

# Maaliskuun jäsentapaaminen

**Keskiviikkona 5.3.2025 klo 16:00**

Alustus: "Ikääntyneiden gerontologinen sosiaalityö"

*Marko Timonen*

Sääntömääräisessä kevätkokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntöjen 11§:n määräämät asiat: vuoden 2024 vuosikertomus ja tilinpäätös sekä myönnetään vastuuvapaudet vuoden 2024 hallituksen jäsenille .

**Yhdistys tarjoaa kahvit.**

**Kokouksen päätteeksi jaetaan Kelolainen-lehti 1/2025.**

# **Tervetuloa!**



*Kuva Alicja Pixabaystä*



# “Elämän nälkä” maksuton tapahtuma

**Ti 18.3.2025 klo 10-17 Kaapelitehtaalla**

Helsinki ja Armas-festivaali järjestävät maksuttoman mielen hyvinvoinnin tapahtuman eläkeläisille.

Elämän nälkä -tapahtuma valtaa Kaapelitehtaan tiistaina 18. maaliskuuta klo 10–17.

- Mukana työpajoja, haastatteluja, messut ja paljon muuta.
- Tapahtuman juontaa **Peter Nyman**. Tervetuloa mukaan!
- Tapahtuma verkossa: [Elämän nälkä -tapahtuma](#)
- Tapahtuma Facebookissa: [Elämän nälkä -tapahtuma FB](#)
- Tapahtuma omalla verkkosivullamme: [Klikkaa tapahtumaan.](#)

**Tapahtuma on maksuton**





# Musiikkikomediala "Narinoita vai tositarinoita"

**Su 9.3.2025 klo 15 Ykkös-Lohja Areena - Tanhuhovi sali. Jäsenhintaan 55 €**

Narinoita vai tositarinoita on huvittoman hauska musikaalikomedia aidoista ja oikeista tosielämän tilanteista, joissa täytyy aina olla hiukan eri mieltä toisen kanssa. Tästä huippuhauskasta musikaalista löydät varmasti hetkiä, joita olet itse joskus päässyt todistamaan. Nyt on aika nauraa!

Musikaali on kasattu lukuisista hiteistä mm. R-A-K-A-S, Tummat silmät, ruskea tukka...  
Rooleissa nähdään huikea artistikattaus: Tangokuningas 2018 **Jarno Kokko**, lavatähti-prinsessa **Johanna Rantsi**, iskelmätahti **Anneli Mattila**, tangoprinsessa 2016 **Anne Tanskanen** sekä laulaja **Juha Hautaluoma**. Musikaalissa säestää: **Mojova orkesteri**.

Ohjaus: **Tuomo Salmela**. Kesto n. 2 tuntia sisältäen väliajan.

- **Lähtö Mikonkadun turistibussipysäkiltä kello 12:15.**
- Lounas Ravintola Aromassa kello 13:00.
- Paluumatkalle Helsinkiin lähdetään heti teatterin jälkeen, perillä ollaan n. klo 19.

**Sitovat ilmoittautumiset ja maksu 6.2.2025 mennessä.**





# Huhtikuun jäsentapaaminen

**Keskiviikkona 2.4.2025 klo 16:00**

Juhlimme alkuvuonna pyöreitä vuosia  
täyttäneitä ja täyttäviä jäseniämme.

Luvassa myös näytelmäkerho Kunneleiden  
ohjelmaa.

***Tervetuloa!***



*Kuva Jan Kuss Pixabaystä*



# Merja Larivaara "Seniorisoppa" -kevätkonsertti

**Ti 8.4.2025 klo 11.00 Kaupunginteatteri, suuri näyttämö, Eläintarhantie 5, jäsenhintaan 15 €**

Vastaanota kevät suurella näyttämöllä! Seniorisoppa® on tapahtuma, johon voi tulla yksin, kaksin tai isommallakin porukalla. Seuraa löytyy, ja aina saa laulaa myös mukana!

**Seniorisoppa®-konsepti** on näyttelijä **Merja Larivaaran** ideoima. Hän on mukana koko tapahtuman ajan paitsi musisoimassa, myös jutustelemassa sekä saattelemassa konserttavieraita kotimatalle.

