

Jäsenlehti 1-2022

Rauman MTY Friski Tuult ry

Yhdistyksen hallitus 2022



Rauman MTY Friski Tuult ry:n hallituksen toimintavuonna 2022

mudostavat: Lassi Rinne, Heli Niemelä, Aila Bäck, puheenjohtaja Luca Nordfors-Leino, Mari-Anne Laine, Matias Niemelä, Harri Kaitaniemi, Eila Rantanen, Juha Tiihonen ja varapuheenjohtaja Pirve Järvinen.

Rauman Hyvän Mielen talon tapahtumat vuonna 2022;

Maanantai 14.2.2022

-Tuttu Juttu-show

Ystävänäpäiväjuhlat ☺

Tiistai 22.2.2022

-Elämäni biisi

Tiistaina 8.3.2022

-Musavisa

Tiistaina 5.4.2022

-Tietovisa

Tiistaina 3.5.2022

-BumtsiBum

-Risteily keskiviikkona

9.3.2022 lähtö ja paluu
torstaina 10.3.2022, asiasta
lisää seuraavalla sivulla.

-Levyraati jatkuu parittomien
viikkojen tiistaina klo 12.45-
13.45

Vetäjänä toimii Juri Virtanen



TERVETULOA ☺



Jäsenmaksut 2022

JÄSENMAKSUT OVAT:

- Varsinainen jäsen 13,00 €
- Kannatusjäsen 20,00 €
- Yhteisökannatus jäsen 50,00

Tämän jäsenkirjeen mukana on pankkisiirtolomake jolla voit maksaa jäsenmaksusi toimintavuodeksi 2022. Mikäli sinulla on edunvalvoja tai muu uskottu henkilö joka hoitaa laskusi toimita lasku hänelle.

Jäsenmaksun voi maksaa myös suoraan yhdistykseen käteisellä (ei korttimaksu mahdollisuutta).

Maksamalla jäsenmaksusi varmistat jäsenetusi ja näin saat Revanssi-lehden neljä kertaa vuodessa suoraan kotiin kannatettuna. Muut MTKL:n jäsenedut löydät sivulta:

<https://www.mtkl.fi/mielenterveysyhdistykset/yhdistyksen-abc/jasenetuja-juuri-minulle/>



HUOM ! Hyvän Mielen Talo on suljettu 10.2.2022, hallituksen koulutuspäivän vuoksi.



Ruokailut jatkuvat tiistaisin ja perjantaisin klo 11.30-12.30, ruoan hinta 4,50€/ annos

Ruotsin risteily

Viking Gracella ke 9.3.- to 10.3.2022

(jos lähtijöitä vähintään 30 hlö)

Lähtö ke 9.3. kello 18.00
Savilan tilausajo laiturilta
ja paluu samaan paikkaan
to 10.3.2022 noin kello
21.30.

-Ilmottautumiset ja maksut
risteilylle suoraan Hyvän
Mielen Talolle arkisin kello
9.00-14.00
puh. 02 821 1065/Friski Tuult
ry.

Huomaathan, että
ilmottautuminen päättyy
3.2.2022, johon mennessä on
myös maksettava risteily tai
sovittava henkilökunnan
kanssa poikkeuksellinen
maksuaikataulu.

-Ilmottautumisen yhteydessä
pyydämme nimesi,
syntymäaikasi (laivayhtiötä
varten), sekä
puhelinnumerosi, josta
tavoitamme sinut.

-Risteilyn hinnat: (sisältää
linja-autokuljetuksen
Rauma-Turku-Rauma ja
risteilyn valitsemassasi
hyttiluokassa.)

-2-4 hengen inside four
(ikkunaton hytti) 29,00
euroa/henkilö

-2-4 hengen seaside four
(hytti ikkunalla) 34,00
euroa/henkilö

-Lisätiedot ja erikoishytti
toiveet puh. 040 701
6026/ Luca



Aukioloajat:

maanantai – perjantai klo 9.00
- 14.00

lauantai ja sunnuntai 14.00 –
18.00



Yhdistyksellä aamuisin
ilmainen aamupuuro 9.00-
10.00



**RUOKALISTAT
PÄIVITETÄÄN JOKA
KUUKAUSI FRISKIN
NETTISIVUILLE.**

-Ruokailuun
ilmottautumiset friskiin
puhelimitse 02 821 1065
tai paikan päällä päivää
ennen ruokailua, jotta
osaamme varata
tarpeeksi ruokaa ☺

#Hyvät Muuvit (liikuntaryhmä) -Liikuntaryhmät; kuntosali ja uimahalli jatkuvat samalla porukalla kuin tähänkin asti, kun koronatilanne sen taas sallii ja paikat avautuvat.

