



# Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

## VIOLAN lähitori Toukokuu 2024

(muutokset mahdollisia)



VIOLA-KOTI



### 1.5. Keskiviikko

Hyvää Vappua, lähitori kiinni!

### 2.5. Torstai

klo 10–11 ..... Naisten ryhmä, "Vappukahvit", Monitoimitila

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

### 3.5. Perjantai

klo 10–11:30 ..... "Kulttuuripaletin päätöstilaisuus ja kahvittelu", Monitoimitila

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

---

### 6.5. Maanantai

klo 10–11 ..... Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila tai Violan sisäpiha kauniilla säällä

**Huom!!** Juicen live-ilta siirretty tässä kuussa keskiviikkoon 15.5. klo 18–20. Juicen kirjasto, kaikille avoin ja maksuton.

### 7.5. Tiistai

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, "Aivoterveyttä unesta", Juicen kirjasto

**klo 15–16..... Vintake-yhtye esiintyy, Ravintolasali. Avoin ja maksuton kaikille!**

### 8.5. Keskiviikko

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

klo 13:30-14:30 .... Istumajooga **VIIMEINEN KERTA**, Monitoimitila **Vain ilmoittautuneille**

### 9.5. Torstai

Helatorstai, pyhäpäivä, lähitori on kiinni.

### 10.5. Perjantai

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

---



# Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

**14.5.–31.5. Ma-Pe klo 10–15 ”Jos metsään haluat mennä nyt...” – Valokuvanäyttely, Pienessä monitoimitilassa Marja-Leena Karjalaisen valokuvia metsäretkiltä.**

**Tervetuloa ihaillemaan metsän voimaa!**

## 13.5. Maanantai

klo 10–11 ..... Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila tai Violan sisäpiha kauniilla säällä

**klo 10–14..... Senior Shop vaatemyynti, Violan aulatila**

**Nyt on hyvä hetki ostaa kesäksi paitoja, hameita ja tunikoita. Tervetuloa kaikki!**

## 14.5. Tiistai

klo 10–12 ..... Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoharjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

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

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

klo 14-15:15 ..... Tuutorin kulttuuritiistai ”Hyvää mieltä/Mielenhyvinvointia”, Juicen kirjasto

## 15.5. Keskiviikko

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

**klo 18–20..... Juicen live-ilta, Juicen kirjasto, Pellavantori.**

**Vapaa pääsy, kaikille avoin.**

## 16.5. Torstai

klo 10–11 ..... Naisten ryhmä, ”Halosen taiteilijasuku”, Monitoimitila

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

## 17.5. Perjantai

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

---

## 20.5. Maanantai

klo 10–11 ..... Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila tai Violan sisäpiha kauniilla säällä

**klo 14:30–15:30 ..Jari Grek konsertti, Iskelmä ja tanssimusiikin helmiä, Ravintolasali  
Kaikille avoin ja maksuton konsertti. Tervetuloa!**

## 21.5. Tiistai

klo 10–12 ..... Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoharjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

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

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

klo 14–15:15 ..... Tuutorin kulttuuritiistai, Tuutori Ilonan aivotreenit, Juicen kirjasto

## 22.5. Keskiviikko

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



# Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

## 23.5. Torstai

klo 10–11 ..... Naisten ryhmä, ”Kevätkonsertti, livemusiikkia”, Monitoimitila

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

## 24.5. Perjantai

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

---

## 27.5. Maanantai

klo 10–11 ..... Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila tai Violan sisäpiha kauniilla säällä

**klo 14:30–15:15 ..”Keskustelua ensiavusta”, Ravintolasali**

**Sairaanhoitaja ja ensiapukouluttaja Tarja Korkiamäki kertoo ja keskustelee osallistujien kanssa ensiavusta ja ensiaputaidoista. Tervetuloa kaikki.**

## 28.5. Tiistai

klo 10–12 ..... Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoarjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

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

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

## 29.5. Keskiviikko

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

## 30.5. Torstai

klo 10–11 ..... Naisten ryhmä, ”Kustaa oli kunnan mies”, Monitoimitila

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

## 31.5. Perjantai

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

---

**Violan lähitori, Juhlatalonkatu 4, 33100 Tampere**

[www.viola-koti.fi](http://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

**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.**