Kevätkonsertissa **Merja Larivaaran** kanssa esiintyvät ilmoitetaan lähempänä esitysajankohtaa. Bändissä soittavat **Markku Kanerva, Anna-Liisa Väkeväinen, Aarne Toivonen** ja **Tuure Koski**.

Lipun hintaan sisältyy konsertti (kesto noin 45 minuuttia) suurella näyttämöllä sekä tarjoilu suuren näyttämön lämpiössä. Konsertin jälkeen lämpiössä tarjolla pulla sekä kahvi/tee.

Klo 10.15 ovet avataan. Klo 11.00 konsertti alkaa, tarjoilu konsertin jälkeen. Klo 12.30 tilaisuus päättyy.

**Sitovat ilmoittautumiset ja maksu 3.3.2025 mennessä. Liput jaetaan teatterin aulassa.**



# "Melkein Vappu" -risteily

**Ma 28.4.2025 Viking XPRS**

**Kokoontuminen Katajanokan terminaalissa 1 krs klo 9.30.**

- Laiva lähtee kohti Tallinnaa klo 10.30.
- Matkatavaroille on varattu hyttejä.
- Laivan kokoustilassa tarjolla kahvit, hedelmät + pieni suolainen pala ja tietysti hauskaa vappuohjelmaa.
- Vip Shopping klo 13.00 – 13.30.
- Tallinnassa oloaikaa klo 13.00 - 16.00.
- Paluumatkalla nautimme maittavasta buffetista klo 16.30 alkaen.
- Helsinkiin saavumme n. klo 19.30.
- Järjestämme matkan yhteistyössä Vantaan Julkisen alan eläkeläiset ry:n kanssa.

**Muistathan, että matkalle tarvitaan passi tai virallinen henkilöllisyystodistus ja suosittelemme myös henkilökohtaista matkavakuutusta.**

**Ilmoita mahdollinen erityisruokavalio ilmoittautumisen yhteydessä.**

**Jäsenhinta 59€. Sitovat ilmoittautumiset ja maksu 24.3.2025 mennessä.**





# Näytelmäkerho "Kunnelit" 10 vuotta

la 17.5.2025 Kinaporin seniorikeskuksen juhlasali klo 13-16

Tervetuloa juhlimaan näytelmäkerhomme "Kunneleiden" kymmenvuotista toimintaa. Luvassa nostalgiaa vuosien varrelta ja uusia kantaesityksiäkin.

## Tervetuloa!

**Tilaisuus on maksuton**

Kinaporinkatu 7-9 A sisäänkäynti myös Hämeentie 58-60





# Äänimaljarentoutus, "OLET HYVÄ"

**TI 3.6.2025 ja TO 5.6.2025 Kalasatamassa os. Vanha Talvitie 2, 00580 Hki, Jäsenhintaan 15€**

Sointukylpy on mielen ja kehon kokonaisvaltainen syvärentoutus. Soittaessamme äänimaljaa tai gongia, se alkaa värähdellä ja liikuttaa ilmaa sen läheisyydessä. Harmoniset äänet ja värähtely auttavat sinut rentoutumaan ja hermostosi rauhoittumaan.

60min sointurentoutustuokio sisältää lyhyen alustuksen, rentoutuksen, rauhallisen palautumisen ja palautteen. Voit halutessasi myös itse kokeilla maljojen soittamista ja konkreettisesti tuntea resonanssin kehossasi.

**Äänimaljarentoutukseen on varattu ajat kahdelle eri päivälle. Rohkeasti mukaan!**

**Tiistai 3.6.2025 klo 10.00, sekä torstai 5.6.2025 klo 14.00.**

**Mukaan mahtuu 15 osallistujaa/päivä.** Osallistujille ilmoitetaan tapaamisen aika ja paikka ilmoittautumisajan jälkeen.

**Sitovat ilmoittautumiset ja maksu 16.5.2025 mennessä, ilmoita samalla sähköposti ja puhelinnumerosi.**







# “Näytelmä joka menee pieleen”

**TO 24.7.2025 klo 14.00 Heinolan kesäteatteri Jäsenhintaan 70€**

Innokas harrastajateatteriryhmä on vihdoin löytänyt voimavaroilleen sopivan näytelmän, kunnon brittiläisen murhamysteerin. Roolitus on täydellinen, lavasteet ja rekvisiitta verrattomat. Kaikki on valmista, ensi-ilta saa tulla! Mutta. Kaikki mikä voi mennä pieleen, menee pieleen. Poskettoman kaaoksen keskellä urheat amatöörinäyttelijät joutuvat käyttämään kaiken taitonsa ja sinnikkyytensä – ja yleisö ulvoo naurusta!

