



Seniorilainen

Kuusamon Senioritanssijat ry:n julkaisu, helmikuu 2005



Puheenjohtajan puheenvuoro Viisivuotisjuhlaa Kuusamossa

Viidennen kerran järjestettävä Senioritanssijat Atimoissa -tapahtuma on ikäihmisten liikuntatarvetta ja omaehtoista toimintaa parhaimmillaan. Senioritanssitoiminta järjestäytyi yhdistykseksi Kuusamossa neljä vuotta sitten maaliskuussa, ja viidennet Atimot on samalla yhdistyksen juhlavuoden päätapahduma. Senioritanssi on vakiinnuttanut asemansa toisten erityisliikuntamuotojen joukossa. Meille on syntynyt myös oma tunnus, logo, jonka on tehnyt Sirkka Takalo. Siinä tulee esiin vertauskuvallisesti senioritanssin luonne: iloinen ja reipas liikunta musiikin tahdissa.

Senioritanssi on löytänyt tiensä harjoitussalien suojista niiden ulko-

puolellekin. Se on hakeutumassa myös kaupungin perusturvan vanhustyöyksiköihin, ja niiden työntekijöitä kaivataan lisää mukaan ohjaaja-koulutukseen. Senioritanssin eri muodot antavat perusturvan kuntoutustoimintaan uusia virikkeitä, esimerkiksi istumaversio soveltuu vaikeasti liikkuville tai liikuntakyvyttömille vanhuksille, tai jopa sängyssä maaten toteutettavaksi. Lajin Suomeen 1970-luvun lopulla tuonut, ja nyt myös Kuusamoon 12-henkisen ryhmänsä kanssa saapuva Margareta Grigorkoff on korostanut, ettei senioritanssi ole vain liikuntaa. Se on myös sosiaalista kanssakäymistä muiden ihmisten kanssa. Ruotsinkielisen senioritanssiliiton kunnia-

puheenjohtaja kertoo saaneensa monta uutta ystävää senioritanssin kautta, ja se on kehittänyt myös keskittymiskykyä. Senioritanssijat Atimoissa on yhdistänyt kansainvälisen senioritanssin suomalaisia harrastajia. Tänä vuonna Kuusamoon saapuu ensimmäisen kerran myös ulkomaisia senioreita. Mukana Piirinyöriäisissä ja muissa tapahtumissa ovat muun muassa itävaltalaiset. Kiinnostuksensa ovat ilmaisseet myös hollantilaiset, sveitsiläiset, englantilaiset ja saksalaiset. Senioritanssi on ohjattua rytmistä liikuntaa, ei siis perinteistä tanssia. Senioritanssijoiden ei välttämättä tarvitse olla seniiori-ikäisiä, ja Atimojen Piirinyöriäisissä on ollut

mukana myös kouluikäisiä. Kiinnostusta on kasvattanut opettajien oma innostus käyttää senioritanssi-materiaalia koulumaailmassa.

Senioritanssista on Kuusamossa tullut myös yksi matkailijoille tarjottava ohjelmamuoto. Ryhmämme on käynyt esiintymässä ja liikuttamassa yleisöä eri kohteissa, missä yleisönä on ollut Kuusamoon saapuneita matkailijoita. Eryteisesti kiitokset yhteistyöstä kuuluvat Hotelli Kuusamolle, joka on toiminut joka kerta kumppanimme Atimot-tapahtuman järjestämisessä. Myös Kuusamon ammattinstituutin matkailuopiskelijat opettajansa johdolla ovat tällä kertaa mukana tapahtuma-

järjestelyissä. Ilman kaupungin suosiollista kädenojennusta tapahtuman järjestäminen olisi tosi vaikeaa. Kuusamotalon ja liikuntahallin käyttömahdollisuus on näin laajan tapahtuman onnistumiselle ehdoton edellytys.

Toivotan kaikki mukaan seuraamaan Senioritanssijat Atimoissa Kuusamossa -tapahtumia 10. - 12. toukokuuta. Uskon, että saamme jälleen rautaisannoksen piristävää yhdessäoloa ja liikuntaa musiikin mukana.

Pentti Kurvinen
Puheenjohtaja
Kuusamon
Senioritanssijat ry.

Liikkuvan ihmisen aivojumbppaa

Eija Kesälähti

Paljon liikkuvat ja hyväkuntoiset **Taimi ja Veikko Rontti** harrastavat senioritanssia. Lajissa heitä viehättää sen aivoja rasittava puoli: kuviot on pidettävä mielessä ja se pitää aivot virkeinä.

– On hyvä, että ryhmässä on monenkuntoisia ihmisiä. Meille senioritanssi on aivovoimistelua, talviselle iltapäiväkävelylle Piilolantien kodissaan lähdössä ollut aviopari kertoo.

– Liikuntamuotona senioritanssi on erittäin hyvä vähän huonommin liikkuville. Se on harrastuksena helppo ja paljon antava, en ole koskaan kokenut rasittavaksi lähteä ryhmään, Taimi Rontti kertoo.

– Niin kauan harrastamme senioritanssia kun vain pystymme, Rontit vakuuttavat ja toivovat, että myös nuoremmat ottaisivat senioritanssin omakseen. – Olisi hienoa, jos syntyisi vaikka työpaikan ryhmiä. Tai työttömien senioritanssiryhmä. Kaikille heille käyvät samat tanssit ja olisi hyvää liikuntaa hyvän

musiikin tahdissa, Veikko ideoi.

