

*Mielenvireys ry:n
jäsentiedote syksy 2021*



Viikko 47 on valtakunnallinen mielenterveysviikko, jolloin ei ole ryhmiä! Katso viikon ohjelma erillisestä mainoksesta.

Mielenvireyden poikkeuksellisia aukioloja

- **Perjantai 26.11.2021 Mielenvireys suljettu**
- **Perjantai 10.12.2021 Mielenvireys suljettu**
- **Torstai 16.12.2021 yhdistys suljetaan klo 13.00**

Mielenvireyden ryhmätoiminta päättyy viikoilla 48-49.

Mielenvireys ry joulutauolla 22.12.2021- 9.1.2022

Käsityökurssi: Valotaulu

Aika: 3.11 ja 10.11.2021 keskiviikkoisin klo 10.30-12.30.

Paikka: Mielenvireys ry, Pakkahuoneenkatu 28, 4krs.

Hinta: 15€

Kurssilla valmistetaan tunnelmallinen kankainen valotaulu.

Ilmoittautumiset ja maksut 1.11.2021 mennessä.

Voimaa luonnosta: Kasveista voimaa

Aika: Torstai 4.11.2021 klo 11.00- 14.00

Paikka: Kasvitieteellinen puutarha

Kokoontuminen Mielenvireyteen klo 11.00, josta lähdemme yhdessä julkisella liikenteellä. (matkat omakustanteiset) tai voit tulla suoraan paikan päälle. Ilmoittautumiset 2.11.2021 mennessä Mielenvireyteen p. 040 412 5247 tai 041 5485177.

Kutsu jäsenistölle Mielenvireys ry:n vuosikokoukseen

Aika: Keskiviikko 8.12.2021 klo 13.00

Paikka: Mielenvireys ry, Pakkahuoneenkatu 28, 4krs.

Syyskokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat. Kokoukseen ovat tervetulleita kaikki Mielenvireyden jäsenet. Kahvitarjoilu. Terveisin Mielenvireyden hallitus.

Rytke koulutuspäivät

työntekijöille, luottamushenkilöille ja vapaaehtoistoimijoille.

Aika: Torstai-perjantai 9.-10.12.2021

Paikka: Rovaniemi

Tervetuloa jouluisille Rytke-päiville Rovaniemelle. Työpajavaihtoehdot ovat 1. Luottamushenkilöt 2. Kuntoliikuntaa sisätiloissa 3. Käsityöpaja himmelin valmistus. Sitovat ilmoittautumiset 5.11.2021 mennessä hanna.kosonen.mielenvireys@gmail.com.

Mielenvireys ry

Pakkahuoneenkatu 28, 4.krs
90100 Oulu

Aukioloajat

MA-TO KLO 10.00-15.00
PE 10.00-14.00

**Työntekijät tavoitettavissa
aukioloaikoina**

Yhteystiedot

Aija Syväkangas
Toiminnanjohtaja
p. 041 454 8261
ajja.syvakangas.mielenvireys@gmail.com

Hanna Kosonen
Vapaaehtoistoiminnan ohjaaja
p. 041 548 5177
hanna.kosonen.mielenvireys@gmail.com

Jussi Turunen
ATK-tuki/asiakasohjaus
p. 040 412 5247
jussi.turunen.mielenvireys@gmail.com

Jäsenmaksut vuonna 2021

Eläkeläiset, opiskelijat, työttömät, 12€/v,
työssäkäyvät 15€/v
kannattajajäsenet 50€/v

Tilinumero:

FI31 8000 19011 40260

Henki ja elämä -hanke

Juha Eskola
Projektityöntekijä
p. 044 235 4519
juhaeskola.mielenvireys@gmail.com

Tuija Tervaskanto
Projektityöntekijä
p. 044 236 3219
tuija.tervaskanto.mielenvireys@gmail.com

Seuraa meitä

www.mielenvireys.fi



Mielenvireyden joulujuhla

Aika: Sunnuntai 12.12.2021 klo 14.00-16.00

Paikka: Oulun työväennäyttämö, Upseerinkatu 4

Hinta: 10€ sisältää teatterilipun ja väliaikatarjoilun

Mielenvireyden joulujuhlaa vietetään Sukuvika teatteriesityksen merkeissä. Ilmoittautumiset ja maksut 29.11.2021 mennessä p. 040 412 5247 tai 041 5485177.

