

Kisu ry/rf

JÄSENKIRJE / MEDLEMSBREV

nro/nr. 5/2022

Kesä-, heinä- ja elokuu / Juni, juli och augusti 2022



Kirkkonummen Seudun
Mielenterveysyhdistys Kisu ry

Kyrkslättsnejdens Mentalhälsöförening Kisu rf.

kirkkonummen.kisu@gmail.com

Pankkitili/bankgiro: FI43 4006 0010 3487 83

Kesäiset tervehdykset kiusulaisille!

Kesä väreineen on saapunut pitkän koronatalven jälkeen, vaikkakin melko viileää onkin. Kesä tuo tullessaan hieman muutoksia Katinkontin toimintaan, mutta avoinna olemme läpi kesän.

Kesäkuussa ensimmäisenä päivänä (ke 1.6.) on **Linlon retki**, lähtö katinkontista klo 10. Saamme päihde- ja mielenterveyspalveluista auton lainaan ja Beata sekä Hellevi ottavat autot mukaan, joten mukaan mahtuu 14 jäsentä. Tiedossa makkaran grillaamista uusituilla tulipaikoilla. Hankimme onkia mukaan, joten myös kalastaminen ilman kalastuslupia on mahdollista (jos on omat luvat niin virvelöinti omilla laitteilla onnistuu). Tähän mennessä ilmoittautuneita on kuusi jäsentä. Ilmoittaudu hyvissä ajoin Beatalle puh 0400257446 jos olet tulossa mukaan. 15/6 suunnittelemme **makkaran grillausta** A-Killan puutarhassa.

Viikkopalaverit normaalisti **kesäkuun** ajan maanantaisin klo 11, **heinäkuussa** ei palavereita pidetä. **Heinäkuussa** Katinkontti on avoinna maanantaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin klo 10-13, joten kotiin ei tarvitse jäädä yksin. **Kesäkuun** 22.pvä (ke) vietämme synttäri- ja Juhannuskahvit, tervetuloa juhlimaan keskikesän juhlaa kakun ja kahvin/teen merkeissä. Muutenkin keskiviikkoisin tarjolla kahvin kanssa makeaa syötävää ja sopivien ilmojen salliessa kahvittelemme myös ulkona samoin kuin teimme viime kesänä. Juhannusaattona 24.6. Katinkontti on suljettu.

Elokuulle järjestetään **kesäteatteriretki Espooseen** (musikaali Hello Dolly). Lähtö klo 16 Katinkontista. Omavastuu 10€. Ilmoittautuminen Beatalle 0400257446 viim. 1/8.

Syyskuussa (pe 2/9) Lähdemme **tutustumaan Agen työpajalle**. Saamme tällöinkin mielenterveys- ja päihdepalveluilta auton käyttöömmee, joten kahdeksan henkilöä mahtuu mukaan. Ilmoittautuminen tähän reissuun on viimeistään 29.8 Beatalle numeroon 0400-257446!!

Harmiksemme Emmiltä päättyy työt 15.8. Kisussa. Eiköhän järjestetä mukavat läksiäiset! Ideoita otetaan vastaan :)

Ryhmistä seuraavaa: Tuolijumppaan ei ole osallistujia ollut, joten tämä ryhmä ei **kesäkuusta** enää toimi. MTG- fantasiakorttipelit jatkavat kesäkuun loppuun asti maanantaisin klo 17 Birkin vetäessä ryhmää. Uudet ja vanhat pelaajat, tervetuloa. Perjantaisin kirjastossa MTG-ryhmä klo 9-12 vielä **kesäkuun**. Jatkosta ilmoitetaan erikseen jos on mielenkiintoa/ tulijoita. Nuoret aikuiset jatkavat tapaamisia 17.6 asti, ryhmä jatkuu 5.8. perjantaina. Käsityöryhmä jatkaa **kesäkuun** läpi, mutta heinäkuun on tauolla Katinkontin ollessa suljettuna tiistaisin ja torstaisin. Miesten ryhmä kokoontuu keskiviikkoisin klo 17 koko kesäkuun. Heinäkuussa 13/7 ja 27/7 ja elokuussa 10/8 ja 24/8.

Nautitaan kesästä ja karpäsistä, eikä oteta stressiä turhista :)

Terkuin, Johanna Laaksonen, varapuheenjohtaja

Hej alla Kisuitter

Just som det var jul, blir det sommar! Jag läste idag att häggen håller på att slå ut! Är inte försommaren årets härligaste tid?

