



Kohtaamispaikka Tampereen
Amurissa

Huhtikuu 2025

Vastaava toiminnanohjaaja Johanna

puh. 050 447 2888

Toiminnanohjaaja Juuli

puh. 050 347 6429



www.teory.fi/iltatupa

Facebook: Iltatupa-toiminta, Amurin Teon Tupa ry

Yhteistyössä:



NääsVille ry
— Tehrään yhdessä! —



Seniorin digiaskeleet
mukatti

KMarket
AMURI



Satakunnankatu 38, Tampere

(katutaso, esteetön)

Tuvan puh. 050 590 2303

(Muutokset ohjelmassa mahdollisia)

Tervetuloa!

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko
HUOM! VOIMME OTTAA TUVALLE SISÄÄN KERRALLA MAX 25 HENKILÖÄ.	1.4. 10-10.45 Tuolijumppa 12-13 Seniorikahvit 16-18 Bingo	2.4. 11-12 Digiopastus (ilmoittautuminen) 12 Ravintolatreffit Roma pizzeria (ilmoittautuminen)
7.4. 12-16 Tampere- Kiertoajelu (ilmoittautuminen)	8.4. 10-10.45 Tuolijumppa 12-13 Seniorikahvit 13.30-15 Pääsiäisaskartelut 16-18 Roosan piiri	9.4. 13.30-15 Kulttuuritupa, Runoja
14.4. 12-13.30 Yhteislenkki 14-15 Pali-esittely	15.4. 10-10.45 Tuolijumppa 12-13 Seniorikahvit 14-15.30 Historiatuokio 80-luvun Tampere 16-18 Muistelua ja visailua 80-luvulta	16.4. 11-13 Digiopastus (ilmoittautuminen) 13.30 Kikka Salmi laulattaa yhteislauluja
21.4. 2. Pääsiäispäivä 12-16 Pääsiäiskahvit 	22.4. 10-10.45 Tuolijumppa 12-13 Seniorikahvit 13.30 Torilla tavataan - näytelmä (ilmoittautuminen) 16-18 Roosan piiri	23.4. Tupa suljettu
28.4. 10-11.30 Vappubrunssi 12-13.30 Yhteislenkki	29.4. 10-10.45 Tuolijumppa 12-13 Seniorikahvit 16-18 Totuus vai tehtävä-peli + visailua	30.4. 11-12 Digiopastus (ilmoittautuminen) 13-14.30 Vappu karaoke



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.

Lisätietoja yhdistyksestä:

Toiminnanjohtaja Heljä Pitkänen puh. 050 570 5277
tavoitettavissa arkisin klo 9-15
Kotipalvelun palvelupuhelin arkisin klo 9-12
puh. 050 358 0072.

www.teory.fi

Y-tunnus 1086081-3

Iltatupa-toiminta 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:

Ke 2.4. klo 12 alkaen Ravintolatreffit italialaiseen ravintola/pizzeria Romaan. Osoitteessa Otavalankatu 3. Tule suoraan ravintolaan tai yhteislähtö Tuvalta 11.30. Ilmoittautuminen.

To 3.4. klo 15.15-16 Valokuvaustuokio 30 –vuotis juhlaulkaisuun. Kuvaamme kävijöitämme juhlaulkaisuun. Tervetuloa omana itsenäsi, jos sinulle sopii, että kuvasi tulee julkaisuun.

Ma 7.4. klo 12-16 Tampereen kiertojelu, Ennakoilmoittautumiset Iltatuvalle. Hinta 25e.

Ti 8.4. klo 13.30-15 Pääsiäisaskartelut. Tehdään kransseja, pääsiäismunia ja kortteja. Maksuton, 1 kpl kranssi/osallistuja.

Ke 9.4. klo 13.30-15 Kulttuuritupa. Runonlausuntaa. Vierailmassa Liisa Ritanen ja Maarit Kalliomäki. Esittelyssä myös Maaritin runokirja. Tervetuloa!

To 10.4. klo 14-15.30 Lukupiiri. Luettavana kirjana: Ali Smith, Syksy

Ma 14.4. klo 13.30-15 Pali-esittely. Tuomilogistiikan Tanja Rintala tulee kertomaan palveluliikenteestä.

