



SYKSYN VERTAISTAPAAMINEN TAMPEREELLA

Aika: la 9.11.2019 klo 12:30- su 10.11.2019 klo 12:00

Paikka: Varalan Urheiluopisto, Varalankatu 36, 33240 Tampere

Tavataan päärakennuksen vastaanotossa, jossa ilmoittautuminen.

Ohjelma seuraavasti:

Aloitetaan yhteisellä lounaalla 12:30, ravintola Säde. Lounas klo 13:30 asti.

Sen jälkeen siirrytään Rantasaunalle, jossa käytössä kaksi takkahuonetta, meille varattu Takkahuone B. Tutustumista, tapaamisia, ajatusten vaihtoa, yhteistä aikaa, mitä kukin haluaa tuoda esille. Keskustellaan ja vietetään yhteistä aikaa.

Liikuntaosuus 15:30-16:30, ohjattuna venyttely/ rentoutus, Voimistelusalissa 2. Mukaan sisäliikuntavaatetus ja sellaiset kengät, jotka eivät jätä jälkiä lattiaan. Ulkokengillä saliin meno kielletty. Mikäli haluat, voit ottaa hikipyhkeen ja juomapullon mukaan. Liikuntaosuuden jälkeen mahdollisuus suihkuun.

Päivällinen on varattu 17:00-18:00, ravintola Säde.

Iltana on vapaa tehdä omia juttuja, sillä virallinen ohjelma on ohitse.

Julkisilla Varalalla pääsee bussilla nro 25 (Linnainmaa-Tahmela), Keskustorilla pysäkki. Kuljettajalle voi sanoa menevänsä Varalan Urheiluopistoon, 2 vyöhykettä, käteismaksu 3,50 €.

Kustannukset osallistujille:

- Majoittuminen Varalan Urheiluopistolla 30 €/henkilö, 2 hengen huoneessa. Tai perheelle koko 2 hh 60 €.
(Yhdistys maksaa loppuosan majoituskustannuksista.)
- Matkakustannuksia yhdistys korvaa 30 €:n omavastuun ylittävän osan – maksimissaan 130€/jäsenperhe.
- Yhdistys tarjoaa muun ohjelman ja päivän ruokailut.

Sitovat ilmoittautumiset 13.10.2019 mennessä yhdistyksen sähköpostiin: valoihottumayhdistys@gmail.com

Ilmoita henkilöiden nimet, ja ruokailuja varten erityisruokavaliot sekä alle 15-vuotiaat. Mikäli tarvitset majoitusta, ilmoita henkilömäärä ja huonejaot (tai naispaikka/miespaikka). Sunnuntaiaamuna aamupala sisältyy hintaan. (Huoneet saa lauantaina klo 14:00).

Majoituskustannukset maksetaan yhdistyksen tilille: FI64 1789 3000 0029 55 samoin 13.10.19 mennessä. Näin varmistat majoituksesi.

Vertaistapaamispäivässä saat Matkalasku-lomakkeen, jolla voit hakea yhdistykseltä jälkikäteen korvauksen matkakuluistasi. Kulut maksetaan joko toteutuneiden julkisten liikennevälineiden mukaan, tai jos tulet omalla autolla, on korvaus 0,20 €/km.

☺ Olet perheesi kanssa lämpimästi kutsuttu yhteiseen tapaamiseemme ☺