



## Kuopion Perheentalo

Lapinlinnankatu 14, 70100 Kuopio

[kuopionperheentalo@pelastakaalapset.fi](mailto:kuopionperheentalo@pelastakaalapset.fi), gsm. 050 405 9560 ja 050 405 7608  
[www.kuopionperheentalo.fi](http://www.kuopionperheentalo.fi) Facebook Kuopion Perheentalo



**Perheentalo avoinna: TI, KE ja PE klo 9–15 ja TO 9-19. Maanantaisin suljettu.**

### KAIKILLE AVOIN TOIMINTA

**Perhekahvila aamupäivä** tiistaisin klo 9-12.  
Paikalla viikoittain eri järjestöjä, yhdistyksiä ja muita toimijoita esittelemässä omaa toimintaansa.

**Kulttuurikeskiviikko** 5.2 – 27.5 keskiviikkoisin.  
Erilaisia toiminnallisia teemoja ja tukiviitottuja satuhetkiä. Ohjelma facebookissa ja nettisivuilla.

**Nalleneuvola** torstaisin 16.1 alkaen klo 10–12.  
Nalleneuvolassa opiskelijat ottavat lapsia ja leluja vastaan.

**Neuvolan terveydenhoitajat** talolla tavattavissa kerran kuussa to 10-12.

**Torstai-ilta** 9.1 - 14.5 klo 17-19. Viikoittain vaihtuva toiminta, jossa huomioitu myös lapset, joilla erityistä tuen tarvetta. Ohjelma facebookissa ja nettisivuilla.

**Illateet & tietoa torstai-illassa** neljä kertaa kevään aikana klo 17 alkaen. Illan teemoina lapsiperheitä koskettavia teemoja. Tervetuloa koko perheellä!

**Aamukahvit ja asiaa – oivalluksia ja tukea perheen arkeen** 7.2 - 15.5 välisenä aikana viisi kertaa perjantaisin klo 10–12. Aiheet ja päivät tiedotetaan Facebookissa ja nettisivuilla.

**Luantain avoin leikkihetki** 18.1, 15.2, 14.3, 18.4 ja 16.5 klo 10-13.

**Pop Up Perheentalo kirjastoautossa** (reitit ja aikataulut tiedotetaan facebookissa ja nettisivuilla).

**Pop Up Perheentalo asukastuvalla**  
Lisätietoa tulossa!

### RYHMÄTOIMINTA

**Illepäivä Perheentalolla** 17.3, 24.3 ja 31.3 tiistaisin klo 15-16.30 Illepäivä soveltuu lapsille ja perheille, jotka haluavat tutustua toimintaan ja tilaan rauhassa. Ei ilmoittautumista.

**Liikuntavammaisten lasten perheiden tapaamiset** (18.1, 15.2, 21.3, 18.4, 23.5) klo 15-18. Lisätietoa: Anu Kilpirova, a.silaste@gmail.com

**Valmiina Vanhemmuuteen ryhmä** 18.3, 25.3, 30.3, 8.4 odottajille klo 17-19. Savonia amk:n opiskelijoiden ja neuvolan terveydenhoitajan ohjaamana. Perhevalmennuksessa pohditaan yhdessä vanhemmuuteen ja synnytykseen liittyviä asioita. Ilmoittautuminen [viretori@savonia.fi](mailto:viretori@savonia.fi) ja 044 785 6588.

**MIB tapaaminen** Mothers in Business tapahtumat on tarkoitettu kaikenikäisten lasten äideille, niin raskaana oleville kuin kouluikäisten lasten äideille, jotka luovat työelämässä uraa ja pyörittävät perhearkea. Lisätietoa: Mothers in Business MiB ry.

**Meidän treffit- Parisuhteen työkalut kuntoon** 15.3, 22.3, 29.3, 5.4 klo 17-18:30. Illoissa keskitytään keskinäisen hyvinolon lisäämiseen alustusten, kepeiden toiminnallisten paritehtävien sekä oman parin kanssa käytävien keskusteluiden avulla. Paineita osallistua ryhmäkeskusteluun ei ole. Kurssi ei sovellu akuutissa kriisissä oleville pareille. [halmetvaarat@gmail.com](mailto:halmetvaarat@gmail.com)



**Pelastakaa Lapset**





## Kuopion Perheentalo

Lapinlinnankatu 14, 70100 Kuopio

[kuopionperheentalo@pelastakaalapset.fi](mailto:kuopionperheentalo@pelastakaalapset.fi), gsm. 050 405 9560 ja 050 405 7608  
[www.kuopionperheentalo.fi](http://www.kuopionperheentalo.fi) Facebook Kuopion Perheentalo