Miksi ylihoitajalla on viidentoista senttimetrin mittainen ruisku tarttunut pakaraan ?

Miksi tohtori Bonneyllä on vaimo, josta hän ei ole tietoinen? Miksi tohtori Mortimore puolestaan väittää olevansa kirkkoherra? Miksi entinen sairaanhoitaja Jane Tate ei ole täysin varma miehensä sukunimestä? Ja miksi nimi Lesley viittaa milloin neuroottiseen koiraan, naapuriosaston potilaaseen tai vihaiseen nuoreen punkkaripoikaan?

Näihin ja moniin muihin mutkikkaisiin kysymyksiin saadaan vastaus Ray Cooneyn vauhdikkaassa sairaalakomediassa Sukuvika (It Runs in the Family), jonka Oulun Työväen Näyttämölle ohjaa Markus Packalén.

Vapaaehtoisten tapaaminen

Aika: Torstai 16.12.2021 klo 13.00-15.00

Paikka: Mielenvireys ry, Pakkahuoneenkatu 28, 4krs.

Arvioidaan kulunutta kautta ja keskustellaan tulevasta.

Ilmoittautumiset 14.12.2021 mennessä Hannalle p. 041 548 5177.

Jouluinen jäsenklubi

Aika: Maanantai 20.12.2021 klo 12.00-14.00

Paikka: Mielenvireys ry, Pakkahuoneenkatu 28, 4krs.

Mielenvireys ry:n jäsenille ja Henki ja elämä hankkeen osallistujille tarjolla torttukahvit sekä keskustellaan yhdessä kuluneesta kaudesta.

Ilmoittautumiset 17.12.2021 mennessä p. 040 412 5247 Jussille tai p. 041 548 5177 Hannalle.

Ohjaus- ja neuvontapalvelu

Ajanvarauksella työntekijöiltä tai vertaistukihenkilöiltä.

Puhelimitse: 041 5485177 tai 041 4548261

Sähköpostitse: hanna.kosonen.mielenvireys@gmail.com tai aija.syvakangas.mielenvireys@gmail.com

Paikan päällä: Keskiyökoisin klo 10.00 - 12.00

Seuraa tiedotusta yhdistyksen kotisivuilla ja Facebookissa.

- **Huomioithan, että tapahtumat toteutetaan, mikäli osallistujia on vähintään viisi.**
- **Ilmoittautumiset ja osallistumismaksut tulee suorittaa ilmoitettuun päivään mennessä. Mikäli maksua ei ole suoritettu tai asiasta sovittu työntekijän kanssa katsomme, ilmoittautumisesi peruutetuksi.**
- **Osallistumismaksua emme palauta mikäli peruutus tulee ilmoittautumisajan jälkeen.**



Mielenvireys ry

Pakkahuoneenkatu 28, 4.krs
90100 Oulu

Aukioloajat

MA-TO KLO 10.00-15.00
PE 10.00-14.00

Työntekijät tavoitettavissa aukioloaikoina

Yhteystiedot

Aija Syväkangas
Toiminnanjohtaja
p. 041 454 8261
aija.syvakangas.mielenvireys@gmail.com

Hanna Kosonen
Vapaaehtoistoiminnan ohjaaja
p. 041 548 5177
hanna.kosonen.mielenvireys@gmail.com

Jussi Turunen
ATK-tuki/asiakasohjaus
p. 040 412 5247
jussi.turunen.mielenvireys@gmail.com

Jäsenmaksut vuonna 2021

Eläkeläiset, opiskelijat, työttömät, 12€/v,
työssäkäyvät 15€/v
kannattajajäsenet 50€/v

Tilinumero:

FI31 8000 19011 40260

Henki ja elämä -hanke

Juha Eskola
Projektityöntekijä
p. 044 235 4519
juhaeskola.mielenvireys@gmail.com

Tuija Tervaskanto
Projektityöntekijä
p. 044 236 3219
tuija.tervaskanto.mielenvireys@gmail.com

Seuraa meitä

www.mielenvireys.fi

