

# MIELI Lounais-Hämeen mielenterveys ry

## Kevään 2024 avoimet ryhmät



### MAANANTAIT:

**Tanssiliikuntaryhmä**  
Maanantaisin klo 14.00-14.45  
Mieli-kahvilassa

**Hyvän Mielen Kahvila**  
Parittoman viikon maanantaisin  
klo 15.00-17.00  
Mieli-kahvilassa

**Käsityökahvila**  
Parillisen viikon maanantaisin  
klo 15.00-17.00  
Mieli-kahvilassa

MIELI Lounais-Häme pidättää  
oikeuden muutoksiin  
ryhmätoiminnoissaan.

Seuraa ilmoitteluamme Forssan  
lehdessä ja verkossa. Löydät  
meidät myös Instagramista  
tunnuksella #forssanmieli ja  
Facebookista @mieliforssa

### TIISTAIT

**Nuorten aikuisten kahvila**  
Tiistaisin klo 10.30-12.00  
Mieli-kahvilassa

**Kuntosali**  
Tiistaisin klo 13.00-14.00  
Tyykihovin palvelukeskuksessa

**Verkko-olkkari**  
Tiistaisin klo 13.00-13.45  
[www.mtymielikki.fi/verkko-olkkari](http://www.mtymielikki.fi/verkko-olkkari) (Yhteistyössä  
Mielenterveysyhdistys  
Mielikki ry:n ja FinFami Kanta-  
Hämeen kanssa kanssa)

**Keskustellaan suomeksi-ryhmä**  
Tiistaisin klo 17.00-19.00  
Mieli-kahvilassa

### KESKIVIIKOT:

**Hyvän Mielen Kahvila**  
Keskiviikkoisin klo 10.00-12.00  
Mieli-kahvilassa

**Mielihyvin-kerho**  
Keskiviikkoisin klo 13.00-14.30  
Tölön liikekeskuksessa

**Tarinaryhmä**  
Joka kuukauden ensimmäinen  
keskiviikko klo 12.00-13.30  
Mieli-kahvilassa

**Toivemusiikkituokio**  
Joka kuukauden viimeinen  
keskiviikko klo 12.00-13.00  
Mieli-kahvilassa

**Miestenryhmä**  
Parittoman viikon  
keskiviikkoisin klo 17.30-19.00  
Mieli-kahvilassa

### TORSTAIT:

**Mielihyvin-kerho**  
Torstaisin klo 13.00-15.00  
Yhteisötalolla

**Toimintatuokio**  
Parillisen viikon torstaisin  
klo 10.00-12.00 Mieli-  
kahvilassa

**Miesten kahvila**  
Torstaisin klo 12.30-14.00  
Mieli-kahvilassa

**Keppijumppa**  
Torstaisin klo 14.30-15.15  
Mieli-kahvilassa

### SUNNUNTAIT:

**Sunnuntaikahvila**  
Sunnuntaisin klo 17.00-19.00  
Ystävänkammarilla