



### ***Hyvä Raikkaan Seniorijaoston jäsen***

Tätä jäsenkirjettä laadittaessa, Suomen kesä näytti jälleen kerran, että auringonpaiste antaa odottaa tuloaan ja joudumme kaivamaan villatakki esille. Varmaa kuitenkin on se, että uskaliaat viettävät jo kesäpäiviä rennosti mökeillään ja vilvoittelevat jalkojaan laiturilla. – Kesätauco tekee hyvää. On erilaista, kiireetöntä aikaa olla läheisten kanssa yhdessä. Ja kun kesä on vietetty, on voimia ja intoa aloittaa liikuntaryhmissä.

Syyskausi alkaa **maanantaina 7.9.2026** ja liikuntaryhmät ovat entiset. Tämän jäsenkirjeen liitteenä on liikuntaryhmien tiedot. – Jos niistä on kysyttävää, viestiä Eskolle, sähköpostilla [esko.lerssi@kolumbus.fi](mailto:esko.lerssi@kolumbus.fi), koska myös hän viettää kesää ja siten voi rauhassa vastailia niin mökiltä kuin Vantaan kodista.

Rekolan Raikkaan toimisto on poissa käytöstä 1.7.-31.12.2026 talossa olevan remontin vuoksi. Keskiviikko -tapaamisille etsitään korvaava paikka. Syksyn aiheita ovat mm. medialukutaito ja sähköiseen viestintään siirtyminen viranomaisnäkökulmasta. Diakonissalaitoksen ”Etsivä vanhustyö” -tukitoiminnan henkilöt, joilla on toimipiste Koivukylässä, haluaisivat tulla esittelemään toimintaansa. Esko Lerssi sopii tapahtumasta heidän kanssaan.

Rekolan Raikkaan senioreilla on kaksi tärkeää tapahtumaa hoidettavanaan Kuusijärvellä: Kuusijärvitapahtuma keskiviikkona 26.8.2026 klo 13.00–14.30, jonne kutsutaan TUL Uudenmaan piirin muiden seurojen senioreita. Ja toinen tärkeä tapahtuma on Rekolan Raikkaan (pääseura) Kuusijärvitapahtuma sunnuntaina 6.9.2026 klo 13.00–15.00 – Jos voit osallistua järjestelyihin ilmoita siitä Esko Lerssille ennen seniorijaoston seuraavaa kokousta, joka on tiistaina 25.8.2026 klo 10.00.

Suunnitelmassa on tehdä päivän retki torstaina 27.8.2026 kimppakyydeillä Svinhufvudin -museoon Luumäelle ja Lemminkäisen Särään Lemmille. Kari Koho toimii matkajohtajana ja asiasta tiedotetaan tarkemmin myöhemmin.

*Esko ja Paula*

Näyttelijä Karoliina Blackburnin vinkki

”Aseta itsesi uusiin olosuhteisiin. Vieraassa ympäristössä oppii uutta, kun tottumukset nyrjähtävät eri asentoon. Kun tapaa uusia ihmisiä ja tekee uusia asioita, oppii ja saa lisää empatiakykyä.”



**TUL Uudenmaan** piirin seniorien jäsenkirje 2/2026 postitetaan jäsenille juhannuksen jälkeen. Siinä on hieman vinkkejä erilaisista tekemisistä kaupungissa kesäänsä viettävälle sekä tarkemmin tulevista, syksyn tapahtumista. Liikunnan osalta on hieman niukasti tarjolla, valitettavasti, mutta me Raikkaan seniorit keksimme tekemistä ”oman väen” kesken, joten ei huolta!

**Koivukylän asukastila** on auki 22.6.-7.8.2026 tiistaisin klo 10.00–15.00 (suljettu 20.-31.7.2026).

**Koivukylä Soi**, Koivutorilla tiistaisin klo 16–17 heinäkuussa. Ti 7.7.2026 Sonja Lumme. Muiden tilaisuuksien esiintyjät vielä avoimena. Seuraa [tapahtumat.vantaa.fi](http://tapahtumat.vantaa.fi) (tiistait 14.7., 21.7. ja 28.7.)