Ti 15.4. klo 14-15.30 Tampereen historiaa 80-luvulta. Matti ja Hannu kertovat ja näyttävät valokuvia.

Ke 16.4. klo 13.30 Kikka Salmi laulattaa yhteislauluja.

To 17.4. klo 16-18 Jarin levyraati. Kuunnellaan ja arvostellaan lauluja 80-luvulta.

Ti 22.4. klo 13.30 Torilla Tavataan- näytelmä Iltatuvan tiloissa. Maksuton, ilmoittautumiset 16.4. mennessä.

Ma 28.4. klo 10-11.30 Vappubrunssi. Tule nauttimaan brunssista hyvässä seurassa. Virittäydytään vapun viettoon! Hinta 3e.

Ti 29.4. klo 16-18 Totuus vai tehtävä peli. Pelataan vapun kunniaksi hauskaa peliä ja visailaan porukalla.

Ke 30.4. klo 13-14.30 Vappukaraoke. Vapaaehtoisemme Anneli ohjaa karaokelaulujen pariin.



Retki Turkuun Juhani Viidan johdolla Ke 7.5.2025

Hakametsän jäähalli (Keltinkatu 2, Uudenkylän puoleinen piha-alue) klo 8.00, Väinämöisenkatu 25 klo 8.05, Kaupinkatu (Sammon yläasteen pysäkki) klo 8.15, Tampereen Vanha kirkko klo 8.25 ja Amurin Teon Tuvan pysäkki klo 8.30 Paluu klo 17 aikoihin.

Menomatalla pidämme tauon Huittisissa ja juomme aamukahvit.

Turussa kiertojelu Turun keskustassa. Vierailemme Turun Tuomiokirkossa sekä Vanhan Suurtorin ja Brinkkalan talon miljöössä. Lounaspaikkamme on merihenkinen Ravintola Göran. Paluumatkallamme pidämme tauon sopivassa ”puolimatkan krouvissa”.

Hinta 60e sis. bussikuljetuksen, menomatkan pullakahvit, opastetun kiertojelun ja buffet-lounaan.

Ilmoittautumiset ja maksut 28.4. mennessä.

*Yhteis-
työssä:*



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

Digiopastuksemme pohjautuu vapaaehtoisuuteen ja on maksutonta. Haasteellisimmissa kysymyksissä

ohjaamme ammattiosaamisen piiriin. Digiopastusta

Tuvalla tarjoaa Seniorit Mukanetti ry

MUISTA VARATA OMA AIKASI TUVALTA!

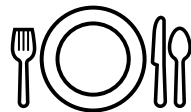
Huomioithan, että otamme retki-ilmoittautumisia ja –maksuja vastaan vain arkipäivisin.

Ruokatreffit (8€)

1. kattaus klo 11.30

2. kattaus klo 13.00

Menu: Läskisoosi ja perunat, jälkiruokana persikkarahka.



Keittolounas (6€)

1.kattaus klo 11.30

2.kattaus klo 13.00

Menu: Jauhelihakeitto, jälkiruokana sitruunavaahto.

Ilmoittautumiset ruokailuihin Tuvalle!

Torstai	Perjantai	Sunnuntai
3.4. 10-11 Aivotreenit 12-13.30 Ukkotupa 15.15-16 Valokuvaustuokio 30-v juhlaulkaisuun 16-18 Peli-ilta	4.4. Tupa suljettu	6.4. 12-16 Sunnuntaikahvit
10.4. 10-11 Aivotreenit 12-13.30 Ukkotupa 14-15.30 Lukupiiri 16-18 Taidepaja	11.4. 11.30 Ruokatreffit 1 13.00 Ruokatreffit 2 (ilmoittautuminen)	13.4. 12-16 Sunnuntaikahvit
17.4. 10-11 Aivotreenit 12-13.30 Ukkotupa 16-18 80-luvun levyraati	18.4. Pitkäperjantai Tupa suljettu	20.4. 12-16 2. Pääsiäispäivä Tupa suljettu
24.4. 10-11 Aivotreenit 12-13.30 Ukkotupa 14-16 Omat kässät 16-18 Keskustelua ja muistelua	25.4. 11.30 Keittolounas 1 13.00 Keittolounas 2 (ilmoittautuminen)	27.4. 12-16 Sunnuntaikahvit