

Velkuan Sanomat

Julkaisija Pro Sinervo ry: prosinervo@gmail.com [facebook.com/sinervontalo](https://www.facebook.com/sinervontalo)

Velkuan ja Livonsaaren alueella Naantalissa ilmestyvä paikallinen tiedotuslehti
Nro 4/2020 13.8.2020



Kesän päätöstä eli muinaistulien yötä vietetään Sinervon talolla tänä vuonna koko yö. Talo on mukana Suomen Latu ry:n Nuku yö ulkona -tapahtumassa, jossa kannustetaan nauttimaan Suomen luonnosta yötä myöten.

Muinaistulien yö päättää saariston kesäkauden, ja tänä vuonna päättyvän kesän lämpöä voi juhlistaa viettämällä yön teltassa tai vaikka trendikkäässä riippumatossa: Sinervon talon viereisessä koivikossa riittää niille ripustimia!

Jotta uni maittäisi makeasti, ilta vietetään aktiivisesti liikkuen ja pelaten. Sinervon talolla pelataan kello 17 alkaen pingistä ja lautapelejä, lentopalloa, sulkapalloa, frisbeegolfia ja jalkapallokroketta. Uimaankin pääsee vaikka iltamyöhällä.

Myynnissä on kahvia, pullaa ja makkaraa myös itse grillattavaksi talon grillissä. Grilliin mahtuu omiakin eväitä. Talo on auki koko tapahtumayön. Tapahtuman järjestävät Pro Sinervo ry ja Naantalin kaupunki.

Voimaa ja tasapainoa liikuntapäivästä

Elokuun viimeisenä keskiviikkona eli 26.8. Sinervolla vietetään ikäihmisten liikuntapäivää. Tapahtuma alkaa ulkona pidettävällä keppijumpalla kello 11. Sen jälkeen siirrytään sisälle juomaan kahvit ja kuuntelemaan Naantalin vanhusneuvoston kuulumisia. Niitä kertoo Raimo Laine.

Ulkona sijaitsevilla toimintapisteillä haetaan tasapainoa voimaharjoittelulla ja tanssien sekä huolletaan kehoa venyttelemällä ja liikkuvuusharjoittelulla.

Tapahtumassa pääset mittauttamaan myös kehonkoostumuksen ja puristusvoimasi.

Tapahtuman järjestävät Pro Sinervo ry ja Naantalin kaupunki.

Sinervolla tapahtuu



Ikääntyvien ihmisten liikuntapäivä keskiviikkona 26.8. kello 11. Ohjelmassa keppijumppaa, tasapainon treenaamista voimaharjoittelulla ja tanssien, kehonhuoltoa ja venytelyä, kehonkoostumusmittaus, puristusvoimamittaus ja kahvit. Katso lisää tämän sivun jutusta!

Nuku muinaistulien yö ulkona lauantaina 29.8. Sinervon talo auki koko yön! Kokoontuminen Sinervolla kello 17–19. Pihalla lentopalloa, sulkapalloa, frisbeegolfia ja jalkapallokroketta, sisällä pingistä ja lautapelejä. Uimaranta vieressä.

Omat eväät mukaan (grilli käytössä), Sinervolla myynnissä kahvia, pullaa ja grillimakkaraa myös itse grillattavaksi. Tapahtuman järjestää Naantalin kaupunki ja Pro Sinervo.

Syksyllä tulossa:

Naantalin opiston kursseja, joogaa kerran viikossa päivällä ja intialaista päähierontaa (4 krt). Seuraa opiston ilmoittautumisohjeita.

Naantalin kaupungin kanssa yhteistyönä joko kuntosaliharjoittelua tai kuntosali-, voima- ja tasapainoharjoittelua vuorotellen. Muodostetaan ryhmä tarpeiden mukaan.

Digikutsut 9.9. klo 13. Opetellaan älylaitteiden käyttöä ja ratkotaan pulmatilanteita.

Hyvän mielen Velkua-päivä sai väen liikkeelle

Velkua-päivä kokosi heinäkuun 11. päivä Sinervon talolle ja ympäristöön kymmenittäin lapsia ja aikuisia nauttimaan yhdessäolosta ja hienosta koko perheen Mimmit-konsertista. Vaikka epävakainen sää aiheutti muutaman myyjän poisjäännin, saatiin päivässä nauttia myös pienimuotoisesta markkinatunnelmasta.

Päivän järjestivät yhdessä Pro Sinervo ja Velkuan Saaristolaisyhdistys. Tapahtumaa jatketaan myös ensi vuonna yhdessä tehden.

Johanna Antila



Telkkarista tutun Mimmit-yhtyeen kesän ainoa keikka pisti tossuun vipinää ja nosti hymyn huulille.