-Kuntosalilla jokaisen tulee pystyä toimimaan omatoimisesti !



Liikuntaryhmänä aloitamme myös kerran kuukaudessa keilauksen.



Haluatko lähteä porukalla keilaamaan 😊 ensimmäinen keilaus järjestetään maanantaina 28.2.2022 klo 13.00-14.00, ilmottautumiset friskiin.

Puheenjohtaja, Luca Nordfors-Leino
puh. 040 701 6026

Toiminnanjohtaja, Päivi Lavonius
puh. 045 635 4536

Toiminnanohjaaja, Merja Mäntylä
puh. 045 265 0134

Toiminnanohjaaja, Pirve Järvinen
puh. 045 221 0811



KESÄLLÄ JÄRJESTÄMME TAAS OLYMPIALAISIA, ASIASTA TIEDOTETAAN LÄHEMPÄNÄ.



Ystävänäpäiväjuhlat

ma 14.2.2022 kello 11.00 – 13.30

Ohjelma:

Kello 11.30 Kuinka hyvin sä tunnet ystävän Tuttu Juttu – show

- Tule ystäväsi, kaverisi, naapurisi, puoliso tai jonkun muun kanssa leikkimieliseen kisaan. Osallistujat palkitaan.

kello 13.00 Bingo

Ystävänäpäivänä on tarjolla on pientä herkkua, jonka vuoksi pyydämme ilmoittautumaan etukäteen viimeistään 4.2.2022 kello 14.00



Elämäni biisi-iltapäivä

ti 22.2.2022 kello 12.45 – 13.45

Elämäni biisi on Ylellä vuonna 2019 alkanut musiikkiviihdeohjelma, jossa neljä artistia esittää ohjelman vieraiden lempikappaleita. Kappaleiden kuulemisen jälkeen muut vieraat arvailevat, kenen vieraista elämän biisi on kyseessä. Rauman Hyvän Mielen talolla jokainen osallistuja ilmoittaa ennakkoon henkilökunnalle kappaleen jonka kokee itselle merkitykselliseksi. (Älä kerro muille minkä kappaleen olet valinnut.) Kaikki yrittävät arvata kenen biisi on kyseessä. Voittaja on se joka on arvannut eniten oikein. Lopuksi jokainen voi halutessaan kertoa miksi on valinnut juuri tämän kappaleen.

Musavisa

ti 8.3.2022 kello 12.45 – 13.45

Kuuntelemme kappaleita ja yritetään arvata kappaleen esittäjä ja kappaleen nimi. Voittaja saa yllätyspalkinnon 😊

Bumtsibum (ilman laulamista)

ti 3.5.2021 kello 12.45 – 13.45 😊

tule mukaan leikkimieliseen biisien arvailuun

Tietovisa

ti 5.4.2022 kello 12.45 – 13.45

Tietovisa. Voit osallistua yksin tai kaverisi kanssa tietovisaan. Kysymyksiä on 30 eri kategorioista, esim. historia, urheilu, musiikki yms.



Rauman MTY Friski Tuult ry.
Eteläkatu 7 A 4-5
26100 Rauma
puh. 02 821 1065
www.friskituult.fi
friski(at)friskituult.fi

VERTAISRYHMÄT KEVÄÄLLÄ 11.1.22 alkaen;

- parillisen viikon tiistai;** -masennusryhmä klo 14.00-15.30
-Miesten kaveripiiri klo 15.45-17.15 jonka jälkeen miehillä myös saunomismahdollisuus.
- parittoman viikon tiistai;** -Levyraati klo 12.45-13.45
-VTH-ryhmä klo 14.00-15.30
- käsityöpiiri** joka keskiviikko aamu klo 9.30-11.30

Uutena ryhmänä aloitamme;

Nuorten ryhmän alkaen To 10.2.2022 klo 16.30

- **ensimmäisellä tapaamisella keskustelemme, mitä olisi toiveita ryhmän suhteen.**

Älä jää yksin, tule rohkeasti mukaan ! Ryhmissä kahvitarjoilu !

