

Porvoon klubitälo *Borgå klubbhus*



GP
-03-

Jäsenlehti
24
Medlemsblad

Sisällysluettelo

Sivu:

- 3 - 4. Pääkirjoitus
5. "Kaupassa"
6. Runoilijan levynurkka
7. Leffa arvostelu
8. "Kuka tapaa kirjailijaa"
9. Klubitalon kehittämispäivä
10. Kevättä
11. Vitsinurkkaus osa 1
- 12 - 13. Opiskelijan haastattelu
14. "Klubitalon auringonvalossa"
15. "Päivien kimallus"
16. Vitsinurkkaus osa 2
17. "Itsekunnioituksen julistus"
18. Ruokaa
19. Tulevat tapahtumat

Pääkirjoitus

Jag springer på tā klockan går i livets stora runda, in vill

Jag snabbt nu springa något vill jag bringa.....

Niin näin se alkoi se elämä ja pääkirjoituksen tekeminen kävin koulua Helsingissä ja opettaja pyysi kirjoittamaan pääkirjoituksen.

Olin silloin ajatellut koulua jota edelleenkin saa käydä, ja monen kömmähdyksen jälkeen kompastuin klubitalon oven eteen jossa luki tervetuloa ja sain avustajan mukaan tutustumaan klubitalon toimintaan.

Olin kauan jo ajatellut uraani ja huomasin että olin jälleen palanut n.s työelämään hakemaan tarkoitusta elämään. Sain kuulla vinkin ja tutustua tiloihin ja tavallaan kaikki oli minulle entuudestaan tuttua. Ystävälliset ohjaajat otti minut vastaan ja kertoi toiminnasta. Minulle kun aamu herätykset ovat olleet vaikeat huomasin klubitalon toiminnan sopivan minulle erityisen hyvin.

Saan toteuttaa haaveita joita puuttuu elämästäni ja ehkä monien muittenkin. Ei tarvitse olla turhautunut ja saa tavata mukavia ihmisiä ja tehdä mukavia pieniä tehtäviä tarpeitten mukaan.

Ollaan niin kuin kaikki samaa perhettä ja kaikki tarvitsee klubitalon toimintaa.

Lehden tekeminen, siis jäsenlehden on ollut mukava asia päästä mukaan, elämässäni on tapahtunut hyviä asioita ja saan kirjoittaa asioista joista pidän. Olin yllättynyt kun olin yrittänyt muualla niin täällä sain parhaan vastaanoton.

Aikaa on kulunut jo viitisen viikkoa ja sain klubitalon jäsenyyden oltuani 20h tutustumassa ja yritin kaikkeni pysyäkseni mukana toiminnassa.

Niin välillä paremmin ja välillä huonommin.

Olin taas löytänyt uutta elämäni ja olin onnellinen siitä että sain taas kapua kaupungin valoihin. Klubitalon toiminta oli lähellä sitä toivetta jota ehkä olin hakenut ja ehkä jo unohtanutkin ja sain tavallaan täytettyä sitä n.s arkea niillä normaaleilla arkisilla asioilla joita olin toivonutkin ehkä elämäni.

Toiminta muistutti minua paljon työelämästä jossa olin ollut jo monta vuotta ja sain ehkä ymmärtää että olen vielä nuori ja tarvitaan taas jonkunlaista toimintaa, niin näitä n.s. arkisia asioita. Ryhmässä olemisen on tärkeää ja kotiin jääminen ei tunnu yhtään mukavalta. Jokainen mukaan voimavarojensa ja kykyjensä mukaan.

Viiden viikon aikana olen, niin mennään jo kuudetta viikkoa tutustua

keittiöyksikköön jossa olen keittänyt kahvia ja toimisto yksikössä jossa olen klubilehden parissa aina tarvittaessa. Klubilehteen saa kirjoittaa omia juttuja, tarinoita, runoja niin kaikkea maan ja taivaan väliltä, mitä jokainen sitten keksii ja haluaa kertoa, niin ja saa tietysti kuvittaa omat tekstit j.n.e. Aurinko- paistaa tietokonekurssi oli hyvä käydä läpi pitkän tauon jälkeen pieni kertaus oli paikallaan.

Klubitalon toiminta on laaja. Klubitalon toiminta rajoittemme yli oli kiva tieto. Oli esimerkiksi kiva saada vieraita ulkomailta, niin ne skottilaiset. Taideryhmässä ollaan saatu maalata eri vaiheesta jokaisten elämästä ja sitten vielä jokainen saa kertoa maalauksestaan pienen kertomuksen.

