

## MÄNTYHARJUN HYVÄN OLON KOHTAAMISPAIKKA

KISALA (Urheilutie 1) p. 044 755 3222 / Saija

[mantylharju@mikkelinsetlementti.fi](mailto:mantylharju@mikkelinsetlementti.fi)

Avoimna: Ma-Pe ohjelman mukaisesti.

# Setlementti

### SYYSKUU 2024

Ryhmiiin ilmoittautuminen puh. 044 755 3222 / Saija. Ryhmät ovat kaikille avoimia, ellei toisin mainita. Erilaisia harrastusmahdollisuuksia tarjoava Setlementti on uskonnollisesti ja poliittisesti sitoutumaton kansalaisjärjestö. Osallistuminen ryhmiin on jokaisen omalla vastuulla.

Vuoden 2024 jäsenmaksun 20 €/ vuosi voi maksaa käteisellä kohtaamispaikkaan.

MA	2.9.	10.00–	<b>Kävelyretki</b> , vanhalla hautausmaalla. Lähtö klo 10 pikkuautoilla Kisalan pihasta. Kirkonkylän kioskilta noin klo 10.10. Hautausmaakerroksen jälkeen, Luontokirkon grillipaikalla (makkaranpaistomahdollisuus), joten ota halutessasi evästä mukaan. Retkellä säävaraus, ei kaatosateessa.
TI	3.9.	10.00–12.00 13.00–14.00	<b>Muistinvirkistystä</b> , SANAT. Opastamme tarvittaessa minkälaisesta muistinvirkistyksestä on kyse. <b>Yhteislaulu</b> Velin ja Matin johdolla. Tervetuloa myös uudet laulajat!
KE	4.9.	10.00–14.00	<b>Maakunnalliset IKÄIHMISTEN MESSUT Monitoimihalli Kisalassa. Setlementti ja Ikädigi mukana messuilla.</b>
TO	5.9.	11.00–18.00 12.00–14.00	<b>VAPAA-AJANMESSUT Monitoimihalli Kisalassa. Setlementti / Saija mukana messuilla.</b> <b>Setlementin Ikädigi-hanke</b> , yksilöohjaus, kohtaamispaikan tilassa. Varaa aikasi ohjaukseen 044 4938459 Micke.
PE	6.9.	10.00–12.00	<b>Käsityökahvila</b> , jossa voit tehdä omia käsitöitä tai neuloa hyväntekeväisyyteen. (Hyväntekeväisyyteen langat saatavilla Setlementistä). <b>HUOM! Boccia peruttu</b> , Karaoke laulu kilpailut Mäntyareenalla.
MA	9.9.		<b>Kohtaamispaikka suljettu.</b>
TI	10.9.	10.00–11.00 13.00–14.00	<b>Diakoni Minna Pennanen.</b> <b>Yhteislaulu</b> Velin ja Matin johdolla. Tervetuloa myös uudet laulajat!
KE	11.9.	10.00–12.00 12.30–14.00	<b>Pelipäivä</b> , pelataan korttipelejä. Opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. <b>Muistaakseni -ryhmä</b> ohjaajana Aini Ruhanen, yhteistyössä Mikkelin seudun Muisti ry kanssa. Tervetuloa myös uudet asiakkaat! Keskusteluryhmän aiheena <b>sauna</b> .
TO	12.9.	10.00–12.00 12.00–14.00	<b>Mäntyharjun historian huminaa</b> , keskustelu Mäntyharjun historiasta jatkuu. <b>Ratkotaan sanaristikoita</b> , ohjaajana Pauli Pöyhönen. Lisäksi tehdään sudokuja ja kryptoja Saijan kanssa.
PE	13.9.	10.00–10.30 10.45–12.00 12.00–	<b>Muistiperheille hyvinvointia -infotilaisuus</b> ohjaajana Riitta Halonen, yhteistyössä Mikkelin seudun Muisti ry kanssa. <b>Auta unta – uni auttaa sinua!</b> ohjaajana Riitta Halonen, yhteistyössä Mikkelin seudun Muisti ry kanssa. <b>Pelataan Bocciaa</b> , Kisalan Mäntyareenalla, sisäpelikengät, tossut tai paljaat jalat.

