



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

VIOLAN lähitori Maaliskuu 2024

(muutokset mahdollisia)



VIOLA-KOTI

1.3. Perjantai

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

4.3. Maanantai

klo 10–11 Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

klo 18–20 Juicen live-ilta, Juicen kirjasto, Pellavantori. Vapaa pääsy, kaikille avoin.

5.3. Tiistai

klo 10–12 Runoystävät – Lausuntapiiri. Avoin kaikille, tervetuloa. Monitoimitila

klo 10–12 Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoarjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 Sairaanhoidajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 13–14 Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14-15:15 Tuutorin kulttuuritiistai ”Rakkauskirjeitä - näytelmä”, Juicen kirjasto

klo 14:30–15:30 ..Martti Kuurila & Tapani Luoju esiintyvät, Ravintolasali

Kaikille avoin ja maksuton musiikkituokio. Tervetuloa!

6.3. Keskiviikko

klo 10–11 Aivotreenit, Monitoimitila

klo 14–15 Tuutorin Jumppa, Juicen kirjasto **PERUTTU TÄLTÄ PÄIVÄLTÄ!!**

7.3. Torstai

klo 10–11 Naisten ryhmä, ”Tove Jansson”, Monitoimitila

klo 14–14:45 Raamattu- ja keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

8.3. Perjantai

klo 10–11:30.....”Mikä on Kulttuuripaletti?”, Monitoimitila

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

11.3. Maanantai

klo 10–11 Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

klo 14:30–15:15 ..”Keskustellaanko Diabeteksesta”, Ravintolasali

Lähitorin sairaanhoitaja Päivi kertoo ja keskustelee diabeteksestä. Tervetuloa kaikki.



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

12.3. Tiistai

klo 10–12 Runoystävät – Lausuntapiiri. Avoin kaikille, tervetuloa. Monitoimitila

klo 10–12 Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoarjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 Sairaanhoidajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 13–14 Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14-15:15 Tuutorin kulttuuritiistai, ”Lintuaiheista puuhaa”, Juicen kirjasto

13.3. Keskiviikko

klo 10–11 Aivotreenit, Monitoimitila

klo 13:30–14:30 .. Tuutorin Jumppa, Juicen kirjasto HUOMAA AIKA!! Kaikille avoin.

14.3. Torstai

klo 10–11 Naisten ryhmä, ”Muistatko mitä tällä tehtiin?”, Monitoimitila

klo 14–14:45 Raamattu- ja keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

15.3. Perjantai

klo 10–11:30.....”Omakuva-työpaja”, Kulttuuripaletti, Monitoimitila

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

18.3. Maanantai

klo 10–11 Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

19.3. Tiistai

klo 10–12 Runoystävät – Lausuntapiiri. Avoin kaikille, tervetuloa. Monitoimitila

klo 10–12 Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoarjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 Sairaanhoidajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 13–14 Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14-15:15 Tuutorin kulttuuritiistai, ” Aivotreenejä Sirpan kanssa”, Juicen kirjasto

20.3. Keskiviikko

klo 10–11 Aivotreenit, Monitoimitila

klo 14–15 Tuutorin Jumppa, Juicen kirjasto. Kaikille avoin ja maksuton.

21.3. Torstai

klo 10–11 Naisten ryhmä, ”Tuusulanjärven taiteilijaelämää”, Monitoimitila

klo 14–14:45 Raamattu- ja keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

22.3. Perjantai

klo 10–11:30.....”Laudeliina kertoo”, Kulttuuripaletti, Monitoimitila

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



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

25.3. Maanantai

klo 10–11 Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

klo 14–15..... Kirjavinkkaus, Ravintolasali

Tampereen kaupungin kirjastopalvelut tuo kirjavinkkejä kevääseen. Tervetuloa!