“Heal the world, make it a better place...”, tässä pieni lainaus laulusta joka sopii aika hyvin klubitalotoiminnan kriteereihin. Tässä ensimmäistä pääkirjoitusta kirjoittaessa olen saanut tutustua näihin asioihin ja ehkä vielä moneen muuhunkin ajan kuluessa.

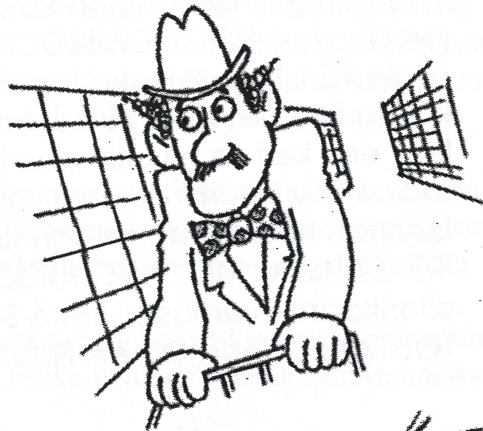
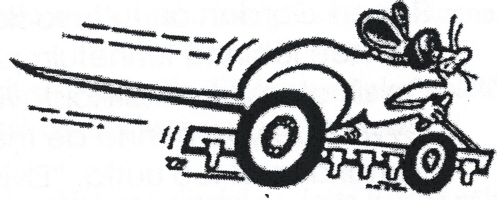
Kiitos teille klubitalon jäsenille ja ohjaajille.

Toivottaen hyvää talvenjatkoa ka tulevaa kevättä.



Charina Pulli

Löytyy kaupasta punnitusvaaka
sekä jauheliha raaka.
On salaattia, tomaatteja, perunoita
sekä margariinia ja kunnan voita.
Makkaraa tarjoaa lihatiski,
jossa palvelee myyjä riski.
Tutti lapselta putosi,
jotain hyllyltä katosi.
Nyt pienokainen parkuu,
pääsikö myymälävaras karkuun?
Kärryt täydet pyörivät,
ihmiset sinne tänne hyörivät.
Hyllyt täynnä lehtiä,
täytyy vielä paljon ehtiä.
Kaappi täyttyy maidolla
ja hylly hunajalla aidolla.
Kassaneidit hymyilevät,
ahkerasti työskentelevät.
On luottokorttia, pankkikorttia,
monta eri sorttia.
Numerokoodit oikeat,
hinnan koneelle kertovat.
Rullaportaisissa ihmiset kulkevat,
takanansa ovet sulkevat.
Vielä unohtui leipä rapea,
patonki vaalea ja kapea.
Myös piirasmarjat puuttuvat,
jotka pakasteessa koviksi muuttuvat.
Mustikat, mansikat, vadelmat kovat,
kaikki suuressa pakastealtaassa ovat.
On suklaata, toffeeta, lakua,
on erilaisia makuja.
Myös kaikenlaisia juomia,
rekkakuski tuomia.
Älä unohda juustoa,
se kasvattaa luustoa.
Vielä otan postikortin,
löydän luokse kassaortin.
Siellä kaiken maksan tämän,
sitten kaupan taakse jätän.



Kirsi

Runoilijan levykurkku

1) Robert Gordon : Satisfied mind - cd (oma valinta)

Robert Gordon on tuttu rockabilly-musiikin tulkitsija, joka käsittelee, joka tulkitsee lähinnä tunnetuimpia alan tuotoksia vuosien varrelta. On siis alansa konkari loistavine taustamuusikoineen, muistan esim. levyn "Are you gonna be the one" joka tähänastisista mielestäni paras. Tämäkään ei tuo uutta, "Elvis-tyyppinen" matala ääni Gordonilla, ja hyvin tuttujakin kappaleita plus muutamia "ylläreitä" mm. Fabianin tuttu hitti "Turn me loose" sanoituksiinkin on kiinnitetty huomiota, eikä tässä ole blues-biisejä sotkemassa kokonaiskuvaa....
Homma alkaa upealla "Dear one"-kappaleella.
Gordon keikkailee Suomessa näinä aikoina, lippujen hinnatkaan eivät ole kovin korkeita, Gordon on keikkaillut Suomessa mielestäni aikaisemminkin, vai pitikö hänen tulla? Terveydelliset syyt painoivat jossain vaiheessa, ja onhan Gordonia tikattukin jossain vaiheessa. Eddie Angel on tällä levyllä kitarassa, ei esim. Link Wray, mielestäni Gordonilla on aina ollut mukana "hyvä kitaristi". Levytykset on tehty vuoden 2003 loppupuolella, Nashville, TN. "The wild cats" ei ole taustalla tässä levyllä, huomio....
Tämä muuten löytyi paikallisesta levyosastolta, joten kuunnelkaa.....