### Tiedoksi lähialueen tapahtumista:

Vantaan Järjestöringin ”**Rullaa ihan Simona**” neljäs kausi Simonkylässä 1.6.-30.8.2026! Tarjolla on Yhteisen Pöydän hävikkikerkkujen lisäksi yhteisöllisyyttä, seuraa ja kivaa kesätekemistä kaikenikäisille. Kahvilapyörän aikataulut löytyvät Järjestöringin nettisivuilta. Sateella kahvia on tarjolla Kansalaistoiminnan keskus Leinikissä.

**Harrasta Hyvää – Hyvinvointimesset 2026** Itä-Vantaalla lauantaina 12.9.2026 klo 10–16 Puistokulmassa, järjestää Vantaan Järjestörinki.

**Rullaa ihan Simona aikataulu kesäkuu**

**Maanantai klo 12.30–14.00**  
Malmiiniitty

**Tiistai**  
klo 10–11.00 Kallioruohopuiston leikkipaikka  
klo 13–14.00 Ristipuro

**Keskiviikko klo 13–14.30**  
Vanamonpuisto Piknik

**Torstai**  
klo 10–11.00 Hiiriharjunpuisto  
klo 13–14.00 Simontie 6

**Perjantai klo 10–11.30**  
Metsäruusuapuiston leikkipaikka

www.vantaalla.info/rullaa-ihan-simona

VANTAA JÄRJESTÖRINGI Yhteinen pöytä

**Harrasta Hyvää ITÄ-VANTAAN HYVINVOINTIMESSET**  
LA 12.9. KLO 10-16 PUISTOKULMA

MESSUPAKETTI 35€

LOUNAS 11€

Early Bird -tarjous 1.5.-30.6.!

LISÄTIEDOT: WWW.VANTAALLA.INFO

VANTAA JÄRJESTÖRINGI



**REKOLAN RAIKAS ry, Seniorijaosto**  
**LIIKUNTARYHMÄT, syksy 2026:**

**Iltapäiväjumppa**, Havukosken nuorisotalo, maanantai klo 12.30–14.00, **maksu 25 euroa.**

**Syyskausi 2026: 7.9.-30.11.2026 (12 krt).**

Syyslomaviikolla 42 (12.-16.10.2026) ei ole iltapäiväjumppaa.

MUISTA: sisäpelikengät, oma keppi, matto ja juomapullo.

**Pehmolentopallo**, Mikkolan koulu Lyyra, maanantai klo 18.30–20.00, **maksu 30 euroa.**

**Syyskausi 2026: 7.9.-30.11.2026 (12 krt).**

Syyslomaviikolla 42 (12.-16.10.2026) ei ole pehmolentopalloa.

**HUOM!**

**Virtuaalivesijumppa**, Hakunilan uimahalli, Terapia-allas, tiistai klo 14.00 alkaen. Tervetuloa mukaan, kuljetusapua Havukosken Alepalta kuten ennenkin.

**Maksu 25 euroa. Syyskausi 2026: 8.9.-1.12.2026 (13 krt).**

Syyslomaviikko 42 (12.-16.10.2026), ryhmä voi sopia onko vesijumppaa Hakunilan uimahallilla.

Lisäksi eläkeläisten lippu 3 euroa tai Sporttikortti - Sporttikortti 65+ on tarkoitettu 65 vuotta täyttäneille vantaalaisille tai Vantaalla asuville. Voit ostaa Sporttikortti 65+ -edun uimahallin kassalta puoleksi vuodeksi tai vuodeksi kerrallaan.

**Vesijumppa**, Foibekartano, uima-allas, tiistai klo 20.00–20.30, 25 minuutin ryhmä, **maksu 100 euroa.**

**Syyskausi 2026: 8.9.-1.12.2026 (13 krt).**

Syyslomaviikko 42 (12.-16.10.2026), ryhmä voi sopia onko silloin Foibekartanon vesijumppaa.

**HUOM! Uusi kellonaika**

**Kuntosali**, Marjatta-Säätiö, Paimenentie 4, keskiviikko klo 15.00–16.00, **maksu 30 euroa.**

**Syyskausi 2026: 9.9.-2.12.2026 (13 krt).**

Syyslomaviikko 42 (12.-16.10.2026), ryhmä voi sopia onko keskiviikon kuntosalivuoroa Marjatta-Säätiöllä.