**Näytelmä joka menee pieleen** sai aikoinaan alkunsa brittiläisten näyttelijäopiskelijoiden publiin tekemästä hupikomediasta. Nyt se on ylistetty ja huippupalkintoja kerännyt Lontoon-hitti.

Käsikirjoitus: *Henry Lewis, Jonathan Sayer* ja *Henry Shields*, Ohjaus: *Pertti Sveholm*,  
Rooleissa: *Jari Pehkonen, Anu Sinisalo, Iikka Forss, Antti Peltola, Taisto Oksanen,*  
*Ville Keskilä, Pihla Pohjolainen* ja *Akseli Sveholm*.

Lähtö Mikonkadun turistibussipysäkiltä klo 9.45. Lounas Heinolan Kumpeli Spassa klo 11.30. Paluumatkalle Helsinkiin lähdemme heti teatterin jälkeen.

**Sitovat ilmoittautumiset ja maksu 24.6.2025 mennessä.**



# Katri Helena "Viimeinen ilta" -konsertti

**LA 16.8.2025 klo 18.00 Helsingin Olympiastadionilla Jäsenhintaan 70€**

Rakastettu **Katri Helena** päättää yli kuusikymmentä vuotta kestäneen upean uransa Helsingin Olympiastadionille.

Vuonna 1963 ensimmäisen kerran levyttäneen **Katri Helenan** uran päätöskonsertissa tullaan kuulemaan koko kansan rakastamia sinivalkoisia hittejä: **Katson sineen taivaan, Anna mulle tähtitaivas, Puhelinlangat laulaa, Letkis, Katson autiota hiekkarantaa...** Laulut soivat elokuun pimenevässä illassa hienommin kuin koskaan - vielä viimeisen kerran. Viimeinen ilta -konsertissa ikonista artistia säestää **Leri Leskisen** juhlaorkesteri.

Sinivalkoinen ääni **Katri Helena** juhli vuonna 2023 kuusikymmenvuotista taiteilijauraansa. Hänen ensimmäinen levytyksensä julkaistiin vuonna 1963, ja sittemmin **Katri Helena** on ehtinyt levyttää jo lähes 500 kappaletta. Uutta musiikkia on luvassa vielä ennen uran virallista päätöstä. **Katri Helenan** levyt ovat myyneet kultaa, platinaa ja tuplaplatinaa ja äänitteiden kokonaismyynti lähentelee kahta miljoonaa.



**Sitovat ilmoittautumiset ja maksu 31.5.2025 mennessä. Yhdistys on varannut 50 istumapaikkaa katetusta katsomosta, lippujen jaosta ilmoitetaan myöhemmin.**



# Ilmoittautumiset ja maksut

Matkoille ja tapahtumiin voi ilmoittautua **puhelimitse** keskiviikkoisin klo 10-13 ja torstaisin klo 14-16 puhelin 050 471 2437 **tekstiviestillä** tai **sähköpostilla** [helkunnel18@gmail.com](mailto:helkunnel18@gmail.com) milloin vain ja myös **verkkosivujen lomakkeella**:  
<https://www.keloliitto.fi/yhdistykset/helsinki-kunnalliset/matkailuasiat/>

**Maksathan osallistumismaksusi vasta kun olet saanut matkatiimiltä vahvistuksen tekemästasi varauksesta.**

Maksu suoritetaan Helsingin kunnalliset eläkeläiset ry:n tilille:  
**Nordea FI11 1011 3000 2047 00, viitenumero 10139.**

**HUOM: Koska yhdistys tukee tapahtumien ja matkojen jäsenhintoja mm. jäsenmaksutuloilla, yhdistys edellyttää, että ilmoittautujalla...**

**...on jäsenmaksu suoritettuna.**



# Virkistyspäivät

## Härmän kylpylässä 14.-17.4.2025

Tallink Silja haastoi Kelo ry:n yhdistysten jäsenet kunnon kohotukseen sauvakävelyn avulla.

