

Kisu ry/ rf

JÄSENKIRJE / MEDLEMSBREV

nro/nr. 6/2022

syyskuu / september



**Kirkkonummen Seudun
Mielenterveysyhdistys Kisu ry**

Kyrkslättsnejdens Mentalhälsöförening Kisu rf.

kirkkonummen.kisu@gmail.com

Pankkitili/bankgiro: FI43 4006 0010 3487 83

Jäsenkirje nro 6

SYYSKUU 2022

Hei kaikki Kisulaiset!

Onpas lämmintä!! Minä kaipaen jo syksyn tuloa.

Syksyn toiminta on alkanut hienosti Katinkontissa, on paljon kävijöitä.

Ensin terveiset Kisun hallitukselta: Koska kahvi on nykyään niin kallista, peritään syyskuun alusta 1€ per päivä kahvista. Siihen kuluu myös keksit ja kakut. Pöydällä tulee olemaan vihko, johon voi kirjoittaa jos jää velkaa, tai jos maksaa etukäteen. Muistakaa kirjoittaa päivämäärä.

Syyskuun ensimmäisestä päivästä lähtien myös perjantait ovat avoimia olohuonepäiviä Katinkontissa (paitsi kun on hallituksen kokous, katso ohjelmaa).

Hallitus valitsi Emmin seuraajaksi hallituksen sihteeriksi Niina Karin. Kiitos kun tulit mukaan, Niina!

Alpolla on Kuntouttava työtoimintajakso meneillään Kisussa 31.10 asti. Onko puhelimen kanssa ongelmia? Alpo auttaa!

Liikunnanohjaaja Stefan Westerlund on tarjoutunut ohjaamaan Kisun jäsenille liikuntatoimintaa 1 t/vko ilmaiseksi. Haluaisitteko keilata, käydä kuntosalilla, kävelyllä, pelata frisbeegolffia tai muuta vaikka Masalassa Joo-arenassa? Kertokaa!

Seuraavat ryhmät jatkavat syksyllä: MTG-korttipeli ma & pe klo 10, jos pelaajia on paikalla. Miesten ryhmä keskiviikkoisin klo 17. Keskiviikon kakku&kahvi klo 11 ja käsityöryhmä torstaisin klo 10.

Monica Halisen Unikoulu nro 2 kokoontuu ti 13/9 klo 13 ja Agen syysaskarteluryhmä kokoontuu tiistaisin klo 10 20/9 lähtien 8/11 asti. Oma vastuu molemmissa ryhmissä on 5€.

Suunnittelemme ainakin kaksi retkeä: Emma museo Tapiolassa lokakuussa, ja retki Brunbergin myymälään Porvoossa joulukuussa. Ehtisimme myös käydä elokuvissa nyt syksyllä. Onko filmitoivomuksia? Olisiko suomalainen Karaokefilmi sopiva? Tai joku muu?.

Yksi kysymys: Olisiko kiinnostusta tulla Katinkonttiin syömään halpaa soppaa kerran viikossa. Jos vastaus on kyllä, kerro se meille niin järjestämme ensi vuodeksi.

Masalan kirjastossa alkaa Mieli Maasta ry ryhmä perjantaisin 2/9 lähtien klo 12. Se on kaikille avoin. Tiedustelut Merja, puh 0440 555 601.

Ja vielä surullinen uutinen: Johanna, joka on auttanut ja leiponut ja tehnyt ahkerasti töitä Katinkontissa, päätti että hän lopettaa. Kaikkea hyvää jatkossa Johannalle!

Myös Emmille toivotetaan kaikkea hyvää jatkossa ja suuret kiitokset upeasta työstä ja yhteistyöstä Kisussa!!

Oikein mukavaa loppukesää kaikille

toivottaa Beata pj.

medlemsbrev 6/2022 SEPTEMBER

Hej alla Kisuitter!

Oj så det är varmt idag, jag börjar längta efter hösten!

Höstens verksamhet har börjat fint med många aktiviteter planerade.

Först hälsningar från styrelsen: Kaffepriiset har gått upp så mycket, så vi måste införa en kaffeavgift i Katinkontti igen. Från och med 1sta september kostar kaffet 1 €/dag. Betalningen inkluderar kex och kaka. I häftet på kaffebordet kan du skriva om du blir skyldig, eller om du betalar i förskott. Kom ihåg att skriva datumet!

Från och med 1sta september håller Katinkontti öppet vardagsrum också på fredagar, utom då det är styrelsemöte (kolla programmet).

Styrelsen valde Niina Kari till styrelsens sekreterare som Emmis efterföljare. Välkommen Niina!

Alpo har börjat en period av rehabiliterande arbetsverksamhet i Katinkontti fram till 31.10. Så vänd er till honom om ni har problem med telefonen eller datorn.

Idrottsledare Stefan Westerlund har erbjudit sig att någon form av motion gratis 1/v för Kiskus medlemmar. Finns det intresserade som vill bowla eller gå på gym i Masaby? Eller promenera, spela frisbeegolf eller ngt annat? Berätta!

Följande grupper fortsätter på hösten: MTG kortspel må & fre kl. 10 om intresserade finns på plats. Mansgruppen på onsdagar kl. 17. Onsdagens kaffe&kaka kl. 11. Handarbetsgruppen to kl. 10.

Ny verksamhet: Ages höstpysselgrupp träffas ti 20/9 kl. 10 och fortsätter tills den 8/11. Deltagar-kostnad 5€.

Monica Halinens sömnskola (sammanlagt 5 ggr) fortsätter ti 13/9 och ti 27/9 kl. 13. Kostnad 5€.

