

VIKKON TÄRPI

KasarmiTallin palautekysely 22.9.–3.10.

Hei ruokailijat, on jälleen aika täyttää KasarmiTallin palautekysely! Löydät lomakkeen ja palautuslaatikon KasarmiTallin ikkunalaudalta heti kassan jälkeen.

Luontokerhon retki Teijoon ke 24.9.

Lähtö TST:n Toimintakeskukselta pikkubussilla **klo 9.30** ja paluu noin **klo 18**. Ohjelmassa Matildanjärvellä kalastusta, marjastusta ja sienestystä. Iltapäivällä saunomme Teijon kyläsaunalla noin **klo 16**. Paluumatkalla katsomme alpakoita. Mukaan uikkarit, omat eväät ja säänmukainen varustus.

Ilmoittautuminen ja maksu **5 €/jäsen** TST:n Infoon viimeistään **ma 22.9. klo 12** mennessä.

Anna Duunin matka Maisaareen ke 1.10.

Lähtö **klo 10** laituripaikalta Martinsillan kupeesta (Itäinen Rantakatu 45) ja paluu noin **klo 20**.

Perillä Maisaaressa mahdollisuus grillata ja sauna. Mukaan omat eväät, saunomiskampeet ja säänmukaiset varusteet.

Ilmoittautuminen ja maksu **14€/jäsen** TST:n Infoon viimeistään **ti 30.9. klo 12** mennessä.

Luontokerhon sieniretket Kuhankuonolle ti 7.10. ja ti 14.10.

Lähtö TST:n Toimintakeskukselta pikkubussilla **klo 9.30** ja paluu noin **klo 15**. Ohjelmana luonnosta nauttiminen ja sienestäminen. Mukaan omat eväät ja säänmukaiset varusteet.

Tiistain 7.10. retkelle ilmoittautuminen ja maksu **5 €/jäsen** TST:n Infoon viimeistään **pe 3.10. klo 12** mennessä.

Tiistain 14.10. retkelle ilmoittautuminen ja maksu **5 €/jäsen** TST:n Infoon viimeistään **ke 8.10. klo 12** mennessä.

TOIMINTAKESKUS

Toimintakeskus avoinna ma–to klo 8–16, pe klo 8–15
Kanslerintie 19, 20200 Turku

Info avoinna arkisin klo 9–13.30

info@tstry.fi, p. 044 7007 421

Kassa avoinna arkisin klo 9–13.30

kassa@tstry.fi

IT-huolto avoinna arkisin klo 9–13.30

Tiedotus tiedotus@tstry.fi, p. 040 526 0940

KASARMITALLI

Ruokaravintola KasarmiTalli

Avoimna ma-pe klo 8.30–14.00

Aamiainen (3 €) klo 8.30–9.30

Lounas (5–6 €) klo 11–13.30

Edulliset lounasliput ostettavissa KasarmiTallin kassalta: keitto 10 kpl 45 €, lounas 10 kpl 55 €

Viikon ruokalista:

Ma 22.9. • Juustokeitto (L, G)
• Broilerikastike ja riisi tai perunat (L, G)

Ti 23.9. • Pinaattikeitto (L, G)
• Makaronilaatikko (L) *

Ke 24.9. • Lohikeitto (L, G) ja kiisseli

To 25.9. • Kukkakaalikeitto (L, G)
• Makkarastroganoff ja perunat (L, G)

Pe 26.9. • Kasviskeitto (L, G)
• Lihapullat, kermakastike ja muusi (L) *

Päivittäin tarjolla myös kasvisvaihtoehto.

Muutokset mahdollisia.

L = laktoositon, **G** = gluteeniton, **M** = maidoton,
* = gluteeniton pyydettyäessä

MAANANTAI

22.9.

