

SETLEMENTTI – HYVÄN OLON KOHTAAMISPAIKKA

Lönnrotinkatu 5, 50100 Mikkeli
(sisäänkäynti Kirkkokadun puolelta)
www.mikkelinsetlementti.fi

Erilaisia harrastuksia tarjoava Setlementti on uskonnollisesti ja poliittisesti sitoutumaton kansalaisjärjestö.



JOULUKUU 2025 OHJELMA

Ethän käytä hajusteita ryhmiin tullessasi, kiitos! Keinotekoiset tuoksut voivat aiheuttaa oireita muun muassa hajusteyliherkille, astmaatikoille sekä migreenistä kärsiville. Näin toimimalla takaamme kaikille turvallisen toimintaympäristön.

Kohtaamispaikassa Setlementin joulumyyjäispöytä 25.11.-19.12.2025. Ostamalla tuet yhdistyksen toimintaa. Tuotteet ovat pääosin käsintehtyjä.

Itsenäisyyspäivän teemaluento: Sota-ajan lastenkirjoja.

Satukirjojen topeliaaninen perinne hylättiin sotavuosina. Lasten ja nuorten kirjat sisälsivät propagandaa: niissä esiintyi pikkulottia ja -sotilaita, esimerkiksi ”Tipi, urhea sotilas”. Muistellaan esimerkein lapsuuden kirjoja. Torstaina 4.12. kello 13.00. Lisätietoa sivulla 3.

Nojatuolimatka: Suomalaisten yrttien ja niiden kulttuurihistorian jäljillä.

Yrttitutkija matkusti Suomessa etsien kotimaisten yrttien parhaita kantoja. Maanantaina 8.12. klo 13.00. Lisätietoa sivulla 4.

Yksinasuvien ryhmä: Jouluaateria Kala- ja eväsherkussa (Stellan Kauppahalli). Tuhti lautanen laatikoita, kalaa, kinkkua sekä jälkkärikahvit ja herkkua. Lisätietoa sivulla 5.

Naisvuoren Eläkkeensaajien näytelmäryhmä esittää näytelmän Sotesoppa. Näytelmä käsittelee huumorin avulla tämän päivän terveydenhuollon arkipäivää. Maanantaina 15.12. klo 14.00. Lisätietoa sivulla 7.

Salisoittajat esiintyy yhdessä karaokekerhon kanssa. Nautitaan yhdessä jouluisesta musiikista. Keskiviikkona 17.12. kello 14.00. Lisätietoa sivulla 8.

Setlementin kirjastorinkipalvelu on tarkoitettu ikäihmisille, jotka eivät pääse asioimaan itse kirjastossa.

Kirjastoringin työntekijä hoitaa asiakkaiden kirjojen, äänikirjojen ja muiden tallenteiden lainauksen ja palautuksen toiveiden mukaisesti. Uudet asiakkaat voivat ilmoittautua Maikille puh. 050 524 9022.

Ikädigi-hankkeelta on mahdollista saada myös henkilökohtaista opastusta tietokoneen ja/tai älylaitteen käyttöön. Varaa aikasi toimistolla tai soita Joonalle puh. 044 493 8459 tai Lauralle puh. 044 306 0229.

Tavoitat meidät puhelimella ma-pe klo 9.00–16.00 tai sähköpostilla: etunimi.sukunimi@mikkelinsetlementti.fi

Järjestöassistentti Hilma Harmoinen puh. 040 147 1697
Ikädigi-hankepäällikkö Laura Asikainen puh. 044 306 0229
Toimintakoordinaattori Niko Kaunisto (vapaalla)

Toimintakoordinaattorin sij. Joonas Närvänen puh. 044 493 8459
Toiminnanjohtaja Marju Kiiski puh. 050 529 3361
Kirjastorinki Maikki Heino puh. 050 524 9022 (vain puhelut)

Kohtaamispaikkamme on auki:

ma-to 9.00–15.45

pe 9.00–12.00 (puhelimitse 12.00–16.00)

Tervetuloa!

