



YHTEISÖTALO ESPOON SYYSKUU 2024



MAANANTAI

Ystävärühmä

Maanantaisin klo 10-11.45

Ryhmä on tarkoitettu ensisijaisesti yksinäisille 29-65 -vuotiaille espoolaisille, jotka eivät ole vielä muussa toiminnassa mukana. Tutustutaan, keskustellaan ja tehdään mukavia asioita yhdessä.

Tiedustelut ja ilmoittautuminen Saaralle
puh. 050 312 5192. Järjestäjä: Espoon
mielenterveysyhdistys EMY ry

Kielikahvila maahan muuttaneille naisille

9.9. alkaen maanantaisin klo 12-13.30

Ryhmässä vahvistetaan suomen kieltä
toiminnan ja tekemisen keinoin.

Lisätietoja p. 0447486401

Järjestäjä: WahvaNainen / Nicehearts ry

Junnuklubi

Maanantaisin ja tiistaisin klo 14-16

Avointa ja maksutonta harrastustoimintaa
alakoululaisille lapsille. Junnuklubissa lapsille
tarjotaan maksuton välipala. Autamme
miehellenämme myös läksyjen kanssa.

Ilmoittautumien: [nicehearts.melvio.app](https://www.nicehearts.melvio.app)

Lisätietoja: 044 727 7309

Järjestäjä: YhteisöTalo Espoo / Nicehearts ry

Vahvemmaksi vanhemmaksi

Maanantaisin klo 17-19

Toiminnallisessa ryhmässä jaetaan tietoa, keskustellaan,
leikitään, askarrellaan ja kokkaillaan yhdessä.

Ryhmän tavoitteena on vahvistaa etenkin Suomeen
muualta muuttaneiden vanhempien vanhemmuutta,
tukea lasten ja vanhempien välistä vuorovaikutusta
ja tutustuttaa lapsia ja vanhempia toisiinsa.

Tarjoamme pientä päivällistä. Ilmoittautua voi:
espoonmokulat@gmail.com tai vain tulla paikalle
tutustumaan. Järjestäjä:

Espoon monikulttuuriset lapset ja nuoret ry.

Olemme myös mukana Suvelan

Basaari .tapahtumassa

lauantaina 14.9. klo 12-16.

Lue lisää:

[Facebook.com/suvelanbasaari](https://www.facebook.com/suvelanbasaari)

TIISTAI

Naapuriäiti-cafe

Tiistaina 3.9. / 17.9.
klo 10-12

Joka kerta puhumme eri aiheista eri teemoilla.
Maksuton ja avoin kaikille naisille ja lapsille.
Tarjolla pientä syötävää sekä teetä/kahvia.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:

Debjeni 044 748 6400

Järjestäjä: Naapuriäidit / Nicehearts ry

Nuorten aikuisten taideryhmä (18-32v)

Tiistaina 10.9. / 24.9.
klo 16.30-18.30

Tule mukaan taiteilemaan! Piirtää voi aiheen
mukaan tai sen vierestä, tai tulla muuten vaan
viettämään aikaa huikeassa seurassa! Lisätietoja
Artulta (arttu.poyhtari@emy.fi / 050 312 5193).

Lämpimästi tervetuloa mukaan!

Järjestäjä Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry

Autismikirjon lasten ja nuorten vanhempien vertaisryhmä

Tiistaina 3.9. klo 18-19.30

Autismiyhdistys PAUT ry:n Espoon vertaistukiryhmä
autismikirjon lasten ja nuorten läheisille tapaa Espoon
YhteisöTalon olohuoneessa kuukausittain. Ryhmässä
keskustellaan pääsääntöisesti ei-kehitysvammaisten
lasten ja nuorten näkökulmasta.

Ryhmää ohjaavat PAUTin vapaaehtoiset: Mari ja Tiina.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:

www.paut.fi/tapahtumat.

Lämpimästi tervetuloa mukaan!



