



Toimintatiedote

syksy 2026

Virikkeen **kohtaamispaikkaan (Lönnrotinkatu 3)** voi tulla viettämään aikaa tai osallistua **ryhmiin, retkiin ja tapahtumiin**. Toiminnassa painottuu **vertaistuki ja yhteisöllisyys**.
Kohtaamispaikka on avoinna ma 10–16, ti-to 12–18, pe 10–16.

RYHMÄT

- TI:** Aivopähkinät klo 14–15 (parittomat viikot)
Minun hyvinvointini -ryhmä klo 13–14.30 (parilliset viikot)
Vertaistukiryhmä ahdistuksesta/paniikkihäiriöstä toipuville klo 16.15–17.45 (joka kuukauden 2. tiistai)
- KE:** Neulekahvila klo 12.30–14 (parittomat viikot)
Uutisia ja uutisankkoja klo 13.30 (2.9., 30.9., 28.10. & 25.11.)
Masennusta sairastavien vertaistukiryhmä klo 16–17.30 (parilliset viikot)
Naisten ryhmä klo 16–17.30 (parittomat viikot)
- TO:** Miesten porinapiiri klo 14–15.30 (parilliset viikot)
 - yhteistyössä Virike ja Miesten Asema
- PE:** Virikekahvit klo 10–15.30. Tarjolla kahvin & teen lisäksi pientä kahvileipää.
 - Yhteinen ohjelma klo 13 alkaen erillisen ohjelman mukaanBingo joka kuukauden 1. perjantai klo 13
Karaoke klo 14 (parilliset viikot)
Levyraati & Musiikkimuistelot vaihdellen klo 14 (parittomat viikot)
Sähly Kalevankankaan koulun salissa klo 16–17
 - yhteistyössä Mikkelin työttömien kanssa

VIRIKEKAHVIENT OHJELMA

SYYSKUU

- 4.9.** Talokokous & bingo
11.9. Palautekyselyn purku & syksyn toimintatiedotteen esittely
18.9. KOKAT® kokemustarina
25.9. Nojatuolivieras: kriisityöntekijä Tiina Frilander kertomassa Kriisikeskuksen toiminnasta

LOKAKUU

- 2.10.** Bingo
9.10. Talokokous
16.10. Historiakatselmus Virikkeen kortteliin
23.10. KOKAT® kokemustarina
30.10. Halloween-kemut & nyyttarit

MARRASKUU

- 6.11.** Talokokous & bingo
13.11. Virtuaalinen pikkujouluristeily Tallinnaan
20.11. Levyraati **klo 13** ja Mielenterveysviikon Teams-tilaisuus: Somevaikuttaja Joona Hellman - Stigma murtuu puhumalla **klo 14**
27.11. Sairaalapastori Mirka Härkönen & adventtihartaus

JOULUKUU

- 4.12.** Itsenäisyyspäivän bingo
11.12. Kauneimmat joululaulut Virikkeellä

18.12. Joulukahvit

SYYSKUU

SADONKORJUUJUHLA

Toimintakeskus Vilhon ja Virikkeen yhteinen sadonkorjuujuhla **ti 8.9. klo 11.30–14.** Ohjelmassa pientä kisailua, suolaista ja makeaa syötävää sekä rentoa yhdessäoloa. Ilmoittaudu mukaan 1.9. mennessä joko Virikkeellä tai Vilhossa.

KIRJANMERKKIASKARTELUA

Askarrellaan kirjanmerkkejä **14–17.9.** aukioloaikojen puitteissa. Virike tarjoaa materiaalit.

LOKAKUU

NAISTEN SAUNAREISSU SUSINIEMEEN

To 8.10. klo 11–17. Kimppakyydit lähtevät klo 11, paluu Mikkeliin n. klo 17. Ohjelmassa eväitä, saunomista sekä pientä yhteistä tekemistä. Ilmoittaudu mukaan Veeralle 040 671 7657 tai Inkalle 040 161 2797. Ilmoitathan myös erityisruokavaliosi.

MIESTEN RETKI KAIHUN KODALLE

To 15.10. klo 11–14. Kimppakyydit lähtevät Virikkeeltä klo 11. Voit saapua myös suoraan kodalle. Ohjelmassa rentoa yhdessäoloa ruokailun & kahvittelun merkeissä. Ilmoittaudu mukaan Pekalle 044 970 3554.

ASUNNOTTOMIEN YÖ -TAPAHTUMA

Pe 16.10. klo 14–15.30 Kirkkopuistossa. Teemana Näkyvillä, mutta näkymätön – Miesten asunnottomuus Suomessa.

HUOLIKIVET

Askarrellaan omat huolikivet **12–15.10.** aukioloaikojen puitteissa. Virike tarjoaa materiaalit.

ETELÄ-SAVON TIETOPÄIVÄ

To 29.10. klo 12–15. Kokoonnumme Virikkeelle katsomaan webinaaria, joka käsittelee luopumista ja menetyksiä.

MARRASKUU

PÄIHTEISIIN KUOLLEIDEN MUISTOHARTAUUS

Ke 4.11. klo 18 yhteislähtö Virikkeeltä hautausmaan muistopaikalle hartauteen, jonka jälkeen kahvit & teet Virikkeellä.

ASKARTELUJA

Askarrellaan vanhoista kirjoista korttitelineitä **9–12.11.** Voit tuoda tullessasi oman vanhan kirjan, kirjoja saa myös Virikkeeltä.

Marraskuun aikana askarrellaan joulukortteja Siskot&Simot joulupostia ikäihmisille -kampanjaan. Lisätietoa tulossa myöhemmin. Virike tarjoaa materiaalit.

JOULUKUU

KAUNEIMMAT JOULULAULUT

Pe 11.12. klo 13 Kauneimmat joululaulut Virikkeellä

JOULUTÄHTIEN ASKARTELUA

Askarrellaan paperisia joulutähtiä 7.–10.12. aukioloaikojen puitteissa. Virike tarjoaa materiaalit.

UUDEN VUODEN AATON NYTTÄRIT

To 31.12. vietämme Virikkeellä uudenvuoden aaton nyttäreitä! Lisäksi ohjelmassa pientä visailua klo 14 alkaen.

POIKKEUKSET AUKIOLOAJOISSA

Joulutauko toiminnassa 21.–27.12. To 31.12. avoinna klo 10–16.

KOKAT® KOKEMUSTOIMINTA

Kokemusasiantuntijoiden leiripäivä Latupirtillä ke 2.9. klo 11 alkaen. Lisätietoja & ilmoittautumiset Pekka Nyrhinen 044 970 3554 pekka.nyrhinen@virikery.fi

KOKAT® kohtaamisia - vertaistuelliset tapaamiset kokemusasiantuntijoille Virikkeellä maanantaisin 14.9., 5.10., 9.11. & 14.12. klo 12–14.

Kokemusasiantuntijoiden täydennyskoulutuspäivä ti 1.12. klo 13–15.30. Aiheena haastavan asiakkaan kohtaaminen. Lisätietoja & ilmoittautumiset Pekka Nyrhinen 044 970 3554 pekka.nyrhinen@virikery.fi

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

Mari Laurila, ohjaaja 041 325 6179

Pekka Nyrhinen, kokemustoiminnan koordinaattori 044 970 3554

Minna Juuti, toiminnanjohtaja 050 364 3907