

MÄNTYHARJUN HYVÄN OLON KOHTAAMISPAIKKA**KISALA (Urheilutie 1) p. 044 755 3222 / Saija****mantylharju@mikkelinsetlementti.fi****Avoimna: Ma-Pe ohjelman mukaisesti.****Setlementti****MAALISKUU 2026**

Vuoden 2026 jäsenmaksun 30 € voit maksaa kohtaamispaikkaan käteisellä. Maksamalla tuet yhdistyksemme toimintaa.

Ryhyiin ilmoittautuminen puh. 044 755 3222 / Saija. Ryhyt ovat kaikille avoimia, ellei toisin mainita. Erilaisia harrastusmahdollisuuksia tarjoava Setlementti on uskonnollisesti ja poliittisesti sitoutumaton kansalaisjärjestö. Osallistuminen ryhyiin on jokaisen omalla vastuulla. Pidätämme oikeudet ohjelman muutoksiin.

MA	2.3.	10.00–11.00 11.00–	Potkukelkkailua Pekkolanlammella, kokoontuminen Kisalan pääovella. Aamupäiväkahvit , Kahvikulmassa (omakustanteinen).
TI	3.3.	13.00–14.00	Yhteislaulu Velin ja Matin johdolla.
KE	4.3.	10.00–12.00 12.30–14.00	Pelipäivä , pelataan korttipelejä. Opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Muistaakseni -ryhmä ohjaajana Aini Ruhanen, keskusteluryhmän aiheena; huonekasvit. Yhteistyössä Mikkelin seudun Muisti ry kanssa.
TO	5.3.	10.00–12.00 12.00–	Pelataan sanaselityspeli Aliasta . Pelataan kiekko - ja possupeliä , tarvittaessa opastamme pelin sääntöihin.
PE	6.3.	10.00–12.00 12.00–	Käsityökahvila . Pelataan Bocciaa , Kisalan Mäntyareenalla, sisäpelikengät, tossut tai paljaat jalat.
MA	9.3.	10.00–12.00 12.30–13.30	Turinatupa ja pulinaporukka , keskusteluryhmä. Millaisia oli lapsuutesi kesälomat, perunannostolomat ja joululomat. Mitä lomilla tehtiin? Setlementin Ikädigi hanke, DigiTreenit – Hyötyä sovelluksista . Tutustutaan arkea helpottaviin mobiilisovelluksiin; minkälaisia on olemassa, mistä ne löytyvät ja mitä niiden käyttöön ottaminen vaatii.
TI	10.3.	10.00–11.00 13.00–14.00	Diakoni Minna Pennanen . Yhteislaulu Velin ja Matin johdolla.
KE	11.3.	10.00–12.00 12.00–14.00	Pelipäivä , pelataan korttipelejä. Opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Suomalaiset iskelmälaulajat , Tapio Rautavaara.
TO	12.3.	10.00–12.00 12.00–13.00	Muistinvirkistystä , SANAT. Opastamme tarvittaessa minkälaisesta muistinvirkistyksestä on kyse. MusaVisa , tule tietämään tai arvailemaan vastauksia musiikki aiheisiin kysymyksiin.
PE	13.3.	10.00–12.00 12.00–	Pelataan Rummikubia , opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Pelataan Bocciaa , Kisalan Mäntyareenalla, sisäpelikengät, tossut tai paljaat jalat.
MA	16.3.	10.00–11.00 11.00–	Kävelylenkki , kokoontuminen Kisalan pääovella. Aamupäiväkahvit , Reissuravintolassa (omakustanteinen).
TI	17.3.	10.00–12.00 13.00–14.00	Muistinvirkistystä , virkistetään muistia erilaisilla tehtävillä. Yhteislaulu Velin ja Matin johdolla.

KE	18.3.	10.00–12.00 12.30–14.00	Pelipäivä , pelataan korttipelejä. Opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Muistaakseni -ryhmä ohjaajana Aini Ruhanen, keskusteluryhmän aiheena; kummitustarinat. Yhteistyössä Mikkelin seudun Muisti ry kanssa.
TO	19.3.	12.00–14.00	Ratkotaan sanaristikoita , ohjaajana Pauli Pöyhönen. Lisäksi tehdään sudokuja ja kryptoja Saijan kanssa.
PE	20.3.	10.00–12.00 12.00–	Hyvinvoiva Nainen , keskusteluryhmä. Pelataan Bocciaa , Kisalan Mäntyareenalla, sisäpelikengät, tossut tai paljaat jalat.
MA	23.3.	10.00–12.00 12.30–13.30	Levyraati, 70-luvun iskelmistä . Osallistujat arvioivat yhdessä 70-luvun iskelmiä pistein ja sanallisesti. Setlementin Ikädigi-hanke, DigiTreenit – Kaiken maailman päivityksiä Tutustutaan älylaitteiden päivityksiin; mistä ja miten päivityksiä pystyy tarkistamaan ja tarvittaessa asentamaan.
TI	24.3.	10.00–12.00 13.00–14.00	Pelataan sanaselitys peli Aliasta , opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Yhteislaulu Velin ja Matin johdolla.
KE	25.3.	10.00–12.00 12.00–	Pelipäivä , pelataan korttipelejä. Opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Aivojumppaa , pieniä liikkeitä aivojen aktivointiin.
TO	26.3.	10.30–	SkipBo maraton , opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Pelataan SkiBoa ja kahvitellaan.
PE	27.3.	10.00–12.00 12.00–	Käsityökahvila . Pelataan Bocciaa , Kisalan Mäntyareenalla, sisäpelikengät, tossut tai paljaat jalat.
MA	30.3.	10.00–11.00 11.00–	Kävelylenkki , kokoontuminen Kisalan pääovella. Yhteisruokailu Krua Lawoe Thai ravintolassa (omakustanteinen). Ilmoittautuminen Saijalle 23.3. mennessä.
TI	31.3.	10.00–12.00 13.00–14.00	Muistinvirkistystä , virkistetään muistia erilaisilla tehtävillä. Yhteislaulu Velin ja Matin johdolla.

TERVETULOA MUKAAN TOIMINTAAN!

- Vuoden 2026 jäsenmaksun 30 € voi maksaa käteisellä kohtaamispaikkaan
- Ryhmät ovat kaikille avoimia, ellei toisin mainita
- Tutustu meihin myös Internet-sivuillamme www.mikkelinsetlementti.fi