



Porvoon klubitälo
Borgå klubbhus



Jäsenlehti
13
Medlemsblad

SISÄLLYSLUETTELO

Sivu:

- | | |
|----------|------------------------------------|
| 3. | Pääkirjoitus |
| 4. | Eduskuntavierailu |
| 5. | Klubivisa |
| 6. -7. | The Joker and another playcard |
| 8. - 9. | Levyarvosteluja |
| 10. | Matka Karjaalle seminaariin 7.5.04 |
| 11. | Muuttoilmoitus |
| 12. | Tietovisa |
| 13. | MTKL:n sählyturnaus |
| 14. -15. | Hiljainen kansa |
| 16. -17. | KAS...Kummaa |
| 18. | Suvipäivä |
| 19. | Tulevat tapahtumat |

Klubitalo avohoidon osana

Kun Suomessa suoritettiin psykiatrinen sairaansijojen alasajo 80-luvun lopulla, ja 90-luvun koko keston, vannottiin ja vakuutettiin yleisölle avohoidon kehittämisen nimiin. Avohoitoa ei kuitenkaan juuri lainkaan lisätty.

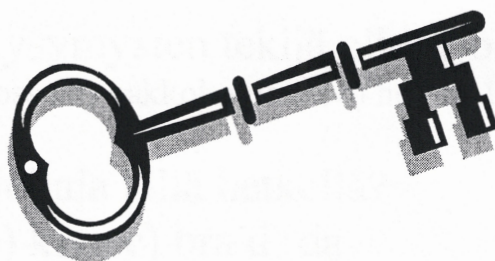
Klubitaloketjun Suomessa voisi sanoa olevan viimeinen osa tätä, silloin kehittämättä jäänyttä avohoitoa, viimeinen ennen mahdollista täysin omin nokkineen tapahtuvaa oireettomana pysymistä, ja töissä käyden ns. terveiden tapaan.. Tätä ei kuitenkaan oikein voi sanoa, sillä miten silloin selitettäisiin useamman vuoden mittainen aukko, jolloin tätä toimintaa ei lainkaan löytynyt, ei missään muodossa, eri hoitomuotojen kirjosta.

Siksi onkin, ainakin täällä Suomessa, eroteltava valtiollis-kunnalliset hoidot ja klubitalot toisistaan aivan selvästi. Klubitalot ovat myöskin siksi tasapuolisesti toimivia periaatteiltaan, ettei laskeminen sairaalalaitoksen piikkiin sikälikään oikein sovi.

Myöskin klubitaloaatteen syntymaassa, Yhdysvalloissa, klubitalot ovat nimenomaan ilman psykiatrian sinänsä taitavaa huolenpitoa syntyneitä, yhteisvoimin ajatuksen elähdyttämien jäsenten ja ohjaajien toimesta, heti saatuaan aatteilleen riittävää taloudellista kannatusta.

Mutta kuten me kaikki jäsenet, ja kukaties henkilökuntakin, voimme todeta, klubitalo on ideana hyvä ja toimiva, ja sitä oikein huomaa kuntonsa nousevan kohisemalla.

Heikki H.



Eduskunta vierailu

Saimme kunnian päästä eduskuntaan tutustumaan. Mikaela Nylander, joka on Itä-Uudenmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen puheenjohtaja ja kansanedustaja kutsui meidät sinne. Lähdimme Porvoosta 18 jäsenen kanssa eduskuntaan, jota kutsutaan myös "satulinnaksi". Matka meni mukavasti rupertellen. Perillä saimme odotella noin puoli tuntia. Tuuli oli tosi kylmä, mutta saimme bussin kyljestä tuulelta suojaavan paikan. Noin 16.15 meitä tultiin hakemaan sisälle: ensin vaatteet ja kännykät pois, sitten turvatarkastuksen läpi. Mikaelan avustaja opasti ja näytti meille valtiosalissa sekä vitriineissä olevia muiden maiden lahjoja, ym. hienoja kohteita. Paikka oli tosi mahtava, melkein kaikki oli valkoista marmoria. Sen huomasimme, ettei marmori sisätiloissa kupruile. Tosi hieno oli myös eräässä huoneessa olevat pyöreät mosaiikkimarmorilattian kuvat.

Sitten seuraamme liittyi kansanedustaja Mikaela Nylander kiireidensä keskeltä. Ojensimme hänelle pienen lahjan klubitalolta. Hän vei meidät eduskuntasalin lehtereille n.1/2 tunniksi. Olisi täytynyt olla teatterikiikari mukana huonon näön vuoksi. Tunnistin sentään Esko Tennilän ja Tony Halmeen.

Tanja Karpelaa en nähnyt. Jälkeenpäin luin lehdestä, että hän oli Presidentti Halosen kanssa ulkomaan matkalla. Sieltä siirryimme RKP:n ryhmähuoneeseen kahville ja pullalle. Saimme kysellä häneltä asioita. Kyselimme Itä-Uudenmaan psykiatrien puutteesta sairaaloissa ja Porvoon mielenterveyskeskuksen lääkärien puutteesta, joissa on tavallisia lääkäreitä töissä. Tämä on tärkeä asia meidän kannaltamme, että saamme kunnon hoitoa. Esim. antibiooteilla ja mielenterveys-lääkkeillä on suuri ero ja niitä määräävän lääkärin täytyy olla pätevä. Varmalta taholta olen kuullut, että tulossa olisi päteviä psykiatreja Helsingistä, jotka ovat vapaana. Miksi heitä ei palkata? Samalla kysyimme miksi kymmeniä vuosia sairaalassa työskennelleet hoitajat eivät ole saaneet vakituista työtä. He ovat menneet Helsinkiin töihin, mutta nuoret koulusta tulleet ovat saaneet vakituisen paikan. Nämä kauan työssä olleet olivat aina iloisia ja kohteliaita sekä ehtivät vaihtaa muutaman sanan meidän mielisairaiden kanssa. Mikaela oli myös kuullut eri tahoista asiasta ja hän lupasi ottaa asian keskusteluun ylilääkäri Langin kanssa.

