

Porvoon Klubitalo
Borgå Klubbhus
Jäsenlehti
nro.50
Medlemsblad
Kesäkuun 2010 lehti



Ryhmäkuva Tuomaan tupaantulijaisista



Porvoon Klubitalo

Mielenterveyskuntoutajat ja palkattu henkilökunta muodostavat yhdessä tasavertaisen ja kuntouttavan yhteisön, Klubitalon. Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen, ja sen tavoitteena on kuntoutujan omanarvontunnon ja elämänhallinnan lisääntyminen.

Porvoon Klubitalo

Osoite: Linnankoskenkatu 32
06100 Porvoo

Puh: 019-524 8086
Fax: 019-524 8087

E-mail: porvoonklubitalo@elisanet.fi
WWW: www.porvoonklubitalo.org
www.fh-klubitalot.fi
www.iccd.org
www.ituspy.com

Aukioloajat : Ma – To klo 8 – 16 , Pe 8-14:15



Klubitalon toiminta rakentuu työpainotteisen päivän ympärille. Päivän aikana voi oppia uusia taitoja, osallistua yhteisön rakentamiseen ja vahvistaa sosiaalisia suhteita. Kaikki Klubitalon ylläpitämiseen tarvittava työ pyritään tekemään omin voimin. Klubitalon tavoitteena on myös edistää jäsentensä työnsaanti- opiskelumahdollisuuksia. Jäsenellä on mahdollisuus osallistua sekä kotimaisen että kansainvälisen klubitaloverkoston toimintaan.

Jäseneksi voivat hakeutua vähintään 18-vuotiaat henkilöt, joilla on, tai on ollut joskus mielenterveysongelmia. Jäsenyys on vapaaehtoinen, aikarajoitteeton ja maksuton.



Itä-Uudenmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry
Socialpsykiatriska föreningen i Östra-Myland rf



Porvoon Klubitalon jäsenlehti nro. 50

Sisällys:

- | | |
|--------------|--|
| 4-5 | Pääkirjoitus |
| 6-7 | Kultaa tuli |
| 8-9 | Kukanpäivän tapahtuma Humlassa |
| 10-11 | Neuvoa-antava hallitus esittäytyy |
| 12-13 | Imatran kevät seminaari |
| 14-15 | Opiskelijoiden haastattelut |
| 16 | Siirtymätyö tilanne |
| 17 | Kuuden viikon menú |
| 18-19 | Tulevat tapahtumat |

Seuraava Porvoon Klubitalon lehti ilmestyy elokuussa 2010

Tämän lehden tekoon ovat osallistuneet: Marko R. Marjukka, Tuomas S, Anna-Maija, Rolf, Jaana Y. Aulimarja, Veikko, Matti Lu. Karoliina, Matti K.





Pääkirjoitus

Kevät on ehkä kauneimmillaan ja luonto vehreimmillään. Aurinko porotti muutama viikko sitten jo aivan kesäisesti, mutta sen jälkeen olemmekin saaneet sadetta yllin kyllin.

Klubitalolla elämä on ollut hektistä koko kevään. Epätietoisuus tulevasta rahoituksesta on saanut meidät kaikki kampanjoimaan klubitalon säilymisen puolesta ja olemmekin saaneet kiitettävästi julkisuutta niin Porvoon kaupungin päättävissä elimissä kuin tiedotusvälineissäkin. Neuvoa antava hallitus on myös osaltaan tehnyt hienoa työtä klubitalon hyväksi ja jopa klubitalon jäsenten omaiset ovat kantaneet kortensa kekoon kustantamalla virkistystoimintaamme. Paljon on vielä tehtävää rahoituksen suhteen, mutta olkaamme positiivisella mielellä tulevaisuuden suhteen. Ei näin hienoa ja monelle klubin jäsenelle elintärkeää toimintaa voi ajaa alas ilman erittäin negatiivisia seurauksia. Muistakaamme vielä, että yksi päivä klubitalolla maksaa 40 €, yksi päivä sairaalan osasto 23:lla maksaa 500-600 €.

Maaliskuussa teimme kävijäennätyksen klubitalolla. 57 eri kävijää osallistui klubin toimintaan. Jotkut kävivät päivittäin, jotkut harvemmin, mutta määrällisesti luku on iso. Tästä voisi todeta, että yhteisöllisyydessä on voima, ei kenessäkään yksin.

Jotta emme kangistuisi kaavoihin olemme ottaneet uuden systeemin työnjakotaulun käyttöön. Aikaisemminhan meillä oli kaikki päivittäiset ja viikoittaiset työt kirjoitettuna taululle tarkasti eri viikonpäivien ja yksiköiden kohdalle, mutta nyt aloitamme työpainotteisen päivän aivan tyhjältä taululta. Ravistelemme siis klubitalon rakenteita oikein kunnolla. Tämän uuden systeemin isänä on toiminut Tuomas, joka toi idean viime vuoden New Yorkin koulutuksestaan. Uusi systemi on saanut niin ihastusta ja vihastustakin, mutta pääsääntöisesti positiivista palautetta. Nyt jokaisen täytyy pinnistellä muistiaan (eikä vähiten meidän ohjaajien) ja sehän on hyvä asia.