Vi planerar åtminstone 2 utfärder i höst: Emma muséet i oktober och en utfärd till Brunbergs i Borgå i december. Vi kunde också gå på bio i Kyrkslätt. Har ni ngn film ni skulle vilja se??

En fråga: skulle ni gilla att kunna komma till Katinkontti 1 gång i veckan och äta billig soppa. Om intresse finns sätter vi in soppdagen i nästa års budget. Berätta när ni kommer till Katinkontti.

I Masaby bibliotek börjar fredagar från 2/9 kl. 12-14 en samtalsgrupp (på finska), organiserad av Mieli Maasta ry. Gruppen är öppen för alla. Info ger Merja tel. 0440 555 601.

Till sist en ledsam nyhet: Johanna, som hjälpt så mycket och bakat så goda kakor har slutat på Katinkontti. Vi önskar henne allt gott! Allt gott önskar vi också Emmi, vars lönestöds arbete tog slut 15/8. Många tack till båda från oss alla!

Ha en skön sensommar

önskar Beata

Syyskuu 2022

Kirkkonummen Seudun Mielenterveysyhdistys Kisu ry/ rf
Kuninkaantietie 5-7, kerhuhuone 1, 02400 Kirkkonummi

puh: 0469395190

Vko 35	<u>Ma 29/8</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 MTG korttipeli	<u>Ti 30/8</u> 13 Unikoulu 1	<u>Ke 31/8</u> 10-14 10-14 Olohuone 11 Keskiviikon kakkukahvit 17 Miesten ryhmä	<u>To 1/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 Käsityöryhmä	<u>Pe 2/9</u> 10 Agen työpaja vierailu
Vko 36	<u>Ma 5/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 MTG korttipeli	<u>Ti 6/9</u> - 14 Mikä auttaa- ryhmä -	<u>Ke 7/9</u> 10-14 10-14 Olohuone keskiviikon kakkukahvit - 17 Miesten ryhmä	<u>To 8/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 Käsityöryhmä - -	<u>Pe 9/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 MTG kortti- peli -
Vko 37	<u>Ma 12/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 MTG korttipeli -	<u>Ti 13/9</u> - 13 Unikoulu 2 - -	<u>Ke 14/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 11 Synttärakahvit 17 Miesten ryhmä	<u>To 15/9</u> 10-14 <u>10-14 Olohuone</u> 10 käsityöryhmä - -	<u>Pe 16/9</u> - 10 Hallitus
Vko 38	<u>Ma 19/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 MTG korttipeli	<u>Ti 20/9</u> - 10 Askartelu 1	<u>Ke 21/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 11 Keskiviikon kakkukahvit 17 Miesten ryhmä	<u>To 22/9</u> 10-14 <u>10-14 Olohuone</u> 10 käsityöryhmä -	<u>Pe 23/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 MTG Kortti- peli -
Vko 39	<u>Ma 26/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 MTG korttipeli	<u>Ti 27/9</u> - 10 Askartelu 2 13 Unikoulu 3	<u>Ke 28/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 11 keskiviikon kakkukahvit	<u>To 29/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 käsityöryhmä	<u>Pe 30/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 MTG kortti- peli

-	-	-	-	-	-
			17 Miesten ryhmä		

September 2022

Kyrkslättarnejdens mentalhälsoförening Kisu rf
Kungsvägen 5-7, klubbrom 1, 02400 Kyrkslätt

tel:
0469395190

V 35	<u>Må 29/8</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 10 MTG kortspel	<u>Ti 30/8</u> 13 Sömnskolan 1	<u>ons 31/8</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 11 onsdags kaffe & kaka 17 Mansgruppen	<u>To 1/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 10 Handarbetsgruppen	<u>Fre 2/9</u> 10 Utfärd till Ages ateljé
V 36	<u>Må 5/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 10 MTG kortspel	<u>Ti 6/9</u> - 14 Vad hjälper gruppen -	<u>ons 7/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 11 onsdags kaffe&kaka - 17 Miesten ryhmä	<u>To 8/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 10 Handarbetsgruppen -	<u>Fre 9/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 10 MTG kortspel -
V 37	<u>Må 12/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 10 MTG kortspel -	<u>Ti 13/9</u> - 13 Sömnskolan 2 -	<u>ons 14/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 11 Födiskaffe 17 Mansgruppen	<u>To 15/9</u> 10-14 <u>10-14 Vardagsrum</u> 10 Handarbetsgruppen -	<u>Fre 16/9</u> - 10 Styrelsen -
V 38	<u>Må 19/9</u> 10-14 10-14 Olohuone 10 MTG korttipeli	<u>Ti 20/9</u> - 10 Hobby grupp 1	<u>ons 21/9</u> 10-14 10-14 vardagsrum 11 onsdags kaffe&kaka 17 Mansgruppen	<u>To 22/9</u> 10-14 <u>10-14 Vardagsrum</u> 10 Handarbetsgruppen -	<u>Fre 23/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 10 MTG Kortspel -
V 39	<u>Må 26/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 10 MTG kortspel	<u>Ti 27/9</u> - 10 Hobby grupp 2	<u>ons 28/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 11 onsdags	<u>To 29/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 10 Handarbets-	<u>Fre 30/9</u> 10-14 10-14 Vardagsrum 10 MTG kortspel

		13 Sömskolan 3	kaffe & kaka	gruppen	
	-	-	-		
			17 Mansgruppen		

Economy PP Finlande 568915 Itella Oyj



Kirkkonummen Seudun
Mielenterveysyhdistys Kisu ry