Onnenpyörässä voittivat kaikki. Jännittää piti vain sitä, mikä voitto osuisi kohdalle!



Velkua-päivä alkoi perinteiseen tapaan Velkuan viirin nostolla.

Kunniatehtävän hoiti tällä kertaa Hannu Siekkinen.



Pirjo Järvenranta, Johanna Antila ja Outi Tikkanen pääsivät yhteiskuvaan Mimmiiden kanssa.

Luovaa kielenkäyttöä harjoittelemassa

Pro Sinervo ry järjesti jo neljännen kerran luovan kirjoittamisen kurssin. Tällä kertaa ohjaajana oli Daniil Kozlov, joka tunnetaan taiteilijanimellä Susinukke Kosola.

Kurssi järjestettiin Sinervon talolla, ja osallistujia oli kuusi. Tehtiin erilaisia kirjoitusharjoituksia, jotka luettiin ja joista keskusteltiin.

Ensimmäinen harjoitus oli kirjoittaa mahdollisimman huono runo ja sen jälkeen pohtia, miksi oma runo oli huono

Kaarinan huono runo:

”Tässä poljen jalkaa,
pitäisikö alkaa
runoilijaksi.
Ulkona on tuuli,
sen sydämeni kuuli
sai säkeet lentämään.”

Yhtenä harjoituksena oli tehdä eri aisteilla havaintoja ulkona tai sisällä, ja näin havainoi Osmo:

”Kun käväisin ulkona, näin että hieno ilma oli saanut

veneilijät liikkeelle. Melko lyhyen ajan sisällä kolme aika kookasta ja hienoa moottorikäyttöistä venettä kulki ohitse. Olemme aivan meren rannalla ja täältä näkee hyvin vesillä kulkevat alukset. Olivat mielestäni hyvin toimeentulevia ihmisiä, nämä ohitse veneilevät henkilöt.”

Näiden harjoitusten lisäksi esim. poimittiin Sinervon seinällä olevissa lehtileikkeissä esiintyviä sanoja, jotka piti sijoittaa kirjoitettavaan tarinaan tai näytettiin kuvia surrealistisista maalauksista, joiden perusteella kirjoitettiin valitun kuvan herättämistä ajatuksista.

Kirjoitusharjoitusten välissä Daniil jakoi sopivina annoksina tietoa kirjoittamisen salaisuuksista.

Aurinko paistoi, merimaisema inspiroi ja tunnelma oli rento. Sekä kurssilaiset että ohjaaja olivat sitä mieltä, että jatkossakin olisi mukavaa, jos näitä kursseja Sinervolla järjestettäisiin.

Kirsti Martikainen (kurseille osallistuneiden Kaarina Peltosen ja Osmo Martikaisen avustamana)



Anarkistirunoilija, sanataideohjaaja Susinukke Kosola eli Daniil Kozlov on saanut muun muassa Indie Book Awards -palkinnon, Kalevi Jäntin palkinnon ja Silja Hiidenheimon muistostipendin. Kuva: Pia Jalkanen.

Café Laituri

P. 044 337 9913
Voiponlahti, Palva
N: 6714600 E: 206459

Avoinna
joka päivä
klo 11–19

Ilmoita Velkuan Sanomissa:

Pikkuilmoitus 25€ ¼-sivu 45€

½-sivu 70€ 1 sivu 135€

Joka kolmas ilmoitus ½-hintaan!

Kysy lisää: prosinervo@gmail.com

Velkuan Sanomat on Velkuan ja Livonsaaren alueella joka kotiin jaettava paikallislehti. Julkaisija: Pro Sinervo ry.

Näköislehti ja aiemmin ilmestyneet Velkuan Sanomat löytyvät netistä osoitteesta

prosinervo.com/velkuan-sanomat

Ilmoitukset: prosinervo@gmail.com

Tuotanto: Susanna Viljanen, viestintaosasto.fi



Vaihela

SAARISTOHOTELLI

Vaihelan kesä 2020

Saaristohotelli Vaihelan ravintola on
elokuussa avoinna

**perjantaisin ja lauantaisin kello 12–22,
sunnuntaisin 12–16.**

Kesäkausi 2020 päättyy muinaistulien yöhön 29.8.

Tervetuloa!

Luantaisin livemusiikkia kello 18 alkaen!

la 15.8. Pepe Gonzales

la 22.8. Kalle Klotz Ja Susanna Pihlaja

la 29.8. MUINAISTULIEN YÖ:
Markus Salo (Voice 2019)

Ohjelmanmuutokset ovat mahdollisia. Seuraa meitä Facebookissa!

Tarkemmat tiedot osoitteesta vaihela.fi sekä Saaristohotelli Vaihela Oy:n facebook-sivuilta