Ohjaajien kesälomat ovat alkamassa ja ensimmäisenä lähtee lomalla Marjukka, jonka lomakone suuntaa aivan Australiaan asti. Seuraavaksi lähtee lomalla Tuomas ja sitten allekirjoittanut. Kesälomasijaisina toimivat sairaanhoitajaopiskelija Tiina Pelli ja juhannusviikolla myös vanha tuttumme, Alekski Saarela.

Oikein mukavaa, rentouttavaa ja lämmintä kesää kaikille!

Kirj. Anna-Maija Vähämartti

Jäähyväiset.

Olen työskennellyt Porvoon klubitalolla ohjaajana melkein 3 vuotta, mutta nyt on jäähyväisten aika. Yksi ovi on suljettava, jotta seuraavan voisi avata ja nyt olen sulkemassa Porvoon klubitalon ovea. Uusi ovi avautuu omassa kotikunnassani Lapinjärvellä oman kotikyläni Porlammin yläasteen ja lukion kotitalouden lehtorin virassa elokuussa. Palaan siis vanhaan ammattiini ja vanhaan kouluuni, josta olen itsekin päässyt ylioppilaaksi aikanaan.

Pitkäaikainen haaveeni ja unelmani on vihdoin toteutumassa. Vaikka olen äärettömän iloinen valinnastani, olen samalla kovin haikea. Klubitalolle jää niin monta hyvää ystävää ja monta yhdessä koettua hetkeä. Aina ei ole ollut helppoa, mutta olen saanut oppia paljon uutta elämästä - rohkeudesta, ystävyyydestä ja peräksiantamattomuudesta. Meillä kaikilla on unelmia – pidetään niistä kiinni.

Haluan lämpimästi ja sydämestäni kiittää kaikkia klubitalon jäseniä, lähimpiä työkavereitani Marjukkaa ja Tuomasta, yhdistyksemme toiminnanjohtajaa Mariannaa, sekä kaikkia yhdistyksemme työntekijöitä ja kaikkia niitä yhteistyökumppaneita ja –tahoja, joiden kanssa olemme tehneet yhteistyötä. Kiitos, että olen saanut kulkea hetken rinnallanne.

Seuraajakseni on valittu vanha tuttumme, syksyllä kansainväliseksi eräoppaaksi valmistuva Aleksi Saarela. Onnea Aleksille ja ihanaa kesää kaikille.

Tähän lopuksi vielä Tove Janssonin Muumilaakson runo.

On niitä, jotka jäävät ja toisia, jotka lähtevät.
Kukin saa valita itse, mutta on valittava ajoissa,
eikä koskaan saa antaa periksi.

- Tove Jansson -

Anna-Maija Vähämartti



VOITTO KUOPION SALIBANDYN SM-TURNAUKSESSA

Olemme harjoitelleet koko talven joka ainoa perjantai kokonniemen Aurora hallissa. Harjoitus vuosiakin on takana useita. Pelaajia harjoituksissa on käynyt kymmen-kunta, maalivahtina on harjoitellut Janne Hopia. Hyökkääjät ja puolustajat ovat myös treenanneet omia paikkojaan. Harjoitus on kestänyt noin tunnin kerrallaan. Sali vuokrat on nyt maksanut liikuntatoimi ja vertaisliikunnan ohjaajana on toiminut Jukka Seppälä. Jukka myös ilmoitti meidät MTKL:n mestaruusturnaukseen.

Rahat olivat tosi tiukalla ja saimme pitkään jännittää onko meillä varaa lähteä koko turnaukseen. Viime hetkellä saimme projekti avustuksen Keskusliitosta jolla maksoimme oman bussin ja matkustajakodin. Bussin kuljettajan saimme suhteilla ja autoksi saimme Suomen Turistiauton kaupunki bussin joka oli kyllä aika askeettinen. Matka alkoi lauantai aamuna klo 04:00 jotta ehtisimme asettua, levätä ja käydä matkustajakodissa jättämässä tavaramme.

Ensimmäinen matsi oli ennen puoltapäivää minkä hoidimme rutiinilla. Kaiken kaikkiaan pelasimme kuusi ottelua jotka voitimme kaikki. Otteluista kolme voitimme nolla pelinä Jannen venyessä maalissa upeasti. Yksi matsi meni rankaistuslaukaisu kilpailuun. Hoidimme senkin. Jokainen pelaaja pystyi pelaamaan kykyjensä mukaan ja peliaikaa järjestyi kaikille. Lopuksi saimme kaikki tiukan loppu-ottelun jälkeen prenikat kaulaan. Ei tullut kyllä helpolla.

