

| 2025                                                                                                                                                                                               | Syyskuu                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                              | Merken Olkkariohjelma                                                                                                     |                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MAANANTAI                                                                                                                                                                                          | TIISTAI                                                                                | KESKIVIIKKO                                                                                                                                                                                                                                                  | TORSTAI                                                                                                                   | PERJANTAI                                                                                                  |
|                                                                                                                   |       |                                                                                                                                                                             |                                          |                          |
| 01<br>Mieliala maanantai<br>klo 10-15<br>AP ja IP:<br><b>Liikunnasta<br/>hyvinvointia</b>                                                                                                          | 02<br>Työelämä tiistai<br>klo 10-13<br><b>Työnhaku-<br/>kahvila</b>                    | 03<br>Kimppa keskiviikko<br>klo 10-13<br><b>Rohkeasti<br/>rehellinen<br/>Keskustelukortit</b>                                                                                                                                                                | 04<br>Touhu torstai<br>klo 10-15<br>AP:<br><b>Metallinpaljastimen<br/>opastus ja kokeilu</b><br>IP: <b>Käsityökahvila</b> | 05<br>Palvelu perjantai<br><b>Ennalta sovitut<br/>Henkilökohtaiset<br/>tapaamiset</b><br>Toimistolla/Etänä |
| 08<br>Mieliala maanantai<br>klo 10-15<br>AP ja IP:<br><b>Ylivireys<br/>Tunnista ja loivenna</b>                                                                                                    | 09<br>Työelämä tiistai<br>klo 10-13<br><b>ODL:n Uranuotta<br/>palvelu esittäytyy</b>   | 10<br>Kimppa keskiviikko<br>klo 10-13<br><b>SpeedFriending-<br/>Kaveruuden<br/>pikatreffit</b>                                                                                                                                                               | 11<br>Touhu torstai<br>klo 10-15<br>AP: <b>Lautapelit</b><br>IP: <b>Lintulammelle<br/>ulkoilemaan</b>                     | 12<br>Palvelu perjantai<br><b>Ennalta sovitut<br/>Henkilökohtaiset<br/>tapaamiset</b><br>Toimistolla/Etänä |
| 15<br>Mieliala maanantai<br>klo 10-15<br>AP ja IP:<br><b>Alivireys<br/>Tunnista ja korjaa</b>                                                                                                      | 16<br>Työelämä tiistai<br>klo 10-13<br><b>Työhaemuksen<br/>päivitys ja<br/>muokaus</b> | 17<br>Kimppa keskiviikko<br>klo 10-13<br><b>Virtuaalimatkailua<br/>suomessa ja<br/>maailmalla</b>                                                                                                                                                            | 18<br>Touhu torstai<br><b>HOX: Klo 9-15</b><br>AP: <b>Kellon<br/>asukastuvalla</b><br>IP: <b>Avoin olkkari</b>            | 19<br>Palvelu perjantai<br><b>Ennalta sovitut<br/>Henkilökohtaiset<br/>tapaamiset</b><br>Toimistolla/Etänä |
| 22<br>Mieliala maanantai<br>klo 10-15<br>AP ja IP: <b>Keinoja<br/>kehon ja mielen<br/>hyvinvointiin</b>                                                                                            | 23<br>Työelämä tiistai<br>klo 10-13<br><b>Vapaaehtois-<br/>toiminta</b>                | 24<br>Kimppa keskiviikko<br><b>HOX: Klo 10-15</b><br>AP: <b>Avoin olkkari</b><br>IP:<br><b>Megamatchmaking<br/>tapahtumaan</b>                                                                                                                               | 25<br>Touhu torstai<br>klo 10-15<br>AP: <b>Vierailu<br/>Valvegalleriassa</b><br>IP: <b>Musiikki-<br/>maalausta</b>        | 26<br>Palvelu perjantai<br><b>Ennalta sovitut<br/>Henkilökohtaiset<br/>tapaamiset</b><br>Toimistolla/Etänä |
| 29<br>Mieliala maanantai<br>klo 10-15<br>AP ja IP:<br><b>Tapojen ja rutiinien<br/>tarkastelu</b>                                                                                                   | 30<br>Työelämä tiistai<br>klo 10-13<br><b>Piipahdetaan<br/>BusinessAsemalla</b>        |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                           |                                                                                                            |
| <b>Merketiimi</b><br>Aino Niittyluoma, palveluohjaaja p.044 393 2520<br>Mari Mäenpää, palveluohjaaja p.044 393 2519<br>Ulla Kaipainen, projektipäällikkö p.050 312 5694<br>etunimi.sukunimi@odl.fi |                                                                                        |    |                                                                                                                           |                                                                                                            |