MA	1.12. sali	11.30–13.30	Käsityökahvila, jossa voit tehdä omia käsitöitä tai neuloa hyväntekeväisyyteen. Mahdollisuus ohjattuun jouluaskarteluun.
	Lähtö Setlementistä	13.30–	Historyryhmä: Päämajakoulu (Otto Mannisenkatu 8-10) Historyryhmä tutustuu Mikkelin Päämajakoulun historiaan ja nykyiseen toimintaan. Vierailu sisältää kävelyä koulun tiloissa. Ennakkoon ilmoittautuneille, kysy vapaita paikkoja Setlementistä.
	liikuntatila (Lönnrotin- katu 7)	16.00–18.00	Rivitanssia Helppoja tutustumistansseja kantrimusiikin tahtiin Setlementin liikuntatilassa Kansalaisopiston kellarikerroksessa. Huom.! Tule ajoissa paikalle, sillä ovi menee lukkoon kello 16.00 jälkeen.
TI	2.12. sali	10.00–11.00	Englannin keskusteluryhmä. Vapaata keskustelua englanniksi, ei kielitaitovaatimusta. Tervetuloa mukaan myös uudet osallistujat.
	Kulttuuritalo Tempo, Mikonkatu 23	10.00–11.30	Senioritanssia , Kulttuuritalo Tempossa. Ryhmä jo senioritanssia tunteville. Kysy vapaita paikkoja Setlementistä. Liikuntatilat pyritään avaamaan viimeistään 15 minuuttia ennen ohjelman alkua.
	sali	11.30–13.30	Täytetään yhdessä sanaristikoida. Tervetuloa mukaan!
	Kulttuuritalo Tempo, Mikonkatu 23	11.45–12.45	Jumpparyhmä , reipasta jumppaa seisaaltaan Kulttuuritalo Tempossa. Ryhmää ohjaa liikunnanohjaaja Arvi Annaniemi. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, mutta ilmoita henkilökunnalle yhteystietosi mahdollisten muutosten varalta. Liikuntatilat pyritään avaamaan viimeistään 15 minuuttia ennen ohjelman alkua.
	luokka 116 (salonki, digihuone)	12.00–15.00	Hyvinvoiva mieli -koulutus, ennakkoon ilmoittautuneille. Koulutus tarjoaa tietoa mielen hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä sekä käytännönharjoituksia mielen hyvinvointia edistävistä tavoista arjessa. Koulutuksessa tutustutaan viiteen tapaan vahvistaa mielen hyvinvointia: liity, liiku, huomaa hetki, opi uutta, anna toisille. Koulutuksen järjestää Mielen voimaa 75+ vuotiaille -hanke.
	Kulttuuritalo Tempo, Mikonkatu 23	13.00–14.00	Tuolijumppaa Kulttuuritalo Tempossa, ohjaajana Anu Peltonen. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, mutta ilmoita henkilökunnalle yhteystietosi mahdollisten muutosten varalta. Liikuntatilat pyritään avaamaan viimeistään 15 minuuttia ennen ohjelman alkua.
	Naisvuoren uimahalli Pirttiniemen- katu 8b	13.15–13.45	Ohjattua vesijumppaa Naisvuoren uimahallissa. Altaille pääsee kello 13.00. Jumppa alkaa kello 13.15. Ennakkoon ilmoittautuneille. Ilmoittaudu mukaan Joonalle puh. 044 753 0863 tai sähköisellä ilmoittautumislomakkeella. Kauden hinta 75€. Huom! Ilmoittautuminen on sitova.
	sali	13.45–15.45	Rummikub, tervetuloa myös uudet pelaajat, opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Parittomina viikkoina arvomme pöytäryhmät.

