

Lielahden lähitori

Toukokuu 2023

(muutokset mahdollisia)

Millaista kulttuuria ja liikuntaa haluaisit meidän lähitorille? Lähitorilla äänestetään 2–14.5.2023 huhtikuun aikana kerätyistä ideoista, mihin toimintaan käytämme 2000 euroa.

1.5. maanantai

VAPUNPÄIVÄ lähitori suljettu, HYVÄÄ VAPPUA!

2.5. tiistai

- klo 9–13 Sosiaaliohjaaja tavattavissa
- klo 9 Tiistaitarinat
- klo 10 Satutunti, kirjaston järjestämä
- klo 13 ”Matkan varrelta” Ritvalalaiset kollektiivin osallistava työpaja ikäihmisille

3.5. keskiviikko

- klo 9–12 Sairaanhoidtaja tavattavissa
- klo 10–10.45 Tuolijumppa
- klo 13–13.45 Tehojumppa

4.5. torstai

- klo 9–10 Tuolijooga
- klo 9–14 Kelan etäpalvelu käytettävissä
- klo 10–10.30 Aivotreeni, Nääsவில்le ry
- klo 13 KONSERTTI: Tampereen Harmonikkaorkesteri

5.5. perjantai

- klo 9–14 Kelan etäyhteys käytettävissä
- klo 10 Bingo
- klo 11–11.45 Perhetemppu, ennakoilmoittautuneilla
- klo 12–13 Kuntotanssi

8.5. maanantai

- klo 9-11 Fysioterapeutti tavattavissa
- klo 10.30–11.30 Yhteinen kävelylenkki liikuntaluotsien kanssa. Kokoon-tuminen Lielahdenkadun puoleisella alaovella, säävaraus!
- klo 12–12.45 Tasapainoryhmä

9.5. tiistai

- klo 9-13 Sosiaaliohjaaja tavattavissa
- klo 9 Tiistaitarinat
- klo 13 KONSERTTI; Pispalan Sälli & Sinirytmii

10.5. keskiviikko

- klo 9–12 Sairaanhoidtaja tavattavissa
- klo 9-11 UNELMIEN LIIKUNTAPÄIVÄ: Kävijöiden kesken arvotaan MM-kisalippuja!
- klo 9-11 Fysioterapeutti tekee terveystesttejä Tuike-salissa
- klo 13-13.45 Lavis

11.5 torstai

- klo 9–10 Tuolijooga
- klo 9–14 Kelan etäpalvelu käytettävissä
- klo 9.30-12 Korttipaja, mahdollisuus askarrella kevätkortteja, päivä-kodin lapset vierailevat
- klo 10-10.30 Aivotreeni, Nääsவில்le ry
- klo 14-15 Kelan etuudet ikäihmisille -verkkoseminaari

12.5. perjantai

- klo 10 Bingo
- klo 11–11.45 Perhetempu, ennakkoilmoittautuneilla. Kevään viimei-nen kerta!
- klo 12–13 Kuntotanssi, kevään viimeinen kerta!

15.5. maanantai

- klo 9-11 Fysioterapeutti tavattavissa
- klo 10.30–11.30 Yhteinen kävelylenkki liikuntaluotsien kanssa. Kokoon-tuminen Lielahdenkadun puoleisella alaovella, säävaraus!
- klo 12–12.45 Tasapainoryhmä

16.5. tiistai

- klo 9-13 Sosiaaliohjaaja tavattavissa
- klo 9 Tiistaitarinat
- klo 10 Satutunti, kirjaston järjestämä
- klo 10-13 VAATE-ESITTELYÄ; kevät- ja kesävaatteita
- klo 13 KONSERTTI; Pepe Enroth

17.5. keskiviikko

- klo 9-12 Sairaanhoidaja tavattavissa
- klo 10-10.45 Tuolijumppa
- klo 13-13.45 Tehojumppa

18.5 torstai

HELATORSTAI lähitori suljettu

19.5. perjantai

- klo 9-14 Kelan etäyhteys käytettävissä
- klo 10 Bingo
- klo 14 Lukupiiri kokoontuu ryhmätilassa

22.5. maanantai

- klo 9-11 Fysioterapeutti tavattavissa
- klo 10.30-11.30 Yhteinen kävelylenkki liikuntaluotsien kanssa. Kokoon tuminen Lielahdenkadun puoleisella alaovella, säävaraus!
- klo 12-12.45 Tasapainoryhmä
- klo 13.15 Kirjavinkkaus, Mikko Salonen kirjastosta

23.5. tiistai

- klo 9-13 Sosiaaliohjaaja tavattavissa
- klo 9 Tiistaitarinat
- klo 13 Yhteislaulua ja laulua, Harjun seurakunta

24.5. keskiviikko

- klo 9-12 Sairaanhoidaja tavattavissa
- klo 10-10.45 Tuolijumppa
- klo 13-13.45 Tehojumppa

25.5. torstai

- klo 9–10 Tuolijooga, kevään viimeinen kerta
- klo 9–14 Kelan etäpalvelu käytettävissä
- klo 10–10.30 Aivotreeni, Nääsville ry
- klo 13 **TANSSIT: Gentsit**

26.5. perjantai

- klo 9–14 Kelan etäyhteys käytettävissä
- klo 10 Bingo

29.5. maanantai

- klo 9-11 **Fysioterapeutti tavattavissa**
- klo 10.30–11.30 Yhteinen kävelylenkki liikuntaluotsien kanssa. Kokoon-
tuminen Lielahdenkadun puoleisella alaovella, säävaraus!
- klo 12–12.45 Tasapainoryhmä

30.5. tiistai

- klo 9-13 **Sosiaaliohjaaja tavattavissa**
- klo 9 Tiistaitarinat
- klo 13 **KONSERTTI: Jari Grek**

31.5. keskiviikko

- klo 9–12 **Sairaanhoitaja tavattavissa**
- klo 10–10.45 Tuolijumppa
- klo 13–13.45 Tehojumppa

1.6. torstai

- klo 9–14 Kelan etäpalvelu käytettävissä
- klo 10–10.30 Aivotreeni, Nääsville ry
- klo 13 **KONSERTTI: Mäkinen Keijo ja Paavo**

2.6. perjantai

- klo 10 Bingo
- klo 9–12 **Ravitsemusterapeutti tavattavissa**

Seuraa meitä [Facebookissa!](#)

**Pirkanmaan
hyvinvointialue**

Lielahden lähitori, Antti Possin kuja 1, 33400 Tampere

Palveluvastaava	Hanna Setälä	041 730 0138
Lähihoitaja	Sirpa-Maija Hakala	044 481 1752
Viriketoiminnanohjaaja	Paula Saarijoki	040 537 2164
Fysioterapeutti	Ville Mäkinen	040 480 6883
Sosiaaliohjaaja	Susanna Rintamäki	040 356 2422

Sähköpostiosoitteet muotoa: **etunimi.sukunimi@pirha.fi**

Lähitori avoinna

- maanantaista perjantaihin klo 8–15

Ravintola Voimia 040 526 8768

Ravintola avoinna

- maanantaista perjantaihin klo 8-15
- lounas tarjolla klo 11–13