



## Toimintapaikat

Loka-huhtikuussakuussa perjantaisin Kettutien Nuorisotalo (Kettutie 8, 00800 Helsinki) ja touko-syyskuussa tiistaisin, torstaisin ja perjantaisin Vartiosaaren Kiekko (Trissan).

Toimintatiloissa tapaamme ja suunnittelemme tulevaa toimintaa.

### **Vartiosaaren Kiekko - Trissan:**

Yhdistys vuokraa Helsingin kaupungin kiinteistövirastolta toimitilaa Vartiosaaren Kiekossa (Trissanilla). Toimitila sijaitsee Vartiosaaren pohjoiskärjessä vastapäätä Tammisaloa. Toimipaikassamme riittää monenlaista mielekästä puuhaa luentoja, kurseja, leirejä, liikuntaa ja askareita halkojen hakkaamisesta saunan lämmittämisen kautta ruoan laittoon.

Toimitilaa voi myös varata omaan käyttöön yhdistyksen toimintapäivien ulkopuolella käyttökorvausta vastaan.

Kiekkoon kuljetaan veneellä joka hakee toimintapäivinä osallistujat Aiorannasta. Muina aikoina perille pääsee soutamalla saareen yhdistyksen soutuveneellä (matkaa n. 50 m).

Haluatko lisätietoja toiminnasta, tulla mukaan toimintaan tai liittyä jäseneksi?

Ota yhteyttä!

Meidät tavoittaa näin:

Sähköpostitse:

[mieto@mieto.fi](mailto:mieto@mieto.fi)

Puhelimitse:  
050 3136764

Käy vieraillemassa yhdistyksen nettisivuilla [www.mieto.fi](http://www.mieto.fi).  
Nettisivuilta löydät tiedot yhdistyksen toiminnasta.

***Kaakkois  
-Helsingin  
mielenter  
veysseura***

***Mielekäs  
Toiminta-  
MieTo ry***



## MieTo:n toiminta-ajatus

Yhdistyksen tehtävänä on edistää hyvää mielen terveyttä, jaksamista ja työ- ja toimintakykyä tarjoamalla mielekkään ja yhteisöllisen tekemisen mahdollisuuksia kaikille vapaaehtoisesta kansalaistiominnasta ja yhdessä tekemisestä kiinnostuneille kaikenikäisille henkilöille.

MieTo ry:n perustava kokous pidettiin Asukastalo Ankkurissa yhdeksän miehen voimin 16.5.2001. Yhdistysrekisteriin yhdistyksemme hyväksyttiin 27.06.2001.

## Tule mukaan!

Jäsenmaksu henkilöjäsenille vuonna 2018 on 23 euroa.

Toimintaan voi osallistua itselle sopivaan aikaan, se ei edellytä säännöllisiä käyntejä.

## Toimintaryhmät

Toimintaryhmiä syntyy, kun uusia innokkaita vetäjiä ja kyseisestä toiminnasta kiinnostuneita osallistujia tulee mukaan. Perusta vaikka oma liikuntaryhmä.

Tule mukaan harrastamaan ja ideoimaan muuten vaan tai ryhdy toimintaryhmän ohjaajaksi.

### **Yhdistyksen toimintaryhmiä ovat mm.**

- ruokaryhmä
- kulttuuriryhmä
- liikkeelle ryhmä
- kuha kalastellaa ryhmä
- kädentaitoryhmä