<b>Heinäkuu</b>			
03.–04.07.	Lövhyddanin kesätapahtuma/Sipoo		51
19.07.	Heinolan kesäteatteri		30
28.–30.7.	Lappajärven retki /Sipoon eläkkeensaajat		25
<b>Syyskuu</b>			
23.09.	Kerava-Sali Junnu Vainion	muistokonsertti	48
<b>Loka</b>			
02.–07.10.	Sipoon Eläkkeensaajat Kylpylämatka	Pärnu/Viro	56
01.10.	Pornaisten Eläkkeensaajat	"Villasukkatanssit"	5
25.10.	Tapiola-Sali	operetti "Iloinen leski"	31
30.10.–4.11.	Hyvinvointiloma	Kiljava	14
<b>Joulukuu</b>			
05.12.	Järvenpään Eläkkeensaajat,	"Hyväntuulisten joulukonsertti"	4
08.12.	Viking Line	laivaristeily	19
			443

## Toimintakalenteri 2024

### Tammikuu

ma 15.01. Hallituksen kokous

### Helmikuu

ma 12.2. klo 9:00 Hallituksen kokous, Sipoon juhlatalo

### Maaliskuu

su 10.03. Diandra "Elegia"-konsertti, Keravan-sali

ma 11.3. klo 9:00 Hallituksen kokous, Nikkilän juhlatalo

### Huhtikuu

ma 22.4. klo 9:00 Hallituksen kokous+ kevätkokous, Nikkilän juhlatalo

### Toukokuu

ma 13.5. klo 9:00 Hallituksen kokous, Sipoon juhlatalo

### Heinäkuu

Yhdistyksen Perinteinen Kesäpäivä, Sipoo Lövhyddan  
Kesäteatteri

### Lokakuu

Tallinnan päiväristeily

### Marraskuu

Kylpylämatka

### Joulukuu

Puurojuhla

Seuraa yhdistyksen **kotisivuilta ajankohtaisia tietoja:** <https://sipoo.elakkeensaajat.fi>  
EKL:n Uudenmaa. piirin sivuilla löytyy piirin tapahtumat: <https://uusimaa.elakkeensaajat.fi>  
EKL:n, eli liiton tapahtumat löytyvät: <https://www.ekl.fi>



## Sihteerin mietteitä

### Toimintaa

Vuonna 2023 yhdistyksen toiminta oli erinomaisen vilkasta. Kun täytin toimintatietoja EKL:n toimintakyselyyn yllätyin ihan itsekin siitä, kuinka paljon erilaista toimintaa olemme järjestäneet. Kotimaan konsertti-, teatteri- ja muita retkiä oli yhteensä 11 ja ulkomaan matkoja 2. Lisäksi yhdistyksen kautta osallistui 14 henkilön ryhmä Hyvinvointilomalle loka-marraskuun vaihteessa. Omia tapahtumia järjestimme 2, Vappujuhlan ja Lövyhdänin kesätapahtuman. Yhteensä näihin kaikkiin tapahtumiin osallistui noin 450 henkilöä. Näiden järjestämiseen on osallistunut lukuisa joukko vapaaehtoisia, joille kuuluu iso kiitos tekemästään arvokkaasta työstä. Joka viikkoiset kokoontumiset Nikkilässä ja Söderkullassa keräävät vaihtelevasti 50–70 henkilöä pelaamaan bingoa, juttelemaan, askartelemaan ja nauttimaan kahvipöydän antimista. Muutakin ohjelmaa kaivattaisiin, kun vain olisi ohjaajia käytettävissä. Mikäli sinulla on jokin idea ja ehdotus sen toteuttamiseksi, otathan yhteyttä, vaikka allekirjoittaneeseen, niin työstehtään asiaa eteenpäin.

Nostan tässä esiin myös viikoittain kokoontuvat boccian pelaajat, Opiston ryhmissä uijat



sekä laulajat, moni on löytänyt näistä mukavaa harrastamista itselleen.

