

LAUHATUULEN VIIKKO-OHJELMA / KEVÄT 2020 (RUOKAILU KLO 11-12) osoite: Leinikkitie 22 C, 01350 Vantaa

Osa ryhmistä kesätauolla, lisätietoa yhdistyksestä. (Muutokset mahdollisia.)

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai
		9:00-11:00 Aamu varattu elokuvien katsomiselle	9:30-10:30 Tietokoneopastusta	10:00-11:00 Levyraati	
Jäsenkahvit Joka kk:n 1. ma klo 13 Muistikerho klo 13 10.2., 9.3., 20.4., 11.5. 14:00-15:00 Kitara tutuksi ryhmä Parittomat viikot 14:00-15:00 Kuntosali Tikkurilan uimahalli, 2€ omatoiminen, ei ohjaajaa 15:30-17:30 Nuorten ryhmä 13.1.-8.6. 18:00-19:30 Vertaistukiryhmä työssäaupuneille	12:00-12:45 Painonhallinta- ryhmä 13:00-14:00 Englannin kielen ryhmä tauolla tammikuu- helmikuu 13:00-14:00 Keilaus Tikkurilan urheilutalo parittomat viikot 5€ 13:00-14:00 Biljardi Tikkurilan urheilutalo parilliset viikot 2€	12:00-13:00 Venäjän kielen ryhmä edistyneille tauolla tammikuu - helmikuu 12:00-14:00 Nuorten ryhmä 8.1.-27.5. Liito, Tikkurila 13:00-14:00 Maalauskerho 2€ / kevätkausi 18:00-19:00 Ohjattu kuntosalii- harjoittelu Tikkurilan terveysasema 4€	12:00-13:30 Askartelu 1€ 16.1.-11.6. 13:00-14:00 Äijäkerho 14:00-15:00 Kuntosali Tikkurilan uimahalli 2€ omatoiminen, ei ohjaajaa 14:00-15:30 Avoin vertaisryhmä	12:00-13:00 Bingo 1€ 13:00-14:00 Kulttuurikerho 17.1.-12.6. 13:30-14:30 Karaoke 14:00-15:00 Sähly Rajatorpan väestösuoja 2€	Auki sovitusti lauantaisin (12:00-16:00)

MYÖHÄTUULEN VIIKKO-OHJELMA / KEVÄT 2020 (RUOKAILU KLO 11-12) osoite: Lammasslammentie 17 A, 01710 Vantaa

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai
Jäsenkahvit joka kuukauden ensimmäinen maanantai klo 13:00-13:30 10:00-10:45 Karaoke/Yhteislaulu 29.1., 26.2., 25.3., 22.4. ja 20.5 10:00-11:00 Kuntosali 13.1.-25.5. 11:00-12:00 Pelisali / Biljardi Arkki, Myyrmäki 13.1.-25.5. 13:00-14:00 Vertaistukiryhmä 20.1.-8.6.	9:15-10:45 Puunkaiverrus- ryhmä 16:00-18:00 Nuortenryhmä 18:30-20:00 Vertaistukiryhmä työssäaupuneille	9:15-10:45 Livemusiikkia 12:00-14:00 Nuorten ryhmä 8.1.-27.5. Liito, Tikkurila 13:00-14:00 Levyraati 15:30-16:30 Kitara tutuksi-ryhmä Parittomat viikot 15.1.-20.5.	10:00-11:00 Kuntosali 9.1.-28.5. Arkki, Myyrmäki 11:00-12:00 Pelisali / Biljardi 9.1.-28.5. Arkki, Myyrmäki 13:00-14:00 Englannin keskusteluryhmä 17:00-18:00 Avoin omaistenryhmä 16.1., 13.2., 12.3., 16.4., 14.5. ja 11.6.	9:15-11:15 Kuvataideryhmä 10.1.-25.6. 12:30-13:00 Bingo 1€ Parilliset viikot Tietovisa Parittomat viikot 14:00-15:00 Sähly 2€ Rajatorpan väestösuoja HUOM! Henkilökunnan palaveripäivinä suljetaan klo 14:00 31.1., 28.2., 27.3., 24.4., ja 29.5.	11:30-15:00 AVOINNA Parillisilla viikoilla 13:00-14:00 Äänien kuulevien vertaistuki- ryhmä 11.1., 25.1., 8.2., 22.2., 7.3., 21.3., 4.4., 18.4., 2.5. ja 30.5.