Rontit ovat liikkuneet pienestä pitäen milloin hiihtoladulla, luonnossa samoillen, milloin hyötyliikuntaa laajalla pihallaan harrastaen. Senioritanssi tempaisi mukaansa ensin Veikon kuutisen vuotta sitten. Kolme vuotta sitten jäi Taimi eläkkeelle rajan työstä ja hänkin tuli mukaan senioritanssi-ryhmään.

Senioritanssiharrastus on täyttänyt Ronteilla tyhjiön, joka väistämättä tuli, kun tutut työympyrät saivat jäädä.

– Senioritanssi on tuonut meille uusia, hyviä ystäviä. Ja mielenkiintoa on pitänyt yllä erinomainen ja pitkä-mielinen ohjaaja, joka ei hoputa ketään ja saa innostumaan.

– Senioritanssiin on hyvä tulla mukaan vielä hyväkuntoisena. Kun oma kunto sitten joskus väistämättä heikkenee, on jo oppinut senioritanssin kuvioita, 64-vuotias Taimi perustelee.

Taimi kuuluu Kuusamon

Senioritanssijoiden nuorimpiin. Senioreitten keski-ikä on noin 67 vuotta, sillä vanhin on jo yli 80-vuotias. – Kaikki me olemme vielä seisomatanssijoita, 71-vuotias Veikko toteaa. Senioritanssin harrastajien määrä on Kuusamossa kasvanut kuudessa vuodessa noin sataan henkeen.

– Olen todennut, että se on lisännyt tasapainoa ja liikunnallisuutta meille kaikille, ystäviä harrastusmielessä myös hierova mies toteaa.

– Parasta on iloinen mieli. Yritämme auttaa toinen toisiamme ja naurua ryhmässä aina riittää, Taimi täydentää.

Taimi ja Veikko käyvät ryhmässä kerran viikossa. Se on heidän mielestään juuri sopiva määrä, ei liian sitova ja aikaa vievä, joten

sitä jaksaa täysipainoisesti harrastaa.

Sekä Taimi että Veikko ovat käyneet senioritanssin ohjaajakursseja ja Veikko myös ohjaa. – Onneksi me ollaan pari, vaikka vakituinen pari ei

ole välttämätön. Senioritanssissa käyvät hyvin myös naisparit, moni nainen kun ei tahdo saada miestä mukaan. Sitä paitsi tanssin luonteeseen kuuluu, että parit vaihtuvat tiuhaan piirin pyöriessä.



Piilolassa, Kuusamojärven rannalla asuvat Taimi ja Veikko Rontti ovat liikkuvaisia ihmisiä, joille senioritanssi on aivoja jumbpauttava liikuntamuoto.

Senioritanssijan leikekirjasta Muistatkeo...

Muistatkeo, miten monta hauskaa tapahtumaa koimme jo ennen kuin senioritanssijat järjestäytyivät ja perustivat oman yhdistyksen? Sen jälkeen on iloinen tanssiliikunta jatkunut ja kerännyt joukkoonsa uusia alan harrastajia. Harrastuspaikka on siirtynyt Kuusamotalolta Kuutamolle, joka onkin verraton sekä sijaintinsa että käytettävissämme olevan liikuntasalin suhteen. Mutta emme toki aina pysyttele seinien sisällä. Muistatkeo, miten tanssimme torilla rieskamyyntitapahtuman yhteydessä? Tai Korpihovilla

kaiken kansan lavatansseissa? Tai Kylmäluomalla kevät-kauden päättäjaisissä? Entäs kun kävimme Oulussa katsomassa Dario Fon Americako-farssia tai Helsingissä La Lailaa? Ja viime keväänä Nivalassa Pulaoopperassa?

Ensimmäiset Atimot Korkean ja avaran liikuntahallin lattia tuntui liukkaalle jalan alla. Oulun seudun vieraat toivat lisäväriä ja jännitystä harjoituksiin. Jussi piti avauspuheen ja vetäisi värsyn Excursiosta, jos se vaikka inspiroisi luomaan lauluun koreografian...

Tanssit soljuivat vaivatomasti Erjan kannustavassa ja varmassa ohjauksessa ja yleisö lähti estoitta mukaan. Tämä keväinen piirinpyöriäinen oli kuin jo monesti aiemmin ilmaan heitettyjen toiveiden täytymys.

Pikkujoulu

Aurinkoisena aamuna köröttelimme linjurilla Posion ja Sallan kautta Savukoskelle Koillismaan senioritanssijoiden yhteiseen pikkujouluun. Perillä meitä odottivat kahvi ja maailman herkullisimmat pullat! Iloinen tanssi ja puheensorina kertoivat,

että kaikki viihtyivät. Joulupukin muori oli omalta osaltaan luomassa tunnelmaa.

Myös oma viimeinen harjoituskertamme ennen joulua oli tunnelmallinen. Kaikki piirit olivat yhtä aikaa Kuutamolla, tanssimme ja nautimme glögiä piparkakkujen kera. Päätimme kynttilätanssiin, joka oli hidas, harras ja kaiketi kaunis katsella.