Sen jälkeen hän saattoi meidät ulko-ovelle ja kotimatka sujui mukavasti.

Suuret kiitokset Porvoon klubitalon väeltä.

Tuula



Klubivisa

1. Marikan lemppari Volvon väri?

- a) keltainen b) punainen c) matta musta d) pinkki

2. Marikan nykyisessä Volvossa on?

- a) suppari b) cd-soitin c) kasettisoitin

3. Soilen sukunimi?

- a) Laati b) Lääti c) luoti d) Beckham

4. Kenen tupareilla olimme 6.4?

- a) Mariannan b) Juuson c) Samin d) Soilen

5. Arton skootterin merkki?

- a) Kymlander b) Kymco c) Kymalainen

6. Samin pojan nimi?

- a) Eetu b) Laatu c) Eemeli

7. Heikin auton rekkan alku on?

- a) fem b) sem c) zem d) vem

8. Jäseniä oli ilmoitettu karanneeksi osastolta tämän jutun kirjoitushetkellä?

- a) n.70 b) ei yhtään tietävästi c) vain minä d) ehkä puolet

9. Näiden kysymysten tekijä oli kirjoitushetkellä?

- a) avohoidossa b) pakkohoidossa c) hellässä hoidossa

10. Mikä mieliala tällä hetkellä?

- a) hyvä b) kiva c) bra d) da

Oikeat vastaukset s.19

THE JOKER AND ANOTHER PLAYCARD

Road crew puts the bag down.
A million boys are looking for girls.
The joker and another playcard
that's what they are carrying in the bag.

Where's the band
Who's playing tonight?
Where's the bag and the band?
Pretty girls in make-up and those cheerleaders dancing outside?

Up above I can see that moon.
Where's the showgirl when the band starts playing?
And then men in the table find the joker,
who is the next loser?

Outside the window I can see a lonely girl!
She doesn't care what the band plays, she's crying.
She cries about her husband who lost much money in poker,
he didn't find the joker, so night after night she has to put on
her
make-up and dancing beside the bass-player...

Who needs that kind of life but they bring money into town.
They will carry the bag to next show.
Still I hope that I will never see that same girl still dancing
around,
while her little daughter keeps asking every night, where is
mam now?

Marko Reiman



THE JOKER AND ANOTHER PLAYCARD...
THAT'S WHAT THEY ARE CARRYING IN THE BAG.

MAZKO REIMAN

LEVYARVOSTELUJA

1) DICK DALE AND THE DEL-TONES: GREATEST HITS 1961-1976 – CD

(Samin valinta)

Olin jo unohtaa mitä SURF-musiikki on, mutta tätä se on!

Heti mieleen tulee semmoiset kuin THE BEACH BOYS tai JAN & DEAN ja heidän 'discografia' noilta vuosilta...

Joten tutustun tähän siltä pohjalta. Myös lisänä "psykedeeliset" vaikutteet. Kitara ja laulu ovat jollain lailla pääosissa ja 'syntisetkin' Californian rannat??? Suurin osa levyn annista vuodelta 1975, come back? Tämä ei kuitenkaan ole niin melodista, mutta ei silti mitään esim. "THE METEORS"-yhtyeen rappausta, heillä on joitakin versioita Surf-klassikoista. Odotan ehkä hieman enemmän tältä mitä tämä sitten on, jos vertaan esim. JAN & DEAN yhtyeen popahtaviin 'rullauksiin' ja melodioihin...

Muuten uusi tuttavuus minulle tämä...en arvostele enempää, pisteet alakulmassa.

JA KESÄSTÄHÄN TÄMÄ KAIKKI KERTOO!

1/2 / **

3,5 tähteä 5 tähdestä

2) MELROSE-IT'S IN BAG

(oma valinta)

Tokela ja kumppanit. Hieno "läpileikkaus" uralta musaa tämä uutuus. Alkuaikojen filiksiä mukana. Kova rockabilly-trio ollut tämä hesalainen(?) bändi jo vuodesta 1986 jolloin hittejä sisältänyt debyytti albumi tuli markkinoille. Plussaa heti kättelyssä, biisit poikkeavat selvästi toisistaan., mikä nostaa levytysten arvoja huomattavasti. Itse pidän mm. RUTHLESS MUTHA, MVP, DUSK OF DOWN...Kellaribändien hiomatonta tuotetta voisi joistain levyn kappaleista tulla mieleen tai esiin.

Aikoinaan Porvoossa keikkaillut MELROSE sai eräältä toimittajalta? hieman kyseenalaista mielipidettä siitä mihin musakategoriaan tätä voisi luokitella??? Mutta kyllä se on niin, että tämä on ROCK'N ROLLIA. Eikä tällä ole esim. hip hopin kanssa mitään tekemistä. Liekö tuo ollut sitten syy ettei MELROSEA paljon Porvoossa näy keikkailemassa (HEH-HEH). Itse pidän myös tuosta debyytti-albumista ja kehuin itse "Brian Setzer" tätä bändiä ROCH HOTEL-yhtyeen kanssa mainioksi...

