



# Rauman MTY Friski Tuult ry:n Helmikuun tiedote

## Aukioloajat:

Maanantai – torstai kello 9.00 -15.00

Perjantai kello 9.00 – 14.00

Lauantai ja sunnuntai kello 14.00 -18.00

Yhdistys on **suljettu** keskiviikkona 13.2.2019

Porin matkan takia!

---

## Hallituksen kyselytunti

Ti 12.2.2019 kello 13.00 – 14.00. Paikalla on hallituksen varsinainen jäsen Juha Tiihonen.

Kahvitarjoilu!

---

## Vertaisryhmät

- ✓ KÄSITYÖRYHMÄ joka keskiviikkona kello 9.00 -11.00
- ✓ ITSENÄISET ASUJAT vertaist ryhmä to 21.2.2019 kello 15.00 -16.30
- ✓ MASENNUSRYHMÄ ti 15.1.2019 kello 15.00 -16.30
- ✓ MIESTEN KAVERIPIIRI ti 12.2.2019 ja ti 26.2.2019 kello 17.00 – 18.30.  
(Saunomismahdollisuus!)

Vertaisryhmissä kahvitarjoilu!



# Rauman MTY Friski Tuult ry:n

## Helmikuun tiedote

### Muuta

- ☺ Aamupala maanantaisin ja torstaisin kello 9.30 (hinta 1,00 €)
- ☺ Merjan mättö ruoka joka keskiviikko kello 12.30 (hinta 3,00 €)
- ☺ Pelaamme bingoa joka keskiviikko ja torstai kello 12.00. Pelaaminen on ilmaista!
- ☺ Levyraati ma 11.2. 2019 ja ma 25.2. 2019 kello 12.00
- ☺ Elokuva iltapäivä joka maanantai ja torstai kello 13.00 -15.00, jolloin katsomme Netflixin kautta osallistujien toivomia elokuvia.

---

### **lounaslista:**

- pe 1.2 Stroganoff ja perunamuusi
  - ti 5.2 Kaalikeitto + Runebergin torttu
  - pe 8.2 Lasagne
  - ti 12.2 Hernekeitto + pannukakku
  - pe 15.2 Broilerin koipi ja riisi
  - ti 19.2 Mexican pata
  - pe 22.2 Liha-makaronilaatikko
- Lounaan hinta 4,00 €  
sis. Maito, piimä tai mehu, leipä ja levite.  
(Muutokset mahdollisia)



# Rauman MTY Friski Tuult ry:n

## Helmikuun tiedote

**Matka Poriin**  
**keskiviikkona**  
**13.2.2019**

Porin Mielenterveysyhdistys Hyvis ry on kutsunut meidät Ystävänpäivän päivätansseihin Porin keskustan Nuorisotalolle.

Ohjelma: lähtö kello 11:00 Kekäleen linja-autolla Poriin. Tanssit nuorisotalolla kello 12:00-13:00, jonka jälkeen vapaata aikaa, jolloin voit käydä vaikkapa kaupungilla syömässä tai ostoksilla. Lähtö takaisin Raumalle kello 16:30 ja Raumalle saavumme noin kello 17:15.

Matkan hinta kaikilta 5 euroa/henkilö. Alaikäinen lapsi pääsee huoltajan kanssa mukaan ilmaiseksi. Sitovat ilmoittautumiset ja maksut Rauman Hyvän Mielen talolle viimeistään 7.2.2019.



# Rauman MTY Friski Tuult ry:n

## Helmikuun tiedote

*Vapaaehtoiset  
vertaistukihenkilöt:* Palaveri ti 5.2.2019 kello 15.00 -16.30  
Ryhmätyönohjaus ti 19.2.2019 kello 15.00 –  
16.30

*Asukkaat:* Asukaspalaveri ti 19.2.2019 kello 14.00 -14.30

*Diakoniatyöntek  
ij:* Pia Erake on tavattavissa Rauman Hyvän  
Mielen talolla to 14.2.2019 kello 15.00 – 16.30.

