



Jäsenkirje 1/2024 HELMIKUU

Kirjeen sisältö:

- Jäsenmaksut 2024
- Hallituksen jäsenet
- Puheenjohtajan kirjoitus
- Jäsenhankinta - kilpailun voitto
- Kevätkokous 11.3.2024
- Kevään toiminta
- Kerhotoiminta
- Umpimähkä -retki 22.5.2024
- Kulttuuripäivät 5.-6.6.2024 Aulanko

Myllypuron Eläkkeensaajat ry
Tilinumero:
FI46 5723 0220 6249 07

Vuoden 2024 jäsenmaksu syyskokouksen päätöksellä on **25 €**, jonka voi maksaa vuoden 2024 puolella joko yhdistyksen tilille tai tapaamisissa käteisellä, jolloin on hyvä olla tasaraha.

Maksettaessa tilille on käytettävä viitettä 20200. Eri tapahtumiin, joihin suoritus yhdistykselle, viite ilmoitetaan ennen maksua.

Kannatusjäsenmaksu 125 €.

Vuoden 2023-2024 hallitus

Puheenjohtaja/tiedottaja:

Irma Marttila

puh. 050 338 3748

irmahelena.marttila@gmail.com

Varapuheenjohtaja:

Pirkko Sonné

Puh. 044 339 3693 7p.pirkko@gmail.com

Sihteeri/jäsenasiat/tiedottaja:

Tuula Väyrynen

puh. 040 594 6114

tuula.m.vayrynen@gmail.com

Taloudenhoitaja/ kirjanpitäjä:

Maria Rautio

puh. 040 542 9450

mh.rautio@pp.inet.fi

Hallituksen jäsenet:

Kulttuurivastaava:

Jaana Gill

puh. 044 354 5545

jaanagill@gmail.com

Ulla Salo

puh. 0400 447 814

u.salo@elisanet.fi

Matti Lintunen

mattij.lintunen@gmail.com

Hallituksen varajäsenet:

Olavi Tikkanen

puh. 040 512 5603 olavi.tikkanen@live.com

Veikko Aittasalo

Toiminnantarkastajat 2023:

Esa Kaskimo ja Tarja Suomalainen

Toiminnantarkastajat 2024:

Esa Kaskimo ja Arja Korhonen



Myllypuron Eläkkeensaajat ry

Puheenjohtajan palsta, Irma Marttila

Hyvää kevättä rakkaat ystävät

Runsasluminen ja jäinen on ollut tämä alkuvuosi, kadut ovat olleet liukkaita ja se on vaikeuttanut liikkumista. Onneksi juuri tänään vettä satelee ja jäät sulavat.

Liikkuminen on erityisen tärkeää kaikille, tutkittua tietoa suomalaisten liikkumisesta on runsaasti. Liikunta edistää toimintakykyä, ehkäisee sairauksia ja parantaa itsenäistä selviytymistä ja elämänlaatua.

Myllypuron Eläkkeensaajilla on keskiviikkoisin mahdollisuus pelata bocciaa Liikuntamylyssä, meillä on käytössä kaksi kenttää ja pari tuntia hurahtaa nopeasta pelatessa. Boccian pelaaminen kehittää muistia, aivotoimintaa ja tuo lisäksi iloa ja naurua elämään, tule ihmeessä mukaan.

Tänä keväänä on ollut jo kahdet kisat, 16.2.2024 oltiin kisoissa Porvoossa, oli joukkue-sisäboccian piirinmestaruuskilpailut. Alkusarjan peleissä puolet voitettiin ja puolet matseista hävittiin. Jos olisi saatu ekassa pelissä vähän enemmän pisteitä, olisimme päässeet finaaliin.

Eläkkeensaajien Keskusliiton joukkueboccian Mestaruus ja Suomi-sarja pelattiin Porvoossa 21-22.2.2024, meiltä oli kisassa kolme joukkuetta ja ykkösjoukkueemme meinasi yllättää täysin, kun oli hiljalla, että olisivat nousseet mestaruussarjaan. Oli aikamoisen jännittävää ensikertalaiselle tämä kisaaminen, mutta hyvin meidät otettiin vastaan. Hyvää oppia saimme, kun finaaleissa toimimme tuomareina, laskimme pisteitä ja keräsimme palloja. Toisten pelaamista seuraamalla oppii paljon.

Eläkkeensaajien Keskusliiton vuoden 2024 liikunnan haastekampanja käynnistyy jälleen maaliskuun alussa ja jatkuu huhtikuun loppuun. Kampanjan aikana kerätään ja merkitään päivittäisiä liikuntasuorituksia. Suorituksiksi

kelpaavat kaikki sykettä nostattavat sekä kuntoa kohottavat ja ylläpitävät liikuntamuodot, joiden kesto on vähintään 30 minuuttia /suorituskerta.