4,5/5

2) Pelle Miljoona oy : Moottoritie on kuuma - LP (oma valinta)

Suomi - rockin klassikko, mukana itse Andy McCoy 17-vuotiaana ja Sami Takamäki 15-vuotiaana.
Vuosi 1980 : Pelle Miljoona oy:n LP moottoritie on kuuma on valittu vuoden levyksi "SUOMIROCKIA"!!!! Siinä vähän taustoja. Parhaat biisit mielestäni "nuoret rakastavaiset" ja "elämän pyörä", jotka ovatkin kultaa korville. Tässä sotkeutuu nuoruus ja varhaisaikuisuus, kun tämä levy ensi kertaa soi oltiin nuorii ja meillä mukana tyttöjä. Kovan rock.a.Billy buumin seassa voi tosiaan etsiä karkkipapereita", nyt kiinnitän huomiota taas sanoitukseen, TUNNEPITOISTA MUTTA SILTI REALISTISTA NUO SANOITUKSET, herää vain kysymys onko rakkautta ollenkaan olemassa, EHKÄ SE ON HETKESSÄ; JOKA SEURAA TOISTAAN...MUN OMAA FILOSOFIAA...

5/5

Arvostelut : Marko Reiman

Elokuva-arvosteluja:

La Bamba (1987)

Tarina Ritchie Valensista, 50-luvun amerikkalaisesta rokkarista, jonka hittejä mm. Donna, C'mon lets go, La Bamba....

Tarina alkaa hyvin tavallisesti ”kerjäläisestä prinssiksi”-tarinalla. Elokuvaan tulee sisältöä, Ritchien veli Bob, joka on kuin ”kuka tahansa” köyhissä oloissa kasvanut poika, huume ja seksikokemuksineen ja sitten tasaantuneen.

Elokuvasa ei tavallaan ole mitään elämää suurempaa, no ehkä ne painajaiset, joita Richie näkee unessa, jotka toistuu samalla tavalla, luoden Ritchieen lentopelkoa, psykologinen jännittävä käänne tämän tyypisessä tarinankerronnassa. Elokuvasa eletään vuotta 1957 ja siitä vuoteen 1959.

Elokuva päättyy siihen kun radiossa tiedotetaan kolmen amerikkalaisen rokkarin, eli Big Bopper (29), Buddy Holly (22) ja Ritchie Valens (17) kuolleen lento-onnettomuudessa ”Towassa” surkean kelin vallitessa, mitä tästä mieleen jää on se unien yhteys ihmisen alitajuntaan, vaikka kaikki voi olla pelkkää sattumaa?

Kaikki roolit elokuvassa ovat näyteltäviä, ei siis sisällä ”vanhoja pätkiä” eri tv-ohjelmista, ainakaan minä en niitä löytänyt...

O: Luis Valdez P: Lou Diamond Phillips, Esai Morales, Rosanna De Soto

4,5 tähteä 5 tähdestä

Arvostelu: Marko Reiman

Leijat Helsingin yllä

Kertomus suomenruotsalaisen perheen elämästä aina 60-luvulta 90-luvulle. Sisältää väkivaltaisia kohtauksia ja huumekohtauksia, joten ei suositella alle 15-vuotiaille. Ja rankkaahan tuo on.

Veljekset pääosissa taistelevat perheessä, jossa vanhemmat eroavat ja lapset yrittävät saada jotain parempaa tuossa ”valtataistelussa”. Toinen veljeksistä kuolee elokuvan lopussa, saatuaan edes jonkinlaista ”jalansijaa” elämään, toisen veljen tuella. Disc-jockeyna erilaisten huumesekoilujen värityksessä maailmassa.

Toinen veljeksistä ja sisko onnistuvat paremmin tavoitteissaan, en tiedä, tarina on kuitenkin sikseen epäselvä, mutta tarkka silmä huomaa elokuvan nimen ja teeman olevan herkistetyt traaginen. Leijoista se alkaa ja leijoihin se jää., nykyajan tyypillinen taiteellinen kerronta, ehkä vähän runomuotoinenkin? Arvaa....

Pieni vinkki nykypäivän kirjoittajista, ei siis selkeää juonta? Elokuvan kieli on toinen kotimainen, tekstitys on suomeksi ja isää tässä näyttelee ”Pirkka – Pekka Petelius” vähän vakavammassa roolissa.....tässä.

4/5

Arvostelu: Marko Reiman

Kuka tapaa kirjailijaa?

