

Uusi vuosi uudella ilmeellä

OSJ:n ilme uudistuu nyt vauhdilla. Uudet verkkosivut saatiin auki juuri ennen joulua, ja joulukuussa ilmestyi myös järjestön ensimmäinen kaikille jäsenille sähköpostitse lähetettävä jäsenkirje. Jos et saanut kirjettä, katso lisätiedot tämän lehden takasivulta. Ilmeuudistus etenee myös järjestön esitteisiin.

Jo viime vuoden mittaan Senioriopettaja-lehtikin uudistui pienin askelin – muun muassa kuvia käytettiin hieman uudella tavalla ja osin aiempaa suuremmassa koossa. Nyt käsissäsi on lehti, jossa kannen kuva ja kannen tekstityyppi ovat uudistuneet näyttävästi. Sisällön taittoudistuksen jatko näkyy selvemmin vasta lehdestä 2 lähtien. Muutos ei kuitenkaan mullista Senioriopettajan tekstisisältöä.

Tammikuiseen tapaan tässä lehdessä esitellään Opetusalan Seniorijärjestön jäsenedut. Ne kannattaa ottaa lehdestä irti myöhempää tarvetta varten tai käydä katsomassa edut OSJ:n uusilta verkkosivuilta osj.fi. Lehden ja kalente-

rin lisäksi jäsenyys tuo alennuksia – monenlaisista asioista. Niitä löytyy neljän sivun verran alkaen sivulta 15.

Syksyllä yhdistykset ehtivät onneksi järjestää jäsenille kokoontumisia, retkiä ja juhliakin hetkellisesti helpomman koronatilanteen ansiosta. Siksi lehdesäkin on kuuden yhdistyksen tasavuotisjuhlista tarinaa. Pari niistä ehti juhliä peräti 50 plus -vuosiaan.

Seuraavassa lehdessä ei alueiden kuulumisia ehkä olekaan, niin kattavia ovat rajoitukset ja pystysuoria leviämistilastot tätä kirjoittaessani. Mutta optimistina ajattelen: jospa vähän myöhemmin keväällä! Lääkäripalstamme aihe – väsyttää – taisi kuitenkin osua monelle tunnistettavaan tilanteeseen.

Lehdestä löytyy oireeseen ainakin osittainen resepti, asiaa etäjumpasta. Tällä kertaa Iäkäninstituutin tarjoamasta tuesta kerrotaan lähinnä yhdistysten näkökulmasta, jotta hanke saisi siivet alleen. Liikunnan lisääminen on OSJ:n vuoden 2022 teema ja sen eri näkökulmia esitellään jokaisessa tämän vuoden lehdessä.



Yhdistysten mahdollisia etäjumppia odotellessa kannattaa kurkistaa esimerkiksi työväen- ja kansalaisopistojen etäjumppatarjontaa senioreille. Omassa kalenterissani niitä on useampia.

Turnauskestävyyttä meille kaikille tähän alkuvuoteen!

Airi Vuolle
päätoimittaja

Nytt år med ny framtoning

OSJ:s framtoning förnyas nu med fart. De nya webbsidorna publicerades strax före jul och i december skickades även organisationens första medlemsbrev per e-post till alla medlemmar. Läs tilläggsuppgifter på tidningens sista sida ifall du inte fick e-brevet. Småningom ska också organisationens broschyrer piffas upp.

Seniortidningen förnyades en aning redan i fjol. Bland annat började vi använda bilder lite annorlunda och delvis i större format än tidigare. Nu håller du i en tidning där omslagsbilden jämte typsnittet är märkbart förnyade. Den nya innehållslayouten framträder tydligare först från och med nästa nummer, men själva textinnehållet påverkas inte nämnvärt.

I januarinumret presenteras som vanligt seniororganisationens medlemsförmåner. Spara gärna denna del

för senare bruk eller läs om förmånerna på våra nya webbsidor på adressen osj.fi. Medlemskapet ger förutom tidningen och kalendern även en mängd olika rabatter. Det finns hela fyra sidor om medlemsförmånerna med början på sidan 15.

Lyckligtvis hann föreningarna ordna möten, utfärder och även festligheter för medlemmarna under hösten tack vare en tillfälligt bättre coronavirusituation. Vi berättar om sex föreningar som firade jämna år och två av dem rentav 50 plus.

Regionala inslag saknas kanske helt och hållet i nästa nummer eftersom begränsningarna och smittspridningen är så pass omfattande i skrivande stund. Men som optimist tänker jag att kanske lite senare på våren! Läkarspalten handlar om trötthet och här är antagligen igenkänningsfaktorn rätt hög.

Tidningen ger åtminstone ett tips för att motarbeta trötthet, nämligen distansgymnastik. Den här gången berättar vi ur föreningsperspektiv om det stöd som Äldreinstitutet erbjuder för att sätta fart på planerna. OSJ:s tema för år 2022 är mera motion vilket uppmärksammas i varje tidningsnummer i år.

I väntan på att föreningarna eventuellt ordnar distansgymnastik är det värt att bekanta sig med till exempel arbetar- och medborgarinstitutens utbud på distansgymnastik för seniorer. I min kalender finns åtminstone flera gympapass inbokade!

Jag önskar uthållighet och kämpaglöd till oss alla så här i början på året!

Airi Vuolle
chefredaktör

