



Pidä huolta aivoistasi ja itsestäsi

Tervehdys Senioriopettaja

Kevään 2023 toiminta on ollut ennätysvilkasta. Kiitokset siitä teille ahkerat osallistujat.

Opetusalan Seniorijärjestömme tämän vuoden teemana on: *Pidä huoli aivoistasi.*

Keskeistä tässä on: nuku huvia, syö terveellisesti, liiku riittävästi ja huolehdi sosiaalisista suhteista. Ei se tämän vaikeampaa ole – kaikki vaikuttaa kaikkeen.

Olemme käsitelleet teemaa pitkin kevättä. Aloitimme Padeliin tutustumisella ja pelaamisella, jota täydensi aivotutkija Ulla Halosen luento aivoterveudesta.

Sosiaalisia suhteita vankistimme vuosikokouksella ja Teatteri Eurooppa 4:n *Tänään huipulla – näytelmällä.* Yli 50 jäsentä oli tässäkin mukana.

Sähköautoilu, edunvalvonnasta huolehtiminen, linturetki, Vappujatsit, Suvivirsibileet sekä uusien jäsenten tutustumistilaisuus ja Illu-bandin 40-vuotiskeikka. Näillä tapahtumilla pyrimme tarjoamaan mahdollisuutta osallistua, olla liikkeellä. Yhdessäolosta saamme virkeyttä ja voimaa. Hienoa, kun olette mukana.

Kesän ja syksyn ohjelma on valmis. Kiitos aktiivisen hallituksen.

Ohjelmassa on lisäksi ennakkotieto kevään 2024 Oopperasta. Jos olet kiinnostunut, ilmoittaudu saman tien. Ryhmälennus tekee lipun edullisemmaksi.

Edellisessä blogikirjoituksessani iloitsin jäsenmäärämme kivunneen yli 700 jäsenen. Harmillista, mutta OSJ:n jäsenrekisteri olikin ajastaan jäljessä. Haamujäseniä oli noin 50. Todellinen jäsenmäärämme on tällä hetkellä 675. Edelleenkin mukaan mahtuu.

Pidä huolta itsestäsi ja läheisistäsi – nähdään tapahtumissa

t. 

PS. Olemme valmistelemassa vuoden 2024 valtakunnallisia Senioriopettajapäiviä Jyväskylään yhdessä Keski-Suomen ammatilliset senioriopettajat ry:n kanssa.

Laita syyskuun 2024 viimeinen viikonloppu kalenteriisi!

Markku Suortamo, kouluneuvos, puheenjohtaja

050 9183069 suortamo@live.com

www.iso.osj.fi