Se oli ilmeisesti joku Tallinnan keikka/festivaali oisko ollut joskus 90-luvun alussa ja sehän kertoo kaiken tästä energisestä yhtyeestä...Brian Setzer muuten täytti 10.4 45-vuotta, onnittelut!!!

Mitähän Tokela saa tuohon ikään mennessä aikaan, sitä en tiedä...Siinä odotellessa voi vaikka ostaa tämän platan...

***** / *****

5 tähteä 5 tähdestä

3) TUULA AMBERLA:LULU-CD

(oma valinta)

Iskelmää vuosien takaa, ja paljon muistoja. Niitäkin on hyvä olla. Homma alkaa ajan hittibiisillä 'Lulu' ja se on mahtava vieläkin. Vähän taustatietoa, olen nähnyt Tuulan livenä sen aikaisen bändinsä "liikkuvat lapset" kanssa, muistaakseen -87 Porvoon Grandissa. Mentiin silloin kaverin kanssa lehdistön pöytään ja ne sano mulle ja siirryttiin. Tämä on aikaa jolloin kävelin kaupungista Hamariin usein. Muuten en ole liikkuvat lapset faneja, Tuula on siistimpi soolona! Tuo keikka nyt vaan jäi mieleen...

Tämä on mulle lahjalevy kaverilta 37-vuotispäivän johdosta, mulla on ollut tämä aikoinaan vinyylinä kuten tyttöystävällä silloin aikanaan. Biisit on mahtavia, hyvin runollisia ja kelpo rokahtavaakin ajoittain...Pidän kovasti tästä levystä.

***** / *****

5 tähteä 5 tähdestä

4) RONNIE SELF:BOP-A-LENA-CD

(oma valinta)

Perus-rockabillyä, mm. biisit "Bop-a-lena"

"Pretty bad blues"+"Rocky road blues?" huom. Cavan mm. ja Shakin pyramids.

Jotain biisejä eli hieman juuria kaivettavissa tässä levyssä. Jos Amberla tuo muistoja mieleen varhaisaikuisuudesta tämä on sitten viellä kouluajoilta mm. kokoelmalla

ROCKABILLY CLASSIC 1-3 Löytyy Ronnien biisejä. Nyt täytyy vaan toivoa että STRAY CATS saisi aikaan jotain levyrintamalla, ettei tarvitsisi valita niin paljon muistoihin vieviä levyjä ...

muutenkin nuo vanhat 80-luvun starat näyttää nostavan päätään eli eiköhän se ole niin että 80-luku on taas muodissa, ja rokkidiggarithan eivät tunnusta muotia, eikös se niin ole???

Tosta tuli mieleen etten ole vielläkään onnistunut hankkimaan semmoisia artisteja/bändejä kun Frank Marino tai Pretty Things tai helpommin saatavista Kanadalainen BOP CATS-yhtyeen sitä ekaa levyä, joten elämä jatkuu levyrintamakin huomioitaessa...

TOIVOTAN KAIKILLE HYVÄÄ KESÄÄ JA TOIVOTTAVASTI AURINKOISIA PÄIVIÄ, pitäkäähän vaikka radio auki kesäloman viettoihin mennessä, siellä saattaa soida "hyvä biisi" jos muuten vit...ottaa päähän...(HEH-HEH) PALATAAN SEURAAVAN LEHDEN PUITTEISSA ARVOSTELUIHIN...

**** / *****

4 tähteä 5 tähdestä



Arvostelut Marko Reiman

Matka Karjaalle kevätseminaariin 7.5.2004

Pakkauduimme Samin autoon ja lähdimme Porvoosta klo 8:00. Meitä oli Tuula, Soile, Janne, Gunnar ja Sami Porvoon klubitalesta. Ajoimme Helsingin keskustan läpi, aamuväsymys vaivasi ehkä kaikkia, koska puhetta ei paljoa kuulunut. Saavuttuamme Karjaalle, siellä oli jo paljon tuttuja jäseniä ja henkilökuntaa. Takapihalla silmäämme osui pieni suihkulähde, joka oli todella kaunis. Ja sen ympärillä iloisia ihmisiä.

Hallituksen kokous alkoi melkein saman tien saavuttuamme paikalle. Hallituksen jäsenet osallistuivat kokoukseen ja muut seminaariin osallistujat kävivät tutustumassa talon tiloihin ja lopuksi jäivät juomaan kahvia kauniilla takapihalla.

Yhtenä aiheena kokouksessa käsiteltiin rahoituksen hankkimista RAY:ltä kahden työntekijän palkkaamiseksi Suomen klubitalejen verkostoon. Myös Helsingin klubitale kertoi laajasti tämänhetkisestä toiminnastaan ja tulevasta klubitalejen Maailman konferenssistaan sekä media- ja kummitoiminnastaan.

Kokouksen jälkeen menimme Lärkullaan syömään muutaman kilometrin päähän klubitale Fontanasta. Ruoka oli oikein maukasta jälkiruokineen ja kahveineen. Tämän jälkeen oli vuorossa seminaari. Karjaan seminaaria veti herrasmies Arvo, joka luotsasi iltapäivän kunnialla loppuun asti. Helsingin klubitale kertoi lähialueystään Venäjällä ja kuinka me voisimme antaa apua rajan toiselle puolen. Jälleen käsitelimme vaikeaa asiaa: standardi nro 2, joka näyttää ylitsepääsemättömältä aiheelta. Sana mielisairas pahoittaa monen mielen. Käännöstyöryhmä selvensi meille, minkä takia sanaa on käytettävä: jottei standardin sisältö muuttuisi.