Tekstit ovat poimintoja senioritanssijoiden leikekirjasta, välähdyksiä sunnuntaihetkistä arjen keskellä. Elämän suola ovat kuitenkin perjantaiset arkiset harjoitukset. Jos

nauru pidentää ikää, olemme naurunremahduksista päätellen elämäämme jatkaneet - tai ainakin keventäneet. Harrastajia on tullut ja mennyt, mutta monet alusta asti mukana olleet tanssivat edelleen. Hetki elämäniloa perjantaisin on meille monelle jo sellaisenaan iso asia mutta myös tanssiharrastuksen tuomat oheistapahtumat ovat antaneet väriä ja iloa elämään, jonka ei seniorillekaan tarvitse olla pelkästään mustavalkoista.

Mirja Mustonen

KUUSAMON AMMATTI-INSTITUUTIN OPISKELIJAT MUKANA ATIMOISSA

Yhteistyö Kuusamon Senioritanssijoiden ja opilaitoksen välillä alkoi syksyllä 2003 **Juhani Haatajan** soitaessa instituuttiin matkailu-aineiden opettaja **Ulla Koskenkorvalle**. Koulumaailman tunteva Juhani tiedusteli Ullalta olisiko mahdollista saada opilaita mukaan suureen toukokuiseen tapahtumaan. Puhelinkeskustelussa virisi ajatus opiskelijoiden mukaantulosta suunnittelemaan ja toteuttamaan Atimon eri tapahtumia. Myynti- ja markkinointi-opintojakson opetus-

suunnitelma ja keskeiset sisällöt soveltuivat hienosti toteutettavaksi oikeassa työtehtävässä. **Erja Paakkari** vieraili jakson alussa opittunneilla ja briiffasi opiskelijat ja opettajan Atimoreput pullolleen –tapahtuman saloihin.

Matkailualan opiskelijaryhmä MPT02 suunnitteli, toteutti ja kokosi myyntitapahtumaan osallistuvilta yrityksiltä palautteen seuraavaa Atimoreppu-tapahtumaa silmällä pitäen. Kokemus oli molemmin

puolin positiivinen. Oppilaat saivat arvokasta kokemusta mm. markkinoinnista, puhelinmyynnistä, tapahtuman järjestämisestä, somistamisesta, myynti- ja esittelytehtävissä avustamisesta ja palautteen kokoamisesta. Kuusamon Senioritanssijat saivat ripeää ja innokasta apuvoimaa. Vieraat läheiltä ja kaukaa kiittelivät nuoria reippaudesta ja ystävällisyydestä.

Samainen MPT02-ryhmä on ottanut uuden haasteen vastaan. He

opiskelevat nyt viimeistä vuottaan ja suorittavat keväällä opinnäytetyön. Atimo-tapahtuma päättyi Huppujuhlaan, jonka järjestämisen opiskelijat ovat valinneet opinnäytetyökseen. Järjestelyt ovat jo pitkällä, työtehtävät ja roolit on jaettu. Huppujuhla on elämyksellinen iltapäivä ohjelmineen ja ruokailuineen Pohjanseidan mystisessä ympäristössä. Enempää ei voi vielä paljastaa, sanoo opinnäytetyön ohjaava matkailuaineiden opettaja **Markku Ojala**.

Perinne jatkuu. Uusi toisen vuosikurssin matkailuopiskelijaryhmä MPT03 osallistuu tämän vuoden Atimoreput pullolleen –tapahtumaan. Yritystoiminta sekä myynti- ja markkinointi oppiaineiden sisällöt soveltuvat erinomaisesti myyntitapahtuman järjestämiseen. Matkailuaineiden opettaja **Kirsi Korhonen** joukkoi- neen valmistautuu tuleviin tehtäviin.

Kallen liikuttava lahja

Kalle Määttänen täytti 70 vuotta ja sai syntymäpäivälahjaksi senioripassin. ”Tässä on sulle isäukko tekemistä koko vuodeksi” hänen poikansa Matti sanoi, kun ojensi passia isälleen. Kuusamon kaupungin liikuntapalveluissa otettiin viime syksynä käyttöön 70 vuotta täyttäneille tarkoitettu senioripassi, jolla voi käyttää kaupungin tarjoamia liikuntapalveluja edullisesti. Passin hinta on vain kymmenen euroa ja se on voimassa vuoden

ostopäivästä. Passia voi käyttää kahdella tavalla. Se käy ilman lisämaksua omatoimiseen liikuntaharrastukseen liikuntakeskuksen kuntosalille ja uimahalliin. Tai passilla voi tulla kaupungin liikuntapalvelujen järjestämiin monenlaisiin liikuntaryhmiin. Tarjolla on allasjumpsaa, salijumpsaa, lentopalloa, tasapainoliikuntaa ja kuntosaliryhmiä. Senioripassin tarkoituksena on innostaa ja kannustaa ikääntyviä

huolehtimaan omasta kunnostaan. On todettu, että 65 ikävuoden jälkeen toimintakyky eli kyky selviytyä päivittäisistä askareista alkaa heikkenemään. Liikuminen saattaa vaikeutua ja siten asioiminen hankaloitua ja ystäväpiiri kaventua. Liikuntaharrastuksen avulla toimintakyky voidaan pitää yllä ja jopa kehittää. Myös 70-vuotiaana lihakset vahvistuvat ja tasapaino paranee, jos kehoa harjoi-

