

TST Toimintakeskus

Osoite	Kanslerintie 19, 20200 Turku
Avoinna Info	ma-to 8-16, pe 8-15.30 ma-pe 9-14 puh. 044 7007 421 info@tstry.fi
Kassa Tiedotus ATK-korjaamo	ma-pe 9.30-14 tiedotus@tstry.fi ma-pe 10-13 atk-korjaamo@tstry.fi
TST-Textex -myymälä	ma-to 9-15, pe 9-14

Ruokaravintola KasarmiTalli

Avoinna ma-pe 8-15

Aamiainen 2€ ma-pe klo 8-9.30
Lounas 3,50€-5,50€ ma-pe 11-14.30

Edulliset lounaslippuvihkot
ostettavissa KasarmiTallin kassalta.
Keitto: 10 kpl 30€ | Lounas: 10 kpl 40€

Elintarvikejakelu TST:n jäsenille
Toimintakeskuksen päädyssä.
Vuoronumeroiden jako ma-pe klo 11.

EU-ruokajako tiistaisin klo 10-14
TST-Textexin tiloissa.

Lounaslista

Ma 25.2. Pinaattikeitto ja kananmuna
Jauheliha-juustokastike ja perunasose

To 28.2. Hernekeitto ja pannukakku
Stroganoff

Ti 26.2. Lohikeitto tai kasviskeitto
Kaalikääryleet

Pe 1.3. Maa-artisokkakeitto
Uuniperunat ja kinkku-, tonnikala- tai kasviskastike

Ke 27.2. Borssikeitto tai kasvisborssi
Pasta-broilerivuoka

Annoksiin sisältyy salaatti sekä kahvi tai jälkiruoka.

Joka päivä tarjolla myös kasvisvaihtoehto.
Uutuutena ruokaisa salaatti vitriinistä 3,50 €

tstry.fi

Ilmoittaudy nyt Infossa!

Ke 27.2. mennessä hiihtoretelle Pöytyän Haukkavuorelle (28.2.)

- Perillä hiihdetään pari tuntia, jonka jälkeen on mahdollisuus saunomiseen.
- Hinta 5 € plus vapaaehtoinen saunamaksu.

To 28.2. mennessä retkelle Turun kauppatorin arkeologisille kaivauksille (1.3.)

- Kauppatorin Info-kontilla Muuritutkimus oy:n tutkijan luento ja esitelmä ”Arkeologiset kaivaukset ja löydöt”.
- Maksuton

Ma 11.3. mennessä retkelle Turun yliopiston kasvitieteellisen puutarhan näyttelyyn Sammakot – Grodorna (13.3.)

- Sammakko-näyttely kertoo maailman sammakoista, niiden elintavoista ja nykytilasta.
- Hinta 3€.

Ke 20.3. mennessä retkelle Rene Magritten näyttelyyn Amos Rexissä Helsingissä (27.3.)

- Lisäksi omatoiminen tutustuminen kirjastotalo Oodiin. Siellä myös lounasmahdollisuus.
- Matkan hinta jäsenille 25 € (museokortilla 15 €), avec 38 €.
- Hintaan sisältyy bussikuljetus, sisäänpääsylippu ja opastus Amos Rexissä.

Ma 15.4. mennessä päiväretkelle Mänttään (3.5.)

- Tutustuminen Mäntän Serlachius-museo Gustafiin ja museo Göstaan.
- Hinta 40€, jäsenen avecille 54€ (sis. bussimatkat, opastukset ja sisäänpääsy molemmissa museoissa, keittolounas sekä pullakahvit)

Ma 6.5. mennessä Heideken #aito turkulaine kesäkomedia Emma Teatterissa (6.6.)

- Pentti Kotkaniemen ohjaama komedia, käsikirjoitus Miska Kaukonen ja Satu Rasila.
- Kuka on oikea turkulainen ja kuka ei..
- Hinta 26€. Bussikuljetus järjestetään (5€), mikäli vähintään 15 osallistujaa.

To 9.5. mennessä kevätretkelle Lohjalle (23.5.)

- Tutustuminen Alitalon omenaviinitilaan ja Kaarteen sotamuseoon.
- Hinta 35€, jäsenen avecilta 45€ (sis. bussikuljetus, lounas kahveineen ja tilaesittely Alitalolla, sisäänpääsy ja opastus Kaarteen sotamuseolla. Lisämaksusta kahvit Lotta-kanttiinissa.)

Pe 31.5. mennessä Sellaista elämä on – Juha Vainion tarina Hämeenlinnan Uudessa Kesäteatterissa (3.7.)

- Ohjaus Mikko Kivinen, käsikirjoitus Mikko Kivinen ja Otto Kanerva.
- Junnu Vainion nuoruus, vauhdikas nousukausi sekä raitistumisen jälkeinen elämä.
- Hinta 50€, jäsenen avecille 60€ (sis. bussikuljetus, lounas ja teatterilippu).

Ilmoittautumiset Turun Seudun TST ry:n Infoon sen aukioloaikoina maanantaista perjantaihin klo 9-14.

