



Tukemassa
J • ENSUU

JOENSUUN JULKISEN ALAN ELÄKELÄISET JAE ry

Kesä etenee haparoivin askelin, mutta etenee kuitenkin. Kevätkauden loppu hämöttää jo. Meillä on vielä tapahtumia, joista nyt muistutellaan. Uutena asiana on kiva kertoa, että toukokuussa on meillä mahdollisuus tutustua suomalaisten kehittämään terveysliikuntamuotoon Asahiin. Meille on järjestetty kolme ilmaista tutustumiskertaa. Mikäli tästä liikuntalajista löytyy kiinnostuneita, aloitamme Asahin syksyllä kerhotalo Ruplalla tiistaiamuisin. Klikkaamalla alleviivattua otsikkoa pääset kotisivuillemme ja suoraan tapahtuman tietoihin.

Asahi

Asahi suunniteltiin 20 vuotta sitten hoitamaan suomalaisia. Sen suunnittelijat halusivat, että se sopisi kaikenikäisille ja kaiken kuntoisille hyväksi perusliikunnaksi. Tule tutustumaan ilmaiseksi Asahiin! Paikka: Hasaniemi Länsikadun voimalaitoksen parkki (Länsikadun ja Hasaniementien risteyksessä) Ma 13.5 klo 10 Ma 20.5 klo 10 ma 31.5 klo 10 Asahi tehdään yleensä seisten, eikä siihen tarvita mitään välineitä. **Lisää infoa** ja harjoitusvideoita löytyy sivustolta <https://www.asahinordic.com> (avainlipputuote) **Ohjaaja:** Irina Hannele Eronen puh. 044 931 8950/ vain viesti.

Kevätretki Kuhasaloon to 23.5.2024

Teemme tänä vuonna retken Kuhasaloon. Ensimmäiset 25 ilmoittautunutta pääsee halutesaan tutustumaan Kuhasalon jätevesipuhdistamoon klo 12 alkaen. Esittelijä/yhteyshenkilö Pasi Kakkonen. Laitoksen piha-alueelle saa auton parkkiin esittelyn ajaksi. Tutustumiskäynti kestää n. 1 h 30 minuuttia. **Jätevesipuhdistamon tutustumiskierrokselle sopii vielä neljä henkilöä.** Päivän ohjelma jatkuu tämän jälkeen Kalmon katiskoilla, jossa on varattu meille kota. Kodalla paistetaan makkaraa, tarjolla on ruokaisaa salaattia, mehua, vettä ja jälkiruokana kahvit.

Tapahtuma kodalla alkaa n. klo 14. Ne, jotka eivät mene jätevedenpuhdistamolle tulevat suoraan kodalle. Kerro ilmoittautumisen yhteydessä osallistutko tutustumiskierrokseen sekä mahdolliset ruokarajoitteet. **Ilmoittautumiset** Jae:n kotisivuilla lomakkeella <https://www.keloliitto.fi/yhdistykset/joensuu/> tai tekstiviestillä puh. 040-7462 351 Pirjo Nissinen viimeistään **17.5. 2024** mennessä.

Tahdon! Tahdon! -musikaali ke 31.7.2024 klo 19:00

Ohvanan kulttuuritalolla os. Ohvanantie 323 Hammaslahti. Ohjaus Sinikka Tossavainen, pianisti Samuli Moilanen. Ilmoittautumiset JAE:n kotisivuilla <https://www.keloliitto.fi/yhdistykset/joensuu/> tai tekstiviestillä puh. 040-7462 351 Pirjo Nissinen viimeistään 14.7.2024 mennessä. Lipun hinta jäsenelle 20 € sisältää väliaikakahvin, ei jäsenelle lippu 25 €. Lippuja on varattu 40 kappaletta. Kerro ilmoittautumisen yhteydessä mahdolliset ruokarajoitteet.

Teatterimatka tehdään kimppakyydeillä. Kero myös kimppakyydin tarve! Maksu viimeistään 16.7.2024 mennessä yhdistyksen pankkitilille FI76 5770 0520 2381 86 viite 24154

"Aina parhaassa iässä"-loma 2.9.-5.9.2024

Tanhuvaara Sport Resort, Savonlinna. **Tälle lomalle on vielä joitakin paikkoja vapaana! Varaahan paikkasi!**

Jäsenhinta 198 € 2 hh/h, tai 303 € 1 hh/h. Täysihoito (aamiainen, lounas, päivällinen). Tulopäivänä päivällinen, lähtöpäivänä aamiainen ja lounas. Ohjelmassa mm. ohjattua liikuntaa ja rentoutumista n. 5h päivässä, ryhmän oma rantasaunailta ja illanvietto. Kuntosali ja uimahalli ovat käytössämme yleisövuoroaikoina.

Ilmoittautuminen 31.5.2024 mennessä yhdistyksen kotisivujen kautta lomakkeella <https://www.keloliitto.fi/yhdistykset/joensuu/>

tai Leena Turuselle puh. 050 3085 397 tai sp. leenaturu@gmail.com Kerro ilmoittautumien yhteydessä mahdolliset ruokarajoitteet. **Maksut:** Ennakkomaksu 50€ heti varauksen tehtyäsi ja loppusumma viimeistään 2.8.2024 mennessä. JAE:n tili: FI76 5770 0520 2381 86 viite 2420