tetaan sopivasti ja ennen kaikkea säännöllisesti. Kunnostaan voi huolehtia myös luonnossa liikumalla ja pihatöitä tekemällä, mutta aina siihen ei ole kiinnostusta tai mahdollisuutta. Silloin kannattaa lähteä liikuntaharrastusten pariin. Liikunnan lisäksi liikuntakeskuksessa tai ladulla tapaa aina tuttavien ja voi vaihtaa samalla kuuluisuuksia. Ikäihmisille suunnatuista liikuntapalveluista on oma Terveysliikunta -esite,

jonka saa liikuntakeskuksesta. Kaupungin lisäksi ikääntyneille tarkoitettua liikuntaa järjestävät mm. eläkeläisjärjestöt, **Kuusamon Senioritanssijat**, Keilahalli ja Fysio-Kuusamo.

Jukka Makkonen
Liikunnanohjaaja

Miksi senioritanssia?

* Kansainvälinen senioritanssi on saavuttanut valtavan suosion ikääntyvien liikuntamuotona.

* Senioritanssi vaikuttaa monin tavoin harrastajansa elämänlaatuun.

* Kuntotasoltaan hyvinkin erilaiset ihmiset voivat tanssien hoitaa terveyttään, ehkäistä kömpelyyttä, terävöittää muistia ja solmia kontakteja.

* Senioritanssi on erityisesti ikääntyville ihmisille kehitetty liikuntamuoto. Luonteeltaan senioritanssia voi suomalaisittain kuvata perinteisen piirileikin ja tanhun väli muodoksi.

Lisätietoja:
www.ikainst.fi/senioritanssi



Eläkeliiton Kuusamon yhdistys ry:n ryhmä kokoontuu torstaisin keilahallin liikuntatilassa klo 10 - 11. Ohjaajana Pirkko Pousi (takarivi vas.), puh. 0400-188 295.



Kuusamon Eläkkeensaajat ry tanssii maanantaisin yhdistyksen kerhotiloissa klo 17 - 19. Ohj. Hannes Tuovila, 040 - 58 53 654

Senioritanssijat Kuutamolla

Tässä tapauksessa koolla on väliä. Eivät ne ole kuutamolla, kun täällä tanssivat. Olen kuunnellut kaksi vuotta herkällä korvalla. Tanssin voi kuulla. Melkein maistaa ja haistaa.

En tanssi. Olen päättäläinen suhteessa tanssiin. Minulla on periaatteita. En katso TV:stä ihmisiä. Pitäydyn pikkukakkoseen. En syö jogurtia selviinpäin. En ymmärrä tosi-teeveetä.

Tanssi on ihmisen luonnolliseen liikuntavaistoon pohjautuva, ikivanha tapa ilmaista erilaisia elämyksiä, mielialoja ja tunteita. Senioritanssi on tätä epiteettisesti. Seniori tarkoittaa jonkin piirin vanhinta. Varmaankin tanssiin, joka pyörii. Suhteeni tanssiin on pietistis-lestadiolainen. Tanssi on vahvasti syntyin

vivahtavaa aktiviteettia. Tämä ei estä minua ihailemasta tanssivia ihmisiä. Heissä on jotakin sellaista, mitä minä en tavoita. Tanssiessa ihminen koskettaa. Tanssi koskettaa ihmistä. Minä jään vaille.

Minä olen soittanut. Silloin katsoin tanssivia. En ymmärtänyt, miksi ne liikkuvat. Jotenkin se liittyy musiikkiin, rytmiin ja tunnelmaan. Ravintolamiljöökin vaikutti asenteeseen. Ei se ollut kielteinen. Jotenkin minua huvitutti.

Senioritanssi on toista. Ihmiset tanssivat monesti keskellä päivää. Tai harjoittelevat. Harjoittavat tanssitoimintaa. Minusta se on oikein. Kuutamon toimistosiiپی raikaa, ja salista kuuluu jalkojen liike lattiaa vasten. Talo elää. Tavallaan. Vieraat, tutut, käyvät ajallaan.

En osaa kuvitella

Kuutamoa senioritanssijoita. Se olisi kuin pilvinen päivä. Senioritanssi tuo kuin auringon kuutamolle. Kun aurinko paistaisi Kuutamolla, kun seniorit tanssivat.

Jos onkin niin, että tanssissa ihminen vapautuu. Sielu lähtee liikkeelle. Synti unohtuu, tai muuttuu armoksi. Olisiko niin. En ole teologi, vain vaivainen mato matkamies maan. Niin tanssi jatkuu. Se on hyvä. Kurkistan salaa ovenraosta. Ja mielessäni lähes päätän: ehkä joskus hetkenä heikkona minäkin liukuisin kuin Astaire. Mutta minulla ei ole kenkiä.

Ahti Määttä
Kumppanuustalo
Kuutamo
Toiminnanohjaaja



Istumatanssia Porkkapirtin juhlasalissa keskiviikkoisin 10 - 11. Ohj. Hannes Tuovila ja Anu Kujala.

Kuusamon Kansalaisopiston senioritanssiryhmät

kokoontuvat perjantaisin Kuutamon liikuntasalissa

klo 10 - 11.30 Aloittavien tanssijoiden ryhmä, klo 11.45 - 13.15 Ikiaskel-ryhmä, klo 13.30 - 15 Sivuaskel - ryhmä.