Liikuntasuorituksia hyväksytään vain yksi päivässä. Näin ollen yksittäisen jäsenen suoritusten enimmäismäärä kahden kuukauden ajalta voi olla 61. Uudessa lehdessä oli tästä asiaa ja myös ns kortti, johon suorituksia voi lisätä. Haastan teidät kaikki mukaan tähän kampanjaan.

<https://www.ekl.fi/toiminta/liikunnan-haastekampanja/>

Ilo on ollut oppia uutta ja toivon, että koskaan oppimasta lakkaa en.

JÄSENHANKINTAKAMPANJA - 2023

Osallistuimme menestyksekkäästi jäsenhankintakampanjaan. Voitimme EKL:n Helsingin piirissä ja saimme siitä 200 €:n palkinnon.

KEVÄTKOKOUS

11.3.2024 KLO 13.30

Myllypuron Eläkkeensaajat ry:n kevätkokous pidetään 11.3.2024 klo 13.30. Kahvitarjoilu klo 13 alkaen. Kevätkokouksessa käsitellään sääntöjen kevätkokoukselle määräämät asiat; Vuosikertomus vuodelta 2023, tilinpäätös 2023 ja toiminnantarkastajan lausunto tilinpäätöksestä, vastuuvapauden myöntäminen tilivelvollisille. Esityslista sivu 5. Lämpimästi tervetuloa!

KEVÄÄN TOIMINNASTA

Vuositeemana Kuulumme Eurooppaan.

Kevätkausi alkoi ma 15.1.2024 ja jatkuu maanantaisin toukokuun loppuun. Ohjelmat tarkentuvat kevään mittaan. Keltaisella merkittynä päivinä ei ole kerhoa.

Kuulumme Eurooppaan	
Ma klo13-15	Päivän teema
4.3.2024	Karjalan kielinen visailu. Hoivakoti Vuoranta esittely. Kuminauhajumppa.
11.3.2024	Kevätkokous ja Saksa-teema
18.3.2024	Hiljainen viikko alkaa. Ei kerhoa
la 23.3.2024 10-13	Pääsiäismarkkinat, Orpaantupa
25.3.2024	Pääsiäisviikko. Ei kerhoa
1.4.2024	2. Pääsiäispäivä. Ei kerhoa.
8.4.2024	Seurakunnan toiminnasta
15.4.2024	Kreikka-teema
22.4.2024	Liikkeellä Helsingissä
29.4.2024	Vappuetkot
6.5.2024	Ukraina -teema
13.5.2024	Äitienpäivä jatkot
20.5.2024	Runopäivä, luetaan runoja
ke 22.5.2024	Umpimähkä
27.5.2024	Päätäjäiset ja palaute
5.-6.6.2024	EKL:n Kulttuuripäivät Aulangolla
ke 12.6.2024 klo 13-16	Helsinki-päivä, Myllypuron Seniorikeskuksella



KERHOTOIMINTA

LAULURYHMÄ

Lauluryhmä on kasvanut kuukausi kuukaudelta. Kevään aikana on harjoiteltu esityksiä ja yhden kerran esitettykin. Seuraava esityskerta on Äitienpäivän jatkoilla 13.5.2024. Lauluryhmän kokoontumiset sovitaan tapaamisissa ja koollekutsuja Maria Raution viesteillä. Ilmoittaudu Marialle, jos haluat lauluryhmään mukaan.



BOCCIAKERHO

Boccia ryhmän sisäboccia harjoitukset Myllypuron Liikuntamyllyssä. Bocciaa pelataan keskiviikkoisin klo 12-14. Ryhmä on myös kasvanut ja kisoihin on jo osallistuttu. Esa Ferm on vastuuhenkilö. Kesällä tullaan pelaamaan bocciaa ulkona kirkon läheisessä puistossa.



KIRJAPIIRI

Viime keväänä aloitettu eläkeläisten kirjapiiri jatkuu! Kirjapiiri järjestetään yhteistyössä Kirjaston ja Myllypuro Eläkkeensaajat ry:n kanssa. Tapaamiskerrat Myllypuron kirjastossa (Virta-tila):

ma 11.3. klo 15-16.30

ma 15.4. klo 15-16.30

ma 13.5. klo 15-16.30

Vapaa pääsy, ei ennakkoilmoittautumista.
Lisätietoja: otto.pietinen@hel.fi

Tervetuloa nauttimaan kirjallisuudesta hyvässä seurassa mukavassa paikassa!