Illalla lähdimme Kuopion yö-elämään juhlistamaan voittoamme mitalit kaulassa. Olimme paikallisessa pubissa ja pizzeriassa. Yö-kerhoon emme eksyneet. Tämä oli samalla pelikauden päättäjaiset. Punkkaan mentiin joskus kello yksi tai kaksi. Aamulla saimme tosi tuhdin aamupalan joka sisältyi yöpaikkaan. Puolilta päivin suuntasimme kohti Porvoota.

Pokaalit tai "pojat" toimme klubitalolle säilytykseen ja kaikki ohjaajat olivat poliklinikkaa myöten tosi ylpeitä meistä. He halusivat tarjota meille kakkukahvit klubilla. Ja tokihan se meille sopii. Paikalle kutsuttiin myös lehdistö ja radio. Juttu oli 28.5 Uusimaassa.



t:Veikko

VOITONMALJAT

"Ei meitä päätä huimaa,
kun kuljemme, pitkin poikin maantietä.
Tunnistan kaukaisen tornin, sitä kunnioittaen,
sinne lähelle, käy matkamme..."

Kello 10 on jo ja saavutaan Kuopiohallille.

"Ja niin me kilpaillaan, voitosta voittoon, käy tiemme"
6-2 5-0 4-1 3-0 2-1(rl.) ja viimeinen silaus 1-0 eli finaali
"Nyt me ollaan jo kaikki, voittajia"
"Matkustajakodista korttelin päässä
voimme nauttia, kulkurin voitonmaljan..."

Iltasella palataan matkustajakotiin...
"Viimein sapuu yö, nyt viimeisetkin, käy sijoilleen"
Tätä voittoa olemme odottaneet vuosia
ja nukkuessa, "Vain lyhde jää palamaan
pieluksessa, pienen kodikkaan matkustajakodin..."

Sunnuntai-aamu. Ollaan Kuopion rautatieasemalla
ravintolassa, nauttimassa aamupalaa, kuinkas' muutenkaan
ja väsyneet matkalaiset odottaa kotiin lähtöä,
ja alkuillasta ollaankin jo Porvoossa.

Kiitokset: Kaikille mukanaolleille sekä kotipuolessa
hengessä mukana olleille. Kahvitilaisuus seuraa
sitten myöhemmin.

Kirj. Marko Reiman

MTKL mestaruusturnaus 15.5.2010 salibandy, Kuopio
harrastesarjassa. Mukana 15 joukkuetta.

Humlan retki 12.5.2010

Itä-Uudenmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen ja Porvoon mielenterveysyhdistyksen järjestämä vuotuinen ulkoilupäivä Humlan majalla toteutui kauniissa kevätsäässä.

Eri kyydeillä paikalle saapuneet yhdistysten jäsenet ohjaajineen, myös Porvoon klubitalolaiset, olivat asettautuneet mukavasti pöytien ääreen aurinkoiselle pihamaalle, kun vihdoin saavuin paikalle.

Sauna kävi kuumana, ja miehet vilvoittelivat pyyhkeisillään ulkosalla. Naiset eivät tietenkään voineet saunaan, siinähän menisi kampaukset ja meikit pilalle, eikä sen jälkeen voisi näyttäytyä muutamaan tuntiin! Pitäisi ensin saada meikit naamaan ja tukka käkerrettyä tai suoristettua, tarpeen mukaan. Tyypillistä!

Pétanque lähti käyntiin innostuneella porukalla hiekka-alueella. Muutama pallo valui kuitenkin yllättävän lähelle nurtsilla istuilevia. Yksi huti heitto, ja olisimme olleet ambulanssia vailla...



Kahvit ja mehut, makkarat ja lätyt osuivat ja upposivat. Hyvät olivat emäntien valmistamat eväät.

Elämä hymyili, ainakin melkein kaikille.



Itse ajoin pahasti harhaan majalle aikoessani, auto humpsahti ojaan ja jouduin soittamaan hinaajan paikalle. Eikä siinä vielä kaikki! Juostessani pöpelikössä hinaajaa vastaan minut bongasi metsän siimeksessä

lymyillyt iso musta lintu! "Tästä ei kuljeta!", meuhkasi hullu metso tohkeissaan. Eikä kuljettu. En päässyt eteen enkä taakse. Huusin kauhuissani ja vähän tuskissanikin pitkään, ennen kuin toiset ulkoilijat Marjukka etunenässä löysivät paikalle.

Iso lintu oli nimittäin ehtinyt hakkaamaan sääreni mustelmille sekä nokallaan että siivillään, mikä teki uskomattoman kipeää.

