

<b>YHDISTYKSEN TILINUMERO FI42 5092 0920 4017 73</b>
--

**HARRASTERYHMÄT**

SYKSYN HAKU ALKAA 1.8.2026

- **VESIJUMPAT Järvenpään Uimahalli 16 kertaa**  
- **maanantai 24.8.–14.12.** klo 10.15–11.00 ohj. Tiina Weckman  
- **perjantai 28.8.–18.12.** klo 9.30–10.15. ohj. Sini Ahola  
Kurssin hinta: jäsenet 55 € ja ei- jäsenet 65 €. Viitenumerot; ma 6208 ja pe 6211.
- **TUOLIJOOGA alk. 25.8.–8.12. toimintakeskuksen liikuntasali**  
tiistaisin klo 15.00–16.00 ohj. Milja Suonvieri ja Kaveri Kapur  
hinta on 50 € jäsenet ja 60 € ei- jäsenet ja viite 6240.

**LIIKUNTARYHMIEN YHTEYSKHENKILÖ** Kaija Vänni 045 8442030  
[kaija.vanni@gmail.com](mailto:kaija.vanni@gmail.com) ILMOITTAUDU KOTISIVUJEN LOMAKKEELLA.

**LUKUPIIRI Toimintakeskus/kulmakabinetti ma klo 15.00–16.30**

Lukupiiri kokoontuu kuukauden viimeisenä ma kahvittelun merkeissä.  
Vain jäsenille. Yhteyshenkilö Kaarina Tukiainen 050 587 0407.

**KEILAILURYHMÄ torstai klo 15–16** (kaikille avoin)

Paikka: Järvenpään Keilahalli, Pykäläkatu 2 (Powerin vastapuolella).  
Saavu hallille 15 min aikaisemmin, niin ehtii maksaa ja vaihtaa kengät.  
**Hinta 17 €/rata** (eläkeläishinta) 2hlö/rata=8,50€/hlö.  
Ilmoittaudu pari päivää ennen Raija Kinnuselle 0500 706694.

**PÄIVÄKAHVIT** kuukauden toisena tiistaina Myllytien toimintakeskus klo 14-16

- 11.8. Oletko kiinnostunut seniorien pyöräilystä? Aiheesta kertoo ja ideoi pyöräilyohjaajaksi opiskeleva geronomi. Ja tämän jälkeen pelataan bingoa.
- 8.9. Lihaskunnon ylläpito salilla tai kotona/ kaupungin Liikuntapalvelut
- 8.10. to Edunvalvonta ja hoitotahto/lakimies Jami Pohja
- 17.11. aihe avoin
- 8.12. Joulujuhla jäsenille (Toimintakeskus?)

**RETKET JA TEATTERIT**

- **Musikaali Katri Helenan elämästä 1.7. klo 14 Valkeakoski (TÄYNNÄ)**  
Eila Lepistö 050 3814593. Lähtö Keravan asema 9.45 ja Sauhu 10.00.

- **Sipoonkorpi patikkaretki (kimppakyydein) 5.8. tai 26.8.**  
Oppaana Katriina Hemmi. Lisätietoa myöhemmin. Viite 6224  
Yhteyshenkilö Irma Kinnula 040 1692215.
- **Ahvenanmaan saaristo ja Maarianhamina 4 pv. retki 18.8.-21.8.26**  
Hinta 490 €/515 € sis. menomatkan lounaan, munkkikahvit Savipajalla, 3:n yön majoittumisen 2 hh:ssa aamupalalla ja illallisella, 2 x lounaan, 10 tunnin opastuksen Manner- Ahvenanmaalla sekä sisäänpääsymaksut. Lisämaksut: 1 hh 103 € ja Viking laivan buffet 43 € (21.8.)  
**Varausmaksu, jota ei palauteta, on 50 euroa. Varausmaksu maksetaan kahden viikon sisällä varauksesta. Ilmoittautuminen päättyy 12.7. ja loppumaksun eräpäivä 24.7.2026.**  
Maksut **FI42 5092 0920 4017 73** viitenumero 6172.  
Täytä lomake [www.terveyskasvatusseura.fi/matkat](http://www.terveyskasvatusseura.fi/matkat) retket sivuilla tai soita Irma Kinnula 040 1692215 [irma.kinnula@gmail.com](mailto:irma.kinnula@gmail.com).
- **Tuusulan kirkko, Lottamuseon keittolounas ja Ilmatorjuntamuseo to 3.9. bussikyyti.** Lisätietoa myöhemmin.  
Retkivastaava Anu Jouppi 044 2601484. Viite 6237.
- **”Viiden tähden kiertue”-konsertti Järvenpää-talolla 10.10. klo 19.**  
Jäsenhintaa 55 € ja ei jäsen 60 €, ei väliaikatarjoilua. Esiintyjät, Marion Rung, Meiju Suvas, Virve Rosti, Ami Aspelund ja Anja Niskanen.  
**Maksut FI42 5092 0920 4017 73 viite 6185 eräpäivä 15.9.**  
**Ilmoittautuminen kotisivuilla** tai Eila Lepistö 050 3814593
- **Kurturuusut to 26.11. klo 13.00** Hgin kaupunginteatteri pieni näyttämö.  
**Lämminhenkinen komedia ystävydestä, rakkaudesta ja ikääntymisestä.** Jäsenhintaa 65 € ja ei jäsen 80 € sis. lipun, matkan, väliaikatarjoilun.  
**Maksut FI42 5092 0920 4017 73 viite 6198, eräpäivä on 15.10.26.**  
**Ilmoittautuminen elokuun alusta.** Retkivastaava Eila 050 3814593.
- **Etelä-Suomen virkistys ry tarjoaa Pärnun kylpylämatkan Estonia Medical Spa 22. - 29.11.2026.** Hinnat 2 hh 395 €/hlö (standard) 2hh 439 €/hlö (++) huone) 1 hh 549 €. Liityntäkuljetukset 20 €. Ilmoittautumiset sähköpostilla Toni Koposelle / [koponen.toni@gmail.com](mailto:koponen.toni@gmail.com) JTKS:n kotisivuilla täydellinen matkaesite.