



KUOPION RAKENNUSMESTARIT

Jäsenkirje 1-2023



17.2.2022

PUHEENJOHTAJAN NÄKÖKULMASTA

Tervehdys

Talvi on ollut toistaiseksi lauha ja tuulinen, mikä on ollut näin kalliin energian aikaan hyvä asia. Toisaalta liukkauden torjunta vastaavasti vaatii lisätöitä ja varovaisuutta. Toivotaan nyt kuitenkin kauniita pakkaspäiviä, jotta jäät vahvistuisivat ja talviurheilu olisi mahdollista. Sainkin juuri tietää, että Kuopion yhdistys on saanut järjestettäväkseen RKL:n pilkkikilpailut. Meillähän on näistä hommista pitkät perinteet ja mestaruksiakin on tullut. Porukalla tapahtumaan mukaan, vaikkei osallistuisikaan itse kilpailuun, voi nauttia oheishjelmasta ja tunnelmasta.

Pidimme tammikuun mestaripäivän majallamme Sorsasalossa. Teemana oli Rakenna ja Asu -messujen info ja talkoojärjestelyt. Mukavasti oli porukkaa paikalla ja saimme hyvän tiiviin tietopaketin tämän vuoden tapahtumastamme. Ajankohta oli onnistunut ja palautteen perusteella tulemme jatkossakin toimimaan näin.

Rakentaminen on kausiluontoista, sekä vahvasti sidottu maailmantilanteeseen. Tarvikkeiden hinnannousu ja saatavuus ovat omalta osaltaan nostaneet kustannuksia. Vastaavasti korkojen nousu rajoittaa ostohalukkuutta, niin sijoittajille kuin asunnonvaihtajille. Energian hinnan pahin hintapiikki näyttäisi olevan ohi, mutta on samalla saanut kansalaiset säästämään ja tarkkailemaan kulutustaan. Globaalisti tämäkin varmasti näkyy joissakin tilastoissa myönteisenä asiana.

Jos olette pysyneet terveinä tai selvinneet influenssasta, nyt on hyvä aika lähteä liikkumaan ja nauttimaan aurinkoisista kevätkeleistä. Itselleni tuo työikäisten kuntoutusjakso antoi motivaatiota kiinnittää huomiota omaan hyvinvointiin ja jaksamiseen.

Mika Nurminen
Puheenjohtaja



Kuopion Rakennusmestarit ja -insinöörit AMK ry

Vuorikatu 44, 70100 KUOPIO

Sähköpostit: mixu.nurminen@gmail.com

Pankkitilit: FI10 5609 1820 0411 52, yleinen maksuliikenne

FI96 5600 0520 4863 28, omavastuutili (osallistumismaksut tapahtumiin, matkoille yms.)

FI43 5600 5350 0072 84, seniorikerho

www.kuopionrkmns.fi

Yhdistyksen jäsenkirje ilmestyy helmikuun, toukokuun, syyskuun ja joulukuun puolivälissä, pienet poikkeamat mahdollisia. Aineisto toimitukselle viimeistään 3 viikkoa ennen ilmestymistä: hannu.lehmuskero@gmail.com