Oalkoiset luistimet, naisen...salot hämyiset kaukalon.
Yksinäisiä katseita ja kyynel-koruja.
Ballerina, jotkut miehet kutsuu sua siksi....

Päivällä koulun sälitunnilla arvellaan, kuka tapaa kirjailijaa?
Lehdessä on kuva tanssivasta tytöstä, jääkaukalossa.
Vielä kouluportin tuolta puolen tulee sikaarin sarua.

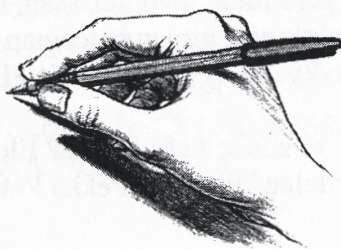
...niin suodet seuraavat...ensimmäiset viinit, suoraan pullosta, sitten seurataan kesää, peruskoulu on jo takana, joku toinen rokkari tulee kertoo mulle moondogsien bileistä, on kai kuullut musta...jostakin....

Minä olin riparillakin...työkokeilussa, viimeinen loitsu intiaanien, lähdin kaupunkiin, jossa on enemmän yksinäisiä katseita ja kyynel-koruja?

Illalla squashia pelaamassa, ovet auki, on jo ilta....

Enää vain kansan keskuudessa puhutaan, meidän tyttö tapaa kirjailijaa....

Ja sitten kun jää peittää maan ja lumihiihtaleet leijuu kuin siinä laulussa, voi huomata löytäneensä kotikaupungin.



Marko Reiman

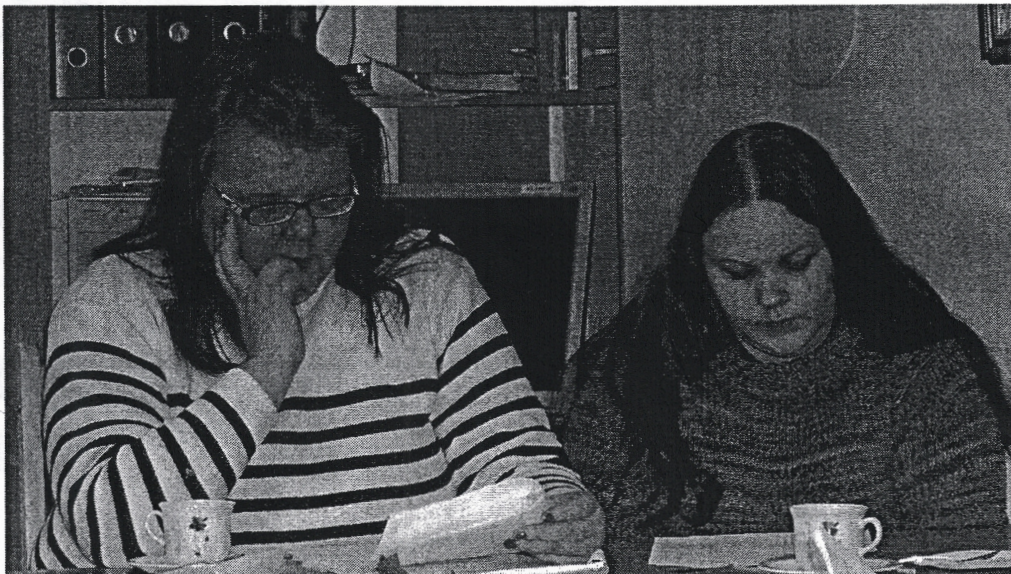
KLUBIN KEHITTÄMISPÄIVÄ 9.02.2006


Kehittämispäivä ajoittui torstaiamupäivälle 8. päivä helmikuuta. Paikalla oli jäseniä kymmenkunta, Sami johti puhetta ja Susanna toimi sihteerinä. Yksi kahvitauko pidettiin, muuten käytiin läpi standardit tiiviiseen tahtiin, keskustellen skotlantilaisen arviointityöryhmän antaman palautteen ja suositusten pohjalta. Puolilta-päivin uurastus palkittiin herkullisella hernesopalla ja pannukakuilla. Ruoka oli erinomaista ja sitä oli runsain mitoin!

Standardia 6 koskien lopputuloksena oli perustaa klubitalolle työryhmä pohtimaan klubitalolla mahdollisesti nousevia uhkatilanteita. Työryhmä kokoontuikin klubitalolla jo 22. päivä helmikuuta ja laadittiin säännöt klubitalotoiminnan ohjenuoraksi. Säännöt tullaan laittamaan näkyville klubitalon seinälle, joten pidä silmäsi avoinna! Ne on tarkoitettu kaikkien meidän yhdessäoloa ja yhteistä toimintaa helpottamaan.

