



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

VIOLAN lähitori Lokakuu 2024



VIOLA-KOTI (muutokset mahdollisia)

Violan lähitori, Juhlatalonkatu 4, 33100 Tampere
Seuraa meitä Instagramissa tai Facebookissa

www.viola-koti.fi

Lähitori avoinna maanantai – perjantai klo 9–15.

Palveluohjaaja Marja Ruonela p.044 4500 901

Arkisin klo 9–15 tai ajanvaraus

Puhelimeen vastataan muun työn ohessa. Suositellaan ajanvarausta.

Sairaanhoitaja Päivi Hyry p.044 4500 937

Tiistaisin klo 11–12 tai ajanvaraus

Puhelimeen vastataan muun työn ohessa, vastaajaan voi jättää viestin.

Fysioterapeutti Joonas Lehtomäki p.044 4500 913

Tiistaisin klo 13–14 tai ajanvaraus

Puhelimeen vastataan muun työn ohessa, vastaajaan voi jättää viestin.

Jalkahoitola Poutapilvi p.044 3530 456

Ravintola Viola p.044 4500 905

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

1.10. Tiistai

klo 10:30–12.....Runoystävät–Lausuntapiiri, Monitoimitila. Avoin kaikille, tervetuloa

klo 10–12Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoharjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12Sairaanhoitajan avoin vastaanotto, Sairaanhoitajan huone, Aulatalo

klo 13–14Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14-15:15Tuutorin kulttuuritiistai, Juicen kirjasto

klo 14–17Luusto-kurssi/Luustoliitto, Monitoimitila **Vain ilmoittautuneille**

2.10. Keskiviikko

klo 10–11Aivotreenit – Nääsviden muistihoitaja, Monitoimitila

klo 14–15Tuutorin JUMPPA, Monitoimitila Voit jumpata istuen tai seisten

3.10. Torstai

klo 10–11Naisten ryhmä, ”Sylvi Kekkonen”, Monitoimitila

klo 13:30–15:30...Kädentaitopajat, Monitoimitila

UUSI ALKAVA KURSSI!

Taito Pirkanmaa ja Tampereen kaupunki toteuttavat viiden kerran käsityöpajat, joissa tehdään ohjattuna kirjoitettuja kirjankannet ja korinpunonta. Materiaalimaksu 10 €/ tuote, maksu ohjaajalle pajojen jälkeen. Ilmoittautuminen lähitorille p.044–4500901

**Pirkanmaan
hyvinvointialue**



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

4.10. Perjantai

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

7.10. Maanantai

klo 10–11Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

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

8.10. Tiistai

klo 10:30–12Runoystävät – Lausuntapiiri. Avoin kaikille, tervetuloa. Monitoimitila

klo 10–12Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoarjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12Sairaanhoitajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 13–14Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14-15:15Tuutorin kulttuuritiistai, Juicen kirjasto

9.10. Keskiviikko

klo 10–11Aivotreenit – Nääsvillen muistihoitaja, Monitoimitila

10.10. Torstai

klo 10:00–12Naisten ryhmä, ”Kirsi Kunnas”, Monitoimitila

klo 13:30–15:30...Kädentaitopajat, Monitoimitila

Taito Pirkanmaa ja Tampereen kaupunki toteuttavat viiden kerran käsityöpajat, joissa tehdään ohjattuna kirjoitetut kirjankannet ja korinpunonta. Materiaalimaksu 10 €/ tuote, maksu ohjaajalle pajojen jälkeen. Ilmoittautuminen lähitorille p.044–4500901

11.10. Perjantai

klo 13–14:30LiFE -kurssi miehille, Monitoimitila **Vain ilmoittautuneille**

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

14.10. Maanantai

klo 10–11Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

klo 14–15Johanna Debreczeni esiintyy, Violan ravintolasali

Tervetuloa kuuntelemaan tangokuningattaren ja musiikin moniosaajan esiintymistä. Kaikille maksuton ja avoin!

