



Toimintatiedote

syksy 2025

Virikkeen **kohtaamispaikkaan (Lönnotinkatu 3)** voi tulla viettämään aikaa tai osallistua **ryhmiin, retkiin ja tapahtumiin**. Toiminnassa painottuu **vertaistuki ja yhteisöllisyys**.

Kohtaamispaikka on avoinna ti 10–18, ke-to 12–18, pe 10–16 & la 11–14 (lauantaiaukiolo syyskuusta toukokuuhun). 29.9. alkaen aukioloajat ma 10–16, ti-to 12–18, pe 10–16 & la 11–14.

RYHMÄT

- TI:** Soppatiistai klo 11.30 (joka viikko)
Aivopähkinät klo 14–15 (parilliset viikot)
Musiikkiryhmä klo 14–15.30 (parittomat viikot)
Vertaistukiryhmä lastensuojelun asiakasvanhemmille klo 16.15–17.45 (2.9., 7.10., 4.11. ja 2.12.)
Vertaistukiryhmä ahdistuksesta/paniikkihäiriöstä toipuville klo 16.15–17.45 (9.9., 14.10., 11.11. ja 9.12.)
Opiskelijoiden vertaistukiryhmä klo 16.15–17.45 (23.9., 21.10., 18.11. ja 16.12.)
- KE:** Neulekahvila klo 12.30–14 (parittomat viikot)
Uutisia ja uutisankkoja klo 13.30 (17.9., 15.10., 12.11. ja 10.12.)
Naisten ryhmä klo 16–17.30 (parittomat viikot)
Masennusta sairastavien vertaistukiryhmä klo 16–17.30 (parilliset viikot)
- TO:** Puhutaan uskonnosta klo 12 (4.9., pe 3.10. klo 11.30, 13.11. & 4.12.)
Miesten porinapiiri klo 14–15.30 (parilliset viikot)
 - yhteistyössä Virike ja Miesten Asema
- PE:** Virikekahvit klo 10–15.30. Talo tarjoaa kahvit, teet & kaakaot sekä pientä välipalaa.
 - Yhteinen ohjelma klo 13 alkaen erillisen ohjelman mukaanBingo joka kuukauden 1. perjantai klo 13
Karaoke Virikekahviohjelman jälkeen (parilliset viikot)
Levyraati vaihtuvalla teemalla Virikekahviohjelman jälkeen (29.8., 26.9., 24.10., 21.11. & 19.12.)
Musiikkimuistelot vaihtuvalla teemalla Virikekahviohjelman jälkeen (12.9., 10.10., 7.11. & 5.12.)
Sähly Kalevankankaan koulun salissa klo 16–17
 - yhteistyössä Mikkelin työttömien kanssa

SYYSKUU

VIRIKEKAHVIENT OHJELMA klo 13

- 5.9. Bingo
12.9. **KOKAT® Kahvila:** Virikkeen koulutettu KOKAT® kokemusasiantuntija Jalo kertomassa oman tarinansa
19.9. Kisailua & visailua
26.9. Minun harrastukseni: Pertin lintukuvia

LOKAKUU

VIRIKEKAHVIENT OHJELMA klo 13

- 3.10. Bingo
10.10. Maailman mielenterveyspäivä & nojatuolivieras: Eloisan palveluesihenkilö Päivi Vesanen – psykiatrinen hoitotyö viimeisen 30 v. aikana
17.10. Lava on vapaa: runoimproilua
24.10. Syksyn leiripäivän muisteloita
31.10. Omat avaimet 4you -toiminnan kehittämissuunnittelija Sanna Inkiläinen: Asetumme yhteen narrakorttien äärelle

IHMINEN IHMISELLE

Ke 1.10. klo 12–15 Mikkelin pääkirjastolla yhteistyössä toteutettu tapahtuma, jossa teemana vertaisuus.

SEURAKUNNAN LEIRIPÄIVÄ

Ti 7.10. klo 9.15 alkaen yhteistyössä Mikkelin tuomiokirkkoseurakunnan kanssa. Ilmoittautumiset pe 26.9. mennessä Veeralle 040 671 7657 veera.salonen@virikery.fi

ETELÄ-SAVON TIETOPÄIVÄ

To 16.10. klo 12–15 Teamsissa, aiheena nuorten hyvinvointi. Mukana KOKAT® kokemusasiantuntijat. Voit tulla seuraamaan tietopäivää Virikkeelle.

MARRASKUU

VIRIKEKAHVIEN OHJELMA klo 13

- 7.11. Bingo
- 14.11. Nojatuolivieras: Mikkelin kaupungin hyvinvointikoordinaattori Arja Väänänen
- 21.11. Mielenterveysviikko: teemana toipumisrauha
- 28.11. Sairaalapastori Mirka Härkönen & adventtihartaus

SAUNAREISSUT SUSINIEMEEN

Naisten saunareissu Susiniemeen to 6.11. Lähtö Virikkeeltä klo 11, paluu Mikkeliin n. klo 17. Ilmoittaudu mukaan Veeralle 040 671 7657 tai Inkalle 040 161 2797. Ilmoitathan myös erityisruokavaliosi.

Miesten saunareissu Susiniemeen to 13.11. Lähtö Virikkeeltä klo 11, paluu Mikkeliin n. klo 17. Ilmoittaudu mukaan Pekalle 044 970 3554. Ilmoitathan myös erityisruokavaliosi.

YHDISTYSTEN LAUANTAI

La 22.11. klo 10–14 Stellan Tähtitorilla.

POIKKEUKSET AUKIOLOAJOISSA

Virike suljettu pyhäinpäivänä la 1.11.

JOULUKUU

VIRIKEKAHVIEN OHJELMA klo 13

- 5.12. Bingo
- 12.12. Minun harrastukseni: Maijan tonttukokoelma
- 19.12. Joulukahvit & levyraati teemana joululaulut

PIKKUJOULUT

La 13.12. klo 15–18 vietetään pikkujouluja Virikkeellä! Ohjelmassa joululauluja, tietovisailua sekä pientä makeaa ja suolaista syötävää. Ilmoittaudu mukaan ma 8.12. mennessä Veeralle 040 671 7657 tai Inkalle 040 161 2797. Ilmoitathan myös erityisruokavaliosi.

KAUNEIMMAT JOULULAULUT & PUUROJUHLA

Ke 17.12. kauneimmat joululaulut ja joulupuurotilaisuus. Kauneimmat joululaulut klo 12–13 Pitäjänkirkossa, jonka jälkeen siirrymme puurolle Kirkonmäen seurakuntatalolle (Otavankatu 9).

POIKKEUKSET AUKIOLOAJOISSA

Virike suljettu itsenäisyyspäivänä la 6.12. Joulutauko toiminnassa 22. –28.12.2025.

KOKAT® KOKEMUSTOIMINTA

KOKAT® Kohtaamisia -vertaistuelliset tapaamiset Virikkeellä ma 6.10. ja ma 10.11. klo 12–13.30.

Kokemusasiantuntijakoulutukseen on jatkuva haku. Haku kunkin vuoden koulutukseen päättyy tammikuun lopussa. Hakulomakkeen löydät Virikkeen nettisivuilta <https://www.virikery.fi/hakulomake/>

YHTEYSTIEDOT

Veera Salonen, toiminnanohjaaja 040 671 7657

Inka Heinonen, toiminnanohjaaja 040 161 2797

Tinja Eronen, ohjaaja 041 325 6179

Pekka Nyrhinen, kokemustoiminnan koordinaattori 044 970 3554

Minna Juuti, toiminnanjohtaja 050 364 3907