

# MIELIPAIKAN VIIKKO-OHJELMA



## MAANANTAI

Kohtaamispaikka  
auki klo 9-16

Ilmainen  
aamupuuro ja  
kahvi klo 9-10

Lounas 2.50e,  
klo 12,  
ilmoittaudu  
edell. viikon  
keskiviikkoon  
mennessä

## TIISTAI

Kohtaamispaikka  
auki klo 9-16

Ilmainen  
aamupuuro ja  
kahvi klo 9-10

**Kuntosalilta  
virtaa  
klo 10-**

**Rentoutus  
klo 14.15-**

## KESKIVIIKKO

Kohtaamispaikka  
auki klo 9-16

Ilmainen  
aamupuuro ja  
kahvi klo 9-10

Yhteinen  
kävelylenkki  
klo 10-11  
liikuntaneuvoja

TOVI-viikkokokous  
klo 11-

**Luovat kädet  
klo 13-**

## TORSTAI

Kohtaamispaikka  
auki klo 9-16

Ilmainen  
aamupuuro ja  
kahvi klo 9-10

**Luovat kädet  
klo 10.30-**

**Ruokaryhmä  
klo 12-**

**Läheisten  
Hyvinvointi-  
kahvila  
joka 2. torstai  
klo 15-**

## PERJANTAI

Kohtaamispaikka  
auki klo 9-14

Ilmainen  
aamupuuro ja  
kahvi klo 9-10

**Musiikin  
maailma  
klo 10-**

**Saunomis-  
mahdollisuus  
klo 11-13**

- Kaikille avointa toimintaa
- Kysy lisää ohjaajalta

Avoin kohtaamispaikka tarjoaa sinulle:

- kahvi/tee
- vertais- ja ammattilaistuki
- digituki
- päivän lehti
- mielekästä tekemistä



<https://www.facebook.com/mielipaikkakarhula>



[mielipaikka\\_kakspy\\_ry](https://www.instagram.com/mielipaikka_kakspy_ry)



040 7103231 ohjaajat



[mielipaikka@kakspy.com](mailto:mielipaikka@kakspy.com)

[www.kakspy.com](http://www.kakspy.com)

Kaunismäenkatu 4 48600 Kotka