



*”Pajunkissan hento pää,  
iloisena pilkistää,  
Kevätsade ropsahdellen,  
kutittelee nenää nallen.  
Vesi puroon huuhtoutuu,  
on siis metsän huhtikuu.”*



### Maanantaitapaamiset

Marttalassa, Hämeenpuisto 39 A kello 11.00 - 13.00.  
Tapaamiset ovat joka toinen maanantai. Kahvitarjoilu alkaa kello 10.45, kahvimaksu on kaksi euroa.

- Ma 15.04.24 Iloa kukista ja kasveista, Mari Pyykönen kukkakauppa Pikkukilpi
- Ma 29.04.24 Glaukooma - silmänpainetauti, Ritva Kivimäki
- Ma 13.05.24 Mikä on sydäniskuri? Miten se toimii? ETK Veijo Vasama
- Ma 27.05.24 Lehmirannan lomakeskuksen palvelut, Maria Vakkuri

### Liikuntaa

Näëshallissa tiistaisin kello 11.30 - 13.30. Kävelyfutista kello 11.30, bocciaa kello 12.30 ja kuntosali kello 11.30 - 12.30. Olemme saaneet kolmannet bocciapallot käyttöömmme.

### Teatteriretki Lahteen pe 19.04.24

Retki tehdään Lahden kaupunginteatteriin, näytelmänä on Kuninkaan puhe. Lounaspaikana on Malskin Bistro. Voit kysyä mahdollisia peruutuspaikkoja aila.ollonen@gmail.com

### La 11.05.2024 Maakuntalauluja ja Merikantoa - konsertti

kello 14.00 Nokian Kerholassa. Tähtisolosteinat Waltteri Torikka ja Minna Viinikainen, mukana paikalliset Puhallinyhtye Oktaavissa ja Pinsiön Mieskuoro. Lipun hinta on 33 euroa/hlö (sis. lipun, vaatesäilytyksen ja väliaikakahvit). Lippuvaraukset aila.ollonen@gmail.com



### Ti 14.05.2024 Retkipäivä Vähäsiltaan

Vähäsilta sijaitsee Teiskossa idyllisen Paarlahden rannalla vain puolen tunnin ajomatkan päässä Tampereen keskustasta. Päivän ohjelmassa mm. tulokahvit, lounas, päiväkahvit, luontopolku, erilaisia liikuntamuotoja, (tikanheittoa, frisbeegolf harjoittelua), musiikkia, arpajaiset. Osallistumismaksu on 10 euroa/jäsen (sis. kuljetuksen). Ilmoittautumiset 22.04.24 mennessä aila.ollonen@gmail.com

### To 06.06.2024 Retkipäivä Karkun Ritajärven

luonnonsuojelualueelle  
Ohjelma: Lähtö Keskustorilta Vanhan kirkon luota kello 9.00. Nokia-Siuoro-Häijää-Ritajärvi / Häijään ABC:llä pieni tauko. Luontoretken opas Katariina Pylsy nousee kyytiin Häijäästä ja opastaa Ritajärvellä noin kahden kilometrin mittaisen vaelluksen. Reitillä on korkeuseroja ja pitkospuuta, ulkosalla ollaan 2-3 tuntia. Reitin varrella on hyvä eväiden nauttimispaikka tulineen.



### Omat eväät mukaan koko päiväksi!

Paluu Häijään ABC:lle, jossa tauko. Pistäydymme vielä Mouhijärven taajamassa Katariinan opastamana. Paluu Tampereelle noin kello 16.00. Retken hinta on 20 euroa/jäsen. Ilmoittautumiset 13.05.24 mennessä aila.ollonen@gmail.com

## Ke 26.06.2024 Teatteriretki Heinolaan

Riemastuttava komedia Vielä ehtii Sari Siikanderin ohjaamana tarjoaa takuuvarmaa ja hauskaa viihdetä täysin katetulla Heinolan kesäteatterilla. Lounas nautitaan ravintola Maestrossa. Retken hinta on noin 70 euroa/jäsen (sis. lounaan, teatterilipun, väliaikakahvit ja matkan). Ilmoittautumiset 13.05.24 mennessä  
aila.ollonen@gmail.com



## To 25.07.2024 Vanajaveden kierros - Hämeenlinna

Reitti: Tampere - Kangasala - Vehoniemi - Pälkäne - Aulanko, luonnonpuisto - Hämeenlinna - Hattula - Iittala - Viidennumero - Kulju - Tampere.

