

Tulethan  
Tuvalle vain  
terveenä!

Vastaava toiminnanohjaaja Eija

puh. 050 447 2888

Toiminnanohjaaja Sari

puh. 050 347 6429

Kesätyöntekijä Elsa

puh. 050 590 2303

[www.teory.fi/iltatupa](http://www.teory.fi/iltatupa)

Facebook: Iltatupa-toiminta, Amurin Teon Tupa ry

Yhteistyössä:



*Nääsவில்le ry*  
— Tehrään yhdessä! —



Seniorin digiaskeleet  
**muka**tti

**KMarket**  
AMURI



Iltatupa-toiminta

Kohtaamispaikka Tampereen  
Amurissa

Heinäkuu 2022



Satakunnankatu 38, Tampere

(katutaso, esteetön)

Tuvan puh. 050 590 2303

*Tervetuloa!*

## Kuukauden tapahtumia

**Sunnuntaikahvit;** Järjestämme kaksi kattausta ja taataksimme mahdollisimman monelle osallistumisen, voit ilmoittautua kerralla vain yhteen kattaukseen.

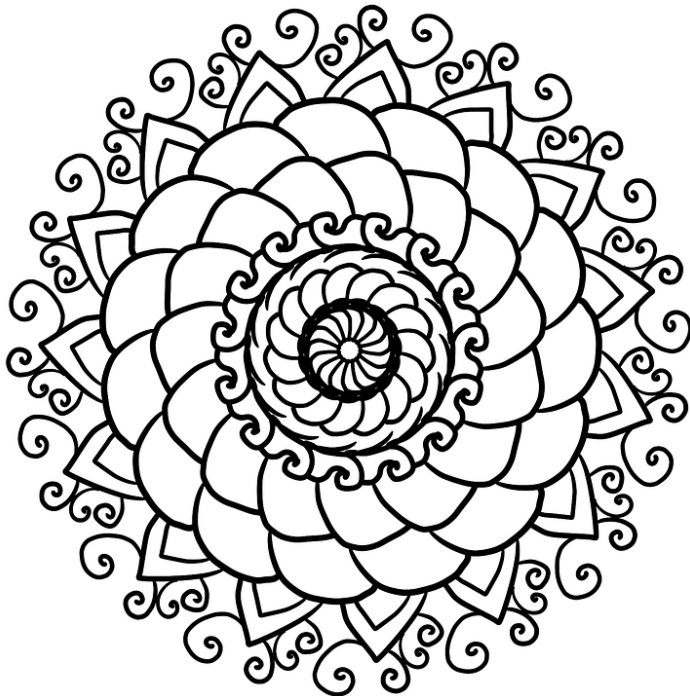
### Kädentaitoillat

Illoissa kokeillaan erilaisia tekniikoita ja materiaaleja. Voit myös ottaa oman käsityösi mukaan ja tehdä sitä.

12.7. Akryylimaalausta

19.7. Soijavahakynttilöitä hyttysten karkotukseen

Lisätietoja Tuvalta Elsalta



**Amurin Teon Tupa ry** on Tampereella vuonna 1995 perustettu poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton, yleishyödyllinen yhdistys. Yhdistyksen tavoitteena on tukea ikääntyneiden ja omaishoitajien kotona asumista. Yhdistys tuottaa kotipalveluita ja koordinoi STEA-rahoitteista Iltatupa-toimintaa. Kotipalveluina yhdistys tarjoaa asiakkailleen siivousta, muuta kotihoitoapua ja hoiva-palveluja. Satakunnankadulla sijaitsevan kohtaamispaikan lisäksi yhdistyksellä on toimistotilat osoitteessa Mustanlahdenkatu 10, katutaso.

**Toiminnanjohtaja Birgitta Valli** puh. 050 570 5277  
tavoitettavissa puhelimitse arkisin klo 9-15.

**Kotipalvelun palveluohjaaja Tiina Hallamäki**, tavoitettavissa puhelimitse arkisin klo 9-15, puh. 050 358 0072.

[www.teory.fi](http://www.teory.fi)

Y-tunnus 1086081-3

Iltatupatoiminta pitää yllä matalan kynnyksen kohtaamispaikkaa Tampereen Amurissa. Kohtaamispaikassa järjestetään monipuolista toimintaa. Tavoitteenamme on alueellisen yhteisöllisyyden vahvistaminen, ikäihmisten hyvinvoinnin lisääminen ja yksinäisyyden vähentäminen. Toiminta on avointa kaikille yli 60-vuotiaille.

