

## LINNAINMAATUPA

Piettasenkatu 20 B 17, 33580 Tampere Puh. 050 405 7948,

050 343 1009

linnainmaatupa@tetuko.fi, www.tetuko.fi

Facebook & Instagram: Linnainmaatupa

Osallistuthan toimintaan vain terveenä!

Huom! Mahdollisista muutoksista ilmoitetaan Facebookissa ja Instagramissa!

# LINNAINMAATUVAN HUHTIKUU 2023

## MAANANTAI

Kaikille avointa aikaa  
klo 9-12

Ruoanlaittomahdollisuus/  
leivonta alk. klo 10

Sinulla on mahdollisuus ehdottaa mitä ruokaa voitaisiin laittaa yhdessä

3.4. klo 14–15.30  
Vauvailtapäivässä **Reetan ryhmässä** vauvahierontaa ja vauvatouhuja

**10.4. Pääsiäispäivä**, tupa on suljettu

17.4. klo 14–15.30 **Reetan ryhmässä** musiikki- ja loruleikkituokio

## TIISTAI

Kaikille avointa aikaa  
klo 9-13

Puuhatuokio alk. klo 10

11.4. klo 10–11 Martin jooga

25.4. klo 9.30- 10.30  
Pienten temppurata  
Koiliskeskuksessa Kalliosalissa

## KESKIVIIKKO

Kaikille avoin aika  
vaihtelee

5.4. Teemaillalla klo 17–18.30 Idaliina Helminen keskustelemassa aiheesta ”Lapsen suojeltu seksuaalisuus”; turva-alueet, miten kerron lapselle asioista

### RUOKAILUPÄIVÄ

Tuvalla on ruoan valmistus- ja ruokailumahdollisuus/leivonta maanantaisin. Silloin voit tulla valmistamaan ja syömään yhdessä lounasta muiden kanssa. Vapaaehtoinen maksu/MobilePay 10275. Omia eväitä saa myös syödä päivittäin.

## TORSTAI

Vauvapäivä  
klo 10–13

6.4. klo 10–13 **Reetan ryhmässä** pohditaan oman vauvan vahvuuksia

13.4. klo 10–13 **Reetan ryhmässä** musiikki- ja loruleikkituokio

20.4. klo 10–13 Idaliina Helminen keskustelemassa aiheesta ”Äitiyden/naiseuden tuomat haasteet synnytyksen jälkeen”

27.4. klo 16.30–18.30 Isä-lapsi-ilta; vappumunkit ja sima

## PERJANTAI

Kaikille avointa aikaa  
klo 9-12

Puuhatuokio alk. klo 10

Puuhatuokiassa askartelua, leivontaa yms.

**7.4. Pitkäperjantai**, tupa on suljettu

Lämpimästi  
tervetuloa  
tuvalle 😊  
Aino ja Jaana

**TARKEMPI  
OHJELMA  
JULKAISTAAN  
VIIKOTTAIN  
FACEBOOKISSA**

Kaipaatko rauhallista jutteluhetkeä? Voit varata henkilökohtaisen puhelinajan sähköisestä ajanvarauksesta, pikkulapsiperheiden linjalta. Ota rohkeasti yhteyttä!

<https://omavaraus.fi/p8sn/cyq3rm>



TAMPEREEN  
ENSI- JA TURVAKOTI RY