I juni har vi öppet som vanligt, utom förstås på midsommarafton fre 24/6. Fredagen den 1/6 far vi på **utfärd till Linlo** där vi grillar korv. Avgift 5€. De som vill kan meta från bron. Vi far med en 8 personers bil, och både Hellevi och jag kan komma med egen bil, så ännu ryms flere deltagare med. Anmäl dig till Beata tel: 0400257446. Start från Katinkontti kl 10. I juni fortsätter grupperna som vanligt. Kolla bifogade program! Den 15/6 planerar vi **grillfest** hos A-kilta.

Onsdagen den 22/6 firar vi både midsommar och månadens födelsedagsbarn med tårta och kaffe. MTG kortspelsgruppen fortsätter i juni på måndagar kl. 17.

Mansgruppen fortsätter också. Vad hjälper gruppen träffas ännu 14/6 och 31/6.

I juli håller vi öppet 3 dagar i veckan: måndag, onsdag och fredag kl. 10-13. På onsdagarna bjuder vi på festligare kaffe. Vid vackert väder är vi utomhus. Kanske vi spelar mölkky eller frisbee? Katinkontti är ett så lämpligt mål för sommarpromenader när man känner för sällskap och kamratstöd! Mansgruppen träffas 13/7 och 27/7.

I augusti håller vi öppet igen som vanligt och grupperna fortsätter (utom stolgymnastikgruppen) Lördagen den 20/8 går vi på **sommarteater** i Esbo (Teatteri Hyökyvuori). Föreställningen börjar kl. 17. Musikalen heter **Hello Dolly**. Start från Katinkontti kl 16. Anmälan senast 1/8 till Beata tel. 0400257446. Vi bokar 15 biljetter. Självkostnad 10€.

Mansgruppen träffas 10/8 och 24/8. Vad hjälper gruppen träffas 2/8 och 16/8.

Emmis sista arbetsdag i Kisu är den må 15/8. Berätta, om ni har någon god idé om hur vi skall fira henne.

I september (fre 2/9) är vi bjudna att besöka **Ages ateljé** i Kantvik. Start kl 10 från Katinkontti. 8 personer ryms med. Anmäl dig till Beata tel. 0400257446 senast må 29/8.

Kisus medlemsbrev för september kommer i slutet på augusti.

Ha det skönt, njut av värmen!
önskar Beata, ordf.

Kesäkuu 2022

Kirkkonummen
Seudun
Mielenterveysyhdis-
tys Kisu ry. Puh
0469395190 puh

Vko 22	<u>Ma 30/5</u> 10-14 11 Viikkopalaveri 17 MTG kortti- peli	<u>Ti 31/5</u> Suljettu	<u>Ke 1/6</u> 10-14 Katinkontti on suljettu Linlon retki 5€ Lähtö klo 10 Katinkontista 17 Miesten ryhmä	<u>To 2/6</u> 10-14 10 Käsityöryhmä	<u>Pe 3/6</u> 9-12 Kirjasto MTG korttipeli 12.30 Nuoret- aikuiset
Vko 23	<u>Ma 6/6</u> 10-14 11 Viikkopalaveri 17 MTG korttipeli	<u>Ti 7/6</u> - Suljettu	<u>Ke 8/6</u> 10-14 - 11 keskiviikon kakkukahvit <u>17 Miesten ryhmä</u>	<u>To 9/6</u> 10-14 10 Käsityöryhmä	<u>Pe 10/6</u> 9-12 kirjasto MTG korttipeli 12.30 Nuoret aikuiset
Vko 24	<u>Ma 13/6</u> 10-14 11 Viikkopalaveri - 17 MTG korttipeli	<u>Ti 14/6</u> Suljettu	<u>Ke 15/6</u> 10-14 - 12 Grillausta A- Killan pihalla <u>17 Miestenryhmä</u>	<u>To 16/6</u> 10-14 10 käsityöryhmä <u>11 Sos. Saara K vastaa kysymyksiin</u>	<u>Pe 17/6</u> 9-12 Kirjasto MTG korttipeli 12.30 Nuoret aikuiset
Vko 25	<u>Ma 20/6</u> 10-14 - 11 viikkopalaveri 17 MTG korttipeli	<u>Ti 21/6</u> - Suljettu	<u>Ke 22/6</u> 10-14 - 11 Synttäri- ja Juhannuskahvit <u>17 Miestenryhmä</u>	<u>To 23/6</u> 10-14 - 10 käsityöryhmä	<u>Pe 24/6</u> - Juhannus aatto
Vko 26	<u>Ma 27/6</u> 10-14 - 11 Viikkopalaveri - 17 MTG korttipeli	<u>Ti 28/6</u> - Suljettu	<u>Ke 29/6</u> 10-14 11 keskiviikon kakkukahvit <u>17 Miestenryhmä</u>	<u>To 30/6</u> 10-14 10 käsityöryhmä	<u>Pe 1/7</u>