Lähtö Tampereelta noin kello 9.00. Lounas nautitaan kello 12.00 Seiskassa, Hämeenlinnassa Suomen kasarmialueella ja paluumatkalla poiketaan Iittalan lasitehtaan myymälässä. Paluu Tampereelle noin kello 16.30.

Retken hinta on 35 euroa/jäsen (sis. lounaan ja matkan)  
Ilmoittautumiset  
27.05.24 mennessä  
aila.ollonen@gmail.com



## Ke 12.06.2024 Hyvinvointitapahtuma ikäihmisille

Tammelan stadionilla kello 10.00 - 14.00. Tapahtuman järjestää Pirkanmaan Eläkeläispiirien yhteistyöelin. Ohjelmasta tulee tietoa huhtikuun aikana.

## Kokkikurssi miehille onnistui hyvin

Mukana oli kahdeksan innokasta oppilasta. Opettajina toimivat yhdistyksemme jäsenet Kirsti ja Ulla. Kurssilaiset valmistivat yhdeksän eri ruokalajia: Lammasmestarin paistos, Ryhmäsalaatti + vinagrettekastike, Siemimunakasrulla, Mäiskypotut, Marjarahka, Savulohikeitto, Perunapaistos, Siskonmakkarapasta, Coleslowsalaatti + kevytmajoneesi.

Kuvia kurssista löytyy yhdistyksen kotisivujen kuvagalleriasta. Emäntien terveiset: Meillä oli "huipputyypit" keittiössä.



## Terveisin

Liisa Flinck-Vasama, puheenjohtaja

## Yhdistyksemme tiedotuskanavat

- Jäsenkirjeet
- Kotisivut - Eläkeliitto Tampere
- Facebook - sivut - Eläkeläisten Tampereen yhdistys
- Aamulehti - Menot / sunnuntai / Senioriyhdistykset

## Kotisivut

Kotisivuja hyödynnetään tiedottamisessa. Kohdasta Ajankohtaista löytyy mm. jäsenkirjeet, tietoa liiton ja piirin kampanjoista, koulutuksista sekä tapahtumista,  
<https://elakeliitto.fi/yhdistykset/tampere>

## Yhdistyksemme tilinumero

Maksun saaja on Eläkeläisten Tampereen yhdistys ry  
FI64 5730 9020 0141 60

## VIITENUMEROT

Jäsenmaksu 1009, retket 2503, kulttuuri (teatteri, konsertit) 3007 ja ruokailu 1300

**Trio AmA 20 vuotta**

**Oli kuu  
oli ilta**

**iloisen  
baikeat  
laulut**

**28.04.2024 su klo 15**

**Kulttuuritalo Laikku, musiikkisali**  
Keskustori 4, Tampere

**ohjelma 10,-  
vapaa pääsy**

**Tervetuloa**

Vesa Tuomi säestys Sinikka Törmälä juonto

## Huhtikuu

Huhtikuussa luonto on jo täynnä elämää. Metsälinnut ovat soitimella. Jänikset, kärpät, lumikot ja muut eläimet vaihtavat kesäturkkiin ja ensimmäiset perhoset kokeilevat siipiään. Huhtikuun yläkuun aikana ihmiset valmistautuvat kalastuskauteen korjaamalla kalapyydyksiä ja valmistamalla uusia. Muita perinteisiä huhtikuun töitä ovat kevätheinän ajo, halonhakkuu ja seinähirsien veistäminen.

Vanha kansa ei suhtautunut lämpimään huhtikuuhun myönteisesti. Lämpimien kelien ajateltiin kostautuvan kylmänä alkukesänä. Sanottiin, että »ei hullukaan huhtikuulla kylvä». Huhtikuisen sateen uskottiin kuitenkin jouduttavan kesän tuloa. »Sataen suvi tuleeepi, vuoten vesi lankeepi».

Kirjoittaja: Anssi Alhonen.

## Eläkeläisten Tampereen yhdistys ry

Liisa Flinck-Vasama, puheenjohtaja p. 0400 909 285, liisa.flinck@gmail.com

Aila Ollonen, sihteeri p. 040 041 3861, aila.ollonen@gmail.com

[www.elakeliitto.fi/yhdistykset/tampere](http://www.elakeliitto.fi/yhdistykset/tampere) ● Yhdistyksellämme on myös Facebook -sivut