"Menehän minä" tuntui metso ajattelevan ylivoiman edessä, ja häipyi vähin ääniin takaisin valtakuntaansa.

Ohjaaja katseli minua vaaleanpunaisten aurinkolasiensa lävitse: "Ainakin saatiin olla ulkona!". Onhan se niinkin niin, mutta minulla taisi siitä huolimatta nousta verenpaine turhan korkealla.



Seurassa kahvikupin äärellä kävimme koettelemuksiani lävitse ja juttelimme samalla niitä näitä. Vähitellen rauhoituin, ja sain konkreettisesti huomata vertaistuen tärkeyden: kenellä oli tullut ketsupit ja sinapit rinnuksille, ketä taas jättiläishauki pelottanut veneen pohjalla teutaroidessaan. Siinäpä sitä vertaistukea kerrakseen!

Ihanaa kuulua mukavaan yhdistykseen. Ihmisillä riittää ymmärrystä, empatiaa ja sympatiaa, teestä puhumattakaan.

Aulimarja Heino



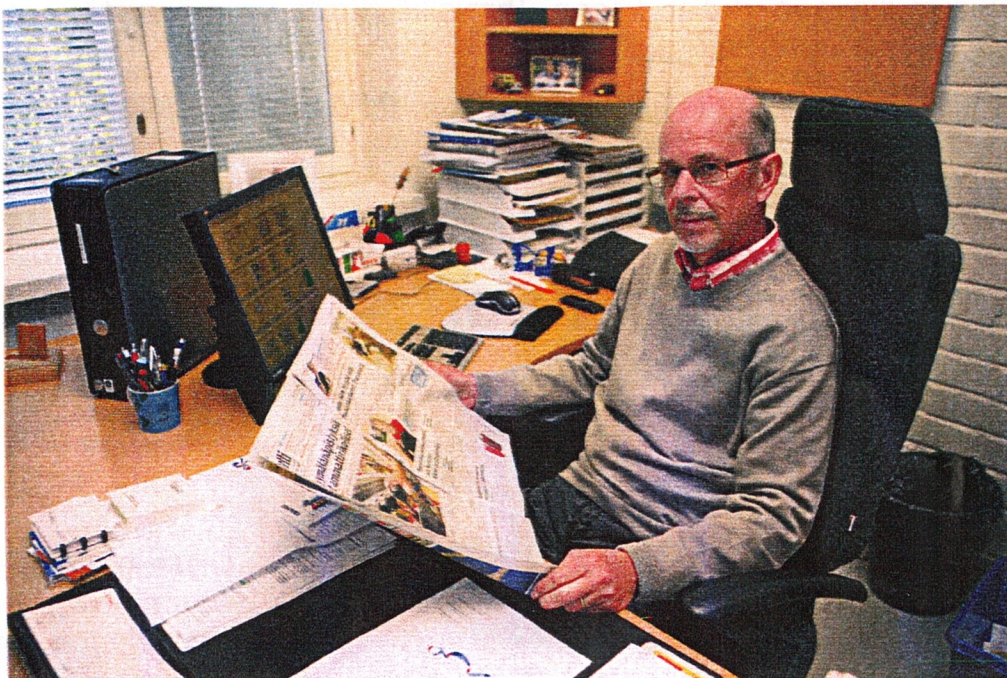
Porvoon Klubitalon neuvoa-antavan hallituksen jäsenten esittelyjä

Neuvoa-antava hallitus on kasvanut tämän kevään aikana kahdella uudella jäsenellä. Toimintaan ovat tulossa mukaan Edupolin ohjaavan koulutuksen tiimipäällikkö **Taina Paananen** sekä sarjakuvapiirtäjä, kaupungin valtuuston Vihreät puolueen ryhmäjohtaja **Kaisa Leka**.

Muut neuvoa-antavan hallituksen jäsenet ovat: **Mikko Reijonen** (puheenjohtaja), **Marja Nurme**, **Harri Kari**, **Rolf Gabrielsson**, **Marianna Sorvali**, **Teemu Huovila**, **Jarkko Vähä-Koukkula**, **Marjukka Jantunen** (sihteeri).

Neuvoa-antavan hallituksen jäsenet edustavat eri ammattialoja ja monenlaista tietämystä, jonka avulla he voivat tukea Klubitaloa kehittymään mielenterveyskuntoutujien tarpeisiin mahdollisimman hyvin vastaavaksi toimijaksi Porvoon Klubitalon toiminta-alueella.

Tässä kesäkuun lehdessä neuvoa-antavan hallituksen jäsenten esittäytymisvuorossa on Rolf Gabrielsson.



Rolf Gabrielsson

Porvoon Klubitalon neuvoa-antavan hallituksen jäsen Rolf Gabrielsson on paljasjalkainen porvoonlainen, syntynyt Povoossa 11.3.1946, asunut Porvoossa 1960-luvun alusta alkaen, ennen sitä hän asui Porvoon maalaiskunnan puolella Alkrogissa, jonne hän muutti kaupungista ollessaan muutaman vuoden ikäinen.