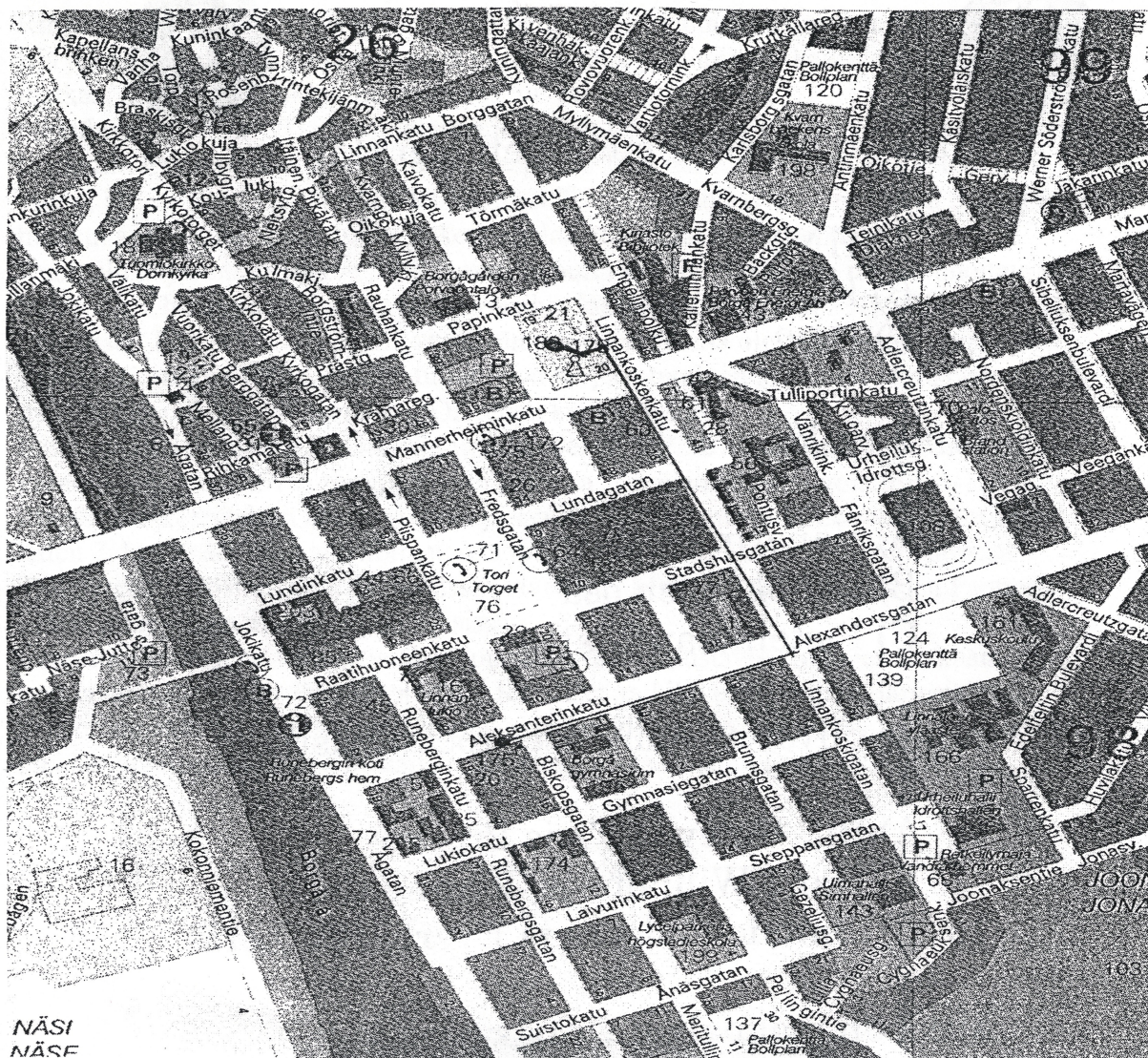
Jouduimme poistumaan vähän aikaisemmin ja kotimatka sujui politiikasta puhumalla. Valitettavasti juutuimme kehä kolmosen ruuhkaan, jonka vuoksi Tuula myöhästyi kotibussistaan.

Kiitos Karjaalle hyvästä ja mielenkiintoisesta seminaarista!

Tuula ja Soile tarinoivat tämän



MUUTAMME 13.7.2004



Muutamme 13.7.2004 Mannerheiminkatu 20:n kiinteistössä olevaan tilaan, jonka osoite on :

Kaivokatu 37
06100 Porvoo

Käynti klubitaloon tapahtuu pääsääntöisesti Linnankoskenkadun sisäpihan kautta, kirjastoa vastapäätä.

Tervetuloa sisustamaan uusia tilojamme!!!

TIE TOVISA



Mikä on veden kemiallinen merkki?

- A) HN3
- B) H2O
- C) HO2

Mikä on kiintolevy?

- A) Vanerin palanen
- B) Tietokoneen osa
- C) Pistehitsauslaatta

Ketkä olivat ensimmäiset rock-artistit?

- A) Bill Haley ja Elvis Presley
- B) Hank Williams ja Johnny Cash
- C) Jimmie Rodgers ja Everly Brothers

Mikä on maapallon ympärysmitta n.?