250 €/hlö/2 hgen huone + liityntäkuljetukset

355 €/hlö/1 hgen huone + liityntäkuljetukset

### Hintaan sisältyy:

- majoitus puolihoidolla (aamiainen + päivällinen)
- kylpylän ja kuntosalin vapaa käyttö
- maanantaina ja tiistaina allasvoimistelua
- jalkaterapeutin luento
- karaoke tiistaina ja torstaina
- keskiviikkona elokuvailta, mahdollisuus pelata bingoa ja osallistua AquaZumpaan



**Sitovat ilmoittautumiset ja maksu 10.3.2025 mennessä.**

Matkalle voi ilmoittautua heti verkossa: [keloliitto.fi/matkat-ja-retket/](https://keloliitto.fi/matkat-ja-retket/) tai **Eeva Björklundille** [eeva.bjorklund@sauna-lahti.fi](mailto:eeva.bjorklund@sauna-lahti.fi), puh. 046 545 5048, **Päivi Aholalle** [paivi.ahola3@gmail.com](mailto:paivi.ahola3@gmail.com), puh. 0400 758 677 tai **Kikka Ylismäelle** [kikka@ylismaki.fi](mailto:kikka@ylismaki.fi), puh 045 196 0957.



# Elämyksiä ja unohtumattomia hetkiä

## Lumoava Praha 20.-23.5.2025

Matkapaketin hinta riippuu ryhmän koosta.

995 €/hlö/2 hgen huone + liityntäkuljetukset. Minimi 40 henkilöä

1045 €/hlö/2 hgen huone + liityntäkuljetukset. Minimi 30 henkilöä

Yhden hengen huone lisämaksusta 175 €

### Hintaan sisältyy:

- Finnairin lennot turistiluokassa Helsinki-Praha-Helsinki
- majoitus jaetussa 2h huoneessa 3 yötä Embassy Prague hotellissa
- 3 x aamiainen hotellissa
- 20.5. tulopäivän lounas, kaupunkikiertäminen bussilla ja kävellen
- 21.5. illallistaivariesteily (2h), 21.5. laivaristeilyn illallinen
- 22.5. yhteinen päivällinen (2-ruokalajia + 2 juomaa + vesi)
- koko matkan suomenkielinen opastus ja kaikki sisäänpääsymaksut kohteisiin

**Sitovat ilmoittautumiset ja ennakkomaksu 200 € 5.2.2025 mennessä.**

Matkalle voi ilmoittautua heti verkossa: [keloliitto.fi/matkat-ja-retket/](https://keloliitto.fi/matkat-ja-retket/) tai **Eeva Björklundille** [eeva.bjorklund@saunalahti.fi](mailto:eeva.bjorklund@saunalahti.fi),  
puh. 046 545 5048, **Päivi Aholalle** [paivi.ahola3@gmail.com](mailto:paivi.ahola3@gmail.com), puh. 0400 758 677 tai **Kikka Ylismäelle** [kikka@ylismaki.fi](mailto:kikka@ylismaki.fi),  
puh 045 196 0957.





# Ruskaloma

**Rokualla 15.-18.9.2025**

290 €/hlö/2 hgen huone + liityntäkuljetukset.

410 €/hlö/1 hgen huone + liityntäkuljetukset.

## Hintaan sisältyy:

- Majoitus puolihoitolla (aamiainen + päivällinen noutopöydästä)
- Kylpylän ja kuntosalin vapaa käyttö
- Sisäänpääsy ravintolaan karaoke- ja levytansseihin
- Liikuntasalin käyttö, jos siellä ei ole muita tapahtumia
- Yhteinen illanvietto

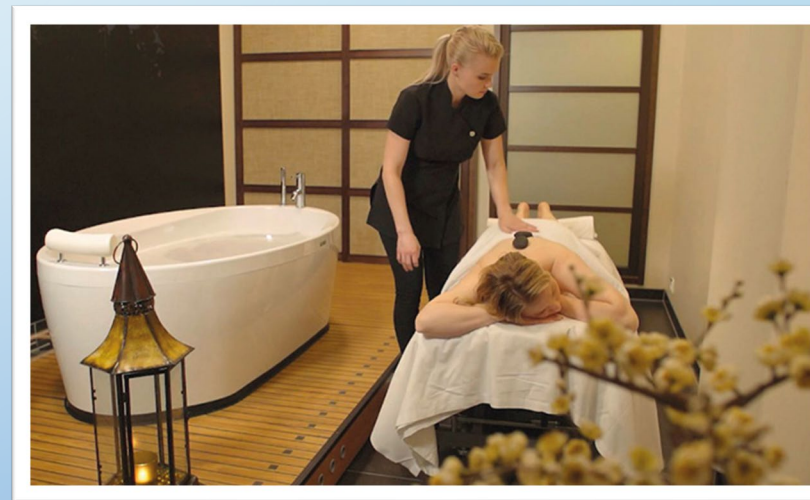
## Lisämaksusta:

- Ohjattua liikuntaa, keilausta, hemmotteluhoitoja.

