

# MIELIPAIKAN VIIKKO-OHJELMA



## MAANANTAI

Kohtaamispaikka  
auki klo 9-16

Ilmainen  
aamupuuro ja  
kahvi klo 9-10

Päivän tärpit  
klo 10

Hyvinvointiryhmä  
klo 11

## TIISTAI

Kohtaamispaikka  
auki klo 9-16

Ilmainen  
aamupuuro ja  
kahvi klo 9-10

Päivän tärpit  
klo 10

Tiistain  
aktiviteetit  
klo 12

KITT-hankkeen  
Digiopastuskerho  
klo 13 - 15  
(parilliset viikot)



Luovat kädet  
klo 14

## KESKIVIIKKO

Kohtaamispaikka  
auki klo 9-16

Ilmainen  
aamupuuro ja  
kahvi klo 9-10

Päivän tärpit  
klo 10

Hyvinvointi- ja  
terveyshetki  
klo 10.30 - 11.30

Lounas klo 12  
(etukäteisilm.)

Keskiviikon  
aktiviteetit 13

Luovat kädet  
klo 13

Sauna-  
mahdollisuus  
14-16

## TORSTAI

Kohtaamispaikka  
auki klo 9-16

Ilmainen  
aamupuuro ja  
kahvi klo 9-10

Päivän tärpit  
klo 10

TOVI-  
viikkokokous  
klo 11

Luovat kädet  
klo 13

Ilmaisen itseäni -  
ryhmä  
klo 13

## PERJANTAI

Kohtaamispaikka  
auki klo 9-14

Ilmainen  
aamupuuro ja  
kahvi klo 9-10

Päivän tärpit  
klo 10

Kokkailuryhmä  
klo 10.30

Musiikki-/  
kitararyhmä  
klo 12

● Kaikille avointa toimintaa

● Kysy lisää ohjaajilta

**Avoin kohtaamispaikka  
tarjoaa sinulle:**

- mahdollisuus kahvitteluun
- vertaistukea
- terveysneuvontaa ja palveluohjausta
- digitukea
- päivän lehti
- mielekästä tekemistä
- peseytymismahdollisuus
- pyykinpesumahdollisuus



040 7103231 /ohjaajat



mielipaikka@kakspy.com



www.kakspy.com



mielipaikka\_kakspy\_ry



Kaunismaenkatu 4,  
48600 Kotka



https://www.facebook.com/  
mielipaikkakarhula