TULEVAA TOIMINTAA

<p>25.–26.2.</p>	<p>Rakenna ja Asu-messut, Kuopio-halli Jo perinteeksi muodostuneet messut, mihin tarvitaan erilaisiin tehtäviin innokkaita talkoolaisia yhdistyksemme jäsenistä. Etuna on päästä katsomaan ennen tai jälkeen talkoovuoron messut ja verkostoitua alan ammattilaisiin. Talkooryhmien vetäjien tiedot jäsenkirjeessä 4–2022 ja yhdistyksen nettisivuilla.</p>
<p>23.3.</p>	<p>Sääntömääräinen kevätkokous klo 18.00, Kuopion Klubi, Kuninkaankatu 10 Käsitellään sääntöjen 8 S:n mukaiset kevätkokousasiat. Kokousaineisto erillisenä liitteenä/niteenä. Ilmoittautuminen 10.3. mennessä tekstarilla 0400 979 128 tai mixu.nurminen@gmail.com. Ruokatarjoilu. TÄMÄ ON VIRALLINEN KUTSU.</p>
<p>8.6.-11.6.</p>	<p>Yhdistyksen jäsenten ja avecien kesämatka, kts. erillinen ohjelma HUOM! Tällä matkalla kävellään paljon, joten matka ei sovellu liikuntarajoitteisille. Järjestelyjen takia, sitovat ilmoittautumiset jo 10.3. mennessä: eija.tuppurainen@rakennustyo.net Osallistujamäärä minimi 25 hlöä, maksimi 50 henkilöä. Ilmoita sähköpostitse: osallistujien nimet ja puhelinnumerot, miltä ohjelman mukaiselta pysäkiltä lähdette bussiin, mahdolliset ruoka-aineallergiat, haluatko lisämaksullisen 1 hh huoneen. Yhdistyksen tuki 300 euroa/jäsen, avec täysi maksu, joka määräytyy vahvistetun osallistujamäärän mukaan. Osallistujille vahvistetaan matkan toteutuminen 17.3. mennessä ja omavastuuosuudet on maksettava 31.3. yhdistyksen omavastuutilille FI96 5600 0520 4863 28. Kaikilla lähtijöillä oltava matkavakuutus (matkustajavakuutus) kunnossa!</p>

TAPAHTUMAT ILMOITETAAN MYÖS RAKENNUSLEHDEN RKL-PALSTALLA, YHDISTYKSEN NETTISIVUILLA (kuopionrkmins.fi) JA FACEBOOK-SIVUILLA.

RKL:N TULEVIA TAPAHTUMIA, JOTKA KANNATTAA MERKITÄ KALENTERIIN:

<p>18.3.</p>	<p>RKL:n pilkkimestaruuskilpailut Tänä vuonna kisat järjestää Kuopion yhdistys. Kts. erillisilmoitus tässä lehdessä.</p>
<p>5.3.</p>	<p>RKL:n hiihtomestaruuskilpailut Laukaan Peurungalla sunnuntaina 5.3.2023. Hiihtotapa perinteinen ja sarjat M/N yleinen ja 40 sekä M 50, 55, 60, 65, 70, 75, 80, yli 85 + avec-sarja. Ilmoittaudu 22.2. mennessä Pekka Levylle, p. 044 237 0407. Lisätiedot helmikuun RKL-viesti ja rkl.fi.</p>
<p>29.4.</p>	<p>RKL:n uintikilpailut Pajulahdessa Kaksi matkaa eri ikäluokille: 50 m vapaa ja rintauinti. Ilmoittaudu 14.4. mennessä Pekka Levylle, 044 237 0407. Lisätiedot joulukuun RKL-viesti ja rkl.fi</p>
<p>16.6.–18.6.</p>	<p>RKL:n kesäpäivät Turussa Seuraa RKL:n tiedottamista tarkemmin. Lajiharjoittelut täysillä käyntiin kesää kohti mentäessä. Lajina myös frisbeegolf, mihin toivottavasti saadaan Kuopiostakin osallistujia.</p>

RKL PILKKIMESTARUUSKUTSU 2023

- Aika:** Lauantai 18.3.2023
- Paikka:** Kylpylähotelli Kunnonpaikka Jokiharjuntie 3, 70910 Vuorela, Siilinjärvi.
Jäävaraust!
- Kilpailukeskus:** Infotilaisuus ravintola Kulkurissa klo 8.30. Kilpailukeskus Kota. **Kunnonpaikka, Kilpailukanslia avataan Ravintola Kulkurissa klo 9.00.**
- Kilpailuaika:** **klo 10.00–14.00**
- Säännöt:** Rakennusmestarit ja -insinöörit AMK RKL:n pilkkisäännöt. Kilpailukala ahven. RKL ei ole vakuuttanut kilpailijoita.
- Lähtö:** Rantakota toimii kilpailukeskuksena ja lähtö sieltä klo 10.00. Lähtöpaikalle on palattava **viimeistään klo 14.30.**

Sarjat ja osallistumismaksut:

Miehet yleinen, miehet 55 v., miehet 65 v. ja miehet 75 v. 20,00 €. Naiset 20,00 €. Nuoret alle 16 v. 10 €.