**KAIKKIIN RYHMIIN VOI
HALUKKAAT TULLA MUKAAN!**

Umpimähkä -retki

Jokavuotiselle, hyvin odotetulle Umpimähkä -retkelle lähtöön kokoonnumme 22.5.2024 klo 9 Tuulimylyntien parkkipaikan luokse.

Tälläkään kertaa suuntaa eikä määränpäättä kerrota etukäteen. Sen verran voidaan sanoa, että Korsisaari kuljettaa ja paluu on klo 17.30 tienoilla. Matkan varrella tutustutaan muutamiin nähtävyyksiin ja näytöksiin. Matkalta otamme oppaan kyytiin, joka kertoo matkan aikana mielenkiintoisia asioita retkikohteistamme. Saattaa olla, että jos ostopalkkaa alkaa vipattamaan, niin siihenkin on mahdollisuus. Kulttuurista on myös tarjolla. Menomatalla juomme kahvit noin tunnin ajomatkan jälkeen. Iltapäivällä lounastamme ihanassa kartanomiljöössä. Enempiä paljastamatta tule sinäkin mukaan. Ilmoittautuneita on jo 41.

Kohteiden pääsylippuihin voi käyttää museokorttia. Yhdistys maksaa puolet kuluista ja toinen puoli jää osallistujalle. Eli jäsenille hinta on 35 € ja ei jäsenille 70 €. **Retken maksu 5.5.2024** mennessä yhdistyksen tilille viitteellä Umpimähkä.

Ilmoittautua retkelle voi 5.5.2024 saakka Tuula Väyrykselle joko soittamalla tai laittamalla tekstiviestin puh. 040 594 6114 tai sähköpostilla tuula.m.vayrynen@gmail.com.

EKL:n järjestämä Kulttuuripäivät 5.-6.6.2024 Aulangolla

Toinen iso tapahtuma kevään aikana on EKL:n järjestämä Kulttuuripäivät 5.-6.6.2024 Aulangolla.

Osallistumismaksut

1. Kahden päivän tapahtuma 40 euroa (sis. 5.6. karaoketanssit sekä 6.6. työpajat, buffetlounas ja kulttuurikatselmus)

2. Kahden päivän tapahtuma illallisella 80 euroa (sis. 5.6. karaoketanssit ja illallinen ohjelmiseen Scandic Aulangolla sekä 6.6. työpajat, buffetlounas ja kulttuurikatselmus)

Mihin työpajaan haluat osallistua:

Kuvataide, musiikki, ilmaisutaito vai liikunta.

Irwin ja Vexi - opastettu kiertojelu 15 euroa (sis. 6.6. opastetun kiertojelun, kesto noin 2 tuntia). Huom! Kiertojelu myynnissä vain tapahtumalipun ostaneille. Ei ryhmävarauksia! Mukaan mahtuu 56 ensimmäiseksi ilmoittautunutta.

Hotellihuoneiden hinnat 1 h huone 135 € ja 2 h huone 155 € eli 77,50 €/hlö. Tähän mennessä ilmoittautuneille on huoneet varattu. Jos tarvitset majoituksen, on siitä hyvä ilmoittaa samalla, jotta saadaan lisättyä huonevarauksia.

Katso tarkemmin liiton kotisivuilta osoitteesta <https://www.ekl.fi/toiminta/kulttuuripaivat/>

Tähän tapahtumaan voit myös ilmoittautua Tuulalle. Ilmoittautumiset 15.4.2024 mennessä.



Myllypuron Eläkkeensaajat ry:n kevätkokous

Aika ja paikka 11.3.2024 klo 13.30 Myllypuron kirkon seurakuntasalissa

1. Kokouksen avaus
2. Valitaan kokouksen puheenjohtaja, sihteeri, pöytäkirjan tarkastajat ja ääntenlaskijat
3. Todetaan kokouksen osallistujat, laillisuus ja päätösvaltaisuus
4. Vahvistetaan kokouksen työjärjestys
5. Käsitellään ja hyväksytään yhdistyksen toimintakertomus vuodelta 2023

Myllypuron Eläkkeensaajat ry:n hallitus on hyväksynyt kokouksessaan 12.2.2023 toimintakertomuksen esitettäväksi kevätkokouksen hyväksyttäväksi.

6. Käsitellään tilikertomus vuodelta 2023 ja toiminnantarkastajan lausunto sekä vahvistetaan tilinpäätös

Myllypuron Eläkkeensaajat ry:n hallitus on hyväksynyt kokouksessaan 12.2.2023 tilikertomuksen esitettäväksi toiminnan tarkastajalle lausuntoa varten ja kevätkokouksen hyväksyttäväksi.

7. Päätetään vastuuvapauden myöntämisestä hallitukselle sekä muille vastuuvollisille
8. Muut esille tulevat asiat
9. Kokouksen päättäminen