Heinäkuu 2022

Kirkkonummen Seudun Mielenterveysyhdistys Kisu ry/rf

puh: 0469395190

Retkille lähdetään sään ja olosuhteiden salliessa keskiviikkoisin

Vko 26	<u>Ma 27/6 10-13</u>	<u>Ti 28/6</u>	<u>Ke 29/6 10-13</u>	<u>To 30/6</u>	<u>Pe 1/7 10-13</u>
	Olohuone	Suljettu	10.30 Olohuoneessa Kakkukahvit	Suljettu	10 - 13 Olohuone
Vko 27	<u>Ma 4/7 10-13</u>	<u>Ti 5/7</u>	<u>Ke 6/7 10-13</u>	<u>To 7/7</u>	<u>Pe 8/7 10-13</u>
	Olohuone	- <u>Suljettu</u>	10.30 Olohuoneessa kakkukahvit	Suljettu	Olohuone
Vko 28	<u>Ma 11/7 10-13</u>	<u>Ti 12/7</u>	<u>Ke 13/7 10-13</u>	<u>To 14/7</u>	<u>Pe 15/7 10-13</u>
	- Olohuone	- Suljettu	- 10.30 Olohuoneessa Kakkukahvit <u>17 Miesten ryhmä</u>	Suljettu	<u>Olohuone</u>
Vko 29	<u>Ma 18/7 10-13</u>	<u>Ti 19/7</u>	<u>Ke 20/7 10-13</u>	<u>To 21/7</u>	<u>Pe 22/7 10-13</u>
	Olohuone	Suljettu	10 .30 Olohuoneessa kakkukahvit	Suljettu	Olohuone
Vko 30	<u>Ma 25/7 10-13</u>	<u>Ti 26/7</u>	<u>Ke 27/7 10-13</u>	<u>To 28/7</u>	<u>Pe 29/7 10-13</u>
	Olohuone	Suljettu	10.30 Olohuoneessa kakkukahvit <u>17 Miesten ryhmä</u>	Suljettu	Olohuone

Elokuu 2022

Kirkkonummen Seudun Mielenterveysyhdistys Kisu ry/rf puh: 0469395190

Vko	<u>Ma</u>	<u>Ti</u>	<u>Ke</u>	<u>To</u>	<u>Pe</u>
31	<u>1/8 10-14</u>	<u>2/8</u>	<u>3/8 10-14</u>	<u>4/8 10-14</u>	<u>5/8</u>
	11 Viikkopalaveri 17 MTG korttipeli	Suljettu	11 Keskiviikon kakkukahvit	10 Käsityöryhmä	12.30 Nuoret- aikuiset
32	<u>8/8 10-14</u>	<u>9/8</u>	<u>10/8 10-14</u>	<u>11/8 10-14</u>	<u>12/8</u>
	11 Viikkopalaveri 17 MTG korttipeli	- Suljettu	11 keskiviikon kakkukahvit 17 Miesten ryhmä	10 Käsityöryhmä	12.30 Nuoret- aikuiset
33	<u>15/8 10-14</u>	<u>16/8</u>	<u>17/8 10-14</u>	<u>18/8 10-14</u>	<u>19/8</u>
	11 Viikkopalaveri Emmin läksiäiset 17 MTG korttipeli	- Suljettu	- 11 Keskiviikon kakkukahvit	- 10 käsityöryhmä	- <u>12.30</u> Nuoret aikuiset
34	<u>22/8 10-14</u>	<u>23/8</u>	<u>24/8 10-14</u>	<u>25/8 10-14</u>	<u>26/8</u>
	11 viikkopalaveri 17 MTG korttipeli	Suljettu	<u>11 Keskiviikon</u> kakkukahvit 17 Miesten ryhmä	10 käsityöryhmä	12.30 Nuoret aikuiste
35	<u>29/8 10-14</u>	<u>30/8</u>	<u>31/8 10-14</u>	<u>1/9 10-14</u>	<u>2/9</u>
	11 Viikkopalaveri 17 MTG korttipeli	- Suljettu	11 keskiviikon kakkukahvit	10 käsityöryhmä	Retki Agen * työpajaan Lähtö klo 10 Katinkontista

* Agen retki: Ilmoittautuminen viimeistään 29/8

puh: 0400257446.

