

## Mielenterveysyhdistys Kello ry

Kivääritehtaankatu 10 B k1,

40100 Jyväskylä

p. 044 - 282 1119

p. 044-282 6418

toimisto@mtykellory.net

www.mtykellory.net

K-S OP FI40 5290 0220 1360 12



Jäsentiedote 10.3.2020

Sääntömääräinen

### **Kevätvuosikokous**

Ti 24.3.2020 klo 17.00 Kellon kerhohuoneella.

Kahvitarjoilu, tervetuloa!

#### **KIERRÄTYSHUONE!**

Kierrätys huone avataan Kivääritehtaankatu 10:een.

Käyttökelpoista tavaraa uusiokäyttöön!

Avoinna Ti ja Pe. klo. 14-17.

Yhteistyössä JNP ja Mty. Kello ry.

#### **HYVÄT TYYPIT ESIIN!**

Mty Kello ry hakee jäseniä vapaaehtoiseen toimintaan

#### **JÄSENILTA**

Joka kuukauden ensimmäisenä Tiistaina klo. 15.

Jäsenillassa Kello ry:n jäsenet voivat olla mukana suunnittelemassa toimintaa. Tule mukaan keskustelemaan ja ehdottamaan toimintaa!

Kahvitarjoilu

**Tervetuloa!**

#### **MUSIIKKITOIMINTA!**

Kellossa on bänditila jossa soittimina on sähkökitara, basso, kosketinsoittimet, sähkörummut. Jos olet kiinnostunut soittamisesta, ota yhteyttä!

Soittimiin on mahdollista saada opetusta. Erilaisia jamittelutai bändikokoonpanoja kasataan kiinnostuksen mukaan.

Myös muut päivät mahdollisia sopimuksen mukaan. Ilkka 044 282 1119, toimisto 044-282 6418

#### **Tiistait klo.14-18**

**17.3. Potturieskan leipomista**

**24.3. Kevätvuosikokous**

**31.3. Karjalanpiirakan leipomista**

**7.4. Pääsiäiskoristeiden tekoa**

**14.4. Lautapeli-ilta**

**21.4. Keruuneuvoja Kielo kertoo yhteiskäyttömetsistä**

#### **MAASTORATSASTUS 1.4.**

Saaga-talli, Joutsa

Lähtö klo.11

Omavastuu 20€

Ilmoittautumiset ja lisätietoja 044 282 1119/Ilkka

## Mielivirkeäksi Viikko-ohjelma

### **Maanantai**

12:30 – 14:00 **Pehmis lentopallo**

Vaajakosken liikuntahalli, Urheilutie 36

Mirja 050 490 6945

### **Tiistai**

14:00–14:45 **Vesivoimistelu** Maksu

3€/kerta Wellamo\*, Vaajakoski

Ennakkoilmoittautuminen!

014-266 4267 /Tarja

15:00–15:45 **Vesivoimistelu**

Maksu 3€/kerta Aalto Alvari\*, 25 m allas

Ennakkoilmoittautuminen!

014-266 4267 /Tarja

### **Keskiviikko**

11:00–12:00 **Omatoimi Kuntosaliryhmä**

Kuokkalan Graniitti 044 282 1119 /Ilkka

15:00-16:00 **Tanssi-ilmaisu**

Kilpajäähallin Liikuntasali

Päivi 050-9372379

### **Torstai**

14:30-16:00 **Salibandy**

Vaajakosken liikuntahalli, Urheilutie 36

Ilkka 044 282 1119

### **Perjantai**

10:30 – 11:15 **Kehonhuolto venytellen**

Kilpajäähallin liikuntasali,

Rautpohjankatu 10

014-266 4267 /Tarja

12:30–14:00 **Sulkapallo** Monitoimitalo

palloilusali / Kenttä 1, Kuntoportti 3

Taneli 044 050 1019

### **Lauantai**

16:00 – 17:30 **Salibandy** 16.5. asti

Keljonkankaan koulu

La 21.3. vuoro peruttu

### **Perjantait klo.14-17**

Perjantaisin vapaamuotoisia kohtaamisia ja vertaistukea. HUOM. Pe 10.4.

Pitkäperjantaina Kello suljettu.

### **MUUTTOAPU!**

Kysy Kellon edullista muuttopalvelua

puh. 044 282 1119/ Ilkka

### **JÄSENPUHELIN**

Kellossa on jäsenille käytettävissä puhelin, jolla voi soittaa ja hoitaa virka-asioita kuten KELA yms.

**Kellossa on jaossa EU-ruokakasseja. Jakopäivät tiistai ja perjantai.**