

18.4.2023

## Ajankohtaista Retkeilypäiville osallistuville yhdistyksille

Kiitos ilmoittautumisesta Retkeilypäiville 2023. Ilmoittautumisaika päättyy kuluvan kuukauden lopussa. Tätä kirjoittaessa tapahtumaan on ilmoittautunut 685 jäsentä.

Hotelli Sanin ja huoneistomajoituksen väliin jää Hilmantori. Ravintolat Pihvitupa, Shangri la ja Sandy Kelt sekä kahvila Beach Rose sijaitsevat niiden välittömässä läheisyydessä. Hilmantorilla on kiinteät betoniset istumapaikat vajaalle 300 henkilölle. Hotelli Sanin Aalto-saliin mahtuu niin ikään 300 henkilöä yhtä aikaa.

Ilmoittautumisajan kuluessa olemme mm. hioneet Retkeilypäivien ohjelmaa yhteistyökumppaneiden kanssa. Ohjelma on julkaistu verkkosivulla ja lähetetty Yhdistyskirjeen 3/2023 liitteenä. Siitä huolimatta lukuisat yksityiskohdat ja tarkka aikataulutus on vielä tekemättä. Olemme suunnitelleet järjestyksenvalvontaa ja tehneet pelastussuunnitelman ja käyneet ensiapukurssin. Mukaan mahtuu vielä ainakin kuusi järjestyksenvalvojaa. Tästä saa mieluusti välittää tietoa eteenpäin ja pyytää mahdollisia halukkaita ottamaan yhteyttä 044 493 8247, [tiina.hestad@elakelaiset.fi](mailto:tiina.hestad@elakelaiset.fi). Järjestyksenvalvontakortti ei ole välttämätön.

Edestakainen matka Viitapakan laavulle on 8 km. Retken kokonaiskestoksi arvioidaan 4 h. Myös Vihaslahden lintutornille on neljän kilometrin matka, mistä kaksi ensimmäistä kilometriä kulkee rantahietikon puupinnoitteisella polulla. Alustavasti on suunniteltu, että non-stop kiertoajelubussin kyydistä voisi jäädä pois pysäköintipaikalla lähellä puupolun päätepistettä. Näin siitä voi kätevästi jalka jatkaa 2 km matkan lintutornille tai takaisin kohti Hilmantoria.

Aktiveetteihin ei ole erillistä ilmoittautumista, osallistujat kokoontuvat Hilmantorilla tai kuten helppolentiksen ja pienpelien osalta rantahietikolla. Helppolentikseen mahtuu kerrallaan 16 pelaajaa ja yksi kentällinen pelaa vartin kerrallaan. KSL:n harjoitteisiin voi osallistua kerrallaan kymmenkunta retkeilijää. Opastettujen kävelyiden tarkkaa enimmäisosanottajamäärää emme vielä ole määrittäneet.

Hotelli Sanin Aalto-saliin on suunniteltu luento otsikolla Kalastus alueella ennen ja nyt. Aiheesta kertoo lakkautetun Meriluontokeskuksen entinen opas ja yrittäjä Kaisa-Leena Korhonen. Ruokatuotannon ilmastovaikutuksista ja kasviperäisen ruokavalion vaikutuksista hyvinvointiin kertoo ravitsemusterapeutti Johanna Kaipainen. Johanna toimii Vegaaniliiton asiantuntijana ja julkaisee verkkosivua <https://www.vegaaniravitseminen.fi/>. Hilmantorilla kotimaisen ruoan puolesta puhuu Suomen elintarviketyöläisten liiton puheenjohtaja Veli-Matti Kunttonen. Ruokaviraton Satu Jyväkorpi puolestaan esittelee ikääntyneiden ravitsemussuosituksia. Hyvinvointiteemasta Aalto-salissa keskustelevat UKK-instituutin tutkija Maarit Piirtola ja Eläkeläiset ry:n moninaisuustyöntekijä Eva Rönkkö.

Retkeilypäivien illanvietot ovat vapaamuotoisia ja omatoimisia. Ravintola Dyyinin alakerrassa pääsee laulamaan karaokea, yläkerrassa saattaa olla bingo, jos saamme houkuttimiksi joitakin palkintoja. Hotelli Sanin Bistrossa vietetään kortti- ja lautapeli-iltaa.

Kalajoen Hiekkasärkät sijaitsee E8-tien varrella. Aivan liittymän lähellä on Kalajoki Keskusvaraamon toimisto, mistä matkavastaavat noutavat Keskusvaraamon huoneistossa majoittuvien ryhmän jäsenten huoneistojen avaimet, rannekkeet ja ruokalipukkeet. Hotelleissa ja huoneistohotellissa majoittuvien ryhmän jäsenten rannekkeet ja ruokailulipukkeet matkavastaavat saavat hotellin vastaanotosta. Kirjautuminen hotelliin yhtenä joukkona. Keskusvaraamon toimiston ja Hotelli Sanin välittömässä läheisyydessä on myös linja-autojen pysäköintialue. Laura Kujala lähettää lisätietoja saapumisesta, rannekkeista ja ruokailulipukkeista sekä pysäköinnistä matkavastaaville lähempänä ajankohtaa.

Tapahtuma-alueesta painatetaan kartta, joka jaetaan osallistujille tapahtumassa. Kartta julkaistaan myös Eläkeläiset ry:n kotisivuilla.

Toivokaamme Retkeilypäiville lämmintä keliä ja poutasäätä, ikimuistoisia auringonlaskuja. Omasta takaa tuomme hyvää mieltä ja retkitunnelmaa, mutkatonta yhdessäoloa.