

Vastaava toiminnanohjaaja Johanna

puh. 050 447 2888

Toiminnanohjaaja Sari

puh. 050 347 6429



www.teory.fi/iltatupa

Facebook: Iltatupa-toiminta, Amurin Teon Tupa ry

Yhteistyössä:



Nääsவில்le ry
— Tehrään yhdessä! —



Seniorin digiaskeleet
mukatti

KMarket
AMURI



*Kohtaamispaikka Tampereen
Amurissa
Joulukuun 2023*



Satakunnankatu 38, Tampere

(katutaso, esteetön)

Tuvan puh. 050 590 2303

(Muutokset ohjelmassa mahdollisia)

Tervetuloa!

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko
4.12. 11.30- 12 Yhteislenkki 11.45-16 Retki Ideaparkiin 13.30 alk. Kikka laulattaa	5.12. 10-10.45 Tuolijumppa 12-15 Itsenäisyyspäivän- kahvit 16-18 BINGO ja iltakahvittelua	6.12. Itsenäisyyspäivä Tupa suljettu
11.12. 12-13.30 Yhteislenkki Joulutorille	12.12. 10-10.45 Tuolijumppa 12-13 Seniorikahvit 16-18 Tuvan pikkujoulut	13.12. 10-11 Istumatanssi 11-12 Digiopastus (Mukanetti) 13 alk. Runoja ja Rokkia (ilmoittautuminen)
18.12. 12-14 Yhteislenkki Kauppahalliin	19.12. 10-10.45 Tuolijumppa 12-13 Seniorikahvit 16-18 Vohvelikahvila (ilmoittautuminen)	20.12. 11-13 Digiopastus (Mukanetti) 13.30-15 Porinapiiri
25.12. Joulupäivä Tupa suljettu	26.12. 12-16 Tapaninkahvit	27.12. 10-11.30 Kinkun sulatus-lenkki 12-14 Välipäivän visa



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.

Kotipalvelun palvelupuhelin arkisin klo 9-12

puh. 050 358 0072.

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.

Lisätietoja:

To 7.12. klo 14.30-16 Lukupiiri

Vierailmassa kirjailija Anneli Kanto ja luettavana hänen kirjansa Rottien pyhimys.

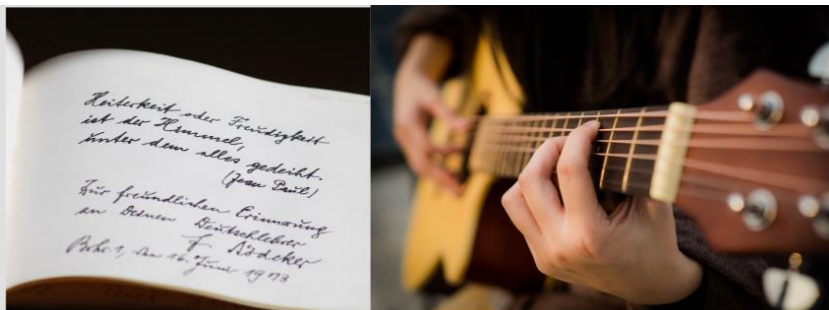
Ti 12.12. klo 16-18 Tuvan pikkujoulut.

Ohjelmassa mm. kuusen koristelua, joulumusiikkia sekä glögin ja pipareiden maistelua.

Ke 20.12. klo 13.30-15 Porinapiiri.

Aiheena: Miten joulu on muuttunut vuosikymmenten saatossa

To 28.12. Klo 16-18 Uuden Vuoden bileissä tarjolla uuden vuoden herkuja, yhdessäoloa ja toivemusiikkia



Runoja ja Rokkia

ke 13.12.2023 klo13 alkaen

Esitys yhdistää musiikkia ja runollisia tarinoita.

Ohjelmasta vastaavat

muusikko **Costello Hautamäki** ja näyttelijä **Karoliina Blackburn.**

Lopuksi juodaan kahvit ja vaihdetaan ajatuksia.

Mukaan mahtuu **max 25** henkilöä.

Ilmoittaudu etukäteen Tuvalle.

JOULURETKELLE IDEAPARKKIIN



ma 4.12.2023

klo 11.45-16



Jouluretkellä voi tutustua keskusaukion joulumaailmaan, tehdä ostoksia ja nauttia kauppakeskuksen tunnelmasta.

Lähdöt

- klo 11.45 Amurin teontupa, Satakunnankatu 38

- klo 12.00 Kaupinkatu, Sammon koulun edestä

- klo 12.05 Kalevan kulma, Väinämöisenkatu 25

-klo 12.10 Uudenkylänkuja 3

Paluumatkat pysäkeille klo 15.30 Ideaparkilta päivävastaisessa järjestyksessä.

Retken hinta 10 €, sisältäen bussikuljetuksen.

Ilmoittautuminen ja maksu käteisellä Tuvalle viim. to 30.11.2023.

Ruokailu on omakustanteinen.



Digiopastus Autamme pienissä kysymyksissä liittyen kännykän, tietokoneen ja tabletin käyttöön.

Digiopastuksemme pohjautuu vapaaehtoisuuteen ja on maksutonta. Haasteellisimmissa kysymyksissä ohjaamme ammattiosaamisen piiriin.

Joulukuussa digiopastusta Tuvalla tarjoaa Seniorit

Mukanetti ry

MUISTA VARATA OMA AIKASI TUVALTA!

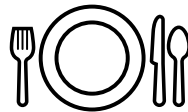
Huomioithan, että otamme retki-ilmoittautumisia ja –maksuja vastaan vain arkipäivisin.

Keittolounas pe 8.11. (8€)

1. kattaus klo 11.30

2. kattaus klo 13.00

Menu: Karjalanpaisti ja luumurahka

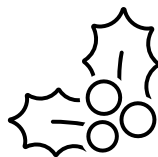


Jouluruokailu pe 15.12. (15€)

1. kattaus klo 11.30

2. kattaus klo 13.00

Menu: Jouluaateria



Ilmoittautumiset ruokailuihin Tuvalle!

Torstai	Perjantai	Sunnuntai
	1.12.	3.12. 12-16 Sunnuntaikahvit
7.12. 12-13.30 Ukkotupa 14.30-16 Lukupiiri Vieraana kirjailija Anneli Kanto 16-18 Joulukorttipaja	8.12. 11.30 Keittolounas 1 13.00 Keittolounas 2	10.12. 12-16 Sunnuntaikahvit
14.12. 12-13.30 Ukkotupa 17-19 Roosin piiri	15.12. 11.30 Jouluruokailu 1 13.00 Jouluruokailu 2	17.12. 12-16 Sunnuntaikahvit
21.12. 12-13.30 Ukkotupa 14.30-15.30 Glögin tuoksuinen peli-iltapäivä 16-18 Jouluihin levyraati	22.12.	24.12. Jouluaatto Tupa suljettu Iloista Joulua! 
28.12. 12-13.30 Ukkotupa 16-18 Uuden Vuoden bileet	29.12.	31.12 12-16 Ohjelmalliset Uuden Vuoden kahvit