### Jäseniä

Näin vuoden vaihteessa lasketaan ja tarkastellaan myös jäsenistöä. EKL:n kyselyyn vastattiin yhdistyksessämme olevan 30.11. 2023 yhteensä 282 jäsentä, joista naisia 206, miehiä 76. Ikäjakauma onkin sitten mielenkiintoinen, jäsenistä yli 80-vuotiaita on 112 henkilöä ja alle 68-vuotiaita vain 12. Jäsenistömme on hyvää vauhtia vanhenemassa. Kaipeamme joukkoomme uusia nuorempia henkilöitä kipeästi. Mitäpä asialle voisimme tehdä, samaa mieltä moni muukin eläkeläisyhdistys näinä päivinä.

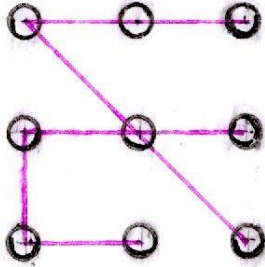
### Kotoranta 29.10.-3.11.2023 Hyvinvointiloma

Hyvinvointilomalle Kotorantaan 29.10.-3.11.2023 osallistui 14 yhdistyksemme jäsentä. Kotoranta sijaitsee Kiljavalla kauniin järven rannalla. Loma oli täysihoidtoloma ja ohjelmoitu aamusta iltaan ohjaajamme Helin johdolla. Ruokaa oli runsaasti ja se oli todella hyvää. Ohjelma vaihteli liikunnasta muuhun askarteluun ja yhdessä tekemiseen. Lähdimme lomalta reippaina ja virkistyneinä. Hyvinvointilomalle voi osallistua vain joka toinen vuosi eli seuraavalla kerralla vuorossa ovat uudet lomailijat.

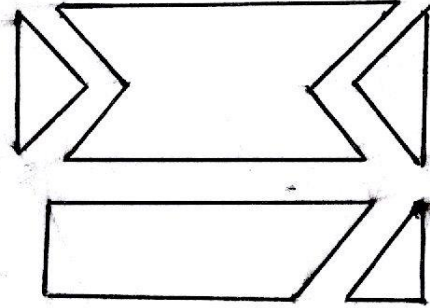


# Pulmakulma

Kuvassa on 9 rengasta, jotka on yhdistetty toisiinsa kuudella (6) suoralla viivalla. Voitko yhdistää renkaat toisiinsa neljällä (4) suoralla viivalla

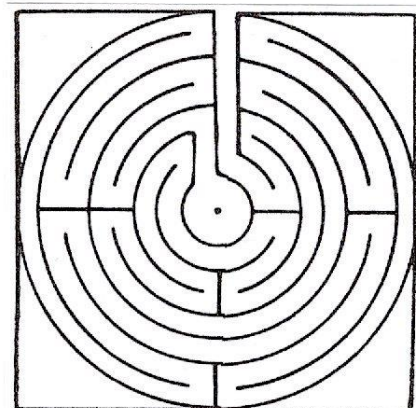
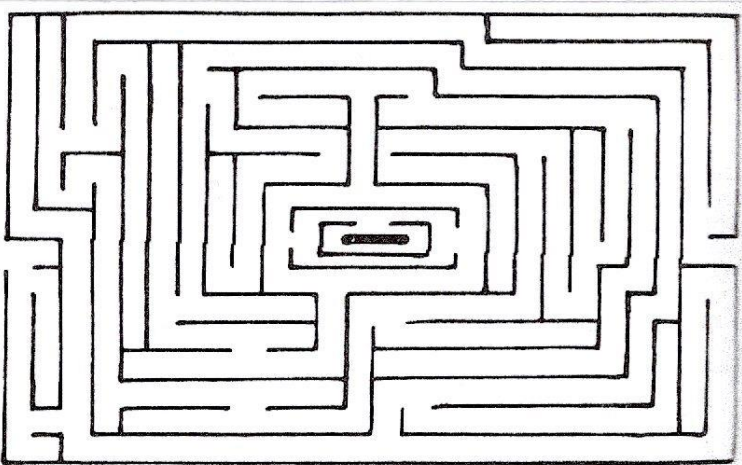


Jäljennä paperille tässä olevat kuviot. Leikkaa ne irti ja muodosta niistä risti. Ellet heti onnistu, yritä uudelleen kunnes "lopussa kiitos seisoo"



					6	5	1	7	
		2	1					6	
		6		8	3			2	
								9	
2							1	7	8
8		5	7						
			9	2	4				
			6		7			5	4

		9				2	7		
8	2					6	1		
				5					6
			6	3				8	4
					2				
1	5					4	9		
7						3			
			3	2				4	7
			1	4				5	



Tällainen pustolabyrintti on Hatfieldissa Englannissa- Se näyttää tässä helpolta, mutta on luonnossa erittäin eksyttävä.