26.3. Tiistai

klo 10–12 Runoystävät – Lausuntapiiri. Avoin kaikille, tervetuloa. Monitoimitila

klo 10–12 Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoarjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12 Sairaanhoidajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 13–14 Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14-15:15 Tuutorin kulttuurikahvila, ”Elin Danielson-Gambodi – Kulttuuria ja taidetta kulttuuriluotsi Anjan kertomana”, Juicen kirjasto

27.3. Keskiviikko

klo 10–11 Aivotreenit, Monitoimitila

klo 13:30–14:30 .. Tuutorin Jumppa, Juicen kirjasto HUOMAA AIKA!!!! Kaikille avoin

28.3. Torstai

klo 10–11 Naisten ryhmä, ”Pääsiäismunat ja -tiput”, Monitoimitila

klo 14–14:45 Raamattu- ja keskustelupiiri, Violan 4. krs juttunurkkaus

Lähitori on 29.3. – 1.4. pääsiäisen ajan suljettu. Normaalisti auki jälleen 2.4.->

Violan lähitori, Juhlatalonkatu 4, 33100 Tampere

www.viola-koti.fi

Seuraa meitä Instagramissa tai Facebookissa

Lähitori avoinna maanantai – perjantai klo 9–15.

Palveluohjaaja Marja Ruonela p.044 4500 901

Arkisin klo 9–15 tai ajanvaraus

Sairaanhoidaja 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.



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

KULTTUURIA KAIKILLE -KULTTUURIPALETTI

PERJANTAISIN klo 10-11:30 VIOLAN MONITOIMITILASSA alkaen 8.3.

pe 8.3. Mikä on Kulttuuripaletti?

Tutustuminen ja esittäytymiskerta. Muovailumassasta muotoillaan omakuvaa ja ohessa jutellaan osallistujien ajatuksista. Ohjaajina Minna ja Susanna

pe 15.3. Omakuva-työpaja

Valokuvan ja kuvataiteen kautta minäkuvaan. Kuvien kautta kerrotaan itsestä ja omista kiinnostuksista. Ohjaajina Minna ja Susanna

pe 22.3. Laudeliina kertoo

Parhaat saunamuistoni. Puhutaan ja tarinoidaan saunasta kulttuurisena ja kehollisena kokemuksena. Saunakuvat. Suunnitellaan oma laudeliina tai saunahattu.

pe 5.4. Runoraati – Teemana puu

Puuaiheisten runojen matkassa suomalaisessa metsässä. Tehdään lopuksi oma lempipuurunno tai -maalauk. Ohjaajina Anne ja Katja.

pe 12.4. Grammarilevyjä ja musiikkihelmiä kuvallisina “ääninä”

Lyhyt esittely äänilevyn alkutaipaleen historiaan valikoidulla kattauksella. Toteutetaan kuvallisia töitä pareittain tai yksin musiikin inspiroimana pikatekniikalla öljyliiduilla. Ohjaajina Jyrki ja Minna. Vierailijana asiantuntijana musiikintutkija Risto Pekka.

pe 19.4. Luontokuvahehkuksia

Maalataan sekatekniikkatyö akryyliväreillä valmiin kuvan päälle. Toteutetaan rentouttava “ketjutanssi”. Mielenmaisemani, mitä sieltä löytyy? Villi runo – tehtävä, jossa toteutetaan yhteisiä runoja. Ohjaajina Minna ja Susanna.

pe 26.4. Maalataan yhteinen ryijy akvarelliväreillä

(teokset yhdistyvät toisiinsa tai tekijät vaihtavat paikkaa). Musiikkituokio, jossa yhdistetään ääntä ja kehon liikettä. Ohjaajina Minna ja Paloma.

pe 3.5. Kulttuuripaletin päätöstilaisuus

Huilumusiikkia sekä säestystä lyömäsoittimilla. Kahvittelua mahdollisesti sekä keskustelua kokemuksista. Ohjaajina Minna ja Paloma. Mukana myös muita Kiidon taiteilijoita.

Pajoihin 12 osallistujaa/kerta.

Voit ilmoittautua mukaan pajoihin, jotka Sinua kiinnostavat.

Yhteensä 8 pajaa. Yhteystiedot ja ilmoittautumiset:

Marja Ruonela 044 4500 901, marja.ruonela@viola-koti.fi

Kulttuuriosuuskunta Kiidon yhteyshenkilö: Jyrki Tamminen, jvtammin@hotmail.com

Ohjaajat:

kuvataiteilija Minna Eloranta

teatteriohjaaja Jyrki Tamminen

kulttuuritoimittaja Anne Välinoro

valokuvaaja Susanna Lyly

taiteilija Katja Villemonteix



**Pirkanmaan
hyvinvointialue**