- A) n. 25000km
- B) n. 40000km
- C) n. 15000km

Kuinka monta Uuno Turhapuro- elokuvaa on tehty suunnilleen?

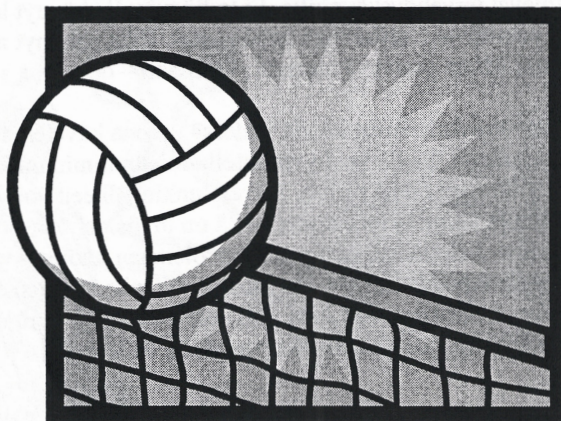
- A) n. 10
- B) n. 20
- C) n.15

oikeat vastaukset s.19

Mtkl:n sählyturnaus Vantaa 24.4.04

Kokoontuminen vähän vaille yhdeksän Porvoon liikunta toimiston vieressä Rihkamatorilla. Kaikki hyvällä mielellä paitsi vähän jännitystä ilmassa. Liikunnanohjaaja Irja joka toimi myös valmentajana ja porukan johtajana toivotti kaikille hyvää turnaus matkaa. Eija joka toimi huoltjoukoissa tuli sairaalan pikkubussilla ,sekä kaksi henkilöautoa joilla lähdettiin kohti Vantaata. Matka sujui hyvin, löydettiin hyvin perille. Saavuttiin paikanpäälle 10:n maissa. Meidän eka matsi, heti voitto, alkaen klo 11. Vastustaja Pallokarhut T:re. Lopputulos 4-1. Seuraavaa matsia ennen hieman aprikointia, kuka huilaa ja ketkä pelaa, tulokkaat myös kentälle. Ruokailu järjestettiin paikan päällä, samoin pulla kahvit. Nytyi ry:n rahastonhoitaja joka toimi myös huoltjoukoissa vastasi ruokailun kustannuksista, kiitos Nytyille! 'Vetäjistä' Eija ja Irja shoppailivat päivän pitimiksi lähellä olevassa ostoskeskuksessa. Eka matsi, makea voitto, ja siitä tullut lievä herpaantuminen kostautui seuraavassa matsissa klo 13.30 1-4 tappioon 'Oriveden kuntoutujille'. Ennen viimeistä matsia tsekkailtiin muiden pelejä, meiltä on jatkopaikka mennyt jo kumminkin, joten kovaa tsemppiä ja ei paineita. Viimeinen matsi voitettiin 3-1, ja iltapäivällä korruteltiin kotiin varhain ja saatiin osallistumismitalit. lopullinen sijoitus sitten 7. hyvä näin, mukana kolmetoista joukkuetta. Voitto meni Turkuun, hopeaa Tampereen ykkösjoukkueelle, pronssi Orivedelle. Mutta esim. kova Lahden Panterit kiilasi juuri ennen meitä lopputuloksissa. Loppujen lopuksi ollaan tyytyväisiä lopputuloksiin. Alustavien huhujen mukaan seuraavat mittelöt käydään Kuopiossa. Kiitokset kaikille osallistujille, järjestäjille. Katsomossakin oli jokunen lisää viimeksi kun osallistuttiin, jos vertaa... Kiitokset vielä meidän huoltoporukalle ja pelaajille, aurinkoista kesää näin ollen kaikille!!!

Jukka ja Marko



Hiljainen kansa

Mistä masennuksen huomaat? Ei sitä huomaa alkuvaiheessa itse, eikä omaiset. Se alkaa tunteella, että ei jaksa tehdä mitään. Se tulee hiljaa hiipien. Lopuksi sitä makaa sohvalla päivät pitkät ja ajattelee elämäänsä. Lapsuus tulee esille ja ikävä kyllä, ne ikävät muistot, mitä meillä monella masennuksesta kärsivällä on. Sitten tulee nuoruuden erehdykset ja sen jälkeen avioliitossa epäonnistumiset. Sitten alkaa itse miettimään, että onko minussa ollut vika? Ja ehkä yleensä sen syyn ottaa omille harteille. Siinä sitten makaa sohvalla eikä näe mitään ulospäystä.

Loppujen lopuksi sitä ei syytä ketään, vaan itseään. Sitä ei enää ajattele perhettään, ei lapsiaan eikä ystäviään. Sillä tässä vaiheessa monet ystävästä eivät enää pidä yhteyttä, eivätkä jaksa katsella sohvalla makaavaa möykkyä, joka vastaa vaan ”juu” ja ”ei”. Kun tätä on jatkunut vuoden, tulee halu päästä pois tästä tuskan tunteesta. Mutta siinä tekee suuren erehdyksen, jota ei sillä hetkellä ajattele – sitä ajattelee vaan itseään. Minä yritin lääkkeillä päästä pois. Mutta se oli suuri virhe, sillä herätessäni huomasin, että ei hien siivet olleet kasvaneet täyteen mittaan. Vanhin lapseni sanoi, että hän voi vielä kestää sen ja minä puolestani hyvittää tapahtuneen, koska jäin eloon. Sitä jättää ikuiset haavat perheeseen, sillä sen jälkeen he syyllistävät itsensä pohtien, mitä olisi pitänyt tehdä sairastuneen hyväksi. Olen itse käynyt läpi tämän helvetin. Selvisin siitä neljällä vuodella, mutta se voi kestää kymmenenkin vuotta. Ja voi tulla uudelleenkin.