Joukkuekilpailut RKL:n mestaruuksista:

Yhdistysten välinen mestaruus kolmen osallistujan nimeämätön joukkue.
Kaikkien kilpailuun osallistuvien (paitsi puolisoitten ja nuorten) on oltava RKL:n jäsenmaksun suorittaneita.

Ilmoittautuminen ja tiedustelut:

Kirjallisesti **3.3.2023** mennessä osoitteella: pekkalevy@gmail.com
Jättäkää yhteyshenkilöt siltä varalta, jos kilpailu peruuntuu.

Osallistumismaksut samanaikaisesti Kuopion Rakennusmestarit ja -insinöörit AMK ry: tilille:

FI96 5600 0520 4863 28, viestikenttään: RKL Pilkki 2023.

Palkinnot:

Palkintoina jaetaan RKL:n mestaruusmitalit ja esinepalkintoja. Palkintojen jako rantakodalla n. klo 15.00.

Ruokailumahdollisuus:

Aamukahvi ja sämpylä Ravintola Kulkurissa klo 8.00–9.30 lisämaksusta 8,50 €/hlö.

Aamupala 15,00 €/hlö

Lounas Keittolounas kodalla klo 14.00 alkaen 19,50 €/hlö, sis. nokipannukahvit ja pullat.

Sauna:

Savusauna ja rantasauna lauantaina lämpiminä klo 15.00 alkaen 8,50 €/hlö.

Majoitusmahdollisuus: Standard huone 85 €, Forest view 100 € ja Lake view 105 €/vrk, sis. kylpylän ja aamiaisen.
Varaukset merkillä RKL Pilkki.

SENIORIKERHON KUULUMISIA

Seniorikerhon aloitetun vuoden 2023 ensimmäinen kokous/tapaaminen pidettiin perinteisesti toimistollamme Vuorikadulla 23. tammikuuta 2023 klo 13 alkaen ja poikkeuksellisesti vetäjänä oli yhdistyksemme rahastonhoitaja **Rainer Mikkonen**. Itse olin estyneenä ja kiitos Rainerille vetäjän roolista.

Rainerin johdolla kokousväki jo mutusteli seniorien tulevaa kesämatkaa pohjautuen vuonna 2022 E. Ahoselta saatuun tarjoukseen "**Liekksa, Joensuu, Ilomantsi, Parpeinvaara, Raappanan Maja, Möhkö ja Valamon luostari**". Paikalla olleiden seniorilaisten enemmistö hyväksyi ajatuksen ja helmikuun kokoukseen on Ahoselta pyydetty päivitettyä tarjousta, niin päästään asiassa eteenpäin.

Yhdistys järjesti 28.1.2023 Sorsasalossa mestaripäivän, joka alkoi klo 12 ja osanottajia oli todella runsaasti. Palaverin pääaiheena oli Rakenna ja Asu-messujen järjestelyihin liittyvät asiat. Seniorit olivat myös runsaslukuisesti paikalla ja tulevat osallistumaan monimuotoisiin messutalkootoihin päivien 22. - 27.2.2023 välisellä ajalla.

Ennen palaverin alkua pidettiin hiljainen hetki pitkäaikaisen arvostetun jäsenemme **rkm Pekka Mietisen** muistoksi. Oma muistoni Pekasta liittyy kalastamiseen/pilkkimiseen, jossa hän vuodesta toiseen oli aina kärkipään pilkkijöitä runsaine saaliineen jopa valtakunnan tasolla. Vuosina 1981- 1982 sain työskennellä korkealle arvostetun Pekan alaisuudessa, hänen antaen hyvää mallia johtajuudesta.

Allekirjoittanut kävi isolla kirkolla 26. tammikuuta kuluvaa vuotta osallistuen RKL:n Seniorien toimikun-

nan kokoukseen Itäisen alueen edustajana. Yhtenä kokouksen aiheena käsiteltiin RKL-SEN kesämatkaa 2023 Tampereelle ajalla 13.-15.6.2023. Kesäretken omakustannushinta jäsenille on 170 € ja avec 370 €. Matkakulut Tampereelle maksavat jäsenet itse. Matkasta ilmoitetaan vielä erikseen Rakennuslehdessä ja RKL:n internet-sivuilla, joten seurakkaa ilmoittelua.