| 2025                                                                                                                                                                                               | Joulukuu                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                   | Merken Olkkariohjelma                                                                                                      |                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MAANANTAI                                                                                                                                                                                          | TIISTAI                                                                                                  | KESKIVIIKKO                                                                                                                                                                                                                                                       | TORSTAI                                                                                                                    | PERJANTAI                                                                                                  |
|                                                                                                                 |                       |                                                                                                                                                                                |                                         |                         |
| 01<br>Mieliala maanantai<br>klo 10-15<br>AP ja IP:<br><b>Mentalisaatiokyy-<br/>vastalääkettä<br/>stressille</b>                                                                                    | 02<br>Työelämä tiistai<br>klo 10-13<br><b>Tutustumaan<br/>FabLabiin<br/>klo 10.00-11:00<br/>Kaikille</b> | 03<br>Kimppa keskiviikko<br><b>MerkeKahvila<br/>Solmussa<br/>klo10-12</b>                                                                                                                                                                                         | 04<br>Touhu torstai<br>klo 10-15<br>AP: <b>Kävelylle Saari-<br/>kirjastoon</b><br>IP: <b>Jouluteemaista<br/>askartelua</b> | 05<br>Palvelu perjantai<br><b>Ennalta sovitut<br/>Henkilökohtaiset<br/>tapaamiset</b><br>Toimistolla/Etänä |
| 08<br>Mieliala maanantai<br>klo 10-15<br>AP ja IP:<br><b>Ikigai-<br/>Elämän tarkoitus ja<br/>elämän ilo</b>                                                                                        | 09<br>Työelämä tiistai<br>klo 10-13<br><b>Tehdään<br/>työhaemuksia ja<br/>haetaan töitä</b>              | 10<br>Kimppa keskiviikko<br><b>HOX<br/>Olkari on kiinni<br/>Hankkeen päätös-<br/>tilaisuuden vuoksi</b>                                                                                                                                                           | 11<br>Touhu torstai<br><b>HOX Klo 10-13</b><br>AP: <b>SpeedFriending-<br/>Kaveruuden pikatreffit</b>                       | 12<br>Palvelu perjantai<br><b>Ennalta sovitut<br/>Henkilökohtaiset<br/>tapaamiset</b><br>Toimistolla/Etänä |
| 15<br>Mieliala maanantai<br>klo 10-15<br>AP ja IP:<br><b>Millä mielin uuteen<br/>vuoteen - Hyvän<br/>mielen suunnitelmani<br/>vuodelle 2026</b>                                                    | 16<br>Työelämä tiistai<br>klo 10-13<br><b>Tehdään<br/>työhaemuksia ja<br/>haetaan töitä</b>              | 17<br>Kimppa keskiviikko<br><b>HOX<br/>klo 12:30-14:30<br/>Yhteinen<br/>Joulupuurohetki<br/>Kahvila Solmussa</b>                                                                                                                                                  | 18<br>Touhu torstai<br>klo 10-15<br>AP: <b>Merken<br/>päättötilaisuuden<br/>esitykset</b><br>IP: <b>Jouluvisa</b>          | 19<br>Palvelu perjantai<br><b>Ennalta sovitut<br/>Henkilökohtaiset<br/>tapaamiset</b><br>Toimistolla/Etänä |
| 22<br><b>Merken Joulutauko<br/>22.12.2025- 2.1.2026</b>                                                                                                                                            | 23                                                                                                       | 24                                                                                                                                                                                                                                                                | 25                                                                                                                         | 26                                                                                                         |
| 29<br>                                                                                                        | 30                                                                                                       | 31<br>                                                                                                                                                                       | 01<br>                                | 02                                                                                                         |
| <b>Merketiimi</b><br>Aino Niittyluoma, palveluohjaaja p.044 393 2520<br>Mari Mäenpää, palveluohjaaja p.044 393 2519<br>Ulla Kaipainen, projektipäällikkö p.050 312 5694<br>etunimi.sukunimi@odl.fi |                                                                                                          |    |                                                                                                                            |                                                                                                            |