Ohj. Erja Paakkari, 040 - 59 32 154



Eija Kesälahti

Nilonkankaan koululla harrastetaan liikuntatunneilla senioritanssia. Opettaja Eija Arffman on innostunut lajista ja saanut myös lapset innostumaan. Lapset tuovat tässä julki omia mielipiteitään harrastuksesta sanoin ja kuvin.

– Senioritanssissa on hauskin se, kun oppii

kaikenlaista. Kun tanssii, niin se on sitä paitsi hauskaa. Tylsintä on se, kun joku pilaa tanssin, toteaa 2C-luokkalainen Noora, joka myös piirsi reippaan rivin tanssivia lapsia.

– Senioritanssissa on mukavinta se, kun oppii jonkun tanssin ja se kun pääsee esiintymään. Tylsintä on se, kun harjoitellaan ja pojat alkaa siellä

venkuilemaan. Senioritanssi on tosi mukavaa, vakuuttaa **liristiina**.

– Senioritanssissa on hauskaa tanssia, kun sen vain osaa. Siinä on paljon liikkeitä ja hauskuutta. Jossain on paljon liikuntaa, paljon musiikkia, joskus laulua, kuvailee komean pyörähtävän piirin piirtänyt **Anu Jääskö**.

Jussin tanssiva porokarja kasvaa atimotapahtumassa Kuusamossa

Eija Kesälähti

Suomalaiset senioritanssijat ovat vakiinnuttaneet Kuusamoon yhteisen keväisen tapahtuman "Senioritanssijat Atimoissa". Kansainvälisestikin ainutlaatuinen tapahtuma on ilmeeltään aidointa senioritanssia: tanssijat ja ohjaajat tapaavat toisiaan ja esiintyvät yhteisin askelin. Tulevan toukokuun 10. - 12. päivinä senioritanssijat kokoontuvat jo viidennen kerran iloisiin atimoihin Kuusamoon. Senioritanssijat Atimoissa saa vuosittain mukaansa yhä suuremman joukon senioritanssin harrastajia ympäri Suomen. Tänä vuonna kutsu lähti myös ulkomaille, josta ovat ensimmäiset ryhmät jo tulossa.

Atimoiden ohjelmaan sisältyy ohjelmaa niin tanssijoille kuin heidän tukijoilleen ja ystävilleen. Valtakunnallinen Seniori-

tanssikonsertti Kuusamotalolla on keski- viikkopäivän kohokohta. Koko perheen konsertin ohjelmasta vastaavat senioritanssiryhmät ympäri Suomen tuoden koko senioritanssinkirjon esille. Konsertti on järjestetty jo kolme kertaa. Sadoilla tanssijaloilla Kuusamon liikuntahallin lattian täyttää keski- viikkona "Piirin-pyöriäiset". "Atimoreput Pullolleen" - tapahtuma on mainio tilaisuus tutustua paikalliseen perinteiseen käsityötaiteeseen ja Koillismaan herkkuihin. Samalla voi hankkia muistot itselle ja tuliaiset kotiin jääneille.

Ennen kotimatkaa on luvassa vielä yllätyksellistä pohjoisen eksotiikkaa. Atimojen Huppujuhlassa jokainen seniori liitetään kasteessa Jussin porokarjaan. Jos jonkun kaulassa komeilee jo neljä

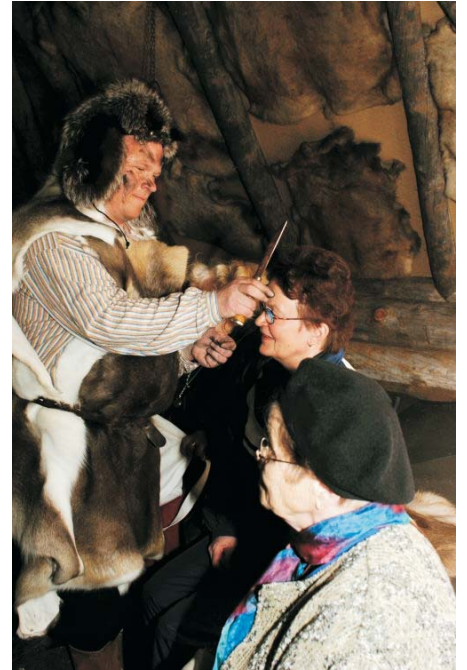
merkkiä, se on osoitus siitä, että hän on vakiintunut elo Jussin porokarjassa. Viides merkki odottaa ottajaansa taas toukokuussa. Senioritanssijat Atimoissa -tapahtuman nimi kuvastaa vieraan-varaisuutta ja lämpöä, joka Kuusamoon saapuvaa odottaa. Ainutlaatuinen keväinen luonto, laajat erämaat sekä talvisesta jääpeitteestä juuri vapautuvat vesistöt yhdessä ystävällisten kuusamolaisten kanssa luovat puitteet mieleenpainuvalle tapahtumalle.

Atimoissa yhdistyvät senioritanssi, kuusamolainen perinne ja osaaminen sekä mukava yhdessäolo. Tapahtuman järjestelyistä vastaa Kuusamon Senioritanssijat -yhdistys yhteistyössä Sokos Hotel

Kaikki atimot on joka vuosi kastettu Jussin porokarjaan ja parhaimmilla roikkuu seniorin kaulassa jo neljä merkkiä. Atimoille kastetta antamassa Rauno Säkkinen.

