



MIELENTERVEYSYHDISTYS MIELIKKI RY JÄSENKIRJE 1 / 2023

Aurinkoinen tervehdys Sinulle!

Vuosi on alkanut ihan täydellä tohinalla ja kevät meinasi yllättää myös meidät jäsenkirjeen kirjoittajat! Aika kuluu nopeasti, kun on hyvä tekemisen meininki.

Alkuvuoden aikana Mielikissä on ollut runsaasti olohuoneita ja ryhmiä, sekä koulutuksia. Tuttuun tapaan liitteenä on lukujärjestys.

Vuoden starttasi valtakunnan medioissakin huomioitu, nuorille (18-29-vuotiaille) suunnattu Skutsi kuulee -ohjelma. Mielenterveyden keskusliiton kanssa toteutettava pilottihanke koostuu kolmesta osasta: luontoliikuntakursseista, Luontolähetti-toiminnasta ja Skutsirasteista. Luontolähettejä meillä koulutettiin heti kärkeen neljä! Wau! Jatkoa seuraa syksyllä, kun Mielikissä toteutetaan luontoliikuntakurssit. Kaikesta tästä saat lisätietoja Mielikistä. Tarkoituksena on vahvistaa kävijöidemme luontosuhdetta, ja heti kun saadaan pilotit tehtyä toiminta laajenee kaiken ikäisten saavutettavaksi.

Kanta-Hämeen Mielenterveysomaiset ry – Finfamin kanssa toteutettiin heti alkuvuodesta Mielenterveyden ensiapu 2 – kurssi. Jos palo ja kiinnostus nousee ja kytee näitä voi meiltä kysyä jatkossakin. Finfamin kanssa pyöräytetään syksyllä myös Omaisen ABC – kurssi jälleen. Tämä oli suosittu viime syksynä ja ilmoittautua voi jo nyt!

Uusia avauksia on ollut myös olkkarisektorilla. Nepsykahvila aloitettiin tammikuun suunnitteluilulla kirjastolla ja kuukausittain on nyt kevätkaudella suunnitelmassa kokoontua. Toiminta on kaikille avointa. Nyt kerätään kokemusta syksyä varten, jotta tiedetään miten jatketaan. Muista uusista ryhmistä mainittakoon elokuvaolkkari, sohvamatkat ja luova ryhmä – varsinaiset valopilkut! Pian saadaan alulle myös ulkoilevia ryhmiä. Joka viikko on tarjolla myös verkkoryhmiä.

Tässä vaiheessa ei ole vielä varmaa tietoa mahdollisista retkistä tai teattereista, mutta Mielikin 30-vuotissyntymäpäivä huomioidaan iloisella tavalla alkukesästä. Iltamatyyppistä illanviettoa on varmaankin luvassa, kun huvitoimikunta saa suunnitelmat lyötyä lukkoon. Perästä kuuluu siis 😊

Seuturyhmät kokoontuvat kukin oman aikataulunsa mukaan. Lukkarista löytyy lisätietoja. Uutena avauksena on Ypäjän ryhmä – Tervetuloa Ypäjän Veteraanituvalle suunnittelemaan ryhmän tulevaisuutta 2.5. klo 10 – tietoa saa jakaa – toiminta on kaikille avointa!

Mieltä askarruttavissa asioissa voi olla yhteydessä tänne meille.

Aurinkoista kevättä kaikille!
Sanna Karppanen – toiminnanjohtaja



Vapaudenkatu
5 B 18
30100 Forssa



Mielikkiluuuri
050 464 8868 / Anne
Mylyoja

Puheenjohtaja
Patrick Lohvansuu
puheenjohtaja@
mtymielikki.fi

Taloudenhoitaja
Niina Peuhkuri

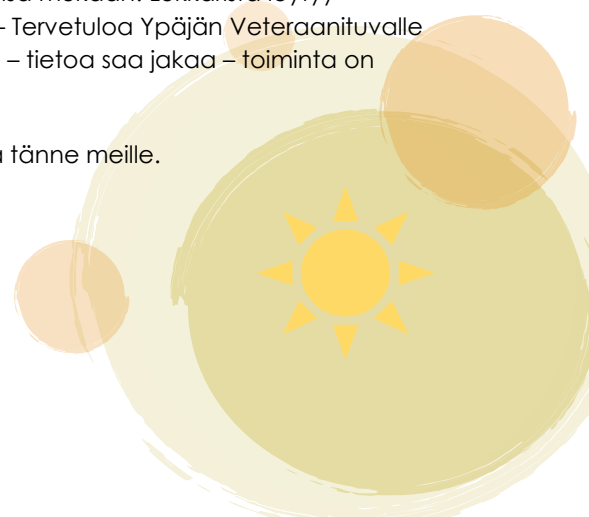
Toiminnanjohtaja
050 570 7442 /
Sanna Karppanen



toiminnanjohtaja@
mtymielikki.fi



www.mtymielikki.fi
FB Mty Mielikki ry



Kevätkokouskutsu

27.4.2023 klo 17

Osuuspankin kokoustilassa
Mielikin alakerrassa

Käsitellään
sääntömääräiset asia

Puheenjohtajan terveiset

Tervehdys, arvoisa Mielikin jäsen!

