

MÄNTYHARJUN HYVÄN OLON KOHTAAMISPAIKKA

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

mantylharju@mikkelinsetlementti.fi

Avoinna: Ma-Pe ohjelman mukaisesti.

Setlementti

TOUKOKUU 2026

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

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. Pidätämme oikeudet ohjelman muutoksiin.

| | | | |
|----|-------|--|--|
| PE | 1.5. | | Vappupäivä.  Kohtaamispaikka suljettu. |
| MA | 4.5. | 10.00–11.00 11.00– | Kävelylenkki , kokoontuminen Kisalan pääovella. Aamupäiväkahvit , Kahvikulmassa (omakustanteinen). |
| TI | 5.5. | 13.00–14.00 | Yhteislaulua Velin ja Matin johdolla. |
| KE | 6.5. | 10.00–12.00 12.30–14.00 | Pelipäivä , pelataan korttipelejä. Opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Muistaakseni -ryhmä ohjaajana Aini Ruhanen, keskusteluryhmän aiheena; Vappu. Yhteistyössä Mikkelin seudun Muisti ry kanssa. |
| TO | 7.5. | 10.00–12.00 12.00– | Hyvinvoiva Nainen , keskusteluryhmä. Tasapaino jumppa , yläkerran juoksusuoralla. |
| PE | 8.5. | 10.00–12.00 12.00– | Käsityökahvila. Pelataan Bocciaa , Kisalan Mäntyareenalla, sisäpelikengät, tossut tai paljaat jalat. |
| MA | 11.5. | 10.00–12.00 12.30–13.30 | Muistinvirkistystä , SANAT. Opastamme tarvittaessa minkälaisesta muistinvirkistyksestä on kyse. Setlementin Ikädigi-hanke, DigiTreenit ; Eloisa: Älylaitteiden turvaominaisuudet – Miten puhelimen ominaisuuksia voidaan käyttää arjen turvallisuuden tukena. Lisäksi esitellään älykellojen hyödyllisiä ominaisuuksia ja näppäinpuhelimien turvarannekkeita. Tilaisuudessa edetään rauhallisesti ja selkeästi, jotta jokainen saa käyttöönsä käytännönläheisiä vinkkejä turvalliseen arkeen. |
| TI | 12.5. | 10.00–11.00 12.00–14.00 Huom kelloaika. | Diakoni Minna Pennanen. Kauden viimeinen tapaaminen ulkona Kisalan laavulla, säävarauksella. Jos sää ei suosi, tapaaminen on sisätiloissa. Äitienpäivä jatkot. Eläkkeensaajat ovat kutsuneet meidät yhteiseen äitienpäivä jatkojen viettoon Kisalan alakertaan. Luvassa kahvi, kakkua ja ohjelmaa. Ilmoittautuminen Saijalle 8.5. mennessä. |
| KE | 13.5. | 10.00–12.00 12.00–14.00 | Pelipäivä , pelataan korttipelejä. Opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Suomalaiset iskelmälaulajat , Matti ja Teppo. |
| TO | 14.5. | | Helatorstai. Kohtaamispaikka on suljettu. |

| | | | |
|----|-------|--|---|
| PE | 15.5. | 10.00– | Mäntyharjun Virkistyskeskuksen kevätnäytös – Mä oon vapaa. Menemme yhdessä katsomaan MäVin/VOTAn kevätnäytöstä Kisalan Mäntyareenalla. Kokoontuminen kohtaamispaikalla viimeistään klo 10.15 HUOM! Näytös alkaa klo 10.30. Ilmoittautuminen Saijalle 14.5. mennessä. |
| MA | 18.5. | Lähtö Kisalan edestä klo 8.30 Takaisin Mäntyharjulla noin klo 15.15 | Luontoretki Norppapolulle Puumalaan Norppapolulla pääset kiertämään helpoksi kuvaillun 3 kilometrin mittaisen Kotkatsaaren kierroksen, joka sisältää muun muassa harjuja ja muinaisrantoja. Reitin varrella on mahdollisuus myös pulahtaa uimaan. Halutessasi voit myös jäädä viettämään aikaasi laavulle, joka on parkkipaikan läheisyydessä. Varaamme mukaan myös pihapelejä. Laavu on esteetön ja sen läheisyydestä löytyy käymälä. Ota mukaasi riittävät omat eväät, jotta pärjääät koko päivän ja oma kahvikuppi. Retken hinta on 10 euroa jäsenille ja ei-jäsenille 20 euroa (sis. kuljetuksen ja kahvin). Ilmoittautumiset Saijalle 8.5. mennessä , retki toteutetaan, mikäli ilmoittautuneita on vähintään 10 hlöä. |
| TI | 19.5. | 10.00–12.00 13.00– | Pelataan Rummikubia , opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin Ikäihmisten Kevättrieha Mäntyharjun Nuorisoseuran talolla. Ohjelmassa mm; juhlapuhe VireätVirkut, yhteislaulua Veli ja Veijo, kahvila... Liput ovelta 10 € Järjestäjänä Mäntyharjun Eläkkeensaajat. |
| KE | 20.5. | 10.00–12.00 12.30–14.00 | Pelipäivä , pelataan korttipelejä. Opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Muistaakseni -ryhmä ohjaajana Aini Ruhanen, keskusteluryhmän aiheena; Rippikoulu. Yhteistyössä Mikkelin seudun Muisti ry kanssa. |
| TO | 21.5. | 10.00– | Pelataan pihapelit, mölkkyä ja petanque urheilualueen hiekkakentällä. Opastamme tarvittaessa minkälaisista peleistä on kyse. Kokoontuminen Kisalan pääovella. |
| PE | 22.5. | 10.00–11.50 12.00– | Käsityökahvila. Pelataan Bocciaa , Kisalan Mäntyareenalla, sisäpelikengät, tossut tai paljaat jalat. |
| MA | 25.5. | 10.00–12.00 12.30–13.30 | Levyraati, 80-luvun iskelmistä. Osallistujat arvioivat yhdessä 80-luvun iskelmiä pistein ja sanallisesti. Setlementin Ikädigi-hanke, DigiTreenit; Mobiilivarmenne tutuksi – Mikä se on ja miten saan sen käyttööni? Tutustutaan yhdessä tähän vahvan tunnistautumisen menetelmään. |
| TI | 26.5. | 10.00–12.00 13.00–14.00 | Pelataan SkipBoa , opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Yhteislaulua Velin ja Matin johdolla. |
| KE | 27.5. | 10.00–12.00 12.00–14.00 | Pelipäivä , pelataan korttipelejä. Opastamme tarvittaessa pelin sääntöihin. Turinatupa ja pulinaporukka , keskusteluryhmä. |
| TO | 28.5. | 12.00–14.00 | Ratkotaan sanaristikoida , ohjaajana Pauli Pöyhönen. Lisäksi tehdään sudokuja ja kryptoja Saijan kanssa. |
| PE | 29.5. | | KOHTAAMISPAIKKA SULJETTU. |

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