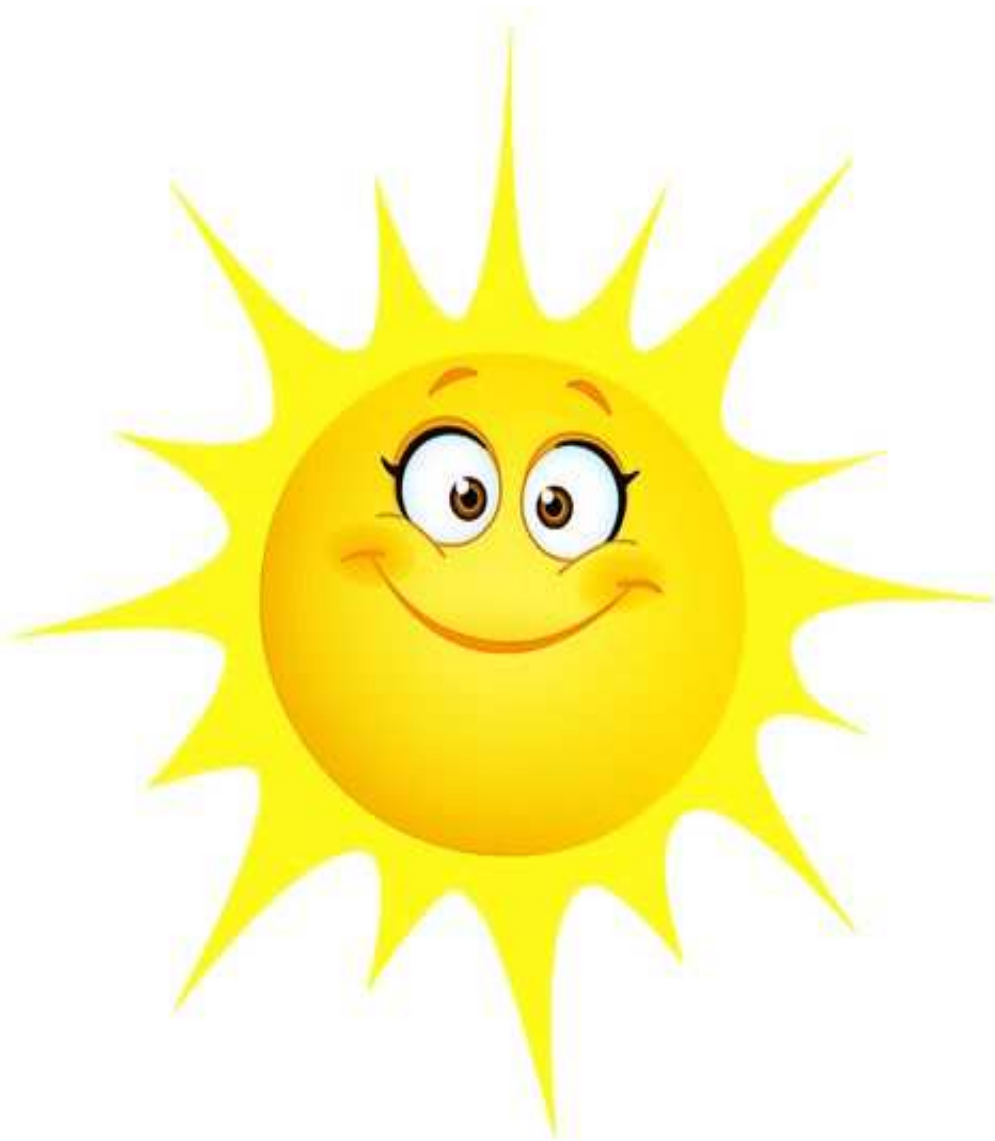
Enintään 8 mahtuu mukaa. Ei omavastuuta.

Lauantaina 20/8 **kesäteatteriretki Espoon Teatteri Hyökkyvooreen**. Lähtö klo 16 Katinkontista. Omavastuu 10€.
Ilmoittautuminen viim. 1/8 Beatalle puh 0400257446.

15 h. mahtuu mukaan.

Ihanaa kesää kaikille!

Ha en fin sommar allihopa!



Economy PP Finlande 568915 Itella Oyj



Kirkkonummen Seudun
Mielenterveysyhdistys Kisu ry