Vuosi on jälleen vaihtunut, ja sen mukana tällä kertaa myös yhdistyksen puheenjohtaja. Entinen puheenjohtaja, nykyinen varapuheenjohtaja Tom Jäderholm on tehnyt arvokasta työtä yhdistyksen hyväksi usean vuoden ajan, ja tulee epäilemättä jatkamaan samalla linjalla jatkossakin. "Tomppa" on ohjannut vesijumppa -ryhmää sekä isännöinyt olohuonetta omalla vuorollaan lauantaisin. Myös puheenjohtajana hän on toiminut useampaankin otteeseen. Meriittejä häneltä ei siis puutu.

Olin hieman yllättynyt, kun minua ehdotettiin syyskokouksessa yhdistyksen puheenjohtajaksi. Kokouksen jälkeen yllätys muuttui ihan pakokauhukseksi. Päätin kuitenkin kunnioittaa syyskokouksen antamaa mandaattia, ja toivonkin hallituksen tukevan minua tehtävässäni.

Kuten totesin 17.2. pidetyssä hallituksen kokouksessa, olen kokematon puheenjohtajan tehtävässä. Olen toki palvellut yhdistystä varapuheenjohtajana muutaman kauden, mutta en ole tosiasiallisesti toiminut yhdessäkään hallituksen tai yhdistyksemme kokouksessa puheenjohtajana.

Asiasta toiseen. Takanamme on pitkä pimeä syksy. Jouluviikolla oli monelle pimeästä vuodenajasta kärsivälle (allekirjoittanut mukaan lukien) henkisesti tärkeä päivä - talvipäivänseisaus. Nyt päivät alkavat jälleen pidentyä päivä päivältä, ja tätä kirjoittaessani päivä onkin jo pidentynyt ihan silmin nähden, tai jos tarkkoja ollaan, niin päiväthän eivät pitene yhtään, vaan vuorokauden valoisa aika pitenee. Vuorokaudessa on edelleen 24 tuntia, joka ei sekään ole tosiasiaa vakio, vaan likiarvo.

Venäjän hyökkäyssota Ukrainassa on aiheuttanut paljon taloudellisia ongelmia Euroopan maille, eikä Suomi ole poikkeus. Niin elinkeinoelämä kuin kotitaloudet ovat kärsineet niin elintarvikkeiden ja polttoaineiden kuin myös energian hinnan noususta. Ukrainan konflikti on vaikuttanut myös meillä Mielikissä järjestettävään toimintaan, ja asiaa on käsitelty myös hallituksen kokouksessa. Tarpeen vaatiessa tulemme sopeuttamaan Mielikin toimintaa vallitsevien olosuhteiden asettamien vaatimusten mukaisesti. Ainakin sähkön hinnat näyttäisivät olevan laskusuunnassa, tosin edelleen selkeästi korkeammalla tasolla kuin Ukrainan sotaa edeltävänä aikana. Sähkön siirtohinnalle emme tietenkään voi mitään.

Myös Suomen ja Ruotsin jäsenyys Pohjois-Atlantin puolustusliitto NATO:ssa on osoittautunut ennakoitua monimutkaisemmaksi, johtuen muutaman puolustusliiton jäsenvaltion harjoittamasta soutamisesta ja huopaamisesta. Olen kuitenkin luottavainen sen suhteen, että nämä kyseiset maat lähikuukausina ratifioivat ainakin Suomen jäsenyyden, ja kuten epäilijät voivat karttaa katsomalla päätellä, se on myös Ruotsin etu.

Elämme haastavia aikoja, mutta minulla on pyrkimys positiiviseen ajatteluun. Uskon myös, että toivoa paremmasta tulevaisuudesta on aina.

Lopuksi toivotan kaikille Mielikin jäsenille ja henkilökunnalle menestyksestä kuluva vuotta 2023. Lisäksi toivotan myös uudet jäsenet tervetulleiksi mukaan toimintaan!

Patrick Lohvansuu - puheenjohtaja

Tulossa!

- **Olkkarivieras SPR tutuksi! 12.4. klo 17**
- **Finfamin teemahetki 19.4. klo 13-15 "Ihana Minä"**
- **Kevätlauluhetki 2.5. klo 14 srk-talolla**
- **Olkkarivieras Autismiliitolta – Mikä ihmeen autismikirjo 24.5. klo 13-15**
- **Mielekäs kesälauluhetki 7.6. klo 13 kirkolla**
- **Retki Torronsuolle – avoin**
- **Omais ABC-kurssi syksyllä – saa ilmoittautua jo!**
- **Skutsi-kuulee kurssitoimintaa pitkin vuotta**

Tervetuloa mukaan toimintaan!