KE	3.12.		
	sali	10.00–11.30	Miesten keskusteluryhmä. Tervetuloa keskustelemaan ajankohtaisista ja päivän puhuttavista asioista.
	salonki	10.00–11.00	Ikädiigi: Digihelppi Helppiin voit tulla nopeasti ratkaistavan ongelman kanssa. Tarkoitus on tarjota nopea apu yksittäisiin asioihin kuten lippujen varaamiseen, sovellusten käyttöönottoon tai sähköpostiliitteiden avaamiseen. Aikaa ei tarvitse varata, vaan apua saa tulemalla paikalle!
	salonki	11.00–12.00	Ruotsin keskusteluryhmä. Vapaata keskustelua ruotsiksi, ei kielitaitovaatimusta. Tervetuloa mukaan myös uudet osallistujat.
	sali	12.00–13.00	Setlementin Pubivisa (ilman pubia). Setlementin hausassa visailussa testataan tietämystä yleistiedosta urheiluun ja maantietoon. Voit kerätä oman 2–4 henkilön joukkueen tai tule vain paikalle, löydämme sinulle joukkueen.
	sali	13.00–15.45	Karaokekerho. Nautitaan yhdessä musiikista laulaen tunnettuja kappaleita. Tule mukaan laulamaan ja kuuntelemaan toisten laulua.
TO	luokka 116	14.00–16.00	Kerho joulukuun poikkeuksellisesti maksuton. Ikädiigi: Tekoälykurssi Ohjaajana Lauri Ylä-Jussila. Kurssi ennakkoon ilmoittautuneille.
	4.12.		
	sali	10.00–11.30	Yhteislaulua Anneli Lokan johdolla. Tervetuloa!
	salonki	12.15–13.30	Naisten keskusteluryhmä, voit tuoda mukanaasi aiheen/aiheita, joista haluat keskustella.
	sali	12.30–13.30	Saksan keskusteluryhmä. Ryhmä jo hiukan saksan kieltä osaaville. Tervetuloa keskustelemaan saksaksi! Ryhmä jää joulutauolle ja jatkaa jälleen 15.1.2026.
	luokka 116	13.00–	Itsenäisyyspäivän teemaluento: Sota-ajan lastenkirjoja. Satukirjojen topeliaaninen perinne hylättiin sotavuosina. Sota ja siitä selviäminen tarjosivat samaistumisen kohteita. Lasten ja nuorten kirjat sisälsivät propagandaa: niissä esiintyi pikkulottia ja -sotilaita, esimerkiksi ”Tipi, urhea sotilas”. Poikien kirjoissa korostettiin urheutta ja uhrivalmiutta isänmaan puolesta; Aaro Hongan kirjat. Tosin oli myös esimerkiksi Kokon ”Pessi ja Illusia” ja Marketta Suonpellon ”Inkeri palasi Ruotsista”. Muistellaan esimerkein näitä lapsuutemme kirjoja.
			Luennoitsijana Virpi Kaartinen.
	sali	13.45–15.45	Tilaisuuden tilavuokran mahdollistaa Mölnlycke Mikkelin tehdas. Pelataan yhdessä shakkia. Kaikille shakin säännöt tunteville. Tervetuloa myös uudet pelaajat.
	sali	13.45–14.45	Levyraati. Kuunnellaan yhdessä kappaleita, joiden kuuntelemisen jälkeen annamme niille pisteitä asteikolla 1–5. Halutessasi voit antaa myös sanallisen arvion. Voit jättää omat kappaletoiveesi ennakkoon kohtaamispaikalle tai ehdottaa paikan päällä levyraadissa.

PE	5.12. Porrassalmen- katu 28	10.00–10.45	Jumppaa keholle, sielulle ja hengelle hengellisen musiikin tahdittamana. Vetäjänä toimii Anne Koivula (pappi ja lyhytterapeutti). Oma juomapullo ja jumppamatto mukaan. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, mutta jätä yhteystietosi henkilökunnalle, jos osallistut ensimmäisen kerran. Liikuntatilat pyritään avaamaan viimeistään 15 minuuttia ennen ohjelman alkua.
	Raviradantie 8–10	12.00–13.00	Kuntosalivuoro Setlementin jäsenille os. Raviradantie 8-10, 50100 Mikkeli (Etelä-Savon Ammattiopisto Esedun rakennus). Kuntosalivuoro on Setlementin jäsenille perjantaisin kello 12.00-13.00 aina 22.5.2026 saakka. HUOMAA, ETTÄ SETLEMENTIN VUORO ALKAA VASTA KELLO 12.00! Liikuntatilat pyritään avaamaan viimeistään 15 minuuttia ennen ohjelman alkua.
MA	8.12. salonki	10.00–11.00	Aivojumppaa, jumpataan yhdessä aivoja erilaisilla harjoitteilla.
	sali	11.30–13.30	Käsityökahvila, jossa voit tehdä omia käsitöitä tai neuloa hyväntekeväisyyteen.
	luokka 116	13.00–	Mahdollisuus ohjattuun jouluaskarteluun. Nojatuolimatka: Suomalaisten yrttien ja niiden kulttuurihistorian jäljillä Yrttitutkija matkusti Suomessa etsien kotimaisten yrttien parhaita kantoja. Turun saaristossa etsittiin oreganoa, Länsi-Lapissa väinönputkea ja Kilpisjärvellä ruusujuurta. Yrttien lisäksi silmiemme eteen avautui myös kauniita maisemia ja tutustuimme niiden kulttuurihistoriallisiin merkityksiin. Kuulemme myös vinkkejä yrttien käyttöön ja viljelyyn kotipuutarhassa.
	liikuntatila (Lönnrotin- katu 7)	16.00–18.00	Varmista paikkasi ilmoittautumalla ennakkoon sähköisesti nettisivuilta tai puh. 044 053 2384. Tilassa on rajallinen määrä paikkoja. Rivitanssia Helppoja tutustumistansseja kantrimusiikin tahtiin Setlementin liikuntatilassa Kansalaisopiston kellarikerroksessa. Huom.! Tule ajoissa paikalle, sillä ovi menee lukkoon kello 16.00 jälkeen