Sairaalassa ollessani päivät olivat tosi pitkiä, mutta hoitajat olivat mukavia os. 21:ssä. Yritin parhaani mukaan auttaa muita masennuksesta kärsiviä. Sen jälkeen tuli sänky-vaihe. Päivät pitkät laskin yhdestä 30:neen ja taas uudelleen - pidemmälle en jaksanut. En muista montako päivää tätä kesti...sitten itkin koko päivän. Seuraavana päivänä päätin, että nouden tästä lapsen lapseni vuoksi, joka oli silloin puolitoista vuotta vanha. Hän tarvitsee minua. Siitä se ylämäki alkoi. Ei pidä ajatella, että lääkkeet auttavat. Niitä kyllä tarvitaan, mutta sanoisin, että enemmän kuin puolet täytyy olla omaa tahtoa saada elämästä kiinni. On hyvä jos on jokin määränpää, vaikka seurata lapsenlasten kasvamista tai odottaa koska niitä alkaa tulemaan. On niitä satoja muitakin mukavia asioita, mitä miettiä.

Olen pistänyt merkille kun olen kuunnellut kymmeniä eri tarinoita muilta masentuneilta potilailta, että me olemme liian kilttejä, emmekä uskalla, emmekä ole uskaltaneet sanoa omia mielipiteitämme ja puoliamme pienestä pitäen. Kuvailisin sitä näin, että meidän sydämemme ovat haavoja täynnä. Ei niitä näy, eikä niitä näytetä. Joskus niitä näkee kyllä selvästi kun ne ovat iholla. Sillä lailla joku rohkenee tuoda ne näkyville, mutta eivät kaikki. Olen sanonut, ettei kukaan psykiatri tai psykologi tiedä miltä masentuneelta potilaalta tuntuu jos ei itse ole läpikäynyt sitä tuskaa, mitä meillä on ollut. Monet julkkikset puhuvat ”burn out:sta”, mutta se ei ole masennusta eikä syvää masennusta. Useampiin sairauksiin löytyy syy. Minä sanoisin, että useammassa tapauksessa masennuksen syy johtuu masentuneen henkilön elämän varrella olevista terveistä ihmisistä. Tai henkilöistä, jotka luulevat olevansa terveitä, mutta ovat sairaampia kuin me. Sen olen huomannut, että kun sairastuu psyykkisesti, niin kyllä siitä jonkunlaisen leiman saa.

Sen huomaa jo siitä, ketkä tulevat tervehdyskäynnille. Ei kyllä minulla käynyt kuin mies ja lapset silloin tällöin. Sukulaiset ja ystävät puuttuivat...eivät ehkä kehdanneet. Eikä näkynyt muillakaan potilailla pahemmin ystäviä katsomassa. Mutta ystävyys hädässä punnitaan – on vanha sananlasku.

Olisi hyvä jos omaiset ja ystävät uskaltaisivat käydä yhdessä ulkona kävelemässä, esim. Porvoon sairaalan läheisessä metsässä on ihania polkuja. Siellä voi hyvin jutella mieluummin mukavia ja muita asioita kuin voivotella potilaan sairautta. Sillä se ei meitä piristä. Kävelylenkin jälkeen voi käydä alasairaalassa kahvilla. Me teemme klubitalosta vierailuja jäsenten luo, mutta siellä on myös paljon potilaita, joiden luona ei käy ketään. Päivä tulee siellä pitkäksi. Sairaalassa saattaa joutua olemaan puolesta vuodesta vuoteen yhteen menoon. On myöskin vanhempia ihmisiä, joilla ei ole omaisia ollenkaan. Olisi mukavaa, jos löytyisi joku luotettava, vapaaehtoinen ja hyväsydäminen ihminen, jolla olisi aikaa tehdä ilmaiseksi tätä hyväntekeväisyyttä. Sillä mielenterveyspotilaat tarvitsevat myös tätä.

Ymmärtäkää meitä ihmisinä, sillä terveitä me olemme olleet syntyessämme. Mutta monet ovat syntyneet perheeseen, jossa isä on ollut alkoholisti. Tappelua olemme nähneet sekä juosseet 20 asteen pakkasessa paljain jaloin yöpaitasillamme kilometrin verran naapuriin karkuun. Tai sitten äiti on hyljeksinyt meitä ja pitänyt toisista lapsista enemmän. On voinut joutua lapsena hyväksikäytön uhriksi. Sitten koulussa on ollut koulukiusattu kun äiti ja isä ei ole samanlainen kuin muilla. Sitten tulee nuoruus ja sitä haluaa pois kotoa. Ei sitä ajattele muuta kuin poispääsyä. Siihen ikään voi mahtua raiskausta yms. Sitten mennään päätä pahkaa naimisiin ja saa huomata, että on astunut ojasta allikkoon. Sama juttu kuin synnyinkodissa jatkuu...Ehkä ei niin rajuna, mutta perääntyminen on mahdotonta, koska lapsi on syntynyt ja toinen jo tulossa sekä lupaus papille annettu myötä- ja vastoinkäymisissä.

