



Malmin päivätoimintakeskus

Vanha Helsingintie 9, aukioloajat MA-KE klo 9-15, TO klo 11-16 ja PE klo 9-13. [KIINNI 12.3.2026](#)

MAALISKUU 2026



**Lisätiedot ja
Ilmoittautumiset
ryhmiin:**

sähköpostitse
malmi@niemikoti.fi
tai
soita ohjaajille
050 404 0025/Paula
050 404 0026/Hanna

**Jos olet uusi
kävijä, varaa
ensin aika
henkilökohtai-
seen
tutustumis-
haastatteluun.**



**MAANANTAI
YHTEISÖPÄIVÄ
KLO 9.00-13**

Aamiainen klo 9

Aamukokous klo 10.00

Talon töitä klo 10.30-11

**Sanapaja
klo 11-12**

Täydentyvä ryhmä, ilmoittaudu.
Ryhmässä tehdään luovia
kirjoitusharjoituksia kuten lyhyitä
tarinoita ja runoja.

Lounas ja kahvit klo 12

**One shot
-roolipeliryhmä
klo 13-15**

max. 6 osallistujaa, ilmoittaudu.
2.3. Voimakristallia etsimässä
9.3. 80-luvun toimintaelokuva
16.3. Kilpajuoksu Marsiin
23.3. Haaksirikko

Avoin info 30.3. klo 14-15

Toiminnan ja tilojen esittely kaikille
toiminnasta kiinnostuneille.
Ei ilmoittautumista. Tervetuloa!

**TIISTAI
YHTEISÖPÄIVÄ
KLO 9.00-13**

Aamiainen klo 9

Aamukokous klo 10.00

Talon töitä klo 10.30-11

**Luonto & liikunta
-kävelryhmä
klo 11-12**

Uusille tilaa, ilmoittaudu mukaan.
Kaksi ryhmää, pidempi kävelylenkki
ja lyhyempi lenkki.

Lounas ja kahvit klo 12

**DJ-paja
klo 13-14.30**
max. 6 osallistujaa, ilmoittaudu.
Niemikotisäätiöläisille avoin
yhteisöoppimiseen perustuva
DJ-paja.

**JV:n bändi
klo 13.00-15.30**

**KESKIVIIKKO
YHTEISÖPÄIVÄ
KLO 9.00-13**

Aamiainen klo 9

Aamukokous klo 10.00

Talon töitä klo 10.30-11

**Caffetteria italiana
klo 11-12**

Täydentyvä ryhmä, ilmoittaudu.
Opetellaan yhdessä italian kielen
alkeita samalla kun nautitaan
kahvista ja teestä sekä hyvästä
seurasta.

Lounas ja kahvit klo 12

**Väriä elämään
-taideryhmä
klo 13-14.30**
max. 8 osallistujaa, ilmoittaudu.
Visuaalista taidetta vaihtuvien
teemoin ja tekniikoin.

**TORSTAI
RYHMÄPÄIVÄ**

Päivätoiminnan
ohjaajien viikkokokous/
työnohjaus klo 9-10.30.

**Malmin bändi
klo 12-13.30**
Ei ryhmää 12.3.

**Kitaransoiton alkeet
klo 13-14**
max. 5 osallistujaa, ilmoittaudu.
Harjoitellaan yhdessä akustisen
kitaransoiton alkeita.
Ei ryhmää 5.3. ja 12.3.

**Jamibändi
klo 14-15.30**
Kaikille avoin, ei ilmoittautumista.
Vapaata bändisoittoa. Bänditilassa
rummut, kitara, basso ja
koskettimet.
Ei ryhmää 12.3.

**Rhythm machine
klo 15.30-17**

**PERJANTAI
YHTEISÖPÄIVÄ
KLO 9.00-12.30**

Aamiainen klo 9

**Tuolijooga
klo 10-11**

Täydentyvä ryhmä, ilmoittaudu.
Rauhallista venyttelyä tuolilla istuen
ja tuolia tukena käyttäen.
Lopussa rentoutus.

Lounas ja kahvit klo 11

**Soittoryhmä
klo 12-13**

max. 6 osallistujaa, ilmoittaudu.
Soitetaan yhdessä tuttuja helppoja
kappaleita ukulelella, pianolla ja
kitaralla.

Niemikoti
Niemikotisäätiö – paras paikka toipua