TI	9.12.		
	sali	10.00–11.00	Englannin keskusteluryhmä. Vapaata keskustelua englanniksi, ei kielitaitovaatimusta. Tervetuloa mukaan myös uudet osallistujat. Ryhmä jää joulutauolle ja jatkaa jälleen 13.1.2026.
	Kulttuuritalo Tempo, Mikonkatu 23	10.00–11.30	Senioritanssia , Kulttuuritalo Tempossa. Ryhmä jo senioritanssia tunteville. Kysy vapaita paikkoja Setlementistä. Liikuntatilat pyritään avaamaan viimeistään 15 minuuttia ennen ohjelman alkua.
	salonki	11.15–12.00	Pelataan yhdessä sanaselityspeli ALIASTA . HUOMAA MUUTTUNUT ALOITUSAIKA!
	Kulttuuritalo Tempo, Mikonkatu 23	11.45–12.45	Jumpparyhmä , reipasta jumppaa seisaaltaan Kulttuuritalo Tempossa. Ryhmää ohjaa liikunnanohjaaja Arvi Annaniemi. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, mutta ilmoita henkilökunnalle yhteystietosi mahdollisten muutosten varalta. Liikuntatilat pyritään avaamaan viimeistään 15 minuuttia ennen ohjelman alkua.
	luokka 116 (salonki, digihuone)	12.00–15.00	Hyvinvoiva mieli -koulutus, ennakkoon ilmoittautuneille. Koulutus tarjoaa tietoa mielen hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä sekä käytännönharjoituksia mielen hyvinvointia edistävistä tavoista arjessa. Koulutuksessa tutustutaan viiteen tapaan vahvistaa mielen hyvinvointia: liity, liiku, huomaa hetki, opi uutta, anna toisille. Koulutuksen järjestää Mielen voimaa 75+ vuotiaille -hanke.
	Kulttuuritalo Tempo, Mikonkatu 23	13.00–14.00	Tuolijumppaa Kulttuuritalo Tempossa , ohjaajana Anu Peltonen. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, mutta ilmoita henkilökunnalle yhteystietosi mahdollisten muutosten varalta. Liikuntatilat pyritään avaamaan viimeistään 15 minuuttia ennen ohjelman alkua.
	Naisvuoren uimahalli Pirttiniemen- katu 8b	13.15–13.45	Ohjattua vesijumppaa Naisvuoren uimahallissa. Altaille pääsee kello 13.00. Jumppa alkaa kello 13.15. Ennakkoon ilmoittautuneille. Ilmoittaudu mukaan Joonalle puh. 044 753 0863 tai sähköisellä ilmoittautumislomakkeella. Kauden hinta 75€.
	sali	13.45–15.45	Huom! Ilmoittautuminen on sitova. Rummikub, tervetuloa myös uudet pelaajat, opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Parittomina viikkoina arvomme pöytäryhmät.
	Kauppakeskus Stellan kauppahalli, Kala- ja eväsherkku	14.00–	Yksinasuvien ryhmä: Jouluaateria. Kala- ja eväsherkussa (Stellan Kauppahalli). Tuhti lautanen laatikoita, kalaa, kinkkua sekä jälkkärikahvit ja herkkua. Ruokailun hinta 20 €. Ilmoittautumiset ja erityisruokavaliot 6.10.–7.12. välisenä aikana sähköisesti nettisivuilta tai Sannalle puh. 044 053 2384.

