|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Mielenterveysyhdistys Mielikki ryJäsenkirje 1 / 2022 |
| **Hyvää alkanutta vuotta Sinulle!**Miten sujuu? Täällä voidaan iloita jälleen oikeista kahvintuoksuisista olohuoneista ja täysillä pyörivistä vertaisryhmistä! Ihmiset löytävät vähitellen tiensä toimintaan takaisin ja uusiakin jäseniä tulee tasaisesti, toki koko ajan meillä toimintaa on ollut verkossa – ja sitäkin jatketaan tässä kaiken rinnalla.Kuten aiemminkin, viikkolukkari täällä Forssassa rakentuu olohuoneista, ryhmistä, teemahetkistä, sekä isoista ja pienistä retkistä. Nyt kun rajoituksia on purettu, helpottuivat ryhmien kokorajoitukset myös. Ilmoittautua ei enää olohuoneeseen tarvitse ja nyt SAA! ( ) ilmoittautua elokuvateatteriin ja teatteriin. Kirjeen mukana on Mielikin lukujärjestys – Mielikissä on kuutena päivänä viikossa toimintaa - Viikonloppuisin kokoontuvat vapaaehtoisvetoiset Sunnuntaiolkkaritkin on saatu avattua.Loppukuulle on kaavailtu eväsretkeä Lamminrantaan. Mennään yhdessä havainnoimaan luontoa ja nautitaan keväästä. Mielekkäitä kevätpäiviä / jäsenpäiviä vietetään heti nyt keväällä kahtena päivänä yhteistyössä Mielenterveysseuran ja Ev.lut. seurakunnan kanssa Klemelässä. Ja onhan meillä tulossa tapahtuma Torronsuollekin toukokuussa – tästä lisää myöhemmin. Ja kyllä me jokin kesäretkikin tehdään.Ilmoittautumiset tapahtumiin tutusti vastaanottaa olohuonevastaava Anne / Mielikkiluuri. Seuturyhmät ovat tärkeä osa meidän toimintaamme. Tällä hetkellä niitä on viisi: Humppila, Jokioinen, Somero, Tammela ja Urjala. Seuturyhmistä kaikki toimivat tällä hetkellä, paitsi Urjala. Urjalassa kaivataan vapaaehtoista tai vapaaehtoisia 😉 (saa ilmoittautua). Seutukuntien jäsenet ovat aina tervetulleita kaikkiin tilaisuuksiimme. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**Puheenjohtajan terveiset**Juuri kun on selvitty covid19 - pandemian vaivoista ja menestytty olympialaisissa, kärjistyivät erimielisyydet Ukrainassa. Toivottavasti rauha saadaan palautettua. Olen ollut Suomen punaisen ristin lipaskerääjänä, jotta Ukrainan kansalaisia voitaisiin auttaa. Kevät alkaa jo kolkutella ovella ja on mukavaa, kun ilmat lämpenevät ja lumi sulaa. Olen seuraillut luonnon heräämistä kevääseen ja muuttolintujakin olen jo nähnyt. Etenkin joutsenet ovat jääneet mieleen. Mielikissä on monenlaista toimintaa ja jokainen voi poimia sieltä haluamansa. Muistutan, että tämän jäsenkirjeen mukana tulee tämän vuoden jäsenmaksu. Sen maksamalla saat edun, jolla voit hyödyntää MIELIKIN tarjontaa. Hyvää kevättä kaikille.Terveisin Mielikin puheenjohtaja Tom Jäderholm **Lopuksi**Vaikka maailman meno on jatkunut todella outona, toivomme, että kaikki saavat kiinni hyvistä ajatuksista. Rutiineista kiinni pitäminen ja yhdessä tekeminen ja oleminen tuo lohtua ja lisää iloa. Meille saa aina soittaa ja laittaa viestiä – oli murhe sitten iso tai pieni. Jokainen kokee asiat ja tunteet omassa mittakaavassaan – joskus vertainen on kultaakin kalliimpi peili omille tunteille ja voimavara jaksamiseen. Ymmärretään tässäkin toistemme erilaisuus.Voikaa hyvin! T. Sanna ja Anne Ps. Toivomme kaikkien ottavan vastuuta koronaturvallisesta osallistumisesta edelleen. Mielikin toimintaan ei pidä osallistua flunssan oireisena, pidetään turvavälit ja maskit (vahva suositus ainakin 31.3. asti voimassa) ja muistetaan käsihygienia.  |
|  |
|  | **Vapaudenkatu** **5 B 18****30100 Forssa** |
|  |
|  | **Mielikkiluuri** 050 464 8868 / Anne Myllyoja**Puheenjohtaja**040 768 8124 / Tom Jäderholm**Taloudenhoitaja**Niina Peuhkuri**Toiminnanjohtaja**050 570 7442 / Sanna Karppanen |
|  |
|  | **toiminnanjohtaja@****mtymielikki.fi** |
|  |
|  | **www.mtymielikki.fi****FB Mty Mielikki ry**Toivomme kaikkien ottavan vastuuta koronaturvallisesta kohtaamisympäristöstä edelleen.Mielikin toimintaan ei pidä osallistua minkäänlaisissa flunssan oireissa, pidetään turvavälit ja maskit ja muistetaan käsihygienia. Näin toimimalla varmistetaan meidän toiminta. Kiitos! |
| **Tulossa**Elokuva-ilta **ma 14.3**. klo 17 ”70 on vain numero”**Teemahetkiä** Mielikissä yhteistyössä Mielenterveyden keskusliiton kanssa:**ma 14.3.** klo 13-14.30 ”Asiakkaana sosiaalipalveluissa” **ti 22.3.** klo 13-14.50 ”Rintaa puristaa, kaikki ahdistaa – mikä auttaa?”**ke 23.3.** 13 – 14 Olkkarikokous Mielikissä**to 24.3.** 11 – Luontoretki **to 7.4.** klo 13.30 Mielekäs kevätlauluhetki**Ke 13.4.** klo 19 Teatteriin ”Muistojen postikortti”**to 21.4. ja pe 22.4.** Mielekkäät kevätpäivät**Kevätkokous tulossa** huhtikuun lopulla |  |