



Tukemassa
J • ENSUU

**JOENSUUN JULKISEN
ALAN ELÄKELÄISET JAE ry**
Hyvää Ystävänäpäivää!



Iltatähti Varkauden teatterissa 16.3.2024

Varkaus kutsuu! Lähdetään yhdessä Varkauden teatteriin katsomaan musiikkikomedia Iltatähteä. Esitykseen on varattu 40 lippua. Matka on JAE:n järjestämä. [Tietoa esityksestä!](#)

Enää viikko aikaa ilmoittautua! Jos et ole vielä ilmoittautunut, ilmoittaudu nyt heti! Tarvitaan vielä viisi osallistujaa, jotta matka toteutuu!

Ilmoittautumiset Sirpa Havukainen sp. pipa.havukainen@gmail.com puh. 050 3766 356 viimeistään 21.2. mennessä. Matka toteutuu, jos lähtijöitä 30. Ilmoittautumisen yhteyteen tieto erityisruokavaliosta. **Matkan hinta jäsenelle 65€ ja EI jäsenelle 75€.**

Teatteripaketti sisältää kuljetuksen, väliaikakahvit ja ruokailun teatterilla Teatteribaarissa esityksen jälkeen.

Maksu yhdistyksen pankkitilille FI76 5770 0520 2381 86 viite: 24125 viimeistään 1.3.2024 mennessä.

Alustavaa tietoa matkan aikataulusta: Lähtö Rantakylän Neste klo 10:30 (Puronsuunkadun ja Utrantien kulmassa) ja klo 10:45 Kirkkokadun Matkailupysäkki, josta Nolja-kantien Finnairen pysäkki, sitten Ylämylly n. klo 11:00.

Tanssit kerhotalo Rupilalla sunnuntaina 24.3. klo 17:00 alkaen. Musiikista vastaa Kari Kuronen. Kahviossa tarjolla hyvät kahvit ja pullat eikä ole hinnalla pilattu! Arpajaiset!

Pääsiäislounaalle herkuttelemaan kiirastorstaina 28.3.2024. Tapahtumasta tiedotetaan lisää asioiden varmistuttua.

Myyjäiset Iso Myyssä 26.3.2024.

JAE ry. kevätkokous 2.4.2024 tiistaina. Aloitetaan Arjan tarjoamilla aamukahveilla klo 10:30 alkaen. Klo 11:00 alkaa kokous. Kokouksessa käsitellään yhdistyksen kevätkokouksen sääntömääräiset asiat.

"Sennarimaanantait".

Nyt on tarjoilla mahtava tilaisuus viettää mukavia ja hyvinvointiasi tukevia aamupäiviä kahvittelun ja ihmisten kohtaamisen merkeissä Joensuu Areenalla!

Itä-Suomen Liikuntaopisto järjestää yhteistyössä Joensuun kaupungin, Joensuun seudun kansalaisopiston sekä Pohjois-Karjalan Liikunta ry:n kanssa ikäihmisille suunnatun maksuttoman hyvinvointi-/liikunta-/terveysaiheisen tapahtumasarjan, joka kantaa nimeä "Sennarimaanantait". Tapahtumat järjestetään keväällä tammi-huhtikuussa joka kuukauden viimeinen

maanantai klo 9-12. Tapahtumapaikkana on Joensuu Areena 2.kerros sekä osa liikuntatiloista. Tapahtumien päivämäärät ovat kevään osalta:

- Ma 26.2.2024 klo 9-12
- Ma 25.3.2024 klo 9-12
- Ma 29.4.2024 klo 9-12

Tapahtumissa on tarjoilla maksuttomasti:

- ohjattua liikuntaa
- luentoja liikunnasta, hyvinvoinnista ja terveydestä
- hyvinvointiaiheisia esittelypisteitä (esim. Pohjois-Karjalan Sydänpiiri, Martat, Kansanterveyden keskus)

Lisäksi tapahtumissa on mahdollista erillistä maksua vastaan tehdä mm.

- kehonkoostumusmittauksia (InBody)
- kolesterolimittauksia

Tapahtumissa palvelee myös Marttakahvio (Villit Martat), josta on ostettavissa kahvin lisäksi pientä suolaista ja makeaa.

Tervetuloa mukaan viettämään hyvinvointia edistäviä aamupäiviä!