Tutustu tarjontaan: <https://www.rokua.com/day-spa/>

**Sitovat ilmoittautumiset 8.8.2025 mennessä.**

Matkalle voi ilmoittautua heti verkossa: [keloliitto.fi/matkat-ja-retket/](https://keloliitto.fi/matkat-ja-retket/) tai **Eeva Björklundille** [eeva.bjorklund@saunalahti.fi](mailto:eeva.bjorklund@saunalahti.fi), puh. 046 545 5048, **Päivi Aholalle** [paivi.ahola3@gmail.com](mailto:paivi.ahola3@gmail.com), puh. 0400 758 677 tai **Kikka Ylismäelle** [kikka@ylismaki.fi](mailto:kikka@ylismaki.fi), puh 045 196 0957.



# Kelon matka Terveis-kylpylään

## Pärnuun 24.11.-1.12.2025

Matkan hinta 430 €/hlö/2hh ja 570 €/hlö/1hh.

### Hintaan sisältyy:

- Majoittuminen puolihoiolla; aamiainen + päivällinen, yksi lääkärisäkäynti ja yhteensä 18 hoitoa (3 hoitoa/pv)
- Matkan hintaan sisältyy myös perinteinen ”juhlailla” ohjelmiseen ja lauluineen.
- Mahdollisuus pubivisailuun ja omaan vesijumppaan.

**Sitovat ilmoittautumiset ja maksu 20.10.2025 mennessä.**

Matkalle voi ilmoittautua heti verkossa: [keloliitto.fi/matkat-ja-retket/](https://keloliitto.fi/matkat-ja-retket/) tai **Eeva Björklundille** [eeva.bjorklund@saunalahti.fi](mailto:eeva.bjorklund@saunalahti.fi), puh. 046 545 5048, **Päivi Aholalle** [paivi.ahola3@gmail.com](mailto:paivi.ahola3@gmail.com), puh. 0400 758 677 tai **Kikka Ylismäelle** [kikka@ylismaki.fi](mailto:kikka@ylismaki.fi), puh 045 196 0957.





# Ilmoittautumiset ja maksut

Kelo ry:n matkailujaoston matkoille ilmoittaudutaan...

...verkossa: <https://www.keloliitto.fi/matkat-ja-retket/>

tai **Eeva Björklundille** [eeva.bjorklund@saunalahti.fi](mailto:eeva.bjorklund@saunalahti.fi), puh. 046 545 5048,

**Päivi Aholalle** [paivi.ahola3@gmail.com](mailto:paivi.ahola3@gmail.com), puh. 0400 758 677

tai **Kikka Ylismäelle** [kikka@ylismaki.fi](mailto:kikka@ylismaki.fi), puh 045 196 0957.

Viikon kuluessa matkalle ilmoittautumisesta pitää maksaa matkakohtainen 50 € varausmaksu

Poikkeuksena matkatoimiston vaatimat varausmaksut, joiden euromäärät ja maksupäivät ilmoitetaan matkaesitteessä.

**Maksut Kelo ry:n matkailujaoston tilille FI29 1555 3000 1206 84 käyttäen pankkiviitettä.**

Matkailujaosto ei palauta 50 € varausmaksua.

Sairastapauksissa korvausta voi hakea henkilökohtaisesta matkavakuutuksesta.

Tarkemmat ohjelmat ja ohjeet matkoista ilmoitetaan lähtijöille lähempänä matkaa.

Lopullinen matkaohjelma jaetaan satamassa/lentoasemalla/bussissa. Jaosto pidättää oikeuden

muuttaa matkaohjelmaa ja tiedottaa matkoista yhdistysten kokouksissa.

**Varmista passin tai virallisen henkilökortin sekä henkilökohtaisen matkavakuutuksen voimassaolo.**