Ylioppilaaksi hän valmistui Borgå Lyceumista 1965, jonka jälkeen Rolf lähti opiskelemaan (Åbo Akademi) valtiotiedettä. Valmistui valt.t.maisteriksi 1973.

Toimittajan uran Rolf aloitti 1960-luvun loppupuolella opiskelun ohessa ruotsinkielisen alueradion avustajana. Vuonna 1970 hän sai paikan Hufvudstadsbladetin aluetoimittajana Itä-Uudellamaalla (asemapaikkana Porvoo). Hän hoiti tätä hommaa vuoteen 1976 asti, jolloin hän siirtyi varapäätoimittajaksi Borgåbladetiin. Tämä jatkui vuoteen 1982 asti, jolloin hänestä tuli lehden päätoimittaja. Vuonna 1985 hän siirtyi Landsbygdens Folk -lehden päätoimittajaksi Helsinkiin (ruotsinkielisten maataloustuottajien lehti). Vuonna 1990 takaisin Borgåbladetiin taas päätoimittajaksi. Sieltä vuonna 1996 tiedottajaksi Liikenneturvaan, josta uutispäälliköksi ja päätoimittajan sijaiseksi Uusimaahan 1997. Uusimaa lehdessä hän hoiti myös päätoimittajan virkaa jonkin aikaa vt:nä, kunnes 1998 siirtyi Liikenneturvan viestintäpäälliköksi. Vuonna 2004 Vartti Itä-Uusimaan (silloin Itäväylän) päätoimittajaksi, mistä hän siirtyi ansaitulle eläkkeelle 1.11.2009. Nuorekkaana ja hyväkuntoisena hän ei malttanut jäädä pelkästään eläkkeelle joten hän jatkoi työtä senior communications consultant loviisalaisen mainos- ja viestintätoimistossa peak pressissä.

Työelämän ulkopuolella elämäniloa hänelle ammentaa ihana vaimo Maarit, poika Kimmo, naimisissa Sannan kanssa, heillä toukokuussa kaksi vuotta täyttävä Helmi tytär, joka on tietysti fafan silmänterä.

Hän on ahkera myös harrastuksissa. Tässä pieni otos harrastuksista: autoilu, liikunta (hiihto, pyöräily, vaellus), moottoripyöräily (Suzuki Intruder 800), maanpuolustus (12 vuotta maanpuolustustiedotuksen suunnittelukunnan jäsen - tiedotus- ja valmiusjaostoissa mm.).

Tämän kaiken lisäksi hän on ehtinyt ja antanut osaamistaan luottamustehtävissä. Kolme kautta Porvoon kaupunginvaltuuston jäsenenä (rkp). Kaavoitus- ja rakennuslautakunnan monivuotinen jäsen kuten myös julkisivujaoston, jonka jaoston puheenjohtajana hän myös toimi. Porvoon Aleksanterinkadun sillan seurantatyöryhmän puheenjohtajanakin hän ansiokkaasti toimi.

Tiedän että hän kokee Porvoon klubitalon toiminnan erittäin tärkeäksi. Meidän muiden onneksi saimme Rolfin hallituksen jäseneksi vahvistamaan neuvoa-antavaa hallitusta. Rolf viestintäalan ammattilaisena ja laaja alaisella kokemuksellaan auttaa Klubitalon tunnettavuuden lisäämistä.

Lisäksi ihmisenä Rolf on esimerkillinen ja sydämellinen, hän on valmis auttamaan kanssaihmiä kun apua tarvitaan.

Neuvoa-antava hallituksen jäsen Harri kari

OLTIIN YÖTÄ SIELLÄ

Pieni hotelli, mielenkiintoinen
ikkunat rivissä, kohteliaasti

kuin tinasotilaat
ajomatkan päässä, kaupungista.

Me oltiin yötä siellä...
Mutta sitä ennen elämme, kokonaista elämää.
Jos tarjoat tuopin,
niin kerron sulle tarinan...

Hulluutta tai ei,
tuo kaupunki vei sydämmein.
Siinä teatterin valoissa
tai nuo loistavat kaupunginvalot, vastaantulevat.

Sitten onkin jo ilta...
Soittorasiasta soittaja,
lopettaa soittonsa, tahtipuikolla
Mitä?

Illan hämärässä me palataan laitakaupunkiin,
ennen kuin viimeinen juna jättää aseman...
Voin heittää kilisevät kolikot, toivomuslähteeseen,
jättää katulyhdyt loistamaan siihen ovenpieleen...
aamulla ne on jo kertoneet tarinan,
löydän pöytälaatikosta runokynän...

