



*Maailma on täynnä  
suuria ihmeitä sille,  
joka on valmis otta-  
maan ne vastaan.*

# 2024

Eläkeliiton Tampereen yhdistys on toiminut jo lähes 50 vuotta. Yhdistyksemme perustettiin 24.08.1976.

### **Maanantaitapaamiset**

Maanantaitapaamiset muodostavat toiminnan rungon myös vuonna 2024.

Tapaamisiin pyritään löytämään jäsenistöä kiinnostavia alustuksia ja esityksiä. Aihevalintoihin toivotaan jäsenistöltä ehdotuksia. Tapaamiset ovat joka toinen maanantai Marttalaussa, Hämeenpuisto 39 A kello 11.00 - 13.00. Kahvitarjoilu alkaa kello 10.45, kahvimaksu on kaksi euroa.

### **Liikuntaa**

Jäsenille on tarjolla erilaisia liikuntamuotoja. Huomioimme UKK-instituutin suositukset ikäihmisten liikunnasta. Liikunnan edistäminen huomioidaan myös alustajien valinnoissa. Pyrimme järjestä-



mään mahdollisuuden pelata sääoloista riippuen kävelyfutista ja mölkkyä ulkona touko-syyskuun aikana ja sisätiloissa kävelyfutista ja bocciaa sekä kuntosalitoimintaa loka-huhtikuun aikana. Frisbeegolfia pelataan ulkona sään salliessa. Järjestämme erilaisia liikunnallisia tapahtumia vuoden aikana.



Sisäliikuntaa Nääshallissa, Näsijärvenkatu 8, tiistaisin kello 11.30 - 13.30.

Kävelyfutis kello 11.30 ja boccia kello 12.30.

Kävelyfutis sopii erityisen hyvin yhdessäolosta kiinnostuneille niin miehille kuin naisillekin. Voit käyttää Nääshallin kuntosalia kello 11.30 - 13.00.



## Kulttuuria

Yhdistyksemme yksi tarkoitus on tarjota jäsenille kulttuurielämyksiä ja kotikaupunkimme moniin patsaisiin tutustuminen on yksi tapa. Olemme tutustuneet mm. keskikaupungilla sijaitseviin patsaisiin sekä taideteoksiin, lukuisien kaupunkimme puistojen, Finlaysonin ja Tampellan alueen patsaisiin ja muistomerkkeihin. Järjestämme myös tutustumiskäyntejä ja retkiä Tampereen sekä lähiseutujen kulttuurikohteisiin. Teatteriretkiä järjestetään lähiseutujen teattereihin. Huhtikuussa (19.04.24) on tarkoitus lähteä Lahteen teatteriretkelle. Näytelmänä olisi Kuninkaan puhe. Kesällä toteutetaan kesäteatteriretki.



## Matkat

Tehdään retkiä kotimaan kohteisiin. Keväälle on suunnitteilla mm. tutustumiskäynti Eduskuntataloon. Luontoretkiä on järjestetty mm. Viikinsaareen, Niihamaan, Teiskoon ja lähikuntuen luontokohteisiin.

## Musiikki

Hyödynnämme jäsentemme musiikki- ja laulutaitoja esim. järjestämällä yhteislaulua ja liikuntaa musiikin tahdittamana.

## Kokkikurssi

Kokkikurssi miehille tullaan järjestämään Marttialassa maaliskuussa 2024.

## Vapaaehtoistoiminta Eläkeliitossa

Eläkeliiton vapaaehtoistoiminta on ennen kaikkea toisen ihmisen kohtaamista hyvässä vuorovaikutuksessa. Vapaaehtoisena toimiminen todistaa ihmisen halua ja taitoa olla toiselle kiireettä läsnä, kuunnella ja kuulla häntä, luoda merkityksellisyyden tunnetta, näin arkielämä rikastuu - molemmilla.

”Ystävyys on sitä, että kun laittaa silmänsä kiinni ja ajattelee ystävää, niin poskilihakset alkavat vetäytyä korvia kohti ja kaikki rypyt siliävät!”

Nalle Puh

Eläkeliiton vapaaehtoistoiminnan muotoja:

- Vierailut juttu- ja ulkoiluseuraa kaipaavien luona
- Virkistävien tilaisuuksien ja tuokioiden järjestäminen esimerkiksi paikallisessa hoivakodissa
- Puhelinauttaminen

## Varainhankinta

Jäsenmaksut, kahvirahat maanantaitapaamisissa, arpajaiset ja erilaiset EL-jäsen tuotteet ovat tärkeitä elementtejä omaehtoisessa varainhankinnassa. Uutena varainhankintamutona on kannatusjäsenten hankinta.

## 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, Eläkeliitto.fi/yhdistykset/tampere

Toivomme teiltä sähköpostiosoitteita. Siten voimme helposti ja nopeasti tiedottaa uusista asioista isollekin joukolle. Lähetä osoitteesi jäsenihteerille aila.ollonen@gmail.com

## Yhdistyksemme tilinumero

Maksun saaja on Eläkeliiton Tampereen yhdistys ry, FI64 5730 9020 0141 60

## Hallitus 2024

Liisa Flinck-Vasama, puheenjohtaja  
Heikki Lehtimäki, varapuheenjohtaja  
Pertti Flinck  
Kaija Irri  
Kirsti Kokkonen  
Erkko Maalampi  
Aila Ollonen  
Anna-Kaarina Rantaviita-Tiainen  
Pirkko Vuorensola

**Hyvää alkanutta vuotta!**

Liisa Flinck-Vasama  
puheenjohtaja

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