RKL:n seniorien kuntoilutapahtuma ja toiminnansuunnittelupalaveri Pajulahdessa pidetään 8.-12.10.2023 välisellä ajalla. Jäsenen omakustannushinta on 180 € ja matkakulut jäsen maksaa itse. Seurakkaa tästäkin ilmoittelua Rakennuslehdessä ja RKL:n nettisivuilta.

Samaisessa kokouksessa toimikunta esitti, että vuoden 2024 RKL:n seniorien kesämatkan järjestäjä olisi Kuopio. Allekirjoittanut lupasi viedä asia yhdistyksemme hallitukseen käsiteltäväksi.

Lopuksi laitan vielä tulevat tapaamisajat muistutukseksi; laittakaa talteen.

Muistakaahan myös suorittaa seniorikerhon tilille 20 €:n kannatusmaksu 31. maaliskuuta mennessä: **Seniorikerhon tili FI43 5600 5350 0072 84.**

Nähdään ja muistutukseksi tapaamiset Vuorikadulla:

- helmikuu 20. päivä maanantai klo 13.00 alkaen
- maaliskuu 20. päivä maanantai klo 13.00 alkaen
- huhtikuu 24. päivä maanantai klo 13.00 alkaen.

Jouko Oksanen

seniorikerhon puheenjohtaja



YHDISTYKSEN TYÖIKÄISTEN JÄSENTEN AKTIVOIMINEN HYVÄÄN PALAUTTAVAAN JA TYÖKYKYÄ YLLÄPITÄVÄÄN KUNTOILUUN KUNNONPAIKASSA

Aika: perjantai 21.4. – lauantai 22.4.2023 ja seurantapäivä 8.9.2023

Paikka: Kylpylähotelli Kunnonpaikka, Jokiharjuntie 3, 70910 Vuorela

Hlömäärä: minimi 5 henkilöä – maksimi 10 hlö

Ohjelma **perjantai 21.4.2023 klo 8.00 kokoontuminen Kunnonpaikan pääaulassa.**

Huomioithan pukeutumisen päivän ohjelma mukaan jo kotona, sillä majoittuminen on vasta klo 15.00.

Klo 8–9.45 Aamiainen noutopöydästä, jonka yhteydessä ryhmäytymistä sekä käydään läpi päivien sisältö. Lisäksi ravintovalmennus työikäisen terveelliseen aamupalaan (Ravitsemus-ohjaus 60 min).

Klo 10–12 Inbody-testit, polkupyöraergometritestit sekä lihaskuntotestit. Palautteet ohjaajan kanssa ryhmässä. Lisäksi omatoimista venyttelyä.

Klo 13–14 Lounas runsaasta noutopöydästä. Lounaan yhteydessä ravinto-ohjeistusta. Teemana palauttava terveellinen lounas (Ravitsemus-ohjaus 60 min).

Klo 14–16 Kuntosalilaitteisiin tutustuminen ryhmässä. Opastus työikäisen lihaskuntoiluun. Käydään läpi Kunnonpaikan laitteisto sekä kiertoharjoittelu. (Ohjaus 60 min)

Klo 15 Majoittuminen Kylpylähotelli Kunnonpaikka 2 hengen huoneisiin.

Klo 17 Illallinen runsaasta noutopöydästä
Kylpylän kuohut sekä lämpimät löylyt. Tanssit ravintolasalissa.

Ohjelma: **lauantai 22.4.2023**

Klo 7.30–8.30 Aamiainen noutopöydästä

Klo 8.30–11 Kuntosalit käytettävissä. Kylpylässä HydroHex virtuaalivesijumppaa /uintia. Hierontapisteet ja sauna.

Klo 11 Rentoutus hoitokylpylä Harmoniassa. Sisältää käsiparafilihoidon.

Klo 12 Huoneiden luovutus ja lounas runsaasta noutopöydästä.

Seurantapäivä 8.9.2023

Klo 8–10 Kokoontuminen Kunnonpaikan pääaulaan **klo 8.00**. Aamiainen noutopöydästä. Käydään ryhmässä ohjaajan avulla läpi, kuinka kuntoilu ja ravinto-oppi ovat kulkeneet matkassa. Keskustellaan myös mahdollisista haasteista. Lisäksi puhutaan unen merkityksestä (Ohjaus 60 min).