Pyöräsokkelossa pyritään sisäänkäytävästä kuvion keskipisteeseen

# Sipoon Eläkkeensaajat ry:n toimihenkilöt vuonna 2024

## Hallitus

Puheenjohtaja: *Juha Huotari, puh. 050 522 2809, juha.huotari@sipoo.fi*  
Varapuheenjohtaja: *Esa Kuikka, puh. 050 559 1682, esa.kuikka@outlook.com*  
Sihteeri: *Hilkka Patala, puh. 050 331 7665, hilkkapatala@gmail.com*

## Varsinaiset jäsenet (6):

*Matti J. Koski, Marja Martemaa, Raine Oksanen, Hilkka Patala, Esa Kuikka*

## Varajäsenet (6):

*Tuula Kosomaa, Kaarlo Kuntsi, Liisa Vähämaa, Raili Peltola, Toivo Sahlsten, Gun Salenius*

## Muut toimihenkilöt / tehtävät

**Taloudenhoitaja:** *Keijo Hiltunen 040 049 7914*

**Kirjanpito:** *Georg Bergström*

**Tiedottaja:?**

**Matkavastaava:?**

**Jäsenasiat, webmaster:** *Matti J. Koski, puh 040 547 7220, [mattijkoski@iki.fi](mailto:mattijkoski@iki.fi)*

*Varalla Gun Salenius*

**Koulutusvastaava:** *Toivo Sahlsten, puh. 050 559 2040, [sahlstenit@gmail.com](mailto:sahlstenit@gmail.com)*

**Nikkilän tapaamiset maanantaisin, Nikkilän Juhlatalo** (Vanhan vesitorninmäki 1)

*Vastaava: Maija Keränen, puh. 044 535 5935, varalla: Marja Martemaa*

**Söderkullan tapaamiset perjantaisin, Söderkullan kirkko** (Neiti Miilintie 1)

*Vastaava: Matti J. Koski Puh. 040 547 7220, varalla: Liisa Vähämaa*

**Yhdistyksellä on kaksi edustajaa Sipoon Vanhusneuvostossa**

*Varsinainen: Juha Huotari, 050 522 2809 Varalla: Brita Seppänen*

*Varsinainen: Kaarlo Kuntsi 050 469 0875 Varalla: Kerstin Varjo*

**Yhdistyksellä on edustaja Itä-Uudenmaan hyvinvointialueen vanhusneuvostossa**

*Juha Huotari*

**Edustajat EKL:n Uudenmaan piirin piirikokouksissa**

*Varsinaiset: Juha Huotari, Raine Oksanen ja Senja Andelin*

*Varalla: Hilkka Patala, Kaarlo Kuntsi ja Keijo Hiltunen*

**EKL:n Uudenmaan piirin asiat:** *Raine Oksanen*

**Edustajat EKL:n Uudenmaan piirin Itä-Uudenmaan alueryhmässä**

*Hilkka Patala ja Raine Oksanen*

**Toiminnantarkastajat**

*Varsinainen: Pirjo-Riitta Pitkänen*

*varalla: Senja Westerback*

**Viikoittaiset tapaamiset:** maanantaisin klo 10–12 Nikkilän juhlatalolla

perjantaisin klo 13–14 Söderkullan kirkon tiloissa

**Askartelu- ja käsityökerho:** *Gun Salenius, puh. 050 548 7160, varalla: Pirjo Bergström*

*Maanantaisin Nikkilässä*

**Kokkikerho:** *Marja Martemaa, puh. 050 918 3848. varalla: Aino Lahtinen*

*Tarpeen mukaan tapaamisten yhteydessä maanantaisin Nikkilässä*

## LIIKUNTA

### Boccia

*Talvella tiistaisin. klo 11:00-12:30 Opintien liikuntasali (Vanha Söderkullan koulu) yhteyshenkilö Matti J Koski 040 547 7220*

