



Hei!

Syksy on saapunut ja Järvenpään Ikäkuu lähestyy. Ikäkuu on jo kymmenettä vuotta Järvenpäässä vietettävä valtakunnallisen Vanhusten viikon laajennettu tapahtumasarja. Eläkeliiton Järvenpään yhdistyksemme on mukana eri tapahtumien järjestelyissä. Tapahtumista (n 40) on tiedotettu ja tiedotetaan erillisin tiedottein Eläkeläisneuvoston toimesta. Yhdistyksen toiminta syyskaudella 2025 jatkuu erittäin vilkkaana. Viikoittaiset vakioaktiviteetit jatkuvat entiseen tapaan arkipäivisin. Poikkeuksista ilmoitetaan erikseen.

Sisäpelivuoromme (Boccia, Tonkkumi ja tikanheitto) Seuratalolla jatkuvat talviaikataulun mukaisesti maanantaisin klo 13.15-15.00 ja perjantaisin kuten ennen klo 10.00-12.00.

TAPAHTUMIA/AKTIVITEETTEJA:

"Roppa rennoksi vol.2" seuraavan rav Omegassa ti 29.9. klo 15 ja lokakuussa tiistaisin 14.10. ja 28.10.2025 klo 15 alkaen.

ÄijäVirtaa järjestää KOTARETKEN torstaina **9.10.2025**. Paikka on Juholan kota, Kupsenkyläntie 388. Lähtö Myllytieltä, Cooperin kulmasta klo 12.00. Retki tehdään kimppakyydein. Ilmoittaudu mukaan Ristolle 3.10.2025 mennessä ripak2020@outlook.com Kerro samalla tarvitsetko kyytiä ja voitko tarjota sitä – ja kuinka monelle.

Perillä makkaranpaistoa, nokipannukahvit ja yhteistä pelaamista sekä seurustelua. Omia eväitäkin voi ottaa mukaan. Kaikki ovat tervetulleita kotaretkelle.

Eläkeläisneuvoston ja Järvenpään kaupungin järjestämä ja suuren suosion aikaisemminkin saavuttanut **Retrodisco 7.10.2025 klo 14-16** Järvenpääntalon ylälämpiössä juhlistaa Järvenpään Ikäkuu tapahtuman 10-vuotistaivalta. Sitä edeltää etkoina Leila Ketolan pitämä tietoisuus tanssin vaikutuksesta aivoterveysteen Juhani Aho-salissa klo 13-14. Tilaisuus on maksuton – myös narikka. Ylälämpiön baari

avoinna. Tapahtuman yhteydessä eläkeläisjärjestöt esittelevät toimintaansa pikku lämpiössä.

Boccia ystävyyskisa 17.10.2025 JYK:n uudessa liikuntasalissa. Ikäkuu tapahtumana EL Järvenpää on kutsunut kaikki muut paikkakunnan eläkeläisjärjestöt keskinäiseen ystävyyskisaan Bocciassa kunkin enintään kahden kolmihenkisen joukkueen voimin. Tapahtuma-aika on klo 09.00-15.00. Kaikkia eläkeläisjärjestöjen jäseniä ja muita Bocciasta kiinnostuneita on kutsuttu kannustamaan omiaan ja samalla tutustumaan Bocciapelin maailmaan. Paikalla on pop-up kahviomme käytettävissä.

Lokakuun yhteistapaaminen on 23.10.2025 klo 14.00 Myllytiellä. Luennon aiheena on "Omaishoito osana elämää". Heidi Puumalainen Omaisoivasta kertoo omaishoidosta ja kertonee vastauksen myös siihen mistä saa tietoa ja apua lähiomaisen vakavan sairastumisen tapahtuessa – Mitä tulee tehdä ja mitä voin tehdä? Tilaisuudessa tarjolla pullakahvia 2 € hintaan. Arvonta, tuo halutessasi pieni arvontapalkinto.

Keilaaminen seuraavan kerran **ÄijäVirtaa ryhmän** järjestämänä ke 15.10.2025 klo 15-16. Ilmoittautuminen Ristolle ennakkoon ripak2020@outlook.com ratavarausten vuoksi. Paikan päällä ilmoittautuminen ja maksu keilahallin kahviossa klo 14.30 – 14.50. Pyritään pelaamaan pari per rata, jolloin kustannus on 8,50 euroa per hlö.

SPR:n hätäensiapukurssi 15-20 jäsenellemme järjestetään SPR:n toteuttamana yhdistelmäkoulutuksena 27.10.-13.11.2025 ja 14.11.2025. Yhdistelmäkoulutus koostuu 4 x 45 min verkkokoulutusosuudesta, joka tulee ensin jokaisen osallistujan ensin suorittaa, ja yhdestä 4 x 45 min lähikoulutustapahtumasta Järvenpäässä erikseen ilmoitettavassa paikassa.

Kurssin ainoaksi kustannukseksi osallistujalle tulee 10 euron todistuskortti sellaisen halutessaan kurssin suorituksesta. Kurssin suorittaneen odotetaan olevan käytettävissä Eläkeliiton Järvenpään yhdistyksen tapahtumissa ensiapupartiossa.

Kurssille voidaan ottaa enintään 20 henkilöä ilmoittautumisjärjestyksessä. Edellytyksenä sellainen fyysinen toimintakyky, että kykenee esimerkiksi polvillaan suorittamaan paineluelvytystä ja tekemään paine- ja kiristysiteen.

Ilmoittautumiset sähköpostilla suoraan puheenjohtajalle kari.haapanen@kolumbus.fi 13.10. mennessä.

”Kari Tapio 80 vuotta – olen suomalainen” juhlakonsertti Järvenpäätalon Sibelius-salissa torstaina 13.11.2025 klo 19.00. Konsertissa kuullaan useita artisteja kuten Marita Taavitsainen, Jani Jalkanen, Jenna Bågeberg, Ilkka Vainio, Lloyd Libiso, Juse Venäläinen ja Joona Jalkanen. Luvassa Kari Tapion legendaarisia sinivalkoisia lauluja sekä tarinoita hänen elämästään ja urastaan. Lipun hinta 43 €. Liput jaetaan esityspäivänä Järvenpäätalon aulassa klo 18.30.

Sitovat ilmoittautumiset viimeistään 9.10.2025 sähköpostilla eliisa.armian@outlook.com.

Painettu ”LOKAKUU ON ikäkuu” -esitettä on saatavissa Järvenpäätalolla, kirjastossa ja Myllytiellä rajoitetusti. Esite on myös julkaistu issuu-julkaisuna. Sen saa luettavaksi kirjoittamalla nettiselaimen hakukenttään ”issuu ikäkuu 2025”.

Esite jaetaan jäsenille sähköpostin liitetiedostona *.pdf. Valitettavasti esite painettiin ennen tietoa Louhelan konkurssista. Louhelassa tiloissa pidettävät tai Setlementti Louhelan järjestämät tilaisuudet siten peruuntuvat.

Liitteenä Lokakuun tapahtumakalenterimme ja liitetiedostona Ikäkuu-esite.

Hallitus

KHa/18.9.2025