**Tuolijumppa**, Marjatta-Säätiö, liikuntasali, Paimenentie 4, **torstai klo 13–14,**

Syksyn 2026 liikuntaryhmän maksu ilmoitetaan myöhemmin. Maksu Raikkaan seniorijaoston tilille, Marjatta-Säätiö laskuttaa jaostoa. HUOM! Muista kertoa tuolijumpan vetäjälle, että olet Raikkaan jäsen.

Syyskausi 2026: **alkaen torstaina 10.9.2026 klo 13.00**

**HUOM! Uusi aloitusaika**

**Kuntosali**, Koivukylän vanhustenkeskus, perjantai klo 8.30–10.00, **maksu 35 euroa.**

**Syyskausi 2026: 11.9.-4.12.2026 (13 krt).**

Syyslomaviikko 42 (12.-16.10.2026), ryhmä voi sopia on kuntosalivuoro Koivukylän vanhustenkeskuksella.

**Korttirinki** Raikkaan toimistolla sopimuksen mukaan, yhteyshenkilö Kari Koho, puhelin 0500 912592.

**HUOM!**

Voit käydä kokeilemassa 2 kertaa maksutta Rekolan Raikkaan seniorijaoston liikuntaryhmissä ja jos innostut jatkamaan, maksat vasta sen jälkeen - Kerro tullessasi ryhmän vastuuhenkilölle, että olet kokeilemassa ja että et vielä ole päättänyt ryhmässä aloittamista.



Syyskauden 2026 liikuntaryhmien maksujen **eräpäivä on 28.9.2026.**

Kun maksat, käytä **viitettä 7100.**

Rekolan Raikas Veteraanijaos, Nordea, tilille FI62 1220 3000 2510 62.

**Maksuasioissa: Paula Kaunismäki, puhelin 050-4536364 tai [kaunipau@gmail.com](mailto:kaunipau@gmail.com)**

**HUOM!** Rekolan Raikkaan seniorit voivat osallistua Kunnan piirin tunneille tai Vantaan liikuntapalveluiden yhteistyökurseille normaaleilla hinnoilla.

**Seniorijaosto 2026:**

Esko Lerssi, puheenjohtaja <a href="mailto:esko.lerssi@kolumbus.fi">esko.lerssi@kolumbus.fi</a>	puhelin 0400 507559 Vastuualue: järjestyksenvalvojan tehtävät, iltapäiväjumppa
Malla Lerssi, sihteeri <a href="mailto:marja.lerssi@elisanet.fi">marja.lerssi@elisanet.fi</a>	puhelin 040 7796708 Vastuualue: iltapäiväjumppa
Kari Koho, jäsen <a href="mailto:kari.koho@elisanet.fi">kari.koho@elisanet.fi</a>	puhelin 0500 912592 Vastuualue: korttirinki, kuntosali (perjantai)
Kristiina Koistinen <a href="mailto:kristiina.koistinen1@gmail.com">kristiina.koistinen1@gmail.com</a>	puhelin 040 5160349
Anna Kojola, jäsen <a href="mailto:annakylkoj@hotmail.com">annakylkoj@hotmail.com</a>	puhelin 044 3503763 Vastuualue: pehmolentopallo
Osmo Kähkönen, jäsen <a href="mailto:osmo.kahkonen@pp3.inet.fi">osmo.kahkonen@pp3.inet.fi</a>	puhelin 050 5567036 Vastuualue: kuntosali (perjantai)
Jukka Sainio, jäsen <a href="mailto:jukkasainio3@gmail.com">jukkasainio3@gmail.com</a>	puhelin 050 5565553
Jaakko Vastamäki, jäsen <a href="mailto:jaakko.vastamaki@kolumbus.fi">jaakko.vastamaki@kolumbus.fi</a>	puhelin 040 5116298 Vastuualue: pehmolentopallo, kuntosali (keskiviikko)

Tiedotus ja talous: Paula Kaunismäki, [kaunipau@gmail.com](mailto:kaunipau@gmail.com) tai puhelin 050-45363634



Kevään korvilla yhdessä -tapahtuma 20.5.2026