Kuusamon kanssa. Yhtenä pontimena ovat olleet hotellin maankuulut tiistai-illat naistentanssit, jotka ovat nivoutuneet osaksi tapahtuman ohjelmaa. Viides Seniorit Atimoissa

-tapahtuma koostuu monipuolisesta ohjelmasta ja yhteisistä tanssiharjoituksista, joiden lomassa seniorit ja heidän ohjaajansa tapaavat toisiaan ja vaihtavat kuulumisia.



Tervetuloa atimoihin!

Aika rientää rivakasti, vuodet kiitäen kuluvat, kuutkin karkaa käsistämme. Vaan ei jäähä jäätiköille, eikä kaamokseen kaota.

Taas on tullut hupihetki, auennut atimoreissu kuuluisassa Kuusamossa, vaarain, vetten vierustoilla.

Tervetulleita olette vieraat, vieraskumppanimme!

Yhteinen on ilo meillä, sama hauska harrasteemme tanssijalkaa taivutellen tehä mielet mieluisiksi, aatoksia avarrella, vähän maailmaa parantaa.

Maija Alajuuma

Innostus paistaa jo monen kasvoilla

Kuusamo on tunnettu kokous- ja tapahtuma- paikkakunta tiloineen, tapahtumineen kaikkineen. Jälleen tänä keväänä järjestettävä senioritanssijoiden Atimot -tapahtuma on yksi tärkeä lisä meidän tapahtumaketjussamme. On hienoa, että meillä Kuusamossa on eri aloilla aktiivisia osajia. Heidän innostuksensa sitten kukkii tällaisina merkittävinä tapahtumina ja sehän on koko paikkakunnan etu. Olen luottamushenkilönä saanut olla monta kertaa tuomassa kaupungin tervehdystä senioritanssijoiden tapahtumiin ja joka kerta olen iloisesti yllätynyt siitä elämänmyön-

teisyydestä, mikä tuossa kokeneiden ihmisten joukossa vallitsee. On hienoa, että eri puolilta Suomea seniori-ikäiset ihmiset haluavat ja jaksavat tulla yhteiseen tapahtumaan nauttimaan toistensa seurasta ja Kuusamosta. Olen havainnut, että tapahtuma kiinnostaa yhä enemmän myös valtakunnan rajojen ulkopuolellakin. Tämä on loistavaa työtä meidän kansainvälistymisen hyväksi. Mitä useammalla sektorilla me etenemme kohti kansainvälisyyttä, sitä varmemmin me uskallamme kohdata huomisen myös täällä Koillismaahan kairoilla. Atimot Kuusamossa -

tapahtuma on hyvä esimerkki siitä, kuinka muutaman ihmisen innostuksesta voi kasvaa todella iso innostus. Ja mikä parasta, tuo innostus paistaa jo hyvin monen kuusamolaisenkin seniorin kasvoilta, kun heitä tapaam eri tilanteissa. Me kaikkihan tiedämme, että hymy ja innostus on tarttuvaa lajia, joten annetaan taas senioritapahtuman tuoda uutta innostusta joukkoomme tänäkin keväänä. Kiitoksia Erja ja Pentti ja kumppanit.

Matti Heikkilä

Kaupunginvaltuuston puheenjohtaja

Hotku Atimoiden tukikohta

Vuodesta 2001 alkaen joka kevät järjestetty "Senioritanssijat Atimoissa" on löytänyt oman kotipesänsä Sokos Hotel Kuusamosta. Osanottajien majoitukset ja iso osa muustakin ohjelmasta on joka vuosi järjestetty hotellin tiloissa. - On suuri ilo olla mukana järjestämässä viidettä kertaa tapahtumaa, josta on muutamassa vuodessa tullut alan harrastajille perinne. On hienoa

huomata, kuinka sitoutuneita Kuusamon Senioritanssijat ry:n aktiivit ovat tapahtuman kehittämiseen ja markkinointiin, kertoo hotellinjohtaja **Pasi Tolonen**. - Uskon, että tapahtumalla on loistava tulevaisuus, kunhan yhteistyö tapahtuman kehittämiseksi jatkuu ja saa toivottavasti entistä laajemmin toimija- ja resurssipohjan. - Tapahtuman ajan-

kohdaksi vakiintunut toukokuun alkupuoli on kerrassaan mainio. Kuusamon kevääksi kääntyvä talvi on omalla ainutlaatuisella tavallaan hienoa aikaa ja koska ajankohta ei ole viikkainta matkailusesonkia, voimme tarjota riittävästi kapasiteettia tapahtumaan, sanoo Tolonen.

Sokos Hotel Kuusamossa on käynnissä mittava kehittämis-

ohjelma, jonka myötä hotellin palvelut paranevat merkittävästi. Uudistuksia tehdään porrastetusti siten, että asiakkaiden viihtyvyys ei vaarannu missään vaiheessa. -Tilat ovat nyt huomattavasti viihtyisämmät ja toimivammat kuin ennen, Pasi Tolonen kertoo. - Myös huonepuolella teemme systemaattista uudistamista. Tammi-kuussa 2005 otettiin käyttöön 35 uudistettua

huonetta ja keväällä jatkamme huoneuudistuksia noin 30 huoneen osalta. -Intoa ja tarmoa Kuusamon Senioritanssijat ry:n puuhamiehille ja naisille tapahtuman järjestämiseen nyt ja jatkossa. - Tehdään yhdessä vieraillemme ikimuistoiset Atimot, toivottaa Tolonen.