Kaikkiaan arviointiryhmä löysi puutteita koskien erityisesti viittä standardia, joiden ei katsottu toteutuvan Porvoon klubitalolla. Standardia 9 koskien päätettiin, että keskustelua henkilökunnan määrän lisäämisestä jatketaan. Standardi 16 pyritään toteuttamaan siten, että töitä taustaorganisaation puolesta ei enää vastaanoteta. Standardin 18 toteutuminen tulee vaatimaan keittiöyksiköltä uusien työtehtävien kehittämistä erityisesti työpainotteisen päivän iltapäivää täydentämään. Myös siirtymätyöyksikön toimintaa ja työssäkäyvien jäsenten tilastointia tulisi kehittää liittyen standardien 22 ja 23 toteutumiseen.

Yhteenvetona, tärkeimpinä kehittämistä vaativina asioina nousivat esille henkilökunnan lisäämiseen tähtäävät toimet ja siirtymätyön kehittäminen, myös opiskelupaikkoihin hakeutumiseen ja edunvalvontaan tulee panostaa. Työpainotteisen päivän toteutuminen nousi kolmantena oleellisena asiana käydyissä keskusteluissa esille.





HELMIKUUSSA
ALKAA JO TUNTUA
KEVÄÄLTÄ, KUN TU-
LEE VIELÄ MAALIS-
KUU, NIIN VIELÄ ENEM-
MÄN TUNTUU KEVÄÄLTÄ.
MUUTTOLINNUT TULEE, ALUMI
ALKAA SULAA, TULEVAT
PÄLVET, JA TOKOKOUSA TULEVAT
ENSIMMÄISET HIIRENKORVAT
PUIHIN, KALAT TULEVAT RANTOIHIN
KUTEMAAN, JÄÄT MAURASTUVAT
JA LÄHTEVÄT, TULEE KESÄ.

HYVÄÄ KEVÄTTÄ KAIKILLE
KLUBITALON JÄSENILLE
V. 2006!

T. Kimmo
Anttila.
13.2.2006,

Vitsinurkkaus

- Pitääkö omena päivässä tosiaan lääkärin loitolla? - Jos sen heittää tarpeeksi tarkasti.

*Mies : - Puq takkisi päälle, olen lähdössä ravintolaan. Vaimo :
- Ihanaa, vietkö minut ulos syömään. Miqs : - En tietenkään,
katkaisen vain lämmityksen siksi aikaan.*

*Kaksi ruotsalaista keskusteleq : - Olen pahoillani, että
vaimonne haudattiin.
- Oli pakko. Hän näet oli kuollut.*

*- Minulta ryöstettiin eilen lompakko ja kello, valitti Ollq.
- Mutta etkös sinä kannaa aina pistoolia mukanasu?
- Kyllä. Onneksi varkaat eivät löytäneet sitä.*

*Mies meni psykiatrin vastaanotolle :
- Tohtori hyvä, taidan tarvita apua, sanoo ,miqs
käsiään huiskien, - kun noita lepakoita lenteleq tuossa
koko ajan.
- No älkää hitossa niitä tänne huiskiko! Vastaa
psykiatri vihaisesti.*

*Kuinka anoppia tulee kohdella? - Kun arvokasta ruusua .
Häntä pitää säilyttää pimeässä, kylmässä ja kosteassa
kellarissa kaulaansa myöten kylmään veteen upotettuna.*

Lähde : Vuoden vitsikoplaus- kirja

Katarina

Opiskelijan haastattelu

Kysymykset on laatinut Marko Reiman

1. Kerro hieman itsestäsi, kuka olet, oletko paikkakuntalaisia?

Olen Mari Lampela 26- vuotias terveydenhoitaja opiskelija. En ole paikkakuntalaisia. Olen syntynyt Ruotsissa Skellefteån lähimaastossa, asuin kolme- nelivuotiaaksi Boliden- nimisellä paikkakunnalla. Sieltä muutimme vanhempieni kotipaikkakunnalle Tervolaan, joka on pieni paikkakunta Kemi – Rovaniemen välillä. Tervolasta muutimme nykyisen mieheni kanssa Ouluun '99, jossa mieheni aloitti yliopisto-opinnot. Oulussa meille syntyi kaksi lasta, Julia (5v) ja Jasper (3v). Mieheni valmistuttua ja saatua töitä Borealikselta, muutimme tänne Porvooseen loppukesästä 2004. Aloitin opiskelut samana syksynä.

