

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 17.11.2021

SYYSKOKOUS 30.11.

Klo. 17 Kellon kerhotilassa.
Käsitellään sääntömääräiset asiat.
Kahvitarjoilu.

Tervetuloa!

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!

Kellon bänditilan soittimiin on mahdollista saada opetusta.
Jamittelu- tai bändikokoonpanoja kasataan kiinnostuksen
mukaan. Jos olet kiinnostunut soittamisesta, ota yhteyttä!
/Ilkka 044 282 1119

VAPAAMUOTOISIA KOHTAAMISIA JA VERTAISTUKEA

Perjantaisin klo. 14-17

Pe 24.12. Jouluaatto, Kello suljettu
Pe 31.12. Uudenvuodenaatto, Kello suljettu

Tiistait klo. 14-17

23.11. Mielenterveysviikon kahvitilaisuus
30.11. Syyskokous
7.12. Joulukorttien askartelua
14.12. Piparkakkujen tekoa
21.12. Pikkujoulut:
riisipuuroa ja kinkkuleipää, torttukahvit
28.12. Vapaamuotoinen ilta

1.12. LUONTORETKI

Isokolu, Rutalahti
Lähtö Kelloilta klo. 12.
Omavastuu 5€
Ilmoittautumiset ja lisätietoa 044 282 1119 /Ilkka

Mielivirkeäksi Viikko-ohjelma

HUOM!
Kaikki liikuntavuorot ovat tauolla 20.12. - 9.1.2022.

Maanantai

12:30 - 14:00 **Pehmis lentopallo**
Vaajakosken liikuntahalli, Urheilutie 36
Mirja 050 490 6945

Tiistai

14:00-14:45 **Vesijumppa** Maksu 3€/kerta
Wellamo*, Vaajakoski Ennakoilmoittautuminen!
014-266 4267 /Tarja

Keskiviikko

13:00-14:00 **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
14:00-14:45 **Vesijumppa**
Maksu 3€/kerta Aalto Alvari*, 25 m allas
Ennakoilmoittautuminen!
014-266 4267 /Tarja

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

17:00-18:30 **Salibandy**
Keljonkankaan Aapistien koulu, Aapistie 2
Ilkka /044 282 1119
27.11 ja 18.12. vuorot peruttu.

KIERRÄTYSHUONE!

on avattu Kiväritehtaankatu 10:een.
Käyttökelpoista tavaraa uusiokäyttöön!
Avoimna Ti ja Pe. klo. 14-17.
Voit myös tuoda tavaraa kierrätykseen.
Yhteistyössä JNP ja Mty Kello ry.

MUUTTOAPU!

Kysy Kellon edullista muuttopalvelua
puh. 044 282 1119/ Ilkka

MAASTORATSASTUS 22.11.

Lähtö Kelloilta klo. 12.
Omavastuu 20€
Ilmoittautumiset ja lisätietoa 044 282
1119 /Ilkka

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