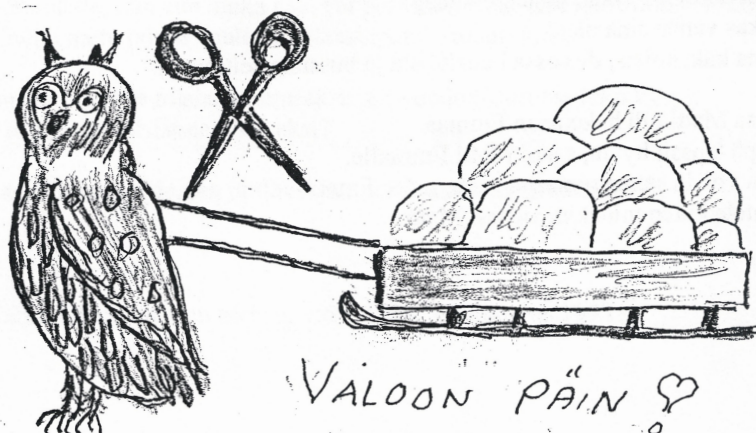
Lapset kasvavat, mutta eivät ne äidin elämän vaiheita ymmärrä. Eivät he ole minun elämäni eläneet. Mutta kun äiti sairastuu masennukseen, niin ikävintä on lasten suusta kuulla, että sinä olet "sairas" tai "hullu"...Vaikka haluaisi olla niin terve kuin suinkin.

Olen miettinyt, että anteeksi voi antaa, mutta unohtaa ei voi. Olisi hyvä jos ihmisellekin olisi keksitty filminauha aivoihin, jotta vanhan voisi poistaa ja laittaa uuden tilalle. Masennuksesta voisin kirjoittaa vaikka kirjan, jos se saisi ihmiset miettimään enemmän tekemisiään, erehdyksiään ja niiden seurauksia. Sillä ne voivat johtaa kiltin ihmisen itsetuhoisaan loppuun.

Toivon teille kaikille masennuksesta kärsiville, että kestätte, sillä kyllä elämä on sen arvoista. Kyllä minusta vieläkin tuntuu, etten kelpaa kenellekään, mutta elän sittenkin. Viimeisin kokemus tuttavani ymmärryksestä oli viime kesänä kun noukin paljon mustikoita ja muita marjoja. Kuulin, että hän on sairastellut jo pidemmän aikaa. Ajattelin piristää häntä ja vein hänelle muutaman kerran mustikoita suoraan metsästä. En soittanut etukäteen kysyäkseni sopiiko se. Nyt tämä tuttavani oli pysähtynyt tielle ja kysynyt omaiseltani, että kuinka minä nyt oikein voin. Omaiseni oli kertonut, etten voinut kovin hyvin. Tuttu oli siihen tokaissut, että kyllä se oli hieman oudolta tuntunut kun olin hänelle vienyt marjoja. Tällä tutulla on muuten "terveen" ihmisen maine. Mutta minulla ei ole, koska masennus luokitellaan mielisairaudeksi. Kysyisinkin, että mikä minussa mättää, kun ajattelen muita enemmän kuin itseäni. Sekään ei kuulema ole hyvä asia.

Kirjoittakaa muut Suomen klubitalojen jäsenet kokemuksistanne ajalta ennen ja jälkeen syvän masennuksen. Siinä kyllä vanhat haavat aukeavat, mutta enemmän tietoa terveille tarvittaisiin. Nykyään on ilmaantunut myös työpaikkakiusaamista, jossa pomot kiusaavat työntekijöitä.

Puroista syntyy järvi, samoin on masennuksen laita.
Lopuksi hyvää kesää kaikille!



KAS...KUmmaa

Mitä yhteistä on laihialaisella ja kasvissyöjällä?

- Kumpikaan ei halua maksaa.

Mitä tapahtui kun Toivo ja Rauha erosivat?

- Toivo tuli Rauhattomaksi ja Rauha Toivottomaksi.

Blondi pääsi intiin. Ensimmäisissä harjoituksissa häneltä kysyttiin:

- Mitä tekisitte, jos kuulisitte tuon kukkulan takaa ammuntaa?
- Menisin sinne ja lypsäisin sen lehmän, herra eversti.

Kiinteistönvälittäjä blondille:

- Ja sitten se huvila on kivenheiton päässä rautatieasemasta.
- No se ei minua kiinnosta. Tapanani ei ole heitellä junia kivillä.

Poliisi oli pysäyttänyt blondin auton.

- Kuulkaahan nyt, poliisi tiukkasi. – Miksi ette pysähtynyt, vaikka poliisi heilutti teille kättään ja vihelsi?
- Minä en ole sellainen tyttö, vastasi blondi niskojaan nakellen.

Miksi poliisi pitää pamppua vasemmassa kädessään?

- Koska asiakas on aina oikeassa.
- Mitä faijasi sanoi, kun kuuli sinun rutanneen hänen autonsa?
- Jätänkö kirosanat pois?
- Jätä vain.
- Ei mitään.

Kiinteistönvälittäjä kehui myytävää omakotitaloa nuorelle pariskunnalle minä kerkisi. Hänen vuolaan myyntipuheensa keskeytti pamaus ja särkyvän lasin kilinä. Nuoren parin vaimo kysyi:

- Mikä ääni tuo oli?
- Ai niin, taisinkin unohtaa mainita tämän asunnon sijainnin hyvät puolet. Tämä talo sijaitsee vain kivenheiton päässä koulusta.
- Pilkettä silmäkulmaan, sanoi akka, kun ukkoaan klapilla päähän iski.