Klo 10–12 InBody mittaukset, polkupyöraergometritestit, lihaskuntotestit. Ryhmäpalaute.

Klo 12 Lounas runsaasta noutopöydästä.

Klo 13–14 Liikuntaa toiveiden mukaan, esim. ohjattu kuntosalitreeni tai uuteen lajiin tutustuminen

Klo 15 Kylpylän kuohut sekä lämpimät löylyt.

Hinta: Osallistujia vähintään 5 hlöä 550 € / hlö

Osallistujia 6–9 hlöä 522 € / hlö

Osallistujia 10 hlöä 466 € / hlö

Hintaan kuuluu majoitus 2 hengen huoneissa. 1 hh huonelisä 40 €.

Ostavastuuosuus: 70 € / hlö, joka maksetaan yhdistyksen omavastuutilille heti, kun kuntoutusvastaava ilmoittaa hallituksen päättämät jäsenvalinnat hakemusten perusteella. Tilinumero ilmoitetaan valituiksi tulleille.

Lisätietoja: Työikäisten kuntoutusvastaava Eija Tuppurainen, puh. 040 825 1792, tai sähköpostitse eija.tuppurainen@rakennustyo.net

Hakeminen: Tähän kuntoutukseen voit hakea ilmoittamalla kiinnostuksesi viimeistään 3.3.2023 sähköpostitse eija.tuppurainen@rakennustyo.net Sähköpostin aiheeksi merkitse: TYÖIKÄISTEN KUNTOUTUS

Ennen sähköpostin lähettämistä, tarkista mm. täytäkö sääntöjen mukaiset kriteerit, mm. väh. 5 viimeistä vuotta RKL:n vuosimaksun ja Kuopion yhdistyksen vuosimaksun maksanut työikäinen jäsen ja olet alle tai juuri 64-vuotias. Soveltuuko sinulle varmasti tämän ohjelman mukainen ajankohta ja sisältö. Hakemiseen edellytämme myös, että mikäli tulet valituksi, sitoudut osallistumaan koko jaksolle. Ilmoita sähköpostitse nimesi, puhelinnumerosi, sähköpostiosoitteesi, mahdolliset ruoka-aineallergiat sekä jos haluat ehdottomasti 1 hengen huoneen lisähinnalla 40 €. Kuntoutusvastaava jakaa valitut osallistujat muutoin 2 hengen huoneisiin.

KUNNOSSA KAIKEN IKÄÄ



Viime vuonna starttasimme yhdistyksessämme työikäisten työkyvyn ylläpitämisen kuntoutuksen viiden osallistujan voimin. Ohjelma on siis testattu, tehty kehitystoimet ja hyväksi havaittu jatko. Toivottavasti te työikäiset, viisi vuotta yhdistyksemme jäsenenä olette, innostutte jatkamaan kuntoutusta ja tekemään ennen kaikkea hyvää itselle omilla valinnoilla tulevaisuuteen. Tutustu siis ohjelmaan ja toimi ohjeen mukaan.

Me kaikki varmasti tiedämme, miten tulee syödä, liikkua ja nukkua, mutta kuinka sitä arjen kiireessä ja työelämän oravanpyörässä sitten lipsuu aika ajoittain väärille urille? Tässä kuntoutuksessa saat kuntotestien ja ravinto-opein pieniä tai isoja herätyksiä ja huomaat, että omalla toiminnallasi, pienilläkin elämäntapamuutoksilla voit parantaa elämäsi laatua kohti terveellisempään oloon.

Joulukuussa 2022 viisi innokasta, osittain toisil-

leen tuntematonta, lähti avoimin mielin tutustumaan toisiinsa ja ennen kaikkea itseensä. Saimme kahden päivän aikana paljon eväitä kevään omatoimiselle jatko-osuudelle niin ravinnon kuin liikunnan suhteen. Juttutuokiot ruokailujen yhteydessä vaihtuen kokemuksia antoivat myös paljon. Lauantaipäivä oli omaehtoista kuntoilua: joku kävi aamulenkillä, kuntosalilla ja kylpylässä, osa kävi uimassa ja vesijumpassa. Lauantain ohjelma päättyi ihanaan hemmotteluhetkeen, kun meille tehtiin lämmin käsiparafiinihoito (sopii myös miehille) ja saimme rentoutua pehmeissä säätötuoleissa vällyjen alla. Seurantapäivänä toukokuussa saamme tehdä konkreettisesti samat testit uudestaan ja näemme, syntyikö tuloksia liikunnan ja ravinto-oppien myötä.