2. Harjoittelujaksosi kestää 6 viikkoa, kuten täällä on tapana ollut opiskelijoilla. Mitä harjoittelujaksoosi sisältyy?

Harjoittelujaksoni nimike on "Vuorovaikutus hoitotaitona" tarkoittaen ymmärtääkseni sitä, että vuorovaikutuksellisin keinoin pyritään parantamaan yksilön elämänlaatua, kannustamaan ja tukemaan häntä elämässään eteenpäin. Tarkoitukseni on tutustua klubitalon toimintaan mahdollisimman perusteellisesti. Virallisia oppimistehtäviä, jotka kuuluvat harjoittelujaksolle ovat reflektiopäiväkirjan teko eli pidän päiväkirjaa kokemuksistani ja oppimisestani klubitalolla. Toinen oppimistehtäväni on perehtyä johonkin mielenterveyskuntoutujiin koskevaan tutkimukseen ja pitää siitä "osastotunti"/alustus klubitalon jäsenille ja henkilökunnalle.

3. "Mielenkiintoisia tapahtumia, asioita" täällä harjoittelusi aikana? Jotain uutta, kuin esim. "muissa paikoissa" joissa opiskelet, eli se käytännön puoli?

Klubitalohan poikkeaa suuresti tämän jakson harjoittelupaikoista, joita ovat mm. Porvoon sairaalan psykiatriset osastot. Aluksi oli ehkä hieman vaikeaa sisäistää ajatus siitä, että täällä ei varsinaisesti "hoideta" ketään vaan klubitalon tarkoituksena on auttaa mielenterveyskuntoutujia muilla tavoin.

4. Lempivärisi, näkyykö se jotenkin esim. vaatteissa, silmissä?

Lempivärisi on musta. Se on ajaton ja tyylikäs värivalinta aina. Kesäisin suosin tietysti vaaleita värejä. Iän myötä olen alkanut käyttää vaatetuksessani ja hiuksissani yhä enemmän kirkkaita värejä piristykseksi. "Paras" silmien väri on mielestäni vihreä.

5. ”Uskomuksista” usein kysyn, joten teen sen nytkin, jokin asia joka ”friskaa” tai päinvastoin? Uskot lujasti siihen!

”Se mikä ei tapa, vahvistaa.”

6. Ammatti johon valmistut? Koulutuksen pituus kaiken kaikkiaan ja opiskelupaikka?

Valmistun jonain kauniina päivänä terveydenhoitajaksi. Opiskelu-aika on keskimäärin 4 vuotta. Aion väljentää opiskelua jatkossa, jolloin opiskeluajakseni tulee varmaan 4,5 vuotta. Haluan väljentää opiskelurytmiä lasteni takia. Lasten kasvattaminen, opiskelu ja kodin pyörittäminen käy aika ajoin liian raskaaksi. Opiskelussa ja aikuisen ihmisen elämässä puoli vuotta on lyhyt aika, mutta pienille lapsille se on korvaamatonta. Opiskelen Porvoossa. Jatkossa opiskelupaikka voi vaihtua Ouluun. Suunnitelmissa on muuttaa takaisin Ouluun.

7. Hyvää alkavaa kevättä, näitä hyviä opiskelupäiviä, vielä kerran, tervetuloa ”Porvoon klubitalolle”!

Kiitos! Hyvää kevään jatkoa myös sinulle Marko ja tietysti kaikille muillekin klubitalon jäsenille! Harjoitteluaika täällä on ollut mielenkiintoista ja antoisaa!



KLUBITALON AURINGONVALOSSA

*Pakkanen paukkuu ulkona
ja tuuli etsii pesää
pitkistä hiuksista.*

*Klubitalossa on lämmin
ja elämäntuoksuinen ilmapiiri.
Tänne tulee mielellään,
heti kun Uni-Matti
suostuu päästämään irti.*

*Omana hulluna itsenä
tuntee itsensä melkein
terveeksi,
kun kaikki kaverit täällä
ovat ottamassa avosylin vastaan.*

*Ei voisi parempaa paikkaa
olla
kipeälle ja ihmettelevälle
sielulle.*

*Antaa paniikin tulla
jos on tullakseen –
ihmisten auttavat kädet
ovat lähellä.*

*Kultainen kiitos kaikille
klubilaisille ja ohjaajille.*

Jasmine Wilenius

"Päivien Kimallus"

Tänä kevättalvisena päivänä,
auringon jo hieman grittäessä lämmittää
väsyngyttä kulkijaa, viluisaa ja nahruista

Tänä kevättalvisena päivänä,
tuntijessani vahvasti elämän sykkivän,
paksojen vaatekerrostenkin sisällä