Atimot ovat myös tuotekehittelyä

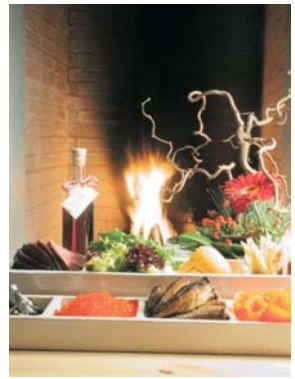
Kuusamo Food & Travel – hanke on kesällä 2004 käynnistynyt EU-rahoitteinen maaseudun matkailupalveluiden kehittämishanke, jonka tavoitteena on nostaa erityisesti aidot paikalliset ruokatuotteet ja -palvelut merkittäväksi ylivoimatekijäksi matkailussa

monimuotoisen luonto-tarjonnan ohella. Hankkeessa on mukana noin 50 yritystä, joista elintarvikejalostajia noin 10 sekä maaseudun matkailuyrityksiä noin 40 Kuusamosta, Taivalkoskelta, Posiolta ja Hossasta. Kuusamo Food & Travel

– hanke tulee paikallisten tapahtumien tuotekehitystä ja markkinointia. Senioritanssijat Atimoissa on alueelle tärkeä ja mielenkiintoinen tapahtuma, joka tuo alueelle matkailijoita muualta Suomesta ja jatkossa myös ulkomailta juuri sopivasti matkailullisesti

hiljaiseen aikaan. Tervetuloa tutustumaan monipuolisiin maaseutumme matkailupalveluihin ja Kuusamolaisiin herkkuihin! Tavataan Atimoissa!

Vesa Nevanperä
Projektipäällikkö



Myötäleen tuella

Toimintaryhmä Myötäleen tehtävä on olla mukana tukemassa paikallista, omaehtoista kehittämistä taloudellisesti. Rahavarat ryhmä saa aluehallinnon eli Pohjois-Pohjanmaan TE-keskuksen ja maan kunnan liiton kautta. Mukana potissa on sekä EU-varoja ja valtion varoja että paikallisia, kuntien toimintaan myöntämiä varoja.

Tapahtumilla on myös merkitystä paikkakunnan elinkeinoelämälle. Tästä syntyy sidokset Myötäleen ry:n ohjelmaan ja sen tavoitteisiin. Niinpä toimintaryhmä on rahoittanut Kuusamon Senioritanssijat ry:n hanketta, jossa yhdistys kehittää Atimo-tapahtuman markkinointia markkinointisuunnitelman avulla, jolla tähdätään

nimenomaan kansainväliseen tapahtumaan. Paikallisia tapahtumia tutkaillen tulee eittämättä mieleen Kuhmon kamarimusiikki-juhlat ja se, miten pienestä tapahtumasta on kasvanut vuosittain toistuva, korkeatasoinen ja arvostettu kansainvälinen tapahtuma. Alan ihmisille se on vuoden kohokohta, tapahtuma, jossa tavataan

tuttuja ja nautitaan tapahtuman laajasta ja laadukkaasta annista. Olkoon Kamarimusiikki-juhlat esimerkkinä teille peräänantamattomasta, pitkäjänteisestä ja suunnitelmallisesta kehittämistyöstä.

Haluamme toivottaa Kuusamon Senioritanssijat ry:lle ja Senioritanssijat Atimoissa-

tapahtumalle onnea ja menestystä sekä jaksamista toiminnan kehittämiseen.

Pirjo Moilanen
Toiminnanjohtaja
Myötäleen ry

SENIORITANSSIJAT ATIMOISSA

Kuusamo 10. - 12. toukokuuta 2005



Tiistaina 10.5.

- * Aamupäivällä Senioritanssiväki saapuu Kuusamoon ja majoittuu oman aikataulunsa mukaan.
- * Klo 12.30 Tapahtumainfo ohjaajille kahvikupposen ääressä Sokos Hotel Kuusamon Muikkukabinetissa
- * Klo 14.00 Tapahtuman avaus. Kokoonnumme yhteen liikuntahallille tanssimaan senioritansseja
- * Klo 18.00 Juhlailallinen hotellin ravintola Ruskassa
- * Klo 20.00 Maankuulut Naistentanssit Senioreiden tapaan



**Toivotamme
charmantit
seniorimme
tervetulleiksi
Kuusamoon!**

Keskiviikkona 11.5.



Tanssitaan

- * Klo 9.00 - 11.30 Kertaus on opintojen äiti! Harjoittelemme lisää senioritanssitaitojamme liikuntahallilla.
- * Klo 12.00
- 1. Atimoreput pullolleen! Koillismaalaiset herkut ja tuliaisit esittäytyvät
- 2. Opastettu Kuusamon kaupunkikiertoajelu. Lisämaksusta, edellyttää ennakoilmoittautumista!
- 3. Senioritanssi-ohjaajatapaaminen
- * Klo 17.00 Iloinen Illallinen hotellin Ruska-ravintolassa
- * Klo 19.00 Valtakunnallinen, iloinen koko perheen senioritanssikonsertti Kuusamotalolla.