Kevään auringonsäteiden myötä toivotan kaikille iloisia kuntoiluhetkiä. Muistakaa hyvä nyrkkisääntö: Jokaisella aterialla kannattaa syödä vähintään oman nyrkin kokoinen annos kasviksia ja/tai hedelmiä.

Eija Tuppurainen
työikäisten kuntoutusvastaava



Kuopion Rakennusmestarit ja -insinöörit Amk

Matka Vaasaan, Uumajaan ja Pietarsaareen 8.-11.6.2023

Kiertoajelut oppaan johdolla Vaasassa, Uumajassa ja Pietarsaareessa

Matkaohjelma:
To 8.6.2023



Lähtö oheisen aikataulun mukaan kohti Vaasaa. Ajamme Viitasaaren ja Kyyjärven kautta Vaasaan. Matkalla pidämme yhden kahvitauon sekä lounastauon. Vaasassa lähdemme klo 14.00 oppaan johdolla kaupunkikiertoajelulle, jonka yhteydessä käymme katsomassa myös Raippaluodon siltaa. Iltapäivällä majoitumme n. klo 16.30 Original Sokos Hotel Royal Vaasaan, joka sijaitsee Central -rakennuksessa. Illalla nautimme päivällisen hotellin ravintolassa.

Pe 9.6.2023



Aamuvirkuilla mahdollisuus käydä hotellin aamupalalla. Lähdemme klo 6.45 hotellilta Vaasan matkustajasatamaan, josta Wasalinen laiva lähtee klo 8.00 kohti Uumajaa. Laivalla nautimme buffet aamiaisen. Laiva saapuu klo 10.30 paikallista aikaa Uumajaan. Lähdemme Holmsundin satamaan saavuttua opastetulle kaupunkikiertoajelulle paikallisen oppaan johdolla (suomenkielinen opastus). Kierroajelun aikana tutustumme kaupungin keskustan ja lähitienoon arkkitehtuuriin. Pysähdymme pienelle kävelylle Umedalenin patsaspuistossa. Kierroajelu päättyy taiteelliselle Campukselle, josta löytyy Bildmuseet, Curosium ja Arkkitehtuuri korkeakoulu. Kierroksen jälkeen nautimme lounaan Tonkaumea -ravintolassa. Lounaan jälkeen on mahdollisuus käydä Bildmuseossa. Majoitumme Uumajassa Scandic Umeå -hotelliin.

La 10.6.2023

Nautimme aamiaisen hotellin ravintolassa. Lähdemme hotellilta klo 9.45 Holmsundin satamaan, josta Wasalinen laiva lähtee klo 11.15 paikallista aikaa kohti Vaasaa. Laivalla nautimme buffet ravintolassa saaristolaispöydän antimista. Saavumme Vaasan satamaan klo 16.00. Tämän jälkeen siirrymme Sokos Hotel Vaakunaan, jonne majoitumme. Ilta omatoimista aikaa.

Su 11.6.2023



Hotellin ravintolassa nautitun aamiaisen jälkeen lähdemme klo 9.00 Pietarsaareen, jossa alkaa opastettu kaupunkikiertoajelu klo 10.30. Kierros päättyy klo 12.00, minkä jälkeen on mahdollisuus omatoimisesti tutustua keskustaan ja käydä esim. kahvilla. Lähdemme kotimatalle Pietarsaaresta n. klo 13-14 Kaustisen ja Kyyjärven kautta. Nautimme matkalla lounaan. Kotipaikkakunnille saavumme n. klo 18.00-20.00.

