



KAAVIN KIMARAN TOIMINTAKALENTERI Viikot 36–44/2026

päivitetty 12.8.2026/phb

VIKKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
36	31.8. Silmukat	1.9. EtäYhteys	2.9. IKImiehet	3.9.	4.9. Puurot ja porinat: <i>Liike lisää hyvinvointia</i>
37	7.9. Menoks	8.9.	9.9. Menoks: luontoretki Seinävuoren Rotkolaaksoon IKImiehet	10.9.	11.9.
38	14.9.	15.9. Kimaraiset: <i>pihapelit</i>	16.9. IKImiehet	17.9.	18.9.
39	21.9. Menoks	22.9.	23.9. IKImiehet	24.9.	25.9. Puurot ja porinat: <i>Mahdollisuudet vaikuttaa omaan elämään</i>
40	28.9. Silmukat	29.9.	30.9. IKImiehet	1.10.	2.10.
41	5.10.	6.10. EtäYhteys	7.10. IKImiehet	8.10.	9.10. Ohjurit
42	12.10. Syyskokous	13.10. Kimaraiset: <i>bingo</i>	14.10. IKImiehet	15.10.	16.10.
43	19.10. Menoks	20.10.	21.10. IKImiehet	22.10.	23.10. Puurot ja porinat: <i>Epävarmuuden hyväksyminen</i>
44	26.10. Silmukat	27.10.	28.10. IKImiehet	29.10. Vapaaehtoisten tukipäivät	30.10. Vapaaehtoisten tukipäivät

Tiedotamme Facebook-sivuillamme mahdollisista kalenteriin tulevista muutoksista.

RYHMIEN SISÄLTÖ JA AJANKOHDAT

EtäYhteys - Keskusteluryhmä etänä osoitteessa tukiaula.fi/et-ryhm-t/etayhteys **ti 1.9. ja 6.10. klo 17–18.30.**

Ohjaajat Johanna C. ja Virpi.

IKlimiehet - KIMARAssa keskiviikkoisin klo 13–15 kokoontuva aikuisten miesten ryhmä. Järjestäjä Pohjois-Savon Sosiaaliturvayhdistys ry.

Kimaraiset - KIMARAssa ti 15.9. ja 13.10 klo 14–16 kokoontuva ryhmä. **HUOMAA, ETTÄ RYHMÄ KOKOONTUU TIISTAINA!** 15.9. pelataan pihapelejä ja 13.10. on bingo. Ohjaaja Helena V.

Menoks - Kuntosali Kuntolinnassa (Kaavintie 5) **parittomien viikkojen** maanantaisin klo 13.15–14.15. **HUOM! 5.10. ei Menoks-ryhmää!** Ohjaaja Arja T.

Menoks: retki Seinävuoren rotkolaaksoon - ke 9.9. Lähtö Kaavin Matkahuollolta klo 12. Retken omavastuuhintaa on 5 euroa. Omavastuuosuus maksetaan käteisellä joko työntekijä Emmille pe 4.9. KIMARASSA tai retkipäivänä. Ilmoittaudu retkelle mukaan pe 4.9. mennessä p. 040 733 1713 tai toimisto@mielihyvinry.fi.

Ohjurit - KIMARAssa pe 9.10. klo 14–15.30 kokoontuva aktiivisten vertaisohjaajien tukiryhmä. Ilmoita Maijalle, mikäli et osallistu Ohjureihin. Ohjaaja Maija T.

Puurot ja porinat - KIMARAssa pe 4.9., 25.9. ja 23.10. klo 13.30–15.30. Hyvä puuro, parempi mieli ja yhteinen teemallinen keskustelutuokio. Puurot keittää ja kattaa Katri S., Aune H. ja Mari K. Porinat ohjaavat työntekijät tai vierailijoiksi kutsutut ammattilaiset.

Silmukat - KIMARAssa ma 31.8., 28.9. ja 26.10. klo 12–14 kokoontuva käsityöpiiri. Ohjaaja Katri S.

Syyskokous - Ma 12.10. klo 17–19 jäsenkokous, jossa käsitellään sääntömääräiset asiat sekä kaksi ylimääräistä asiaa. Kokoukseen voivat osallistua kaikki kuluvan vuoden jäsenmaksun maksaneet yhdistyksen jäsenet.

Vapaaehtoisten tukipäivät - Törmälän kurssikeskuksessa Rautalammilla 29.–30.10. vapaaehtoisten virkistys- ja koulutuspäivät. Ilmoittautuminen Päiville p. 040 733 1713 viimeistään to 22.10. klo 12.

RYHMIIN EI TARVITSE ETUKÄTEEN ILMOITTAUTUA. KAIKKI TOIMINTAMME ON KAIKILLE AVOINTA JA MAKSUTONTA, ELLEI TOISIN OLE MAINITTU. Osallistuminen ei edellytä yhdistyksen jäsenyyttä, mutta toki sitä toivomme.

Varsinaisen jäsenen maksu on 15 euroa/vuosi ja kannatusjäsenen maksu on 25 euroa/vuosi.

Jäseneksi voi liittyä kotisivujen jäsenlomakkeella tai ottamalla yhteyttä toimistoon.

Mielihyvin Savosta ry:n jäseneksi liittyessäsi liityt samalla myös Mielenterveyden keskusliittoon.

Julkisilta Facebook-sivuiltamme löydät ajankohtaisimman tiedon toiminnastamme, mm. ryhmien teemat.

Aina voi myös soittaa ja kysyä toimistolta Maijalta tai Päiviltä.



Kaavin KIMARA, Kaartotie 3 C

Tuusniemen järjestötila, Keskitie 22

Kuopion Hyvän Mielen Talo, Maaherrankatu 27

Toimisto (soitto-aika arkisin klo 9–16):

040 733 1713/Päivi, 040 088 9827/Maija,

Sähköposti: toimisto@mielihyvinry.fi

Kotisivut: www.mielihyvinry.fi

Facebook: www.facebook.com/mielihyvinry

Tukiaula: tukiaula.fi