

Hyvät senioriopettajat

HYVÄÄ UUTTA VUOTTA 2023!

Tuo toivotus on tuttu, mutta entistäkin ajankohtaisempi ja tärkeämpi.

Toimintaan mukaan

Kevään ohjelmaa laatiessamme olemme ajatelleet monipuolisuutta. Tapahtumia on paljon, liikuntaa, kulttuuria, matkoja. Uutta ovat mm. senioritanssit ja keskustelua maahanmuuttajanaisten kanssa. Yhdistyksen kotisivuilla (turun-seudun-senioriopettajat.fi) sekä sähköpostilla kerromme lisää tapahtumista.

Otamme todella mielellämme palautetta vastaan. Sen voi lähettää puheenjohtajalle, sihteerille tai kenelle tahansa hallituksen jäsenelle.

Olette tervetulleita vuosikokoukseen 28.2. Vuosikokous on yhdistyksen ylin päättävä elin. Vuosikokouksessa käsitellään yhdistyksen toimintaa; hyväksytään toimintakertomus ja talousarvio sekä hyväksytään suunnitelmat tälle vuodelle. Sen lisäksi valitaan hallituksen jäsenet erovuoroisten tilalle ja valitaan edustajamme (7 henkilöä) OSJ:n vuosikokoukseen Helsinkiin.

"Pidä huolta aivoistasi!"

OSJ:n valtakunnallinen teemana tänä vuonna on aivoterveys. Tutkitusti sosiaalinen toiminta yhdessä toisten kanssa, kulttuuri ja liikunta ovat hyväksi aivoillemme. *"Stressi lievittyy, muisti vetreytyy ja vireystila paranee – harrastaminen on monipuolista ravintoa aivoillemme"* (prof. aivotutkija M. Huutilainen HY)

Eduskuntavaalit

OSJ on laatinut eduskuntavaaliteemat, jotka liittyvät työeläkkeisiin sekä digiyhteiskuntaan. Järjestämme yhdessä Lounaisrannikon Senioriopettajat ry:n kanssa vaalipaneelin Turussa 7.3. Kutsumme kaikista puolueista edustajan paneeliin.

Senioriopettajalehti

Koska lehti ilmestyy Opettaja-lehden mukana ja Opettaja-lehti on harventanut ilmestymiskertojaan, niin se vaikuttaa myös Senioriopettaja-lehteen. Lehti ilmestyy tänä vuonna viisi kertaa; kolme kertaa keväällä ja kaksi syksyllä. Lehdessä käsitellään mm. teemavuoden aihetta aivoterveyttä ja eduskuntavaaleja. Sen lisäksi paljon muuta.

Hallituksen laatima tapahtumakalenteri on valmiina teille, hyvät jäsenemme.

Turussa 10.1.2023



Eija Ketola

eiija.m.ketola@gmail.com



Marja Torsti

tssso.sihteerii@gmail.com

OSALLISTUMISEN PERUUTTAMINEN

Huomioi, että joudumme maksamaan teatteri- ja konserttiliput etukäteen.

Jos peruutat osallistumisesi ilmoittautumisajan jälkeen, palautamme lipun hinnan vain, jos jonotuslistalla on tulijoita. Jos varalla ei ole ketään, voit itse hankkia tilallesi jonkun toisen.

Esteen sattuessa osallistumisen peruuttaminen on tärkeää myös ilmaistapahtumissa, sillä jonotuslistalla saattaa olla vuoroaan odottavia tulijoita.

LIPPUJEN JAKO:

Teatteriliput jaetaan bussissa, jos mennään Turun ulkopuolelle.

Turun teattereissa ja konserteissa liput jaetaan **puoli tuntia ennen tapahtuman alkua** ala-aulassa lipunmyynnin tai ulko-ovien lähetyvillä. (Saavu **viimeistään** 15 min ennen!)

BUSSIMATKAT:

Kun lähemme tuomiokirkkoaukiolta, voit myös **ilmoittaa nousevasi bussiin matkan varrella olevilta pikavuoropysäkeiltä**. Esim. Helsingin suuntaan mentäessä Paraistentien risteyksen jälkeiseltä pikavuoropysäkiltä (110-tie, nro 6135) ja Tampereen suuntaan mentäessä Kaerlantien risteyksen jälkeiseltä pikavuoropysäkiltä (Pohjoiskaari, nro 1579), Auran ABC:n jälkeen (Auranportti vt 9) tai Loimaalla valtatie 9:n pysäkiltä (Loimaa th)

OVATKO YHTEYSTIETOSI AJAN TASALLA?

Jos haluaisit saada meiltä sähköpostia, mutta et jostain syystä ole sitä lähiaikoina saanut, ilmoita asiasta sihteerille tso.sihteer@gmail.com tai p. 050 448 7733.

RIITTÄISIKÖ SINULLE JATKOSSA SÄHKÖINEN JÄSENKIRJE?

Lähetämme jäsenkirjeen ja tapahtumakalenterin kaikille jäsenillemme kahdesti vuodessa: tammikuussa ja elokuussa. Osa saa sen vanhaan tapaan paperisena, osa sähköisenä.

Sähköinen viestittäminen on ekologisempaa ja jos se jatkossa riittäisi sinullekin, pyydämme ystävällisesti ilmoittamaan asiasta (ellet ole sitä jo tehnyt) sihteerille tso.sihteer@gmail.com.

KUNTOKÄVELYT

Reipasta kävelyä luonnossa maaliskuussa, huhtikuussa ja toukokuussa.

Kävelysten kestot vaihtelevat maaston ja kohteiden mukaan. Yleensä kävely kestää noin tunnin mutta lintutorni Friskalassa kestää 1,5 - 2 tuntia. Vetäjinä Leena Paukio ja Maarit Rousi.

KULTTUURIKÄVELYT

Kävelyillä on kulttuuriteema ja yhdistyksen kustantamat asiantuntijaoppaat Seija Somerpalo ja/tai Leena Tiusanen. **Etenemismuhti on rauhallisempi.**

VESIJUMPPA

Nivelistävä vesijumppa tapahtuu Caribian kuntouintialtaassa, jossa jalat yltävät pohjaan. Se sopii hyvin myös kuntoutujille sekä selkä- ja niskaoireisille. Yhteyshenkilö Seppo Mattila.

SENIORITANSSI

Senioritanssi virkistää mieltä, harjoittaa muistia ja tarjoaa iloista yhdessäoloa. Harrastus tarjoaa hyvän mahdollisuuden ikäihmisten toimintakyvyn ja elämän laadun tukemiseen. Keväällä kaksi kokeilumahdollisuutta Liikuntakeskus Energymissä, Vähäheikkiläntie 56 C. Vetäjänä Arjariitta Vuorinen.