



# Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

## VIOLAN lähitori Marraskuu 2023

(muutokset mahdollisia)

### 1.11. Keskiviikko

klo 10–11 .....Aivotreenit, Monitoimitila

### 2.11. Torstai

klo 10–11 .....Naisten ryhmä, ”Tampereen hautausmaat”, Monitoimitila

klo 14:30–15:15....Raamattu- ja keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

### 3.11. Perjantai

klo 14–15.....Miesten ryhmä, Keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

---

### 6.11. Maanantai

klo 10–11 .....Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

klo 13–15 .....ATK Seniorit Mukanetti neuvontaa ajan varanneille, Monitoimitila

**Varaa aika ohjaukseen p.044–4500901.** Kännyköiden ja tietokoneiden käytön opastusta.

klo 14–15 .....Etäjumppa tuutorin tuella, Juicen kirjasto

klo 18–20 .....Juicen live-ilta, Juice Leskisen laulutuotantoa tulkitsee näyttelijä/laulaja Irina Isberg. Vapaa pääsy, kaikille avoin. Juicen kirjasto, Pellavantori.

### 7.11. Tiistai

klo 10–11 .....Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoharjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 .....Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoharjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 .....Sairaanhoitajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 13–14 .....Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

**klo 14–15 .....Tuutorin kulttuurikahvila, Hilkan huuliharppuyhtye, Juicen kirjasto**

### 8.11. Keskiviikko

klo 10–11 .....Aivotreenit, Monitoimitila

**Pirkanmaan  
hyvinvointialue**



# Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

## 9.11. Torstai

klo 10–11 .....Naisten ryhmä, ”Maakuntalaulut ja maakuntatietoutta”, Monitoimitila

klo 14:30–15:15....Raamattu- ja keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

## 10.11. Perjantai

klo 14–15.....Miesten ryhmä, Keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

---

## 13.11. Maanantai

**klo 10–14 .....Akas Fashion Vaatemyynti, Violan aulatilat**

klo 10–11 .....Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

klo 14–15 .....Etäjumppa tuutorin tuella, Juicen kirjasto

## 14.11. Tiistai

klo 10–11 .....Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoharjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 .....Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoharjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 .....Sairaanhoidajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 13–14 .....Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14-15:30 .....Tuutorin kulttuurikahvila, Aivotreenejä Sirpan johdolla, Juicen kirjasto

**klo 14:30–15:30...Anna Katariina Solo, Ravintolasali**

**Taitavan ja heleä-äänisen laulajapianistin musiikkihetki, jossa voi kuulla tuttuja suomalaisia kappaleita, ranskalaisia chansoneita, ulkomaisia ikivihreitä. Kaikille avoin ja maksuton, tervetuloa!**

## 15.11. Keskiviikko

klo 10–11 .....Aivotreenit, Monitoimitila

## 16.11. Torstai

klo 10–11 .....Naisten ryhmä, ”Kuvataiteen tunnuksot ja symbolit”, Monitoimitila

klo 14:30–15:15....Raamattu- ja keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

## 17.11. Perjantai

klo 14–15.....Miesten ryhmä, Keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

---



# Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

## 20.11. Maanantai

klo 10–11 .....Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

klo 13–15 .....ATK Mukanetti neuvontaa ajan varanneille, Monitoimitila

**Varaa aika ohjaukseen p.044–4500901.** Kännyköiden ja tietokoneiden käytön opastusta

klo 14–15 .....Etäjumppa tuutorin tuella, Juicen kirjasto

## 21.11. Tiistai

klo 10–11 .....Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoharjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 .....Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoharjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 .....Sairaanhoitajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 13–14 .....Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14-15:30 .....Tuutorin kulttuurikahvila, Joulukranssipaja – tehdään yhdessä, Juicen kirjasto

## 22.11. Keskiviikko

klo 10–11 ..... Aivotreenit, Monitoimitila

**klo 15–16 .....Vintake-yhtye esiintyy pikkujoulutunnelmissa, Ravintolasali  
Kaikille avoin ja maksuton musiikkikonsertti.**

## 23.11. Torstai

klo 10–11 .....Naisten ryhmä, ”F.E. ”Taata” Sillanpää”, Monitoimitila

klo 14:30–15:15....Raamattu- ja keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

## 24.11. Perjantai

klo 14–15.....Miesten ryhmä, Keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

---

## 27.11. Maanantai

klo 10–11 .....Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

klo 14–15 .....Etäjumppa tuutorin tuella, Juicen kirjasto

## 28.11. Tiistai

klo 10–11 .....Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoharjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 .....Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoharjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 .....Sairaanhoitajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 13–14 .....Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14-15:30 .....Tuutorin kulttuurikahvila, Aivotreenejä Sirpan johdolla, Juicen kirjasto

**Pirkanmaan  
hyvinvointialue**



# Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

## 29.11. Keskiviikko

klo 10–11 ..... Aivotreenit, Monitoimitila

## 30.11. Torstai

klo 14:30–15:15....Raamattu- ja keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

klo 15–16:30.....Naisten ryhmä, ”Takkatarinoita”, Takkatila Violan P-kerroksessa

**HUOMAA AIKA!!!!**

**JOULUMARKKINAT VIOLAN LÄHITORILLA MAANANTAI 4.12. klo 10–14**



**TERVETULOA KAIKKI**

Violan lähitori, Juhlatalonkatu 4, 33100 Tampere

[www.viola-koti.fi](http://www.viola-koti.fi) Seuraa meitä Facebookissa tai Instagramissa!

## Lähitori avoinna maanantai – perjantai klo 9–15.

Palveluohjaaja Marja Ruonela p.044 4500 901

Arkisin klo 9–15 tai ajanvaraus

Sairaanhoitaja Päivi Hyry p.044 4500 937

Tiistaisin klo 11–12 tai ajanvaraus

Fysioterapeutti Joonas Lehtomäki p.044 4500 913

Tiistaisin klo 13–14 tai ajanvaraus

Jalkahoitola Poutapilvi p.044 3530 456

Ravintola Viola p.044 4500 905

Ravintola Violan lounas tarjolla maanantaista sunnuntaihin klo 11-13:30.



VIOLA-KOTI

**Pirkanmaan  
hyvinvointialue**