

HAUKIVUOREN HYVÄN OLON KOHTAAMISPAIKKA

Haukivuoren palvelukeskus

Kankaalantie 4 (käynti sisäpihan puolelta)

p. 044 558 9128/ Marika

haukivuori@mikkelinsetlementti.fi

Setlementti

TAMMIKUU 2026

Avoinna: parillisilla viikoilla MA-TO kello 10.00-14.00

parittomilla viikoilla MA-KE kello 10.00-14.00

MA	12.1.	10.00–14.00	Miten vietit joulusi? Kuinka vaihtui uusi vuosi? Tervetuloa keskustelemaan ja vaihtamaan kuulumisia.
TI	13.1.	10.00–11.00 11.30–14.00	Setlementin liikuntatuokio Haukihallissa, jumppa ohjaajana Anu Peltonen. Tervetuloa mukaan! Turinatupa. Eloisan kuntouttava päivätoiminta toimii kanssamme samoissa tiloissa.
KE	14.1.	10.00–14.00	Kohtaamispaikan pelipäivä. Pelataan vanhoja tuttuja ja tutustutaan uusiin seurapeleihin. Tervetuloa mukaan!
MA	19.1.	10.00–11.30 12.00–14.00	Elämän voimaa ryhmä 4: kokoontumiskerta. Ryhmän ytimessä ovat aivoterveys, mielen hyvinvointi ja liikunta. Ryhmässä opitaan käytännön keinoja aivoterveystukemiseen ja mielen virkeänä pitämiseen. Tänään aiheena: Liikunta ja siitä meille tulee kertomaan fysioterapeutti Liisa Pulliainen Eloisalta. Kahvitarjoilu! Tervetuloa! Uusi vuosi uudet kujeet. Mitä asioita haluaisitte kevään aikana tehdä kohtaamispaikalla? Tule keskustelemaan ja vaikuttamaan kevään ohjelmaan.
TI	20.1.	10.00–11.00 11.30–14.00	Setlementin liikuntatuokio Haukihallissa , pelataan yhdessä bocciaa. Tervetuloa mukaan! Turinatupa. Eloisan kuntouttava päivätoiminta toimii kanssamme samoissa tiloissa.
KE	21.1.	10.00–11.00 12.00–14.00	Bingo (kuponkimaksu 2,5€) Pelataan yhdessä pelikorteilla.
TO	22.1.	10.00–11.00 11.30-13.30	Aivojumppaa, helppoja tehtäviä muistin tueksi. Pelituokio.

haukivuori@mikkelinsetlementti.fi, p. 044 558 9128

Mikkelin Setlementti ry:n toimintaan osallistuminen on vapaaehtoista ja näin ollen emme vastaa vahingoista. Pidätämme oikeudet ohjelman muutoksiin.

Setlementti



MA	26.1.	10.00–11.00	Ikädigi-hanke. Suomi.fi viestit info; katsotaan yhdessä DVV webinaarin tallenne; Suomi.fi-viesteistä, tilaisuudessa käydään läpi perusasiat: mitä tapahtuu, miksi ja miten pääsee tarvittaessa palaamaan takaisin paperipostiin.
		12.00–13.00	Leikkimielinen tietovisailu.
TI	27.1.	10.00–11.00	Setlementin liikuntatuokio Haukiahallissa, jumppa ohjaajana Anu Peltonen. Tervetuloa mukaan!
		12.00–14.00	Turinatupa. Eloisan kuntouttava päivätoiminta toimii kanssamme samoissa tiloissa.
KE	28.1.	10.00–11.00	Sanamania, tehdään erilaisia sanoihin liittyviä tehtäviä ja samalla treenataan muistia.
		12.00–14.00	Pelataan yhdessä pelikorteilla

- **Jos haluat tukea yhdistyksen toimintaa, voit maksaa jäsenmaksun 30€ henkilökunnalle.**
- Ryhmät ovat kaikille avoimia, ellei toisin mainita
- Tutustu meihin myös Internet-sivuillamme www.mikkelinsetlementti.fi, löydät meidät myös Facebookista www.facebook.com/mikkelinsetlementtiri
- Mikkelin Kohtaamispaikan yhteystiedot: p. 040 147 1697 tai hilma.harmoinen@mikkelinsetlementti.fi

TERVETULOA MUKAAN TOIMINTAAN!