- Klo 10–11 Ohjattu ryhmäliikunta. Liikuntasali. Ohjaaja Carla.
- Klo 11–13 Pöytätennis. Liikuntasali.
- Klo 12.15–12.30 Kauppojen ylijäämäruoan jako. Vuoronumerot vahtimestareilta klo 11.30–12.00.

TIISTAI

23.9.

- Klo 10–13 Käsityökerho. Kotipesä.

KESKIVIIKKO

24.9.

- Klo 9.30–18 Luontokerhon retki Teijoon. Vain ilmoittautuneille.
- Klo 12.15–12.30 Kauppojen ylijäämäruoan jako. Vuoronumerot vahtimestareilta klo 11.30–12.00.

TORSTAI

25.9.

- Klo 10–11 Torstaipalaveri (kaikille avoin). Torstaihuone. Klo 9.45 kahvi KasarmiTallista.
- Klo 14–15.30 Taijin peruskurssi. Liikuntasali
- Klo 14–15.30 Seurapelikerho. Torstaihuone.

PERJANTAI

26.9.

- Klo 10–12 Pöytätennis. Liikuntasali.
- Klo 12.30 Kauppojen ylijäämäruoan jako. Vuoronumerot vahtimestareilta klo 11.30–12.00.

TULEVIA TAPAHTUMIA

- TULE-tietokeskuksen hyvinvointiluento ke 8.10. klo 10 aiheena ”kävelyyn ketteryyttä”. Torstaihuone.
- Tietovisa ke 15.10. klo 11–12. Torstaihuone. Vetäjänä Satu Kaarmela.
- Levyraati pe 24.10. klo 13–15. Torstaihuone. Vetäjänä Satu Kaarmela.
- TULE-tietokeskuksen hyvinvointiluento ti 18.11. klo 12 aiheena ”seis selkäkivulle – itsehoidolla eteenpäin”. Torstaihuone.

ILMOITTAUDU NYT INFOON

- Ma 22.9. klo 12 mennessä Luontokerhon retki Teijoon ke 24.9.
- Ti 30.9. klo 12 mennessä Anna Duunin matka Maisaareen ke 1.10.
- Pe 3.10. klo 12 mennessä Luontokerhon sieniretki Kuhankuonolle ti 7.10.
- Ke 8.10. klo 12 mennessä Luontokerhon toinen sieniretki Kuhankuonolle ti 14.10.
- Ti 4.11. klo 12 mennessä Turun ylioppilasteatteri: Jätä Saatanalle soittopyyntö ti 18.11.

TORSTAIPALAVERI

Torstaisin Torstaihuoneessa klo 10–11

Kaikille avoin Torstaipalaveri on erinomainen tilaisuus kuulla ja keskustella ajankohtaisista asioista kahvitelun lomassa. Käymme läpi mm. jäsen toiminnan kuulumiset.

Veloituksettoman kahvin voi hakea KasarmiTallista klo 9.45 alkaen. Kerro kassalla olevasi tulossa Torstaipalaveriin.

VIKKOTIEDOTTEESTA

Ilmoitathan uusista tapahtumista tiedotukselle viimeistään **torstaina klo 12** mennessä.

Tiedote ilmestyy perjantaisin puolenpäivän aikaan Toimintakeskuksen ilmoitustaululla sekä ladattavaksi PDF-muodossa osoitteessa tstry.fi.

Mahdolliset muutokset, korjaukset ja lisäykset löydät parhaiten verkkosivuiltamme.

Säästösyistä jouduimme luopumaan jaettavista ilmaiskopioista. Halutessasi voit ostaa Infosta A4-kokoisen kaksipuoleisen mustavalkotulosteen kopiohinnaston mukaisesti **0,20 € / kpl**.

LIITY JÄSENEKSI

TST:n jäsenenä nautit monista eduista!

Osta vuoden 2025 jäsenkortti Infosta:

Varsinaiset jäsenet **10 €**, kannatusjäsen **30 €** ja yhteisöjäsen **100 €**.

Jäsenkortti on voimassa 31.1.2026 asti.