ILMOITTAUTUMISOHJEET

- Retkille ja tapahtumiin ilmoittaudutaan käymällä Toimintakeskuksen Infossa sen aukioloaikoina ma-pe 9-14, ellei toisin mainita. Lisätietoja nettisivuillamme tstry.fi.
- Ilmoittautumisen yhteydessä maksetaan aina myös mahdolliset maksut (paikkaa ei siis voi pelkäästään varata, se on myös maksettava samalla).
- Varaukset ovat sitovia, eikä suoritettua maksua palauteta ilman lääkärintodistusta.

VIUHKA-PROJEKTI

Viuhka-projekti koordinoi ja järjestää toimintaa Turun seudulla asuville **35-65-vuotiaille pitkäaikaistyöttömille** arkielämän tueksi. Osallistuminen ryhmiin ja ohjauksiin on maksutonta.

Ti 26.2. klo 8.30-18 Viuhkan osallisuuspäivät, osa 2: Matka eduskuntaan. Lähtö TST:ltä klo 8.30.

Ti 26.2. klo 9.30-11.30 Yhteinen keittiö: Yhteisöllinen aamubrunssi. Teemana digiasiat. Mistä ilmaista apua digiasioissa? Elokolo, Yliopistonkatu 10.

Ke 27.2. klo 11-13 Viuhkan viikkoliikunta: Sulkapallo. Tule kokeilemaan, miten maila heiluu. Jarkko Nieminen Areena.

To 28.2. klo 10.30-12.30 Viuhkan kulttuurimatka: Patikointia Engelin askelissa. Tutustutaan patikoiden Engelin keskeisiin kohteisiin Turussa. Kahvit. Lähtö Ortodoksisen kirkon edestä.

Ilm. Riku Salo, p. 040 129 7680, riku.salo@tstry.fi

Muistathan maksaa tämän vuoden jäsenmaksusi!

Näin varmistat, että jäsenetusi ovat voimassa.

Uusi jäsenkorttisi Infossa ma-pe klo 9-14.

8 € (vars. jäsen)

/ 30 € (kannatusjäsen)

/ 50 € (yhdistys, yhteisö)

Lisätietoja: tstry.fi

Tulevat tapahtumat

Ma 25.2. klo 10–11 Windows 10 tutuksi. ICT-luokka.
Ma 25.2. klo 13–15 Porinapuikot. Omat käsityöt mukaan. Keskustelua eri teemoista. Kotipesä.
Ma 25.2. klo 15–17 Teatteri Lennartin harjoitukset. Myös uudet, tervetuloa! Monitoimitila.
Ti 26.2. klo 10–14 EU-ruokajako TST-Textvexin tiloissa.
Ti 26.2. klo 12.30 Levyraati. Vetäjänä Minna Ailio. Osallistujille kahvitarjoilu. Torstaihuone.
Ke 27.2. klo 10–11 ATK:n perusteet, ryhmä 1.
Ke 27.2. klo 11–12 Englannin keskustelukerho. Kotipesä.
Ke 27.2. klo 11.15–12.15 ATK:n perusteet, ryhmä 2.
Ke 27.2. klo 12–13 Ruotsin keskustelukerho. Kotipesä.
Ke 27.2. klo 13 Epäilijöiden klubi. Aiheena: Riittääkö rahat? Vetäjänä Eetu Myllymäki. Kotipesä.
Ke 27.2. klo 15–17 Teatteri Lennartin harjoitukset. Myös uudet, tervetuloa! Monitoimitila.
To 28.2. klo 10 Torstaipalaveri. Klo 9.45 kahvitarjoilu. Torstaihuone.
To 28.2. klo 11.30 Tietokilpailu. Vetäjänä Mikko Koskinen. Torstaihuone.
To 28.2. klo 16 lähtö hiihtoretkelle Pöytyän Haukkavuoreen TST:n pihalta. Perillä hiihdetään pari tuntia, jonka jälkeen on mahdollisuus saunomiseen. Paikan päältä voi ostaa teetä tai kahvia. Paluu n. klo 20.15. Hinta 5 € plus vapaaehtoinen saunamaksu. Ilmoittautuminen ja maksu Infoon viimeistään ke 27.2. Osallistujia oltava vähintään 4, enintään 8.
Pe 1.3. klo 10 Retki Turun toriparkkiin kauppatorilla (Info-kontti). Muuritutkimus oy:n tutkijan luento ja esitelmä: Arkeologiset kaivaukset ja löydöt. Osallistujien enimmäismäärä 12. Maksuton. Ilm. Infoon to 28.2. mennessä. Tapaaminen paikan päällä. Järj. TST Kivikerho.
Pe 1.3. klo 10–12 Sukkelat Silmukat. DaisyLadies ry, Muistola, Linnankatu 41.
Pe 1.3. klo 11–12 musiikkia KasarmiTallissa.
Ma 4.3. klo 10–11 Windows 10 tutuksi. ICT-luokka.
Ma 4.3. klo 11–13 Venekerhon kokous. Torstaihuone.
Ma 4.3. klo 15–17 Teatteri Lennartin harjoitukset. Myös uudet, tervetuloa! Monitoimitila.
Ti 5.3. klo 10–14 EU-ruokajako TST-Textvexin tiloissa.
Ke 6.3. Atk:n perusteet -kurssit jatkuvat internet-osuudella. Keskiviikkoisin 6.3., 13.3., 20.3., 27.3. ja 3.4. Ryhmä 1 klo 10–11 ja ryhmä 2 klo 11.15–12.15. Aiheina mm. sähköposti, kuvien ja ohjelmien lataaminen, sähköinen asiointi. Ei ennakoilmoittautumista. ICT-luokka.
Ke 6.3. klo 11–12 Englannin keskustelukerho. Kotipesä.
Ke 6.3. klo 12–13 Ruotsin keskustelukerho. Kotipesä.
Ke 6.3. klo 15–17 Teatteri Lennartin harjoitukset. Myös uudet, tervetuloa! Monitoimitila.
To 7.3. klo 9–15 TST-Textvexin 3-vuotissynttärarit ja TST-Textvexin 3 €:n kassipäivät.
To 7.3. klo 10 Torstaipalaveri. Klo 9.45 kahvitarjoilu. Torstaihuone.
To 7.3. klo 13–14.30 Viuhkan luentosarja Avaimia hyvinvointiin – tasapainoa aisteille, mielelle ja keholle. Tänään aiheena Tuoksut arjessamme – hyvässä ja pahassa. Mari Sandell, dosentti, Funktionaalisten elintarvikkeiden kehittämiskeskus, Turun yliopisto. Vapaa pääsy! Paikkana Turun suomenkielinen työväenopisto, Kaskenkatu 5. Järj. Viuhka-projekti/Turun Seudun TST ry ja Turun suomenkielinen työväenopisto.