15.10. Tiistai

klo 10:30–12Runoystävät – Lausuntapiiri. Avoin kaikille, tervetuloa. Monitoimitila

klo 10–12Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoarjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12Sairaanhoitajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

klo 13–14Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14-15:15Tuutorin kulttuuritiistai, Juicen kirjasto

klo 14–17Luusto-kurssi/Luustoliitto, Monitoimitila **Vain Ilmoittautuneille**

16.10. Keskiviikko

klo 10–11Aivotreenit – Nääsviden muistihoitaja, Monitoimitila

17.10. Torstai

klo 10–11Naisten ryhmä, ”Marja Mansikan mutinat”, Monitoimitila

klo 13:30–15:30...Kädentaitopajat, Monitoimitila

Taito Pirkanmaa ja Tampereen kaupunki toteuttavat viiden kerran käsityöpajat, joissa tehdään ohjattuna kirjutut kirjankannet ja korinpunonta. Materiaalimaksu 10 €/ tuote, maksu ohjaajalle pajojen jälkeen. Ilmoittautuminen lähitorille p.044–4500901

18.10. Perjantai

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

21.10. Maanantai

klo 10–11Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

22.10. Tiistai

klo 10:30–12.....Runoystävät – Lausuntapiiri. Avoin kaikille, tervetuloa. Monitoimitila

klo 10–12Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoarjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12Sairaanhoitajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 13–14Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14–15:15.....Tuutorin kulttuurikahvila, Juicen kirjasto

23.10. Keskiviikko

klo 10–11 Aivotreenit – Nääsviden muistihoitaja, Monitoimitila

klo 13:30–14:30...Istumajooga, Monitoimitila **UUSI ALKAVA KURSSI!**

Työväenopiston kuuden kerran istumajoogaan. Kaiken ikäisille, kuntoon katsomatta.

Maksuton, ilmoittautuminen. Lisäohjeet lähitorilta p.044–4500901

24.10. Torstai

klo 10–11Naisten ryhmä, ”Ulkomaalaisia elokuvasävelmiä”, Monitoimitila

klo 13:30–15:30...Kädentaitopajat, Monitoimitila

Taito Pirkanmaan viiden kerran käsityöpajat, joissa tehdään kirjutut kirjankannet ja korinpunonta. Materiaalimaksu 10 €/ tuote, maksu ohjaajalle pajojen jälkeen.

Ilmoittautuminen lähitorille p.044–4500901



Lähitori

Arjen tukea ja kohtaamisia

25.10. Perjantai

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

28.10. Maanantai

klo 10–11Ohjattu tuolijumppa, Monitoimitila

klo 11–14Akas Fashion – Vaatemyynti, Violan aulatilassa

Tervetuloa vaateostoksille Violan aulatiloihin.

29.10. Tiistai

klo 10:30–12.....Runoystävät – Lausuntapiiri. Avoin kaikille, tervetuloa. Monitoimitila

klo 10–12Ohjattu kuntosaliliikunta kiertoarjoittelu ilmoittautuneille, Willa kuntosali

klo 11–12Sairaanhoitajan avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 13–14Fysioterapeutin avoin vastaanotto, Lähitorin huone

klo 14–15:15.....Tuutorin kulttuurikahvila, Juicen kirjasto

klo 14–17Luusto-kurssi/Luustoliitto, Monitoimitila **Vain ilmoittautuneille**

30.10. Keskiviikko

klo 10–12Kaikki peliin! Violan aulatila ja monitoimitila

Juhannuskylän koulun 9-luokan oppilaat järjestävät leikkisän tempauksen

ikäihmisille. Tule avoimin mielin nauttimaan riemusta, naurusta, sukupolvien

kohtaamisesta ja kilpailuhengestä. Mukaan vain leikkimieltä, tervetuloa kaikki!!!

Kaikille avoin ja maksuton tapahtuma.

klo 13:30–14:30....Istumajooga, Monitoimitila **Vain ilmoittautuneille**

Työväenopiston kuuden kerran istumajoogaan. Kaiken ikäisille, kuntoon katsomatta.

Maksuton, ilmoittautuminen. Lisäohjeet lähitorilta p.044–4500901

31.10. Torstai

klo 10–11Naisten ryhmä, ”Oskar Merikanto”, Monitoimitila

klo 13:30–15:30...Kädentaitopajat, Monitoimitila

Taito Pirkanmaan viiden kerran käsityöpajat, joissa tehdään kirjoitetut kirjankannet ja korinpunonta. Materiaalimaksu 10 €/ tuote, maksu ohjaajalle pajojen jälkeen.

Ilmoittautuminen lähitorille p.044–4500901