KESKIVIIKKO

Yhteinen aamu talolla

Keskiviikkoisin klo 9.30-11.00

Tervetuloa viettämään yhteistä aikaa YhteisöTalolle
keskiviikko-aamupäivisin. Tarjolla on aamupuuroa ja
kahvia. Ohjelmassa on ajankohtaisia teemoja,
pienimuotoista digiopastusta sekä mukavaa
yhdessäoloa. Ryhmä on avoin yksinäisille,
perheellisille, vauvoille, senioreille, kaikille!

Talolle on esteetön pääsy.

Lisätietoja: 044 727 7309

Järjestäjä: YhteisöTalo Espoo / Nicehearts ry

Ensiaputaitojen harjoitusilta

Keskiviikkona 4.9. klo 18-20

Harjoitusillat ovat avoimia kaikille 16 vuotta täyttäneille
ensiaputaitojen oppimisesta kiinnostuneille.

Mitään aikaisempaa osaamista ensiavusta ei tarvita.

4.9. teema: Mittarit

Tervetuloa mukaan! Järjestäjä: SPR Keski-Espoo.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:

ensiapu@sprkeskiespoo.fi

TORSTAI

Candy

Torstaisin klo 15-17

Candy on tarkoitettu 4.-9. -luokkalaisille tytöille.

Ryhmässä tehdään erilaisia mukavia juttuja,
kuten askarrellaan, maalataan, tanssitaan
sekä jutellaan erilaisista aiheista. Tytöt
voivat myös toivoa meiltä tekemistä ryhmään.

Tarjoamme joka kerralla välipalan.

Ohjaajina Maria ja Päivi Espoon Tyttöjen Talolta.

Tervetuloa mukaan!

KiVa-Perhekahvila

Luumupuu

Torstaina 26.9. 17.30-19.00

Luvassa koko perheelle mukavaa puuhailua:
vapaata leikkiä, temppuilua liikuntasalissa,
tunnetaitoja, tietoa lempeästi kasvatuksesta ja
vertaistukea vanhemmille. Yhdistys tarjoaa
kahvia/teetä ja pientä purtavaa. Kaikki perheet
ovat lämpimästi tervetulleita. Järjestäjä:

Kiintymysvanhemmuusperheet ry

Espoon paikallistoiminta

paikallistoiminta@kiintymysvanhemmuus.fi

@kivaluumupuu



YhteisöTalo Espoo



@yhteisotalo_espoo



@yhteisotalo_esp

Liity postituslistalle lähettämällä

viesti osoitteeseen

yhteisotalo.espoo@nicehearts.com

Lisätietoja puh.

044 727 7309

Osoite:

Terveyskuja 2B,

02770 Espoo





YHTEISÖTALO ESPOON SYYSKUU 2024



PERJANTAI

MLL Perhekahvila

Perjantaina 13.9./ 27.9. klo 10-12

Perhekahviloihin ovat kaikki lapsiperheet tervetulleita! Perhekahvilassa tutustut muihin samassa elämäntilanteessa oleviin vanhempiin ja lapset saavat ikäistään leikkiseuraa.

Järjestäjä: MLL Keski-Espoo

Tjejvillan

Fredagar Kl. 14-17

Barnavårdsföreningens Tjejvillan är en trygg och inspirerande plats för dig som identifierar dig som flicka. Till Tjejvillan kan du komma som du är, med kompisar eller ensam. På Tjejvillan finns alltid utbildade ledare på plats. För alla som identifierar sig som flicka, eller känner att Tjejvillan är rätt ställe för hen, i åldern 10–18 år. www.bvif.fi/tjejvillan.

