

IKÄIHMISTEN HYVINVOINTITAPAHTUMA

10.10.2024

PUISTOKULMA





Suomen Työväen Urheiluliitto

TUL TÄYTTÄÄ TÄNÄ VUONNA 105-VUOTTA

LIITTOSSA ON NOIN 700 JÄSENSEURAA, JOISSA JÄSENIÄ YLI 150 000

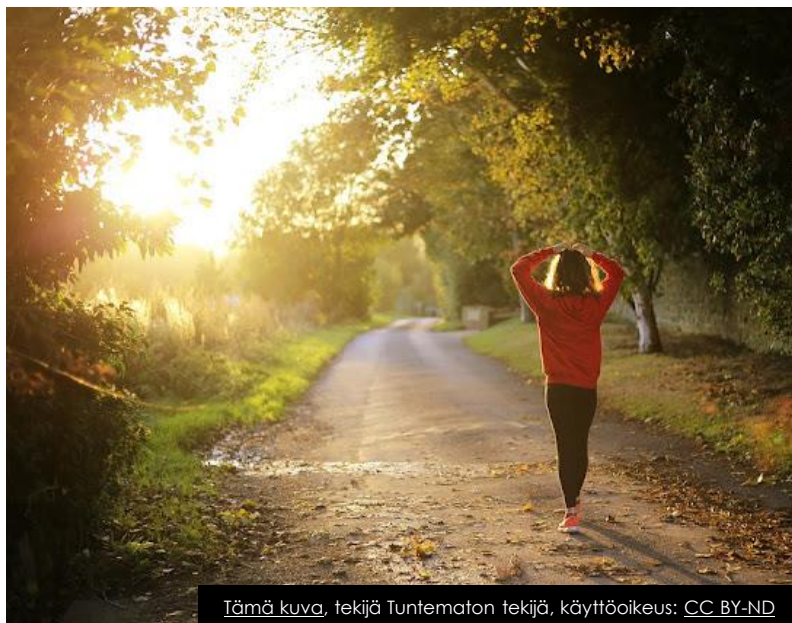
JÄSENSEUROISSA HARRASTETAAN YLI 70 LAJIA



Toimintaa ympäri Suomen

LIITTO KOOSTUU 11 ITSENÄISESTÄ PIIRIJÄRJESTÖSTÄ, JOTKA MUODOSTAVAT NELJÄ TOIMINTA-ALUETTA: POHJOIS-SUOMI, LÄNSI-SUOMI, JÄRVI-SUOMI JA ETELÄ-SUOMI.

KEŠKUSTOIMISTOMME, JOSSA SUURIN OSA TYÖNTEKIJÄISTÄ TYÖSKENTELEE, SIJAITSEE PITÄJÄNMÄESSÄ



Tämä kuva, tekijä Tuntematon tekijä, käyttöoikeus: CC BY-ND



Tämä kuva, tekijä Tuntematon tekijä, käyttöoikeus: CC BY

TUL:n senioritoiminta

**SENIORITOIMINTA ON SUUNNATTU YLI 55-
VUOTIAILLE KUNTOLIIKKUIKUNNILLE SEKÄ
KULTTUURIN YSTÄVILLE.**

**SENIORITOIMINNAN SUURIN TAPAHTUMA
ON VUOSITTAIN VALTAKUNNALLISESTI
JÄRJESTETTÄVÄ " SENIORIPÄIVÄT", JOKA
TOTEUTETAAN RISTEILYN MERKEISSÄ
VUOROVUOSIN SENIORIEN HYVÄN OLON
PÄIVIEN JA SENIORIEN
KULTTUURIKATSELMUKSEN VÄLILLÄ.**



Tämä kuva, tekijä Tuntematon tekijä, käyttöoikeus: [CC BY](#)

Liikunnan ja yhdessäolon iloa hyvässä seurassa

LIKKUMINEN JA YHDESSÄOLO OVAT KAIKKIEN OIKEUKSIA IÄSTÄ, SUKUPUOLESTA, SEKSUAALISESTA SUUNTAUTUMISESTA, VARALLISUUDESTA, TOIMINTAKYVYSTÄ TAI ETNISESTÄ TAUSTASTA RIIPPUMATTA.



Dikiliikkujat – vinkkejä kuntosaliharjoit- teluun

MAKSUTTOMIA VERKKOKURSSEJA

Liikumme luonnossa - hanke



**TUL RY ON MUKANA
YHTEISTYÖKUMPPANINA ELÄKELÄISET RY:N
LIIKUMME LUONNOSSA HANKKEESSA.
HANKKEEN TAVOITTEENA ON TUKEA
IKÄÄNTYVIEN LIIKUNTATOIMINTAA JA
LISÄTÄ ULKONA TAPAHTUVAA LIIKKUMISTA.**

TUL Uudenmaan piirin seniorit



KUUKAUSITTAIN LIIKUNTA- SEKÄ KULTTUURITOIMINTAA PÄÄKAUPUNKISEUDUN ALUEELLA. SENIORITOIMINTA ON AVOINTA AIVAN KAIKILLE JA TOIMINTAAN OVAT Tervetulleita kaikki halukkaat riippumatta siitä, onko TUL:n jäsenseuran jäsen.

YHTEYSTIEDOT:

RITVA KIMA, RITVA.KIMA@GMAIL.COM

PAULA KAUNISMÄKI, KAUNIPAU@GMAIL.COM



**Lisätietoa liiton ja
piirien
senioritoiminnasta
osoitteesta tul.fi ja
[tul.fi/tapahtumakal
enteri/](http://tul.fi/tapahtumakalenteri/)**