<b>MA</b>	<b>16.9.</b>	<b>10.00-</b>	<b>Laavuretki Kissakosken luontopolulle.</b> Kissakosken luontopolku sijaitsee Hirvensalmella Kissakosken kanavan varrella, jonne on rakennettu vesivoimalaitosta ja kalaportaita. Historiallinen paperitehdastehdasmiljöö on jo itsessään nähtävyyks, jonka lisäksi luonnosta pääsee nauttimaan luontopolulla. Parkkipaikalta laavulle on matkaa noin kilometri. Matkalla laavulle on pieni pätkä pitkospuuta, mutta reitti on muuten hyväkuntoinen ja helpohko. Halukkaiden kanssa voidaan laavulta kävellä luontopolkua myös pidemmälle. Varaa mukaasi omat eväät ja sään mukainen varustus. Keitämme kahvit laavulla. Ilmoittautuminen Saijalle 9.9. mennessä. Retken hinta 10 € (maksetaan Saijalle ilmoittautumisen yhteydessä). Lähtö Kisalasta kello 10.00. Takaisin Mäntyharjussa olemme noin kello 14.00.
<b>TI</b>	<b>17.9.</b>	<b>10.00–12.00 13.00–14.00</b>	Pelataan <b>Rummikubia</b> , tervetuloa myös uudet pelaajat, opastamme <b>Yhteislaulu</b> Velin ja Matin johdolla.
<b>KE</b>	<b>18.9.</b>	<b>10.00–12.00 12.00–14.00</b>	<b>Pelipäivä</b> , pelataan korttipelejä. Opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. <b>Levyraati</b> , osallistujat arvioivat yhdessä kuunneltavia musiikkikappaleita pistein ja sanallisesti.
<b>TO</b>	<b>19.9.</b>	<b>10.00–12.00 12.30–13.30</b>	<b>Hyvinvoiva nainen</b> , keskusteluryhmä. Setlementin Ikädigi-hanke <b>DigiTreenit</b> , aiheena puhelimen / tabletin peruskäyttö.
<b>PE</b>	<b>20.9.</b>	<b>10.00–12.00 12.00–</b>	<b>Pelataan SkipBoa</b> , opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. <b>Pelataan Bocciaa</b> , Kisalan Mäntyareenalla, sisäpelikengät, tossut tai paljaat jalat.
<b>MA</b>	<b>23.9.</b>	<b>10.00–11.00 11.00-</b>	<b>Kävelylenkki</b> , kokoontuminen Kisalan pääovella. <b>Aamupäiväkahvit</b> , Reissukirppiksellä (omakustanteinen).
<b>TI</b>	<b>24.9.</b>	<b>10.00–12.00 13.00–14.00</b>	<b>Muistikuntopiiri</b> , opastamme tarvittaessa minkälaisesta muistinvirkistyksestä on kyse. <b>Yhteislaulu</b> Velin ja Matin johdolla.
<b>KE</b>	<b>25.9.</b>	<b>10.00–12.00 12.30–14.00</b>	<b>Pelipäivä</b> , pelataan korttipelejä. Opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. <b>Muistaakseni -ryhmä</b> ohjaajana Aini Ruhanen, yhteistyössä Mikkelin seudun Muisti ry kanssa. Tervetuloa myös uudet asiakkaat! Keskusteluryhmän aiheena <b>lapset</b> .
<b>TO</b>	<b>26.9.</b>	<b>10.00–12.00 12.30–13.30</b>	<b>Elokvakatsaus: 50- luvun elokuvat ja -naisnäyttelijät.</b> Setlementin Ikädigi-hanke <b>DigiTreenit</b> , aiheena puhelimen / tabletin peruskäyttö.
<b>PE</b>	<b>27.9.</b>		<b>Kohtaamispaikka suljettu.</b>
<b>MA</b>	<b>30.9.</b>	<b>10.30-</b>	<b>Yhteisruokailu Vihantasalmella</b> (omakustanteinen). Lähtö pikkuautoilla Kisalan parkkipaikalta klo 10.30. Ilmoittautuminen Saijalle 23.9. mennessä.

**TERVETULOA MUKAAN TOIMINTAAN!**