Huonomuistinen mummo kyseli pojanpojaltaan:

- Kuinkas vanha sinä olet?
- Kotona kaksitoista, discossa kuusitoista ja bussissa seitsemän.

Kerran tansseissa Matti tuli hakemaan Emmaa.

- Kylläpä tanssit hyvin, sanoi Matti Emmalle.
- Kunpa voisin sanoa samaa sinusta, sanoi Emma.
- Valehtelet kuten minäkin, vastasi Matti.

-
- Matti rakas, mitä tekisit, jos kuolisin?
 - Tulisin varmaan hulluksi.
 - Menisitkö uudelleen naimisiin?
 - Naimisiin? Minä? Pitäähän hulluudellakin olla rajansa!

Rouva Mäkinen naapurin rouvalle:

- Terveiteni salaisuus on, että syön niin paljon valkosipulia.
- Ja sehän ei ole mikään salaisuus!

Mitä yhteistä on turkulaisella ja Saimaan norpalla?

- Molemmat sanoo: Onk, onk!

Ilmavoimien komentajan puhelin soi, ja vihainen naisääni aloitti ruotsiksi:

- Kuulkaa herra. Me täällä Närpiössä olemme todella vihaisia. Kerroitte lehdessä, että Hornettinne harjoittelevat täällä, ja minunkin kasvihuoneesta on rikki ainakin kaksikymmentä ruutua. Nyt vain annatte osoitteen, johon voin lähettää laskun. Se on ainakin kymppitonni.
- Hyvä rouva, aloitti ilmavoimien komentaja, - asia on kyllä nyt niin, että lehdessä kerrottiin ensi viikon harjoituksistamme. Halusimme ilmoittaa siitä etukäteen. Koneemme eivät vielä ole käyneet siellä päinkään.
- No niin, no niin, sitten varmasti voin palata asiaan ja lähettää laskun ensi viikon jälkeen.

Ainoa tapa varmistua siitä, että pystyy sanomaan naiselle viimeisen sanan on opetella sanomaan:

- Kyllä rakkaani.

Turkulaiset Anna Mäki ja Usko Kylmänen tapasivat kutsuilla. Miten he esittäytyivät?

- Mäen Anna.
- Kylmäsen Usko.

Hans oli ansainnut ensimmäisen miljoonansa myymälläan hanhenmaksapasteijalla.

Hansin ystävä Johan uteli häneltä:

- Sanos nyt, onko tässä mitään muuta kuin pelkkää hanhenmaksaa?
- No kaipa minä nyt sinulle voin tunnustaa, että on siinä vähän hevostakin.
- Minkä verran?
- Fifty fifty, yksi hevonen ja yksi hanhenmaksa.

Mies tuli psykiatrin vastaanotolle. Tohtori ryhtyi testaamaan oliko mies hullu. Hän kysyi:

- Mitä tapahtuu, jos leikkaan teiltä oikean korvan pois?
- En kuule sillä, mies vastasi.
- Entä jos sivallan teiltä vasemmankin korvan. Mitäs siihen sanotte?
- Sitten minä en näe mitään, mies vastasi.
- Hulluko Te olette, kun ette muka näe, vai putoaako hattu silmille? tohtori intosi.
- No ei minulta hattu putoo, mutta silmälasit putoo, tuumi mies.

Ukko ja akka kutsuivat nuorena toisiaan lintuseksi. 80 vuoden kuluttua joku kysyi:

- Vieläkö te sanotte toisianne lintuseksi?

Ukko vastasi:

- Akka kutsuu minua nykyään pöllöksi ja minä kutsun häntä haahkakksi.

Henrik Muste ja Kari Kallis: Suomen parhaat vitsit 1998, Gummerus 1997

Suvipäivä

Kuuntelin, katselin luonnon suurta juhlaa.
Aamu loisti auringossa, kastu viileä juotti
nurmien nukkaa.

Kissankello taivutteli pientä kellokukkaa.
Voi, kun saisin joka aamu viettää tällaista
juhlaa.

Iltapäivän lämmin sade teki helminauhan,
siitä saikin pihakoivu puvun, kimaltavan,
oivan.

Metsämansikat poimin heinänvarteen.

Kiikutin ne sitten kullalleni taltteen.

Soma on Suomen kesä.

Kohta tyhjennä lintuseni pesä.

Kirjoitin syntymäpäivänäni 7.6.2003

Anita



TULEVAT TAPAHTUMAT:

- * Pornaisten kesäretki 28.-29.6.
- * Porvoon klubitalon 2-vuotis-syntymäpäivät 1.7.
- * Klubitalon muutto uusiin tiloihin 13.7.
- * Urheilukilpailut 26.8. Imatralla

HENKILÖKUNNAN LOMAT:

Sami: 31.5.-13.6.
2.-15.8.

Soile: 14.-20.6.
19.7.-8.8.

Marika: 5.-25.7.
16.-22.8.

ILOISEN AURINKOISTA KESÄÄ!

Oikeat vastaukset

Klubivisa: 1. B, 2. B, 3. B, 4. C, 5. B, 6. C, 7. C, 8. B, 9. C, 10. B

Tietovisa: 1. B, 2. B, 3. A, 4. B, 5. B

Klo. 14
16.6

Porvoon klubitälo
Aleksanterinkatu 7
06100 Porvoo
Puh. 019-5248086
Fax. 019-5248087



Borgå klubbhus
Alexandersgatan 7
06100 Borgå
Tel. 019-5248086
Fax. 019-5248087

E-mail: porvoonklubitälo@pp.inet.fi