KE	10.12. salonki	10.00–11.30	Miesten keskusteluryhmä. Tervetuloa keskustelemaan ajankohtaisista ja päivän puhuttavista asioista. Ryhmä jää joulutauolle ja jatkaa jälleen 14.1.2026.
	salonki	10.00–11.00	Ikädigi: Digihelppi. Helppiin voit tulla nopeasti ratkaistavan ongelman kanssa. Tarkoitus on tarjota nopea apu yksittäisiin asioihin kuten lippujen varaamiseen, sovellusten käyttöönottoon tai sähköpostiliitteiden avaamiseen. Aikaa ei tarvitse varata, vaan apua saa tulemalla paikalle!
	lähtö Setlementistä	10.15–	Kyllä minä niin mieleni pahoitin -pikkujouluretki Varkauteen. Ennakkoon ilmoittautuneille. klo 10.15 Lähtö Setlementistä os. Lönnrotinkatu 5, Mikkeli. klo 11.30 Varkauden teatteri. klo 12.00 Miелensäpahoittaja-mussikaali näytös alkaa. Mahdollisuus jokaisen itse varata väliaikatarjoilu. Noin klo 14.30 Siirrymme bussilla ruokailemaan Kaks ruusua ravintolaan. Paluu Mikkeliin lähtee noin klo 16.00. Kaksi ruusua teatterimenu: Runsas salaatti- ja leipäpöytä Maukasta liha- ja kalaruokaa lisukkeineen Ruokajuomina kotikalja ja vesi Ruusun leivos ja kahvit
	salonki	11.00–12.00	Ruotsin keskusteluryhmä. Vapaata keskustelua ruotsiksi, ei kielitaitovaatimusta. Tervetuloa mukaan myös uudet osallistujat.
	sali	13.00–15.45	Ryhmä jää joulutauolle ja jatkaa jälleen 14.1.2026. Karaokekerho. Nautitaan yhdessä musiikista laulaen tunnettuja kappaleita. Tule mukaan laulamaan ja kuuntelemaan toisten laulua. Kerho joulukuun poikkeuksellisesti maksuton.
TO	11.12. luokka 116	10.00–11.30	Keskusteluryhmä autoista ja autoalasta kiinnostuneille. Muistellaan autoalan liikkeitä, niiden toimintaa ja alan ammattilaisia. Tilaisuuden tilavuokran mahdollistaa Mölnlycke Mikkelin tehdas.
	sali	10.00–11.30	Yhteislaulua laulattaa Veli Mutttilainen.
	salonki	12.15–13.25	Naisten keskusteluryhmä, voit tuoda mukanas aiheen/aiheita, joista haluat keskustella.
	luokka 116	13.30–14.30	UUTISIA JA UUTISANKKOJA. Tule mukaan keskustelemaan ja höyhentämään ajankohtaisia uutisia ja uutisankkoja. Paikalla uutisia pyörittelemässä ja arvuuttelemassa Riia Tiihonen Mikkelin seutukirjastosta. Tervetuloa myös uudet osallistujat! Tilaisuuden tilavuokran mahdollistaa Mölnlycke Mikkelin tehdas.
	sali	13.45–15.45	Pelataan yhdessä shakkia. Kaikille shakin säännöt tunteville. Tervetuloa myös uudet pelaajat.