Marko Reiman



Verkoston kevätseminaari Imatralla 5-6.5.2010



Saavuimme perille Hotelli Vuoksenhoviin



Tervetuliaispuheen piti Veijo Nevalainen Imatran mielenterveyspalvelujen ylilääkäri



Elect-hankeesta ja Cimo:sta kertoivat Suvimäkeläiset



Päivällinen maistui Imatran keskustassa



Musiikki esitys ja mainospuhe iltamista Bar Osmos&Cosmos



Yhteislaulu: Karjalaistenlaulu



Ville Grönberg kertoi verkoston laatuprojektin tuloksista ja sai läksiäislahjan.
Oik. Verkoston hallituksen pj. Markku Törnblom



Työpaja työskentelyä Kurssit ja koulutukset ryhmässä

OPISKELIJA JAANAN HAASTATTELU

1. Kerro hieman itsestäsi

Olen 21 –vuotias terveydenhoitajaopiskelija Porvoon Laureasta. Asun Pornaisissa avomieheni kanssa melko maalaisissa merkeissä. Olen ahkera ja tekeväinen ihminen, oikeastaan melko ”levoton sielu. Harrastan laulamista viihdekuorossa, sekä urheilua jonkin verran.

2. Miten opiskelut ja valmistautuminen? Mahdollinen työpaikka, onko jo tiedossa?

Aloitin pian kolmannen opiskeluvuoteni ja valmistun v. 2012 keväällä. Opiskeluun sisältyy melko paljon käytännön harjoittelujaksoja, jotka ovat oppimisen kannalta parhaita. Päättäminen ja kirjallisten töiden teko on välillä tosi puuduttavaa, mutta nekin jaksaa, kun pitää tavoitteen ja päämäärän mielessä. Olen tehnyt hoitoalan keikkatöitä koko opiskeluajan, ja työtä olisi tarjolla niin paljon kun, vaan jaksaisi tehdä. Tällä hetkellä haaveeni olisi päästä päivätyöhön kouluterveydenhuoltoon, terveystakeskukseen tai neuvolaan.

3. Miten olet viihtynyt klubitalolla? Kerro joku asia t. tapahtuma klubitalolla, mikä on jäänyt mieleesi?

Klubitalolla olen viihtynyt erinomaisesti. Jäsenten kanssa on ollut mukava viettää harjoittelupäiviä ja olen huomannut, miten tärkeä Klubitaloyhteisö on mielenterveyskuntoutujille. Olen saanut tutustua lähemmin mielenterveystyöhön ja oppinut erilaisia vuorovaikutustaitoja. Mieleenpainuneimpia muistoja klubitalolta ovat mm. vappujuhlat ja munkkien paisto, sekä hauskat juttelutuokiot jäsenten kanssa, jolloin on saanut todella nauraa.

4. Mitä muuta kuuluu opiskelijan arkipäivään, tai miksei juhlaankin?'

Arki on kyllä hyvin kiireistä ja työntäyteistä. Päivä menee joko koulussa tai harjoittelussa, muu aika menee töissä tai koulutöitä tehden kotona. Tietysti aikaa menee myös kotihommiin, ruuanlaittoon, pyykkeihin ynnä muuhun. Oikea vapaa –aika on harvinaista herkkua. Joskus vapaana viikonloppunallaan kavereiden kanssa, juhliitaan ja syödään hyvin. Kesäisin on enemmän aikaa ja intoa tehdä kaikkea kivaa. En ole pitänyt lomaa kahteen vuoteen, joten tulevan kesän kaksiviikkoista lomaa odotan todella innolla.

5. Olet kovin ”luonnollinen” Mikä on elämänasenteesi salaisuus?

Vai että luonnollinen, heh Olen pienestä asti ollut avoin, ihmisläheinen, iloinen ja vauhdikas tyyppi. En niinkään välitä, mitä muut minusta ajattelevat, vaan olen oma itseni. En sen kummemmin seuraa muotia tai mene villitysten perässä, vaan elän ja pukeudun omaan tyyliini, sitä paitsi ikä tuo koko ajan itsevarmuutta lisää. Välillä arki tuntuu raskaalta, mutta elämässä on löydettävä itseä miellyttäviä asioita ja kehitettävä itseään, ei auta jäädä paikalleen. Rento asenne ja asioihin hyvin suhtautuminen auttaa elämässä eteenpäin. Myös terveet elämäntavat ovat todella tärkeät oman hyvinvoinnin kannalta.

6. Ei muuta kuin hyvää jatkoa, edelleen sekä elämässä, että opiskeluissa. Olet ollut todella tervetullut meidän klubitalolle.

Kiitos paljon mukavista kevätpäivistä. Iloa, hyvinvointia ja rakkautta kaikille klubitalojen jäsenille ja ohjaajille.