Ohjattu liikunta

TST:llä on ohjattua liikuntaa tällä hetkellä kuntojumpan muodossa, kaksi tuntia viikossa:

- tiistaisin klo 10–11, vetäjänä Johanna. Monitoimitila.
- torstaisin klo 10–11, vetäjänä Johanna. Monitoimitila.

TST:n ohjatun liikunnan tunnit ovat maksullisia ja edellyttävät yhdistyksen jäsenyyttä.

Liikuntatunnit voi maksaa hankkimalla kuukausikortin, joka oikeuttaa osallistumaan kaikkiin ohjattuihin liikuntatunteihin kalenterikuukauden ajan. Liikuntakortti maksaa 10 €.

Vaihtoehtoisesti voi lunastaa 10 kerran lippuja, jolloin yhden tunnin hinnaksi tulee 1 €. Liput ovat voimassa vuoden loppuun saakka.

Sekä kortteja että lippuja myydään Toimintakeskuksen Infossa. Näytä korttisi tai lippusi tunnin alussa ohjaajalle. Yhdistyksen tukemia palveluja käytettäessä on myös esitettävä jäsenkortti.

Monitoimitilan kuntosalilaitteet ovat jäsenten vapaasti käytettävissä omalla vastuulla niinä aikoina, kun salissa ei ole muuta toimintaa.

Kaikki viikkotiedotteen sisällöt on kerätty nettisivuiltamme **tstry.fi**.
Aiemmat viikkotiedotteet löytyvät sivulta **tstry.fi/toiminta/viikkotiedote**.

Seuraava viikkotiedote ilmestyy perjantaina 1. maaliskuuta.
Toiminta tapahtumatiedot torstaihin 28. helmikuuta klo 12 mennessä.
Toimitus ja taitto TST Tiedotus.

Turun Seudun TST ry:n viikko 9

25.2. – 3.3.2019

 **TST-Textvex**
Tekstiili kierrätystä

3-vuotis- synttärarit ja 3€ Kassipäivät

torstaina 7. 3.
klo 9-15

Tervetuloa!

Lisätietoja ohjelmasta lähiaikoina ilmoitustaululla ja netissä tstry.fi

**ATK:n
PERUSTEET:
INTERNET**

2 RYHMÄÄ
SAMANA
PÄIVÄNÄ!

Alkaa keskiviikkona 6.3.

Ryhmä 1 klo 10-11
Ryhmä 2 klo 11.15-12.15

Aiheina mm. sähköposti, kuvien ja ohjelmien lataaminen, sähköinen asiointi.

Viisi perättäistä keskiviikkoa: 6.3., 13.3., 20.3., 27.3. ja 3.4. Läsnaolo suotavaa jokaisella kerralla.



Maksuton, vain TST:n jäsenille.
Ei ennakoilmoittautumista.
Paikka: ICT-luokka.

TERVETULO!

TORSTAI- PALAVERI

torstaisin klo 10 Torstaihuoneessa



**TST:n jäsenten oma viikoittainen
palaveri!**
Tule sinäkin vaikuttamaan!
Joka arkitorstai klo 10.

Kokous alkaa kahvitarjoilulla klo 9.45.
Kaikki jäsenet ovat tervetulleita kysymään,
kommentoimaan ja keskustelemaan yhdistyksen
asioista ja toiminnasta.

TST

tstry.fi

TST
Turun Seudun TST ry