PE	12.12. Porrassalmen- katu 28	10.00–10.45	Jumppaa keholle, sielulle ja hengelle hengellisen musiikin tahdittamana. Vetäjänä toimii Anne Koivula (pappi ja lyhytterapeutti). Oma juomapullo ja jumppamatto mukaan. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, mutta jätä yhteystietosi henkilökunnalle, jos osallistut ensimmäisen kerran. Liikuntatilat pyritään avaamaan viimeistään 15 minuuttia ennen ohjelman alkua. Ryhmä jää joulutauolle ja jatkaa jälleen 9.1.2026.
	Raviradantie 8–10	12.00–13.00	Kuntosalivuoro Setlementin jäsenille os. Raviradantie 8-10, 50100 Mikkeli (Etelä-Savon Ammattiopisto Esedun rakennus). Kuntosalivuoro on Setlementin jäsenille perjantaisin kello 12.00-13.00 aina 22.5.2026 saakka. HUOMAA, ETTÄ SETLEMENTIN VUORO ALKAA VASTA KELLO 12.00!
MA	15.12. sali	11.30–13.30	Käsityökahvila, jossa voit tehdä omia käsitöitä tai neuloa hyväntekeväisyyteen.
	Yliopistokes- kuksen auditorio	14.00–14.30	Naisvuoren Eläkkeensaajien näytelmäryhmä esittää näytelmän Sotesoppa. Näytelmä käsittelee huumorin avulla tämän päivän terveydenhuollon arkipäivää.
	liikuntatila (Lönnrotin- katu 7)	16.00–18.00	Rivitanssia Helppoja tutustumistansseja kantrimusiikin tahtiin Setlementin liikuntatilassa Kansalaisopiston kellarikerroksessa. Huom.! Tule ajoissa paikalle, sillä ovi menee lukkoon kello 16.00 jälkeen

TI	16.12.		
	Kulttuuritalo Tempo, Mikonkatu 23	10.00–11.30	Senioritanssia , Kulttuuritalo Tempossa. Ryhmä jo senioritanssia tunteville. Kysy vapaita paikkoja Setlementistä.
	sali	11.30–13.30	Ryhmä jää joulutauolle ja jatkaa jälleen 13.1.2026. Täytetään yhdessä sanaristikoita. Tervetuloa mukaan!
	Kulttuuritalo Tempo, Mikonkatu 23	11.45–12.45	Ryhmä jää joulutauolle ja jatkaa jälleen 13.1.2026. Jumpparyhmä , reipasta jumppaa seisaaltaan Kulttuuritalo Tempossa. Ryhmää ohjaa liikunnanohjaaja Arvi Annaniemi. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, mutta ilmoita henkilökunnalle yhteystietosi mahdollisten muutosten varalta.
	luokka 116 (salonki, digihuone)	12.00–15.00	Hyvinvoiva mieli -koulutus, ennakkoon ilmoittautuneille Koulutus tarjoaa tietoa mielen hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä sekä käytännönharjoituksia mielen hyvinvointia edistävästä tavoista arjessa. Koulutuksessa tutustutaan viiteen tapaan vahvistaa mielen hyvinvointia: liity, liiku, huomaa hetki, opi uutta, anna toisille. Koulutuksen järjestää Mielen voimaa 75+ vuotiaille -hanke.
	Kulttuuritalo Tempo, Mikonkatu 23	13.00–14.00	Tuolijumppaa Kulttuuritalo Tempossa, ohjaajana Anu Peltonen. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, mutta ilmoita henkilökunnalle yhteystietosi mahdollisten muutosten varalta.
	Naisvuoren uimahalli Pirttiniemenkatu 8b	13.15–13.45	Ohjattua vesijumppaa Naisvuoren uimahallissa. Altaalle pääsee kello 13.00. Jumppa alkaa kello 13.15. Ennakkoon ilmoittautuneille. Ilmoittaudu mukaan Nikolle puh. 044 753 0863 tai sähköisellä ilmoittautumislomakkeella. Kauden hinta 75€. Huom!
	sali	13.45–15.45	Ilmoittautuminen on sitova. Rummikub, tervetuloa myös uudet pelaajat, opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Parittomina viikkoina arvomme pöytäryhmät.
KE	17.12.		
	sali	10.00–11.30	Miesten keskusteluryhmä. Tervetuloa keskustelemaan ajankohtaisista ja päivän puhuttavista asioista.
	salonki	10.00–11.00	Ikädigi: Digihelppi Helppiin voit tulla nopeasti ratkaistavan ongelman kanssa. Tarkoitus on tarjota nopea apu yksittäisiin asioihin kuten lippujen varaamiseen, sovellusten käyttöönottoon tai sähköpostiliitteiden avaamiseen. Aikaa ei tarvitse varata, vaan apua saa tulemalla paikalle!
	luokka 116	13.00–15.45	Karaokekerho. Nautitaan yhdessä musiikista laulaen tunnettuja kappaleita. Tule mukaan laulamaan ja kuuntelemaan toisten laulua. Kerho joulukuun poikkeuksellisesti maksuton. Ryhmä jää joulutauolle ja jatkaa jälleen 7.1.2026.
	luokka 116	14.00–15.00	Salisoittajat esiintyvät yhdessä karaokekerhon kanssa. Nautitaan yhdessä jouluisesta musiikista.