KIITOS

kysymykset: Marko Reiman

22.4.2010

1. Harjoittelija Karon haastattelu

Olet tulevaisuuteksi työuraksesi valinnut terveydenhoitoalan. Miksi? Onko terveydenhoito sinulle kutsumustyö?

2. Tiedän, että olet Elimäeltä. Kerro vähän lapsuudestasi ja nuoruudestasi. Oliko sinulla lemmikkieläimiä (kissat, koirat, vasikat tai oikein hevoset)?

3. Entä muita harrastuksia. Pidätkö esimerkiksi musiikista? Mikä on mielimusiikkiasi? Entä muu kulttuuri? Kirjallisuus, teatteri, elokuvat.

4. Huomenna 23.4.2010 loppuu työharjoittelusi Porvoon Klubitalossa. Miten jatkuu lähitulevaisuutesi? Odotat vauvaa, miten uusi ihminen vaikuttaa elämääsi? Jatkatko opiskelua?

5. Jos voitaisit lotossa 3-5 milj. €, miten sijoittaisit rahasi?

6. Olet ollut harjoittelijana 5 viikkoa ja lopetat huomenna. Toivotamme kaikki Klubitalon väki sinulle Hyvää Kesää ja oikein hyvää tulevaisuutta. Kiitos kun olet ollut täällä seuranamme!

22.4.2010 Haastatteluvastaukset Karoliina

1. Olen aina halunnut johonkin sosiaaliseen ammattiin, jossa pääsee auttamaan ihmisiä eri tavoin. Sairaanhoidoala oli yksi monista vaihtoehtoista, joita mietin. Tämä ala on osoittautunut hyvin mielenkiintoiseksi.

2. Asuin suuren osan lapsuudestani Ratulassa (Elimäen pieni sivukylä) seuratalon yläkerrassa. Vaikka meillä ei ollut maatilaa, pääsin kavereiden luona hoitamaan posuuja ja vasikoita. Kotona meillä oli kaneja, marsuja ja hamstereita (ei kaikkia kuitenkaan yhtä aikaa). Minulla on ollut myös liskoja ja gerbiilejä näiden lisäksi (siksi minulla on nykyäänkin monta chinchillaa.) Mielikuvitusta tuli käytettyä paljon, kun kaveriporukalla rymysimme metsässä ja niityillä.

3. Harrastuksia on tullut kokeiltua jousiammunnasta lentopalloon ja kuoroon, mutta tällä hetkellä harrastan jonkin verran larppaamista (live action roleplaying), roolipelaamista yleensäkin, piirtämistä (joka on jäänyt viime aikoina vähemmälle) sekä kesäisin kasvimaan ja puutarhan hoitoa. Musiikkiin puolella minulla ei ole selkeitä suosikkeja eli sen mukaan mennään, mikä kuulostaa hyvältä. Eniten kuitenkin tulee kuunneltua hieman klassis/folk- sävytteistä raskaampaa/rockahtavampaa musiikkia. Kirjoja tykkään lukea paljon laidasta laitaan. Nuorempana olinkin aikamoinen lukutoukka. Arvostan myös paljon erilaisia taiteilijoita esim. Da Vinciä ja Salvador Dalia.

4. Hieman on haikeaa, kun harjoittelu loppuu. Kuitenkin toukokuussa tulen korvaamaan pari päivää Klubille. Maanantaina olisi tarkoitus jatkaa harjoittelua aluesairaalan päivystyspoliklinikalla, somaattisella puolella. Sen jälkeen alkaisi äitiysloma, joka kestää vuoden verran. Jännityksellä odotan, kuinka esikoiseni suhtautuu pikku sisarukseensa. Elämä tulee muuttumaan niin, että joutuu opettelemaan, kuinka toimitaan kahden vaippaikäisen kanssa eri tilanteissa.

5. Jaa-a. Varmaan, jos lotossa voitaisiin, niin tulisi ostettua omakotitalo, suurin osa säästöön ja jokin summa hyväntekeväisyyteen. Ei sitä rahoilla tulisi kuitenkaan retosteltua.

6. Kiitoksia oikein paljon klubitalolaisille, kun sain täällä harjoittelussa olla! Oli oikein mukavaa ja antoisaa! Hyvää kesää kaikille!

Siirtymätyöpaikat

kesä 2010

Porvoon Klubitalo

Klubitalossa tehdään lähes kaikki työt itse keittiö- ja toimistoyksiköissä. Klubin jäsenet tekevät näitä töitä uutta oppien ja kuntoutuen. Ne jäsenet, jotka ovat halukkaita ja kuntoutuneita, voivat päästä siirtymä- tai tuettuun työhön. Porvoon Klubitalolla on tänä kesänä yhteensä neljä siirtymä- tai tuettua työpaikkaa.

