

Omauvoiman Lokakuu 2026

- Tukea, tietoa ja toimintaa pirkanmaalaisille yli 18-vuotiaille,
joilla on neurokirjon piirteitä (esim. adhd, autismi, tourette, ocd).



Instagram: @Omavoima



Facebook: Omavoima



www.setlementtitampere.fi/palvelut/omavoima

Maanantai

5.10. ETÄ | 12.10. | 26.10.

Neurokirjon sateenkaariryhmä

klo 17-19.30

5.10. ETÄ klo 17-18.30

(ennakkoilmoittautuminen)

5.10. | 12.10. ETÄ | 19.10. | 26.10.

Edistämö

maanantaisin klo 12-15

MA 12.10. Discord-linkki

Omavoiman Google-kalenterissa

Tiistai

13.10. | 27.10.

Autismikirjon aikuiset- vertaisryhmä

klo 17:30-20

20.10.

Nepsy Yrittäjien- vertaisryhmä

klo 17-19

Keskiviikko

7.10. | 21.10.

OCD-vertaistukiryhmä

7.10. klo 16.30-19

21.10. klo 17-19

14.10. | 28.10.

Tourette-vertaisryhmä

klo 17-19

Torstai

8.10.

ADHD-piirteisten vertaisryhmä

18-20:30

1.10. | 15.10. | 29.10.

Neurodivergent peer group

klo 17:30-19:30

Perjantai

9.10. | 23.10.

Nuoret AuDHD-aikuiset (18-n. 35v)

klo 17:30-19:45

Lauantai

17.10.

Avoin olkkari

klo 13-17

Sunnuntai

11.10. | 25.10.

Autismikirjon naisten vertaisryhmä

klo 14-16

4.10. | 18.10.

Neurokirjava käsityöolkari

klo 14-17

Muuta:

Tervetuloa kirjolle - ADHD edition: Tiistaina 6.10. klo 17-19

Teemailtapäivä Tunteet neurokirjolla Torstaina 8.10. klo 14
Omavoimalla (Nalkalankatu 12G)

Tutustumistunti: keskiviikkona 21.10. klo 17-18 ETÄNÄ
TEAMS-LINKKI GOOGLEKALENTERISSA

Muutokset mahdollisia!

Noudatamme turvallisemman tilan periaatteita!



+ Discordissa myös
vertaistukitoimintaa!

**Setlementti
Tampere**

OMAVOIMA