

Hyvät Senioriliikkeen jäsenet

Seminaariristeily Tallinnaan 9.2.2015 - varaa paikkasi nyt

Senioriliike järjestää 9.2.2014 seminaariristeilyn Viking Linen -aluksella Tallinnaan. Lähtö Helsingin Katajanokan laiturista klo 11.30 ja Tallinnaan saavutaan klo 14. Tallinnasta lähdetään paluumatkalle klo 18.00 ja Helsinkiin saavutaan klo 20.30.

Risteilyn ohjelmassa on seminaari, jonka aiheet keskittyvät tulevien eduskuntavaalien teemoihin. Mukavaa yhdessäoloa tarjoaa yhteinen buffet - lounas. Risteilyn hinta on 38 euroa, joka sisältää matkan, lounaan ja seminaariohjelman. Varmista paikkasi matkalle varaamalla matka viimeistään tiistaina 9.12. Ohjelma tarkentuu tammikuussa.

Ilmoittaudu sähköpostilla: toimisto@senioriliike.fi tai puhelimitse 050 345 4200

Kirjoja lahjaksi

Senioriliikkeen jäsen valt. tri Reijo A Kauppilan on koonnut ukkien ja mummien sanontoja kirjaan **“Ukin ja mummin viisaat ajatukset”**. Sanonnat Reijo on kerännyt lukuisissa eläkeläisten kerhoissa ja piireissä. Kirjasta saa elämänviisauksia arkeen ja juhlaan. Kirjan hinta on 15 euroa.

Professori emerita Sirkka Liisa Kivelän kirja: **“Hyviä vuosia”** kertoo, miten vanhuuden hyvinvointiin ja elinoloihin voi vaikuttaa omilla ratkaisuilla. Fyysisen kunnon, muistin ja mielialan kannalta tärkeitä ovat elämäntavat. Omaa asumista ja hoitoa kannattaa suunnitella jo etukäteen. Kirjan hinta on 20 euroa.

Sirkka-Liisa Kivelän ja Sari Vaapion kirja **“Vanhana Tänään”** antaa valmiudet keskustella Siitä on hyötyä myös koulutuksen suunnittelussa ja opetuksessa. Myymme kirjaa jäsenille 10 euron hintaan.

Tilaukset osoitteella toimisto@senioriliike.fi tai puhelimitse 050 345 4200

Senioriliikkeen hallitus toivottaa kaikille jäsenille

Hyvää Joulua ja Onnellista uutta Vuotta 2015

Eeva Kainulainen
Puheenjohtaja