TO	18.12.		
	sali	10.00–11.30	Yhteislaulua Anneli Lokan johdolla. Tervetuloa!
	salonki	12.15–13.30	Naisten keskusteluryhmä, voit tuoda mukanasasi aiheen/aiheita, joista haluat keskustella.
	sali	13.45–15.45	Pelataan yhdessä shakkia. Kaikille shakin säännöt tunteville. Tervetuloa myös uudet pelaajat.
	salonki	13.45–14.45	Toivemusiikkitunti. Kuunnellaan yhdessä musiikkia. Voit esittää kappalettoiveita ohjelman aikana tai toimittaa toiveet ennakoon Setlementtiin. Voit halutessasi jakaa kappaleeseen liittyvän tarinan.
PE	19.12.		
	Porrassalmen- katu 28	10.00–10.45	Jumppaa keholle, sielulle ja hengelle hengellisen musiikin tahdittamana. Vetäjänä toimii Anne Koivula (pappi ja lyhytterapeutti). Oma juomapullo ja jumppamatto mukaan. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, mutta jätä yhteystietosi henkilökunnalle, jos osallistut ensimmäisen kerran. Huom! Sisään jumppatilaan pääsee klo 9.45–10.00.
	Raviradantie 8–10	12.00–13.00	Kuntosalivuoro Setlementin jäsenille os. Raviradantie 8-10, 50100 Mikkeli (Etelä-Savon Ammattiopisto Esedun rakennus). Kuntosalivuoro on Setlementin jäsenille perjantaisin kello 12.00-13.00 aina 22.5.2026 saakka. HUOMAA, ETTÄ SETLEMENTIN VUORO ALKAA VASTA KELLO 12.00!

**HYVÄÄ JOULUA JA ONNELLISTA UUTTA VUOTTA!
AVAAMME OVET JÄLLEEN 7.1.2026
TERVETULOA MUKAAN TOIMINTAAN!**

- Seuraa myös kohtaamispaikan ilmoitustaulua
- Tutustu meihin Internet-sivuillamme www.mikkelinsetlementti.fi, löydät meidät myös Facebookista www.facebook.com/mikkelinsetlementtiri
- Setlementti etsii innokkaita ihmisiä pitämään esitelmiä matkoistaan maailmalla ohjelmaan **"Nojatuolimatkat"** tai kotiseudustaan ohjelmaan **"Mistä siä tuut?"**. Kysy rohkeasti lisää henkilökunnalta. Toteutustapa esitelmissä on vapaa ja henkilökunta auttaa esitysten valmistelussa. Henkilökunta tukee esitelmöitsijää tarvittaessa myös esitelmän aikana.
- **Setlementti etsii vapaaehtoista säestäjää yhteislauluihin ja ohjaajaa näytelmäryhmään.** Ota yhteyttä Joonaan, puh. 044 753 0863 / joona.narvanen@mikkelinsetlementti.fi

p. 044 753 0863, 050 529 3361

etunimi.sukunimi@mikkelinsetlementti.fi

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

**Mikkelin
Setlementti**



***Tähdet pienet tuikahtaa,
meiltä huolet poistaa.
Revontulet hulmuu,
valo meille loistaa.
Tähdet maata katselee,
loimu yötä valaisee,
meille uuden riemun suo,
joulun ihmisille tuo.***

p. 044 753 0863, 050 529 3361

etunimi.sukunimi@mikkelinsetlementti.fi

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

**Mikkelin
Setlementti**