*Kesällä tiistaisin klo 9:45- Taasjärven luistelukentällä (Tasbyntie 22) yhteyshenkilö*

*Matti Leskinen 050 520 1738*

### Lentopallo

*Lukkarin koulu, keskiviikkoisin 16:00-17:30, yhteyshenkilö Vilho Repo 040 034 6647*

### Bingo

*Yhden euron bingoa maanantain ja perjantain tapaamisissa Matti Leskinen 050 520 1738*

**Laulukerho** (Sipoon opisto) yhteyshenkilö *Hilkka Patala, puh. 050 331 7665*

**Uinti** (Sipoon opisto), *Senja Andelin puh. 050 350 0539*

## TÄRKEITÄ YHTEYSTIETOJA

**Itä-Uudenmaan hyvinvointialue:** <https://itauusimaa.fi/>

**Sipoo sosiaali- ja terveysasemat, Nikkilä ja Söderkulla**

- Ajanvaraus ja päivystys puh **019 5600 600**
  - kiireellinen ajanvaraus ma-pe klo 8–16
  - kiireetön ajanvaraus ma-pe klo 9–15
- Suun terveydenhuolto puh **019 5600 601**
- Muistipoliklinikka puh **019 5600 661**
- Fysioterapia ajanvaraus ja neuvonta puh **019 5600 610**
- Hyvinvointialueen asiakasneuvonta, (myös ikääntyville) puh **019 5600 111**
- HUS laboratoripalvelut ajanvaraus puh **09 4718 6800**
- HUS Päivystysapu (ilta-, viikonloppu- ja pyhäpäivystys) puh **116 117**
- Diabeteshoitajat Maria Andersson ja Rebecka Grönroos puh **050 522 4328**
- Röntgen Sipoo, voit varata ajan puhelimitse **09 4718 0900** ti-pe 8:45- 9:15 esim. lääkärissä käynnin yhteydessä tai sähköisesti: <https://secure.vihta.com/public-ng/hus/#/home>
- Apuvälinepalvelut, vastaava Nina Helenius puh **050 5222 799**
- Hoitotarvikejakelu. Ikääntyneiden (65 v täyttäneet) kotona asuvien hoitotarvikejakelu puh **050 5222 802**

- 
- Nikkilä apteekki puh **09 274 7960**
  - Söderkulla apteekki puh **09 272 1496**
  - Sipoon pääkirjasto, Nikkilä puh **09 2353 6003**
  - Söderkullan kirjasto puh **09 2353 6003**

Hätätilanteessa soita hätänumeroon **112**

---

### HUOM!

Maksettaessa yhdistyksen tilille eri tapahtumien maksuja, tulee käyttää **VIITENUMEROA**.

Sipoon Eläkkeensaajat / Sibbo Pensionstagare ilmoittaa viikoittain tapahtumista Sipoon Sanomissa / Tapahtumia Sipoon seudulla / Yhdistykset palstalla. Tapahtumatiedot tulevat nopeasti myös yhdistyksen kotisivuille: [sipoo.elakkeensaajat.fi](http://sipoo.elakkeensaajat.fi). Käy myös tykkäämässä Facebook sivujamme: [@elakelainen.mjk/](https://www.facebook.com/elakelainen.mjk/)

**Ilmoita** sähköpostiosoite, kotiosoite ja puhelinnumeromuutokset yhdistyksen jäsenihteerille; [mattijkoski@iki.fi](mailto:mattijkoski@iki.fi) tai 040 5477 220. Voit tehdä ilmoituksen myös yhdistyksen kotisivulla: [sipoon.elakkeensaajat.fi](http://sipoon.elakkeensaajat.fi) / Ota yhteys (yläpalkki). Tätä kautta tiedot kulkevat myös Eläkkeensaaja-lehdelle.

Yhdistyksen Y-tunnus: **3035037-8**

Yhdistyksen tilinumero: **FI29 4055 7020 0734 59** (Aktia)