Äidit ja tytöt ilta (7-18 vuotiaille)

Perjantaina 13.9. / 27.9.
klo 17.30-20.00

Äitini kanssa on mukavaa jutella, leikkiä ja pelata peliä ja muita mukavia juttuja. Tutustun syvemmin minun äitiini/tyttäriini. Vahvistetaan ja edistetään omaa identiteettiä ja kulttuuria. Maistetaan kotimaista ruokaa ja herkkuja. Liikutaan, tanssitaan ja lauletaan arabian lauluja. Otamme vastaan vain ensimmäiset 20 tyttöä ja heidän äitinsä. Mukaan haluavat voivat lähettää viestin sähköpostiin: hawartalat@gmail.com

LAUANTAI

Kaixin Dancing Group

Lauantaisin klo 18-20.30

Ryhmässä harrastetaan kiinalaista tanssia, ja kaikki ovat tervetulleita. Ryhmässä on ihmisiä, jotka etsivät positiivista, terveellistä ja onnellista elämää. Max. 10 osallistujaa.

Yhteystiedot: Liu Chunjie, 0415033618, sähköposti: chunjie.liu22@gmail.com

SUNNUNTAI

Venäjän kielen kerho

Sunnuntaina 1.9. / 15.9. / 29.9.
klo 10-12

Bilingual kielikerho on Familia ry:n alle kouluikäisten lasten perheille suunnattu kielikerho tukemaan lasten identiteettiä sekä kotikielen oppimista. Tervetuloa mukaan leikkimään, vahvistamaan lastenne kotikieltä ja tapaamaan muita perheitä. Venäjänkielisille perheille, joilla käytössä kerhon kieli yhtenä kotikielenä ja perheessä on alle kouluikäisiä lapsia.

Rekisteröinti: www.familiary.fi

Lisätietoa belingual@familiary.fi

Espoon ystävyysseura

Sunnuntaisin klo 16.30-19.30

Espoon Ystävyysseuran tarkoituksena on edistää maahanmuuttajien sekä heidän perheenjäsenten sopeutumista suomalaiseen yhteiskuntaan ja samalla mahdollistaa arabian kieltä puhuvien maahanmuuttajien oman kulttuurin ja kielen säilyttäminen. Lisäksi yhdistys edistää kulttuurien välistä yhteistyötä, kohtaamista ja vuorovaikutusta.

Lisätietoja: 045 356 0444.

MUUTA

Lastenvaatteiden kierrätyspiste

Avoinna ma-to klo 9-14

Voit hakea maksutta lastenvaatteita tai lahjoittaa itselle tarpeettomat ehjät vaatteet niitä tarvitseville.

Lisätietoja ja ajanvaraus: 044 727 7309

Luku- ja kirjoitustaidon kurssi naisille

Tiistaisin ja keskiviikkoisin
10.9. alkaen.

Haluatko oppia lukemaan ja kirjottamaan latinalaisilla aakosilla?

Ilmoittautuminen netissä:

<https://opintokeskusvisio.fi>

/ilmoittautumiset-lukutaito-espoo/

Lisätietoja p. 044 748 6401

Palveluohjausta Suomeen muuttaneille naisille ajanvarauksella

Palveluohjauksessa voit saada apua erilaisiin arjen haasteisiin, lomakkeiden ja asiakirjojen täyttämiseen perhe-elämän haasteisiin.

Voit varata ajan: p. 044 748 6401.

Järjestäjä: WahvaNainen / Nicehearts ry

Joko kävitte
katsomassa kesäisen
musiikkivideoni?
Löydätte sen somestamme.
Terkuin Sumu-siili



Neighbourhood mother event Story telling in English by Özlem for 4-10 years children

Perjantaina 6.9. klo 17.30-18.30

Welcome to have a fun filled and exciting evening for children with thematic games, arts & crafts, storytelling, drama etc. For registration, send mail to

debjani.chaudhuri@nicehearts.com

For more information feel free to call

Debjeni at +35844748 6400

[Ryhmä on englanninkielinen / english speaking group.](https://www.facebook.com/ryhma.onenglanninkielinen/englishspeakinggroup)

Organizer: Naapuriäidit / Nicehearts



YhteisöTalo Espoo



@yhteisotalo_espoo



@yhteisotalo_esp

Liity postituslistalle lähettämällä
viesti osoitteeseen

yhteisotalo.espoo@nicehearts.com

Lisätietoja puh.
044 727 7309

Osoite:
Terveyskuja 2B,
02770 Espoo