Tänä kevättalvisena päivänä,
haluan uskoa uutteen kevääseen,
se aina lopulta saapuu virvoittamaan
meitä talven kangistamia sieluja,
kuin näлкиintyneinä, orpoina
kurottaen, hautaen apua

Tänä kevättalvisena päivänä,
uskoni loputtomien päivien
loputtomaan, levottomaan juoksuun
ja vuodenaikojen loputtomaan kiertoon
uuden syntymään, vanhan ja väsyneen tilalle
korvaamaan kuihtuneen ja lahonneen

Tänä kevättalvisena päivänä,
mikään, ei mikään,
voi minua lannistaa, rohkaistuneena,
ehtyneet voimani koonneena
jatkan matkaa

Tänä kevättalvisena päivänä,
lipuen pitkin
loputtomien päivien
virtaa silti
vajoamatta pinnan alle
pöörteisen veden
kuljettajassa minua keveästi
ah, niin keveästi!

XXX, Susanna

Vitsinurkkaus osa 2.

En ole saanut tänään mitään itsestäni irti, sanoi spitaalinen.

Pomo uudelle työntekijälleen : - Voittekin sitten heti ruveta siivoamaan vessaa tällä harjalla.

- Anteeksi , johtaja. Kiinnittäisin vain huomiota siihen seikkaan, että olen juuri valmistunut insenööriksi.

- Aivan niin anteeksi...antakaa se harja niin minä ensin näytän mallia.

Miksi blondi hukkuu pudottuaan mereen ? – Koska kyltissä luki: Uiminen kielletty !

Opettaja antoi Kallelle kotitehtävän: - Piirrä vihkoosi hedelmä huomiseksi. Kotona Kalle kysyi äidiltään: - Mikä on vihkoosihedelmä ?

Opettaja nuhteli pikku teemua : - Miksi heitit minua omenalla ? – No, kun viinirypäleillä ei osu.



Lähde : INTERNET

Katarina

Itsekunnioituksen julistus

Minä olen minä.

Olen ainutlaatuinen. Koko maailmassa ei ole toista kaltaistani ihmisolentoa – minulla on aivan omat sormenjälkeni ja omat ajatukseni. Minua ei sylkäisty ulos muotista kuin Coca-Colan korkkia ollakseni toisen korkin kaksoiskappale.

Omistan itsessäni kaiken – ruumiini, ja voin tehdä sillä mitä haluan; mieleni ja kaikki sen ajatukset ja ideat; tunteeni, sekä iloiset että tuskalliset.

Omistan ihanteeni, unelmani, toivoni, kuvitelmani, pelkoni.

Pidätän oikeuden ajatella ja tuntea muista poikkeavalla tavalla ja suon muille näiden oikeuden omistani poikkeaviin ajatuksiin ja tunteisiin – myös minua itseäni kohtaan.

Omistan kaikki voittoni ja menestykseni. Omistan myös kaikki epäonnistumiseni ja erehdykseni. Minä aiheutan sen minkä teen ja olen vastuussa omasta käyttäytymisestääni. Haluan sallia itselleni epätäydellisyyden. Kun teen virheitä tai epäonnistun, tiedän, etten ole epäonnistunut ihminen – olen yhä OK – ja hylkään itsestäni jotain sopimatonta ja tulen kokeilemaan uusia keinoja.

Nauran vapaasti ja kovaaäänisesti itselleni – se on tervettä itserohkaisua.

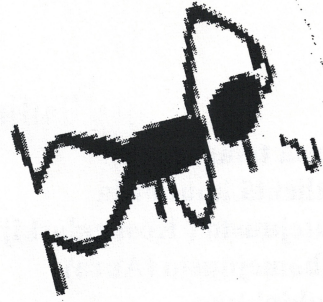
Minusta on hauskaa elää ihoni sisällä.

Muistan, että ovi kaikkien elämään vaatii tämän huokauksen: Kunnioita itseäsi!

Minulla on arvoni ja merkitykseni.

Minä olen minä, ja minä olen ihan mukava.

Virginia Satir



Alkuruoka

Tulinen tomaattikeitto

1 kg kypsiä tomaatteja
2 dl lihalientä kuutioista
100 g sulatejuusto (Koskenlaskija, Viola)
100 g sinihomejuusto (Aura)
100 g savukinkkua
2-3 valkosipulin kynttä
mustapippuria
tuore pippuripaprika
tuoretta basilikaa ja persiljaa
(suolaa)



Soseuta kypsät tomaatit kuorineen tehosekoittimessa, kaada kattilaan. Lisää lihaliemet ja kuumenna keitos kiehuvaaksi. Paloittele sulatejuusto, murena sinihomejuusto ja kuutioi savukinkku. Lisää juustot ja kinkkukuutiot keitokseen, keitä noin 30 minuuttia. Mausta keitto kypsentämisen aikana valkosipulimurskeella ja mustapippurilla. Lisää keittämisen lopulla 10 minuutiksi pippuripaprika kokonaisuena keitokseen. Jos haluat tiiviimmän maun, keitä vielä 10-20 minuuttia. Tarkista maku ja lisää silputut yrtit.