## Kesäinen sanasokkelo



### Etsi sokkelosta nämä sanat:

metsämansikka kesähattu grilliherkut jäätelö  
poutapilvi laituru uimaranta riippumatto  
kukkaniitty eväsretki kesätori puutarha

## Kuukauden tapahtumia

**Yhteislenkki Peltolammin** lenkkipolulle ma 4.7.  
Kokoontuminen klo 11.15 Tuvan edessä, josta  
lähdemme bussilla Peltolammille ja kierrämme siellä  
lenkin ja palaamme bussilla takaisin. Varaa lämpimällä  
säällä mukaan juomapullo ja päähine. Säävaraus.

**RETKI KUOKKALAN MUSEORAITILLE 27.7.**  
Tapaamme Aleksanterin kirkon bussipysäkillä klo  
12.30 ja kuljemme retkelle TKL:n bussilla. Museon  
pääsymaksu 5€ (sis.opastuksen).  
Ilmoittautumiset Tuvalle!

**Vierailu Amurin Työläiskorttelin senioripäivään**  
ke 20.7. Lähtö Tuvalta klo 11 (voit myös tulla suoraan  
museolle). Pääsylippu 2€ sis. Verhot heiluu –  
kierroksen. Ilmoittautuminen Tuvalle.

**Porinapiirissä** keskustellaan mukavalla porukalla  
vaihtuvin teemoin.

**Pihapelit** tiistaisin Tuvan sisäpihalla klo 14-15.  
Pelataan mölkkyä. Muista kuumana päivänä mukaan  
vesipullo ja päähine. Sateen sattuessa pelaillaan muita  
pelejä Tuvan sisätiloissa.



| Maanantai  | Tiistai   | Keskiviikko   | Torstai  | Perjantai              | Sunnuntai   |
|--|---|---|--|------------------------|---|
|  |   |   |  | 1.7.                   | 3.7.<br>12-13.45<br>Sunnuntaikahvit 1<br>14-15.45<br>Sunnuntaikahvit 2  |
| 4.7.<br>11.15-<br>Yhteislenkki<br>Peltolammin<br>lenkkipolulle | 5.7.<br>12-13 Seniorikahvit<br>14-15 Pihapelit<br>16-18 BINGO ja iltakahvittelua  | 6.7.<br>KESÄRETKI KARVIALLE<br>(ennakkoon ilmoit.)<br>13-14.30 Porinapiiri<br>Eijan ja Elsan kanssa | 7.7.<br>10-11 Lähiluontokävely<br>Uman kanssa (lähtö Tuvalta)<br>12-13.30 Ukkotupa<br>16-18 Kesämuistoja ja jäätelön<br>maistelua Elsan kanssa | 8.7.<br>Tupa suljettu  | 10.7.<br>12-13.45<br>Sunnuntaikahvit 1<br>14-15.45<br>Sunnuntaikahvit 2 |
| 11.7.<br>11.30-12.45<br>Yhteislenkki                           | 12.7.<br>12-13 Seniorikahvit<br>14-15 Pihapelit<br>16-18 Käsiyöilta:<br>akryylimaalausta  | 13.7.<br>13-14.30 Porinapiiri Elsan<br>kanssa   | 14.7.<br>12-13.30 Ukkotupa<br>16-18 Tietovisa ja<br>iltakahvittelua  | 15.7.<br>Tupa suljettu | 17.7.<br>12-13.45<br>Sunnuntaikahvit 1<br>14-15.45<br>Sunnuntaikahvit 2 |
| 18.7.<br>11.30-12.45<br>Yhteislenkki                           | 19.7.<br>12-13 Seniorikahvit<br>14-15 Pihapelit<br>16-18 Käsiyöilta:<br>Soijavahakynntilöitä hyttysten<br>karkotukseen                | 20.7.<br>11.00- Vierailu Amurin<br>Työläiskorttelin<br>Senioripäivässä                              | 21.7.<br>12-13.30 Ukkotupa<br>16-18 Kurkistus muistoihin -<br>ilta   | 22.7.<br>Tupa suljettu | 24.7.<br>12-13.45<br>Sunnuntaikahvit 1<br>14-15.45<br>Sunnuntaikahvit 2 |
| 25.7.<br>11.30-12.45<br>Yhteislenkki                           | 26.7.<br>12-13 Seniorikahvit<br>14-15 Pihapelit<br>16-18 Iltalenkki lähialueelle<br>Annen kanssa (sateen<br>sattuessa ollaan Tuvalla) | 27.7.<br>11- Retki Kuokkalan<br>museoraitille<br>(ennakkoon ilmoit.)                                | 28.7.<br>12-13.30 Ukkotupa<br>16-18 Tietovisa ja<br>iltakahvittelua  | 29.7.                  | 31.7.<br>12-13.45<br>Sunnuntaikahvit 1<br>14-15.45<br>Sunnuntaikahvit 2 |