

**Hyvä yhdistyksemme jäsen,**

Yhdistyksessämme on tällä hetkellä 121 jäsentä.

## Hallituksen jäsenet

	puhelin	sähköposti
Pirkko Halkilahti, puheenjohtaja	040 589 2314	<a href="mailto:halkipi1@gmail.com">halkipi1@gmail.com</a>
Maire Hartikainen, varapuheenj.	040 516 0535	<a href="mailto:hartikainenmaire@gmail.com">hartikainenmaire@gmail.com</a>
Tuula Mure, sihteeri	040 757 9129	<a href="mailto:tuulamure@gmail.com">tuulamure@gmail.com</a>
Seija Aspinmaa, jäsen	040 547 0610	<a href="mailto:seija.aspinmaa@gmail.com">seija.aspinmaa@gmail.com</a>
Tauno Kallio, rahastonhoitaja	040 024 4783	<a href="mailto:tauno.kallio@markkulanmarjatila.net">tauno.kallio@markkulanmarjatila.net</a>
Jouko Laine, liikuntavastaava	040 680 4944	<a href="mailto:jouko1948.laine@gmail.com">jouko1948.laine@gmail.com</a>
Tuula Notkonen, jäsen	040 732 0176	<a href="mailto:tuulanotkonen@gmail.com">tuulanotkonen@gmail.com</a>
Liisa Valkeisenmäki, jäsen	040 718 8943	<a href="mailto:liisa.valkeisenmaki@gmail.com">liisa.valkeisenmaki@gmail.com</a>

Toiminnantarkastajaksi valittiin Otto Mertaniemi ja varalle Jouko Riuttamäki. Edustajamme vanhusneuvostossa ovat Ari Jurvanen, Jouko Laine ja Eila Linna.

Kesä on vierähtänyt nopeasti ja olemme saaneet viettää mukavia hetkiä yhdessä monenlaisten tapahtumien merkeissä. Toukokuun lopulla järjestimme Eläkeliiton Keski-Suomen piirin frisbeegolf -kisat, samalla kisattiin tonkKumia. Multian kesän toripäivänä yhdistyksemme möi perunapuuroa ja arpoja torilla. Illalla järjestettiin Hallin lavan tanssit, esiintymässä oli Kari Pienimäki ja Apassi, solistina myös Hannu Haahkala. Heinäkuussa teimme Kesäteatteriretken Ränssin Kievariin katsomaan laulunäytelmää Maitolavan prinsessa. Esiityksen jälkeen oli ruokailu runsaasta noutopöydästä. Näihin tapahtumiin osallistui runsaasti väkeä, kiitos kaikille mukana olleille, kesästä jäi hyviä muistoja.

Kerhon kokoontumiset jatkuvat entiseen malliin Multian seurakuntakodilla joka toinen maanantai klo 13.00 ellei toisin ilmoiteta. Kokoontumisissa juomme kahvia, keskustelemme, laulamme, joskus tietokisailemme tai palaamme bingoa, toisinaan saamme vierailijan kertomaan ajankohtaisista tai muuten mielenkiintoisista aiheista. Jokaiseen kokoontumiseen, paitsi syys- ja kevätkokoukseen, kuuluvat myös arpajaiset, joiden voitoiksi kerholaiset voivat tuoda jotain pientä arpajaispalkintoa kahvikulujen peittämiseksi, ensimmäisen arvan hinta on 3 €/kpl, seuraavat arvat 1 €/kpl.

## Syksyn ohjelmaa

- 2.9. Kerho klo 13 Frisbeegolf-laavulla, syyskauden aloittajaiset, Sanna Eiro paikalla.
- 16.9. Kulttuuritalo Ahjola, (Multian työväentalo), vieraana Satu Olkkonen. Talon historiaa.
- 30.9. Bingo, vieraana Uuraisten yhdistys.
- 14.10. Maalaislääkäri Tapani Kiminkisen luento, mukana myös Ulla Kiminkinen
- 28.10. Kerho, sydäniskurin käytön opettelua ja ehkä vähän hätäensiapua
- 11.11. Syyskokous
- 25.11. Kerho, alustavasti suunniteltu "Tonttula" -käyntiä  
(Kekälisen Marjatan luona Multialla)
- 9.12. Pikkujoulu Multi-Motellissa jouluruokailun merkeissä

Muutokset mahdollisia, niistä ja ohjelman tarkennuksista ilmoitamme kerhoissamme, sähköpostitse, facebook-sivullamme ja yhdistyksen nettisivulla.

