



*Koko luonto nyt virkoopi.
Meri, maa ja taivas ihastuupi.
Iloitkoon siis vanha ja nuori.
Linnut laulavat ja maa on tuore.*



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 13.05.24 Mikä on sydäniskuri? Miten se toimii?
ETK Veijo Vasama

Ma 27.05.24 Lehmirannan lomakeskuksen palvelut,
Maria Vakkuri

Liikuntaa

Kävelyfutis tiistaisin
kello 11.00 Nalkalan kentällä.
Nääshallissa bocciaa vielä
tiistaina 7.5. kello 11.30 -
13.30 ja kuntosali 28.5. asti
kello 11.30 - 12.30.
Frisbeegolf keskiviikkoisin
kello 11.00 Vihiojan kentällä.



Kesän retket

To 06.06.2024 Retkipäivä Karkun Ritajärven luonnon-
suojelualueelle. Ohjelma: Lähtö Keskustorilta Vanhan
kirkon luota kello 9.00 Nokia-Siuro-Häijää-Ritajärvi /
Häijään ABC:llä pieni tauko
Luontoretken opas Katariina Pylsy nousee kyytiin Häi-
jäästä ja opastaa Ritajärvellä noin kahden kilometrin
mittaisen vaelluksen. Reitillä on kor-
keuseroja ja pitkospuita, ulkosalla
ollaan 2-3 tuntia. Reitin varrella
on hyvä eväiden nauttimis-
paikka tulineen.
Omat eväät mukaan koko
päiväksi! Paluu Häijään ABC:lle,



jossa tauko. Pistäydymme vielä Mouhijärven taaja-
massa Katariinan opastamana. Paluu Tampereelle noin
kello 16.00. Retken hinta on 20 euroa/jäsen. Ilmoittau-
tumiset 13.05.24 mennessä aila.ollonen@gmail.com

Ke 26.06.2024

Teatteriretki Heinolaan

Riemastuttava komedia
Vielä ehtii Sari Siikande-
rin ohjaamana tarjoaa
takuuvarmaa ja hauskaa viihdettä täysin katetulla
Heinolan kesäteatterilla. Lähtö kello 8.30 Keskusto-
rilta Vanhan kirkon luota. Lounas nautitaan ravintola
Maestrossa. Retken hinta on 70 euroa/jäsen (sis. lou-
naan, teatterilipun, väliaikakahvit ja matkan).
Kysy, onko vapaita paikkoja aila.ollonen@gmail.com



To 25.07.2024 Vanajaveden kierros - Hämeenlinna
Reitti:Tampere - Kangasala - Vehoniemi - Pälkäne - Au-
lanko, luonnonpuisto - Hämeenlinna - Hattula - Iittala
- Viidennumero - Kulju - Tampere.

Lähtö Tampereelta noin kello 9.00. Lounas nautitaan
kello 12.00 Seiskassa, Hämeenlinnassa Suomen kasar-
mialueella ja paluumatkalla poiketaan
Iittalan lasitehtaan myymä-
lässä. Paluu Tampereelle
noin kello 17.00.
Retken hinta on 35 euroa/
jäsen (sis. lounaan ja
matkan) Ilmoittautumiset
27.05.24 mennessä
aila.ollonen@gmail.com



Satulaan -pyöräilyryhmä starttaa Tampereella Ke 22.05.2024 kello 12.00 Ratinanraitilta, rannan puolella, kauppakeskuk- sen parkkihallin sisään- ajon vieressä. Tervetuloa mukaan!

Mira Kokko, Pyöräilyliitto Seniorit Satulaan -hanke
<https://www.satulaan.fi/>
<https://www.facebook.com/satulaan>



Piirin karaokemestari 2024 ja karaoketanssit 05.06.2024 Aitoossa
<https://elakeliitto.fi/piirit/pirkanmaa/piirin-karaokemestari-2024-karaoketanssit?delta=0>

Kävelyfutisleiri Lehmirannassa 25.- 27.06.2024
<https://elakeliitto.fi/tapahtumat/kavelyfutisleiri>

Lehmiranta
<https://lehmiranta.fi/kalenteri>



Yhdistyksemme tiedotuskanavat

- Jäsenkirjeet
- Kotisivut - Eläkeliitto Tampere
- Facebook - sivut - Eläkeliiton 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 Eläkeliiton Tampereen yhdistys ry FI64 5730 9020 0141 60

VIITENUMEROT

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

Toukokuu on saanut suomalaisen nimensä toukotoistista. Toukotöihin kuuluvat viljapellon kyntäminen ja kylväminen. Näiden kesän alun töiden onnistuminen oli ensiarvoisen tärkeää koko tulevan kesän työmäärän ja tulevan sadon kannalta.

Keväisin terveisin

Liisa Flinck-Vasama, puheenjohtaja

Hyvinvointitapahtuma - iloa ja toimintaa

Ke 12.06.2024 tapahtuma ikäihmisille Tammelan stadionilla kello 10.00 - 14.00. Tapahtuman järjestää Pirkanmaan Eläkeläispiirien yhteistyöelin / PEETU. Vapaa pääsy!
Tilaisuuden avaus kello 10.15 Kalervo Kummola

- Laulua Trio AmA ja säestäjänä Vesa Tuomi: mm. Vihreät niityt, Pariisin taivaan alla, Cuando Calienta el Sol ...
- Tilojen esittelyä kello 11.00 ja kello 13.00
- Tietoiskuja terveydestä, hyvinvoinnista ja palveluista
- Sydänsairaalasta kardiologi Tero Penttilä
- Lähitori Viola-keskuksesta Marja Ruonela
- Tampereen liikuntapalveluista Minna Niemelä
- Lihavoima ym. mittauksia Nääsville ry, Krista Laamanen
- Liikuntavartteja - Milenatraining
- Miracle-apuvälineet
- Komediateatteri
- K-Supermarket Tammelan stadion
- Pyöräilyliitosta Mira Kokko
- Paikalla mm. Ilveksen entinen pelaaja Markku Wacklin

Eläkeliiton 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 ● Yhdistyksellämme on myös Facebook -sivut