

Terveisiä Paimiosta liikunta asioissa

Olen Jouko Olander ja edustamani yhdistys on Paimion eläkkeensaajat. Toimin tällä hetkellä oman yhdistykseni puheenjohtajana ja olen mukana tekemässä yhteisiä piiriä koskevia päätöksiä piirihallituksessa. Piirihallituksen järjestäytymiskokouksessa vuodelle 2023 minut valittiin uudeksi piirin liikuntavastaavaksi. Siksi on tarpeellista esittäytyä myös piirimme kotisivuilla. Tehtävänäni on jatkaa Jouko Aallon aikaisemmin hyvin suorittamaa tehtävää ja ehkäpä tuoda jotakin uutta yhdistystemme ja piirin toimintaan. Elämme jo kohta sydäntalven ohittanutta aikaa. Päivät pitenevät ja pian alkavat jäät sulamaan ilmojen lämmitessä. Onkin siis hyvä aika aloittaa harrastamaan liikuntaa aktiivisemmin myös ulkosalla turvallisesti pelkäämättä liukastumisia. On tosi asia, että talven kelit ovat ikäihmisille esteenä päivittäisten tarpeellisten asioiden hoitamiseen ja liikunnan harrastamiselle. Kun aktivoitumme aikaisin keväällä, niin pystymme nauttimaan pitenevien päivien valoisista ajoista täysin rinnoin.

On myöskin totta, että yksin ei kukaan saa paljon aikaiseksi, siksi toivonkin kaikkien piirimme yhdistysten kanssa yhteistyötä ja ideoiden kehittelyä. Liikunta on meille kaikille yhteinen tärkeä asia, jotta saavuttaisimme hyvän ikäihmisten aktiivisen tulevaisuuden. Mikä parasta liikuntaa voi harrastaa jopa yksin ja aina parempi jos kaksin tai isommissa ryhmissä. Seuraavaksi meillä onkin edessämme boccia kevät turnaus Liittoisten monitoimitalolla, sekä maaliskuuhun aikana liikunnan haastekampanja. Lopuksi hyvää aktiivista kevättä ja tulevaa kesää kaikille. Kehitetään toimintaa yhdessä. Ottakaa tarvittaessa yhteyttä liikunta koskevista asioista.

Jouko Olander (joukoolander@elisanet.fi)

puh: 045 2088290