### VERTAISRYHMÄT

**Kuopion maitokahvila** 19.1, 16.2, 19.4 ja 17.5 klo 15-17. Tukea imetyksen kaikkiin vaiheisiin! Paikalla tukiäitejä. Syksyn päivät tarkentuvat loppukevällä. Lisätietoa: [kuopio@imetyks.fi](mailto:kuopio@imetyks.fi)

**Kantovälinetreffit** 31.1 klo 15:30-17:30. Ei aikataulutettua ohjelmaa - kaikille lasten ergonomisesta kantamisesta kiinnostuneille avoimessa tapaamisessa pääset tutustumaan erilaisiin kantovälineisiin ja saat halutessasi opastusta paikalla olevilta vapaaehtoisilta kantovälinetukihenkilöiltä.

**Eijsveikeet vertaistukiryhmä** 20.1, 17.2, 23.3, 20.4, 18.5 klo 17:30-19:30. Vertaisryhmässä voit jakaa kokemuksia, vinkkejä ja tunteja muiden vanhempien kanssa. Lisätietoa: Enni Kesonen puh. 040 5530395.

**KiVa ry perhekahvila** 27.1, 24.2, 16.3, 6.4 ja 4.5 klo 17-18:30. Perhekahvila Kuopion seuduilla ja lähikunnissa asuville, kiintymysvanhemmuudesta ja lempeästä kasvatuksesta kiinnostuneille. Lisätietoa: Facebook "KiVa ry Kuopion seutu".

### TAPAHTUMAT

**Odotusta ja vanhemmuutta** 29.1, 22.4, 3.6 klo 15:30-17:30. Perhevalmennuksen iltapäivät odottajille ja heidän perheilleen yhteistyössä Kuopion Kaupungin, yhdistysten ja järjestöjen kanssa.

**Hyvän mielen vaihtotori** 5.2 ja 15.5 klo 9-15. Tuo hyväkuntoiset lasten vaatteet, lelut ja tarvikkeet vaihtotorille ja vie mukanasasi itsellesi tarpeellisia. Ylijääneet lahjoitetaan eteenpäin.

**Perheentalon 3v syntymäpäivä.** 14.2 klo 9-15. Tervetuloa yhdessä juhlimaan!

### Hiihtoloma vko 10.

Puuhaa hiihtolomalaisille tiistaista perjantaihin klo 9-15. Ohjelma ja aikataulut facebookissa ja nettisivuilla.

**Hanaa! Nuorten ryhmä** 22.1, 19.2, 11.3, 15.4, 13.5 klo 17-19. Hanaa! on harrastus- ja vapaa-ajantoimintaa 16–29-vuotiaat nuorille ja nuorille aikuisille yli diagnoosirajojen. ilmoittaudu mukaan tai kysy lisää: Piritta Mattinen, 044 741 1777, [piritta.mattinen@tatury.fi](mailto:piritta.mattinen@tatury.fi), Emma Kainulainen, 044 304 0977, [emma.kainulainen@tatury.fi](mailto:emma.kainulainen@tatury.fi).

**Olkari yhden vanhemman perheille** 5.2, 4.3, 1.4, 6.5 klo 17-19. Kuopion Seudun Yhden Vanhemman Perheiden tapaaminen. Lisätietoa: [kuopionyhtiiteeri@gmail.com](mailto:kuopionyhtiiteeri@gmail.com). Syksyn päivät tarkentuvat loppukevällä.

**Adoptioperheiden vertaisryhmä.** Lisätietoja Kuopion Perheentalon ohjaajilta.

**Kuopion maitokahvila- odottavien perheiden ilta** 15.3 klo 15-17. Iltapäivän kahvihetki vauvaa odottaville perheille. Paikalla tukiäitejä. Lisätietoa: [kuopio@imetyks.fi](mailto:kuopio@imetyks.fi)

**Perheraati 21.3** klo 10-13. Tule mukaan ideoimaan Perheentalon toimintaa!

**Vapaaehtoisten info- ja koulutusilta** 31.3 klo 17:30-19. Tervetuloa kuulemaan vapaaehtoistyön mahdollisuuksista Pelastakaa Lapset ry:ssä ja Kuopion Perheentalolla. Lisätietoja: [satu.soininen@pelastakaalapset.fi](mailto:satu.soininen@pelastakaalapset.fi)

**Vuodenpäivä** 15.4, 16.4 ja 18.4. Lotta Vaattovaaran Lasten esitys Perheentalolla. Aikataulut tiedotetaan facebookissa ja nettisivuilla.



**Pelastakaa Lapset**