Hinta:

577,00 € / hlö, jos vähintään 25 henkilöä (minimi hlömäärä)
547,00 € / hlö, jos vähintään 30 henkilöä
522,00 € / hlö, jos vähintään 35 henkilöä (50 hlöä maksimi hlömäärä)



Hintaan sis.:

- * bussimatkat em. ohjelman mukaan ja laivamatkat Vaasa-Uumaja-Vaasa
- * majoitus ohjelmassa mainituissa hotelleissa 2-hengen huoneessa
- * aamiaiset hotelleissa ja Wasalinen laivalla pe 9.6.
- * päivällinen 8.6. Sokos Hotel Royal Vaasassa
- * Saaristolaispöytä Wasalinen laivalla la 10.6.
- * lounaat menomatalla to 8.6., Uumajassa pe 9.6. ja paluumatkalla su 11.6.
- * opastetut kiertoajelut Vaasassa, Uumajassa ja Pietarsaareessa

Lisämaksusta:

- * yhden hengen huoneen lisämaksu 115,00 € (Vaasassa 2 yötä ja Uumajassa 1 yö)
- * jos la-su välinen yö Pietarsaaren kaupunginhotellissa lisämaksu 25 €/hlö 2-hengen huoneessa

Lähtöajat:

klo 6.30 Nilsia linja-autoasema
klo 7.20 Kuopio Matkakeskus, tilausajolaituri 9
klo 7.30 Vuorelantien pysäkit
klo 7.45 Siilinjärvi linja-autoasema



Matkanjärjestäjä: LINJA-AUTOLIIKE E. AHONEN, NILSIÄ

Yhdistyksen puolesta matkavastaavana/ilmoittautumiset:

Eija Tuppurainen, puh. 040 825 1792, eija.tuppurainen@rakennustyo.net (HUOM! Sitovat ilmoittautumiset 10.3. mennessä, kts. tarkemmat ohjeet omavastuuosuuksin tämän jäsenkirjeen tulevat tapahtumat -kohdasta)

Port Payé
Finlande
134480
Posti Oy

ECONOMY

Posti Green

Yhdistyksen toimikunnat ja toimihenkilöt kaudelle 2023

Sihteeri	Hannu Lehmuskero , 0400 579 290, hannu.lehmuskero@gmail.com
Rahastonhoitaja	Rainer Mikkonen , 050 917 4448, rainer.mikkonen@gmail.com
Tiedottaja (jäsenjulkaisut, nettisivut, sosiaalinen media)	Hannu Lehmuskero Markku Vornanen , 050 343 9349, vornanen.mar2@gmail.com
Koulutushenkilö	Pentti Leskinen 040 519 6044, juisse1458@gmail.com
Opiskelijayhdyshenkilöt	Harri Hassinen , 044 5967 346, harri@harpa.fi Markku Vornanen Eija Tuppurainen , 040 825 1792, eija.tuppurainen@rakennustyo.net Pentti Leskinen
Mökkitoimikunta	Kauko Huttunen , 0400 577 152, huttunen.kauko@gmail.com
Urheilutoimikunta	Pekka Levy , 044 237 0407, pekkalevy@gmail.com
Huomionosoitustoimikunta	Kimmo Kaikkonen , 040 6695 484, kimmo.kaikkonen@ains.fi Timo Tikkanen , 050 308 5793, t.tikkanen@dnainternet.net Teiju Laine , 044 971 0596, teiju.laine@gmail.com Risto Räsänen , 0400 873 112, rasanenristo@hotmail.com
Historiikkitoimikunta	Aira Pesonen 050 570 7492, aira.pesonen@hotmail.fi
Opinto- ja virkistysmatkojen järjestelyt	Eija Tuppurainen, Mika Nurminen, Markku Vornanen, Matti Maapuro 044 341 7789, matti.maapuro@gmail.com
Rakenna ja Asu -messujen yhdyshenkilö	Mika Nurminen
Kokous- ja tapahtumajärjestelyt	Mika Nurminen, Eija Tuppurainen
Kuntoutusvastaava, seniorikuntoutus	Jouko Oksanen , 040 730 6620, oksanenjouko22@gmail.com
Kuntoutusvastaava, työikäisten kunt.	Eija Tuppurainen, Kimmo Kaikkonen
Tilintarkastaja	SYS Audit Oy , vastuuhenkilöt yhtiöstä
Toiminnantarkastaja	Jouni Tiihonen , 044 185 141, jouni.tiihonen@hotmail.com varalla Aira Pesonen , 050 570 7492, aira.pesonen@hotmail.fi