

MAANANTAI

Juttutupa -chat (Tukinet)

klo 10-11

10.6., 15.7., 12.8., 2.9., 23.9.,
14.10., 4.11., 25.11., 16.12.

Disso -vertaisryhmä

klo 13-14.45

3.6., 10.6., 17.6., 24.6., 5.8.,
12.8., 19.8., 26.8.

TIISTAI

Epävaka persoonallisuushäiriö -ryhmä

klo 13-14.30

4.6., 18.6., 6.8., 20.8.

Syksyllä

klo 14-15.30.

3.9., 17.9., 1.10., 29.10.,
12.11., 26.11., 10.12.

Vapaaehtoisten vertaisryhmä

ti 20.8. klo 13-14.45

ti 17.9. klo 14-15.45

ti 15.10. klo 14-15.45

ti 12.11. klo 14-15.45

ti 17.12. klo 14-15.45

Pakko-oireisten vertaistukiryhmä

klo 16.30-18

11.6., 6.8., 3.9., 24.9., 15.10.,
5.11., 26.11., 17.12.

Omaisten kuukausitapaamiset

klo 16.30-18

10.9., 8.10., 5.11., 3.12.

KESKIVIIKKO

Hyviksen etäolkkari

(verkossa, Teams)

31.7. klo 12.30-14

Ahdistus & stressinhallinta - chat (Tukinet)

klo 15-16

29.5., 3.7., 17.7., 31.7., 14.8.,
4.9., 18.9., 2.10., 16.10., 30.10.,
13.11., 27.11.

Bipo-vertaistukiryhmä

klo 17-18.30

22.5., 5.6., 12.6., 19.6.

klo 15.30-17

3.7., 10.7., 17.7., 24.7., 31.7.,
7.8., 14.8., 21.8., 28.8., 4.9.

Hyvän mielen omaiset

5.6. klo 18-20

TORSTAI

Ääniä kuulevien vertaistukiryhmä

klo 12-13

30.5., 13.6., 27.6., 1.8., 15.8.,
29.8., 12.9., 26.9., 10.10.,
24.10., 7.11., 21.11., 5.12.,
19.12.

Kahvipaussi -chat (Tukinet)

klo 13-14

23.5., 18.7., 15.8., 26.9., 24.10.,
21.11., 19.12.

Mielipaletti 18-35 -vuotiaat

Kaveriolkkari

Torstaisin 6.6.-29.8. klo 13-15
(ei kokoonnu 20.6., 18.7., 25.7.)

Vertaistukea masennukseen - chat (Tukinet)

klo 14-15

30.5., 8.8., 22.8., 19.9., 10.10.,
31.10., 14.11., 28.11., 12.12.

PERJANTAI

Perjantain aamukahvit

klo 9-10

7.6., 14.6., 28.6., 2.8., 9.8.,
16.8., 23.8., 30.8.

Musaryhmä

klo 12-13.30

7.6., 28.6., 9.8., 16.8.

Hyvän mielen talo ry
Kauppurienkatu 23, 2 krs,
90100 Oulu

Lisätietoa ryhmistä:
valentina.vahanen@hyvan
mielentalo.fi
p. 041 463 5710.

TAPAHTUMAT

Omaisten kesäolkkari
11.6., 18.6., 6.8., 13.8.
klo 16.30-18

Kesäolkkarissa kahvittelua ja keskustelua vaihtuvien teemoin – tervetuloa mukaan!

Hyviksen kesäkahvila
ti 2.7. klo 12–14
pe 5.7. klo 9–11
ma 8.7. klo 12–14
pe 12.7. klo 9–11
ma 22.7. klo 12–14
ti 23.7. klo 12–14
to 25.7. klo 9–11
pe 26.7. klo 9–11

Tervetuloa porinoille Hyviksen kesäkahvilaan! Luvassa mukavia kohtaamisia, rentoa jutustelua, kahvia ja kesäistä pikkupurtavaa. Kesäkahvilan aikana ovi avoinna, voit tulla paikalle sinulle sopivana ajankohtana.

Lumoudu solmuista - makrametyöpaja
17.6. klo 12-15

Tule tekemään itsellesi kaunis makrametyö. Ilmoittautuminen neuvontaan: p. 041 463 5712.

Syyskauden info - turvallisemman kohtaamisen periaatteet
16.8. klo 10–11.30
Tervetuloa tutustumaan Kohtaamispaikan syyskauden toimintaan.

Pistemaalaustyöpaja ”Mandala hyvinvoinnin luojana” **26.8. klo 11–13.30** Tule perehtymään pistemaalauksen lumoavaan maailmaan mandalamaalauksen kautta! Ilmoittautuminen neuvontaan p. 041 463 5712.

Juhannusjätskit ja open mic **18.6. klo 12-13.30**
Kokoonnumme yhteen herkuttelemaan jäätelöllä ja mikki on vapaa – tule paikalle herkuttelemaan ja/tai esiintymään.

Taiteiden yö – kävelykierros
15.8. klo 15-17
Lähdetään porukalla kävelylle Taiteiden yöhön. Kokoonnumme alaovella.

Mielipaletti (18–35-v) Minun turvapaikkani -työpaja **9.7. klo 15.30-19**
Lähde mukaan mielikuvitusmatkalle, jonka pohjalta jokainen rakentaa pienoiversioita turvapaikastaan. Ilmoittautuminen 4.7. mennessä: janica.rahja@hyvanmielen.talo.fi, p. 044 311 4140.

Pride-viikon ohjelmaa: Musiikki kuljettaa - tapahtuma **31.7. klo 13-15**
Nautitaan elävästä musiikista, tanssitaan, maalataan sekä luodaan yhteinen teos. Esiintyjänä Pimi. Ilmoittaudu 30.7. mennessä p. 044 721 4277.

Kohtaamispaikka avoinna 3.6.–30.6. ja 29.7.–28.8. Heinäkuussa olohuonetoiminta ja neuvontapalvelut ovat tauolla.
Aukioloajat
ma 9 – 15
ti 9 – 15
ke suljettu
to 9 – 15
pe 9 – 15
la ja su suljettu



HYVÄN MIELEN TALO

Tapahtumat järjestetään pääsääntöisesti Hyvän mielen talon olohuone Ilonassa. Tervetuloa!

Hyvän mielen talo sijaitsee Oulun keskustassa, os. Kauppurienkatu 23, 2 krs. 90100 Oulu. (Käynti Vaarankadun puolelta).