**Vapaaehtoistoimijoiden virkistyspäivä** järjestetään 27.9.2024 klo 10-16 Multian seurakuntakodilla, sinne voivat osallistua kaikki ko toimintaa tekevät, tehneet tai toimintaa harkitsevat ja muuten vain kiinnostuneet. Eläkeliitosta tulee Marja Kamunen vieraaksemme ja päivän aiheena on musiikki. Ruoka- ja kahvitarjoilu, ilmoittaudu Anna-Liisa Viitaselle 20.9. mennessä, puh. 040 1863 749.

Marraskuussa perjantaisin klo 17.30-18.00 Seija Aspinmaa ja Mirja Salosyrjä pitävät **Poukamassa iltahartauden**, jonne kaikki ovat tervetulleita.

Vapaaehtoiset voivat mennä mahdollisuuksien mukaan itselleen sopivana päivänä tapaamaan Poukaman asukkaita esim. ulkoilemaan, lukemaan, seurustelemaan ym, Kellonaikatoive klo 13-16. Yhdistyksemme vapaaehtoinen on vakuutettu ja hän on antanut vaitiololupauksen. Pirkko Halkilahti toimii vapaaehtoisvastaavana.

Syyskaudella on myös tarjolla

**Seniorinepa**, matalan kynnyksen kohtaamispaikka joka toinen tiistai klo 11-14 10.9.2024 alkaen, tarjolla kahvi & pulla 1 eurolla, Seniorinepa sijaitsee entisen Kahvila Savannin tiloissa, Keskustie 33.

Seurakuntatalolla klo 10-14 **Loviisan Tupa** (ent. muistipäivät) ja seniorin hyvinvointineuvola kerran kuussa keskiviikkoisin 4.9., 9.10., 13.11. ja 11.12.2024.

Sinervän koulukeskuksessa **senioritanssit** torstaina 26.9. ja 21.11.2024 klo 18-20.

Kuntotalolla alkoi keskiviikkoisin klo 12.30-13.45 **Voitas.ryhmä 65+ vuotiaille**, voima- ja tasapainoharjoitteita. Aikaisempaa kokemusta kuntosaliharjoittelusta ei vaadita. Harjoittelun tavoitteena on lisätä toimintakykyä omaan arkeen, ennaltaehkäistä kaatumisia sekä kasvattaa omia voimatasoja. Lisätietoa ja ilmoittautumiset Katriina Haukilanoja, puh. 040 653 8076, ryhmässä on vielä vapaita paikkoja.

Eläkeliitto Keski-Suomen piiri järjestää syksyllä yhdessä JAMK:n kouluttajien kanssa kaikille avoimia ja maksuttomia **digitaitovalmennuksia** eri paikkakunnilla, mm. Keuruulla keskiviikkona 9.10.2024.

Päivä koostuu kahdesta kokonaisuudesta: klo 9-12 osuus on tarkoitettu aloittelijoille (älypuhelimien ja tabletin perustoiminnot, mm. uuden sähköpostiosoitteen luominen ja sähköpostin käyttö, tietoturvan perusteet, sähköiset terveyspalvelut) ja klo 13-16 osuus jo enemmän digilaitteita ja palveluita käyttäneille (mm. älypuhelimien ja tabletin sovellukset, päivitykset, pilvipalvelut, puhelimella maksaminen). Oma laite mukaan!

Ilmoittautuminen Keuruun valmennukseen 2.10. mennessä puhelimitse tai tekstiviestillä Anna-Liisa Viitanen, puh. 040 186 3749. Kimppakyydit puh. 0405892314 / Pirkko.

Lisätietoja osoitteesta [www.elakeliitto.fi/keski-suomi](http://www.elakeliitto.fi/keski-suomi).