

Mansen Eläkkeensaajat

Miesten Viikon Nestorit-juhla

Onnellinen mies

Paikka: Kumppanuustalo Artteli,
Mustanlahdenkatu 22, 33210 Tampere

Aika: 9.11.2023, klo 9.30 - 15.45

Tule viettämään miesten omaa päivää hyvien tyyppien seurassa. Ohjelmassa on viihdettä ja asiaa teemalla "**Onnellinen mies**".

09:30 **Sämpyläkahvit kera hanurimusiikin**, Antti Huusari,

10:00 **Tervetuloa**, muutama sana Nestoreista ja Miesten Viikosta
Raimo Oksanen, järjestösuunnittelija, EKL

Mikä, mikä mies, mikä on miehen rooli?
Kari Itkonen, Mansen Eläkkeensaajat

Kokenut seniorikuski pärjää liikenteessä
Arto Grönroos, ajokykytestaaja, liikenneopettaja

11.30 **Tauko**

Onnellinen mies
Jukka Valkonen, erityisasiantuntija, MIELI ry

12.30 – 13.30 **Lounas**, kermanen lohikeitto tai kasviskeitto, ruisleipää

Kohtuullinen mies?
Timo Nerikko, asiantuntija Ehyt ry

**Liikunnan onnea - fyysisen terveyden ja
aktiivisuuden vaikutus mielen hyvinvointiin**
Yllätysvieras

**Miehen matkaa villimiehestä tohvelisankariin
sanoin ja sävelin huumorilla höystettynä**
*Raimo Reinikainen, Kajaanin Eläkkeensaajat, koulutus-,
kulttuuri- ja sosiaalialan monitoimimies, nestoritubaduuri*

15.15 – 15.45 **Vapaata kahvittelua ja seurustelua, Me Nestorit-video**

Tilaisuus on maksuton. Muutokset mahdollisia

Ilmoittaudu mukaan 2.11. mennessä osoitteessa:
<https://www.ekl.fi/toiminta/elinvoimaa/nestorit/juhla>

Tilaisuuden järjestää **Mansen Eläkkeensaajat** yhteistyökumppaneinaan
Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry, Lempäälän Eläkkeensaajat, Kajaanin Eläkkeensaajat,
Mieli ry, EHYT ry ja Tampereen Liikenne- ja viikkoyhteistyöyhdistys

Tule mukaan toimintaan:
www.mansen.elakkeensaajat.fi/

NESTORIT
ekl.fi