Torstaina 12.5.

- * Klo 9.30 Senioritanssiharjoitukset liikuntahallilla. Valmistaudumme Piirinpyöriäiset-tapahtumaan
- * Klo 11.00 Piirinpyöriäiset-yleisötapahtuma liikuntahallilla
- * Klo 14.00 - 17.00 Kuusamolaiset Huppujuhlat Pohjanseudissa: Taianomaista tunnelmaa; Hupputarinat; Huppuaateria Seidalla;

Vielä ehdit mukaan

Ilmoittaudu tapahtumaan:
Soita Hotelli Kuusamo,
myyntipalvelu puh. 020-123 4693
tai internetissä
www.koillismaa.fi/senioritanssijat

Kuusamon Senioritanssijat ry
pj. Pentti Kurvinen, 0400 - 20 21 21
Aluekouluttaja Erja Paakkari, 040 - 59 32 154;
senioritanssijat@koillismaa.fi

Toimintaamme ovat tukeneet seuraavat yritykset:

Auto- ja konekorjaamo S. Pätsi Ky	08 - 8511643
Bjarmia Oy	08 - 853869
Citymarket, Marja ja Markku Hentilä Oy	08 - 8601211
Fysiokuusamo Oy	08 - 8522424
Huoltopiste Anttila & Kaartinen Ay	08 - 853811
Insinööritoimisto Oikarinen Oy	08 - 8523440
JM Rautia Oy	08 - 853191
Juurtelan Sähkö Oy	08 - 8521930
Kaamosteile Ky / KAAMOScenter	08 - 8523210
Kairan Toimistopalvelu Ky	08 - 8512571
Kangas-Siru Ky	08 - 8521096
Kitkan Herkku Ky	08 - 8522770
Klas1- yhtiöt Oy	042 - 455271
Koilliskuntain Lähivakuutusyhdistys	08 - 8689224
Koillis-Lapin Tuotevälitys	08 - 855535
Koillismaan Erikoisväri	040-5153867
Koillismaan Kirjapaino Oy	08 - 8522212
Koillismaan Kuvaamo Ky	08 - 8522446
Koillismaan Lasi Ky	08 - 853006
Koillismaan Osuuskauppa	08 - 85930
Koillismaan Pesula Oy	08 - 8512658
Koillismaan Silmälasi Raaska Ay	08 - 8512689
Koillismaan Turistiauto Oy	08 - 8511052
Koillismaasäätö	08 - 8523353
Koillis-Motor Ky	08 - 8521855
Koillissanomat Oy	08 - 8600600
Kuljetusliike O ja E Pitkänen	08 - 85 35 73
Kuru-Taksi Oy	0400-451126
Kuusamon Fysioterapia Oy	08 - 8522107
Kuusamon Hirsitalot Oy	08 - 8689900
Kuusamon I Apteekki	08 - 8522111
Kuusamon Kalajaloste Oy	08 - 5453030
Kuusamon kaupunki / Kuusamotalo	08 - 8506550
Kuusamon Kuljetus Oy	08 - 8523200
Kuusamon Kuva	08 - 8521333
Kuusamon Lukkopalvelu Ay	08 - 8511630
Kuusamon Matkailutoimisto Karhuntutassu	08 - 8502910
Kuusamon Osuusmeijeri / Paimenpoika	08 - 5621300
Kuusamon Osuuspankki	08 - 5622400
Kuusamon Pyörä- ja pienkone Ky	08 - 853467
Kuusamon Uusi Apteekki	08 - 8442200
Kuusamon Väri Oy	08 - 8521021
Kuusamon Yhteismetsä	08 - 8523690
Lahja & Makeis-shop Sateenkaari	08 - 853110
Lounasbaari Martai Ay	08 - 8514199
Mainospalvelu Auli Tuohimaa	08 - 853444
Matkatoimisto FinFun Ruka Oy	0203 70021
MERKKA	040-5354898
Metsähallitus Kuusamo	0205 646800
MGPosition Oy Ltd	08 - 8522044
Mikon Kone Ky	08 - 8514466
Muotikulma / Saimi Kuusisto Ky	08 - 854020
Nordea pankki Suomi Oyj	08 - 8526600
PEHMO-Kuusamo Oy	08 - 856626
Pölkky Oy	08 - 8599111
Rakennusliike Manninen Oy	08 - 8522670
Rakennussiima Oy	08 - 8511431
Ravintola Fiona Ky	08 - 8522151
Ruka-Auto Oy	08 - 8522127
Sampo Pankki Oyj	0105 125170
Siivousliike Sanitar ky	08 - 8521968
Swipe / Tuija Määttä-Naumanen	0400-908880
Sähköinsinööritoimisto Tuomo Tuominen Oy	08 - 5633100
T:mi Autohuolto Erkki Tauriainen	08 - 8523444
Tapiola-Yhtiöt Oy	08 - 8606900
Taverna Torangintaival	08 - 8522858
Valtra Oy Ab	08 - 8521501
VE-HE Oy	08 - 8521772
Wetteri Oy	08 - 8525511
Viita-Vaate Ky	08 - 853555