

**Perhetupa Hilla**

**Kuuselakeskus**

**Nuolialantie 46, 33900 Tampere**

Puh. 050 405 7948, 050 343 1009

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

Facebook: Perhetupa Hilla

Instagram: @perhetupahilla

**Osallistuthan toimintaan vain terveenä!**

**Huom! Mahdollisista muutoksista ilmoitetaan  
Facebookissa ja Instagramissa!**

## PERHETUPA HILLAN LOKAKUU 2025

### MAANANTAI

KAIKILLE AVOINTA AIKAA  
KLO 9-12

**13.10.** Syysloman retki Härmälän leirintäalueella klo 10 alkaen.  
Nähdään leirintäalueen nuotiopaikalla-omat makkarat mukaan. Säävaraus.

### TIISTAI

KAIKILLE AVOINTA AIKAA  
KLO 9.30-13

#### **Ruuanlaittopäivä**

**7.10.** Palveluohjaaja Anu tuvalla klo 10 alkaen.  
**21.10.** Avointa aikaa klo 9.30-12.30. Martin joogavenyttely klo 10-11.

**28.10.** Kristiina kotipalvelusta tuvalla klo 10 alkaen

Klo 16.30-19 Halloween-juhlat yhdessä MLL:n Iltaperhekahvilan kanssa.

### KESKIVIIKKO

VAUVAPERHEIDEN PÄIVÄ  
KLO 10-13

Vauvapäivissä laulu- ja lorutuokio klo 10.30. alkaen. Vauvapäivä vain alle 1v. vauvoille ja vanhemmille. Valitettavasti ei isompia sisarusia mukaan.

### TORSTAI

KAIKILLE AVOIN AIKA  
VAIhtelee

#### **Ruuanlaittopäivä**

**2.10.** Avointa aikaa klo 9-12.30.  
**9.10.** Avointa aikaa klo 9-12.30.  
**16.10.** Avointa aikaa klo 10-14.  
Syysloman hampurilaisbaari

**23.10.** Avointa aikaa klo 9-12.30  
**30.10.** Avointa aikaa klo 9-12.30

### PERJANTAI

KAIKILLE AVOINTA AIKAA  
KLO 9-12

#### **Puuhatuokio**

**10.10. Huom:** Tupa auki klo 13-15.30  
**24.10.** Tupa auki klo 9-11.30  
**31.10.** Tupa suljettu

**TARKEmpi  
OHJELMA  
JULKAISTAAN  
VIKOITTAIN  
FACEBOOKISSA  
SEKÄ  
INSTAGRAMISSA!**

**Kausivaatteet kierto-viikko  
20.-24.10!**

**Tuo tuvalle itsellesi tarpeettomia  
ehjiä ja puhtaita kausivaatteita ja  
tule tekemään löytöjä!**

### RUOKAILUPÄIVÄT

**Lokakuussa** tuvalla on ruoan valmistus- ja ruokailu mahdollisuus **tiistaisin ja torstaisin**. Silloin voit tulla valmistamaan ja syömään lounaasta yhdessä muiden kanssa klo 9.30. alkaen  
Vapaaehtoinen maksu/MobilePay 10275. Omia eväitä voi myös syödä päivittäin.

Kaipaatko rauhallista jutteluhetkeä?  
Voit varata henkilökohtaisen puhelinajan sähköisestä ajanvarauksesta, pikkulapsiperheiden linjalta. Ota rohkeasti yhteyttä!  
<https://omavaraus.fi/p8sncvq3rm>



**Lämpimästi tervetuloa tuvalle, Marja ja Sanna**