Pääruoka

Uuniperunat, naudan sisäfile, sieni- pekoni-kastike

Uuniperunat : pese isoja rosamunda-perunoita ja pistele niihin haarukalla reikiä. Laita perunat yksitellen folioon ja tee niistä nyyttejä. Paista uunissa n. 200 asteessa noin tunti.
Naudan sisäfile : Varaa naudan sisäfilettä 200-250 g per syöjä. Anna fileen olla huoneenlämmössä vähintään kaksi tuntia. Mausta file suolalla, pippurilla, timjamilla ja rosmariinilla. Kääri file pekoniin. paista uunissa omaan mieleiseen kypsyyssasteeseen. Voit tarkistaa lihan tilaa välillä. Uunin lämpötila 225 astetta. Lisää vuokaan punaviiniä.
Sieni-pekoni-kastike : Paloittele pekoni ja tuoreet herkkusienet. Paista sienet pannulla, lisää joukkoon pekonit. Anna paistua tovi, sekoittele. Lisää kermaa ja anna kiehua kasaan. Mausta tarvittaessa suolalla ja pippurilla.

Jälkiruoka

Suklaakohokas

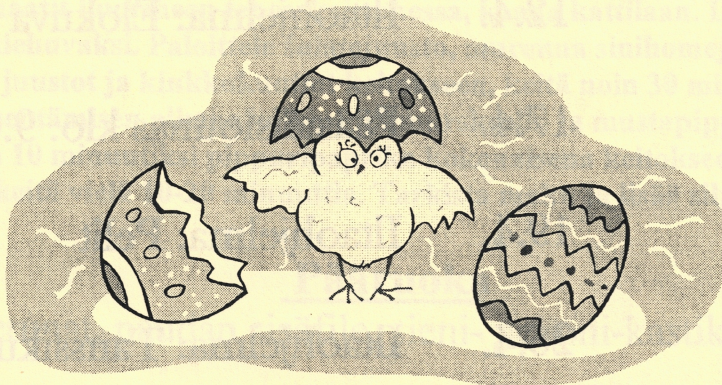
125 g tummaa suklaata
125 g voita
3 munaa
2,5 dl tomusokeria
¾ dl puolikarkeita vehnä jauhoja

Sulata suklaa ja voi vesipaahteessa pikku kattilassa. Vatkaa munat ja sokeri vaahdoksi. Lisää suklaa-voiseos ja lopuksi vehnä jauhot. Voitele pienet metallivuoat voilla. Kaada seos vuokiin. Täytä vuoat ¾ niiden korkeudesta. säilytä jääkaapissa vähintään ½ tuntia ennen valmistamista. Paista 200 asteen uunilämmössä 10-20 minuuttia juuri ennen tarjoamista. Tarjoa lisäkkeenä kermavaahtoa tai vaniljajäätelöä.

TULEVAT TAPAHTUMAT

Keskiviikko	5.4.	Iltaohjelma: Ruoka Tacoja
Keskiviikko	12.4.	Iltaohjelma: Elokuva
Maanantai	17.4.	Pääsiäislounas klo. 9.00 - 13.00
Keskiviikko	19.4.	Iltaohjelma: Pelit
Keskiviikko	26.4.	Iltaohjelma: Tanssikurssi
Keskiviikko	3.5.	Iltaohjelma: Tietokilpailu
Keskiviikko	10.5.	Iltaohjelma: Levyraati
Keskiviikko	17.5.	Iltaohjelma: Karaoke
Torstai	18.5.	Kevät tapaaminen Tampereella
Keskiviikko	24.5.	Iltaohjelma: Mönkky/Petanque
Keskiviikko	31.5.	Iltaohjelma: Kävelyretki Kokonniemeen grillaamaan

HYVÄÄ PÄÄSIÄISTÄ



GLAD PÅSK

Porvoon klubitalo
Linnankoskenkatu 32
06100 Porvoo
Puh. 019-5248086
Fax. 019-5248087



Borgå klubbhus
Linnankoskigatan 32
06100 Borgå
Tel. 019-5248086
Fax. 019-5248087

E-mail: porvoonklubitalo@elisnet.fi
<http://personal.inet.fi/yhdistys/porvoonklubitalo>