Epoon vanhainkoti siivoustyö ma- ke- to klo 9.00 – 13.00

Elina siirtymätyössä heinäkuun loppuun asti

Porvoon seudun työvoiman palvelukeskus, siivoustyö ma

– pe klo 15.30 – 17.30 Kaija siirtymätyössä heinäkuun puoliväliin asti

Cafe Cabriole varasto- ja keittiöapulaisen työ ti ja to klo 12.00 – 14.30 Marcus siirtymätyössä syyskuun alkuun asti

Taipaletalo ja Tellervokoti siivoustyö ma ja pe klo 9.00 – 11.00 ja 12.00 – 14.00 Eetu tuetussa työssä kesäkuun loppuun asti

Keittiön ruokalista 31.5 – 9.7.2010



Viikko 22	31.5 – 4.6.2010			
Ma 31.5	Ti 1.6	Ke 2.6	To 3.6	Pe 4.6
Kaurapuuro + pähkinöitä ja hunajaa kinkkuleipä	Lihamureke, kastike perunamuusi, salaatti	Lohikiusaus, punajuuret, salaatti	Vaalea broilerikeitto, sämpylä, Aurinkokakku	Kasvispihvit, sienikastike, perunat, salaatti
Viikko 23	7 – 11.2010			
Ma 7.6	Ti 8.6	Ke 9.6	To 10.6	Pe 11.6
Ohrapuuro, mehukeitto, maksamakkara-leipä	Makaronilihalaatikko, porkkana-ananasraaste	Mantelikala, perunat, punajuurisalaatti	Jauheliuhakeitto, sämpylä, pannukakku+hillo	Broilerikiusaus, salaatti
Viikko 24	14 -18.6			
Ma 14.6	Ti 15.6	Ke 16.6	To 17.6	Pe 18.6
Mannapuuro, mehukeitto, kananmunaleipä	Voimavuoka, salaatti	Tilliliha, peruna, vihannekset, salaatti	Kesäkeitto, sämpylä, Raparperimansikkakiisseli	Makkarakastike, perunat, salaatti
Viikko 25	21 – 25.6.2010			
Ma 21.6	Ti 22.6	Ke 23.6	To 24.6	Pe 25.6
Riisi-ohrapuuro, mehukeitto, juustoleipä	Maksakastike, perunat, salaatti	Lihaperunasose-laatikko, sinappi-kurkkusalaatti, salaatti	Nakkikeitto, sämpylä, marjarahka	Juhannusmenu: ilmoitetaan myöhemmin
Viikko 26	28.6 – 2.7.2010			
Ma 28.6	Ti 29.6	Ke 30.6	To 1.7	Pe 2.7
Tattariapuuro, voisilmä, maito, sardiinileipä	Uunimakkara, perunamuusi, salaatti	Broilerinkoivet, riisi, salaatti	Lohikeitto, sämpylä, suklaakiisseli	Suikalelihakastike, perunat, salaatti
Viikko 27	5 – 9.7.2010			
Ma 5.7	Ti 6.7	Ke 7.7	To 8.7	Pe 9.7
Hirssipuuro, mehukeitto, kinkkuleipä	Jauheliuhakastike, perunat, raaste	Uunikala, perunamuusi, keit.herneet, salaatti	Juustokeitto, sämpylä, jäätelö+mansikat	Chili con carne, riisi, salaatti

Aterioihin sisältyy aina ruokajuoma, näkkileipä + hedelmä ja kahvi.

Keittopäivinä tarjotaan pehmeää leipää ja jälkiruokaa.

TULEVAT TAPAHTUMAT

RETKET:

RETKI
HYRSYLÄNMUTKAA
N AIRA SAMULININ
KOTITILALLE
7.7.2010
VIIMEINEN
ILMOITTAUTUMINEN
18.6.2010
LOUNASTAMME
LOHJAN
KLUBITALOLLA,
LÄHTÖ 8:30 PALUU
ILLALLA
OMAVASTUU OSUUS
15€

RETKI KESÄHARJUN
KARTANOON IITTIIN
KE-PE 18-
20.8.2010.

OMAVASTUU 30 €.
ILMOITTAUTUMINEN
VIIMEISTÄÄN MA
2.8.2010.

Iltaohjelmat ovat
kesätauolla.
Suunnittelemme
syys- kauden
iltaohjelmia
elokuussa

Henkilökunnan kesälomat 2010:

Marjukka	31.5 – 28.6.2010
Tuomas	4.6 – 4.7.2010
Anna-Maija	21.6 – 1.8.2010

Kesälomasijaiset:

Tiina Pelli	1.6 – 30.6.2010
Alexi Saarela	21.6 – 27.6.2010

Uusi työntekijä Klubitalolle

Alexi Saarela aloittaa uutena "vanhana" työntekijänä Porvoon klubitalolla elokuussa A
Maijan siirryttyä uusiin haasteisiin. Kuva puhukoon puolestaan.

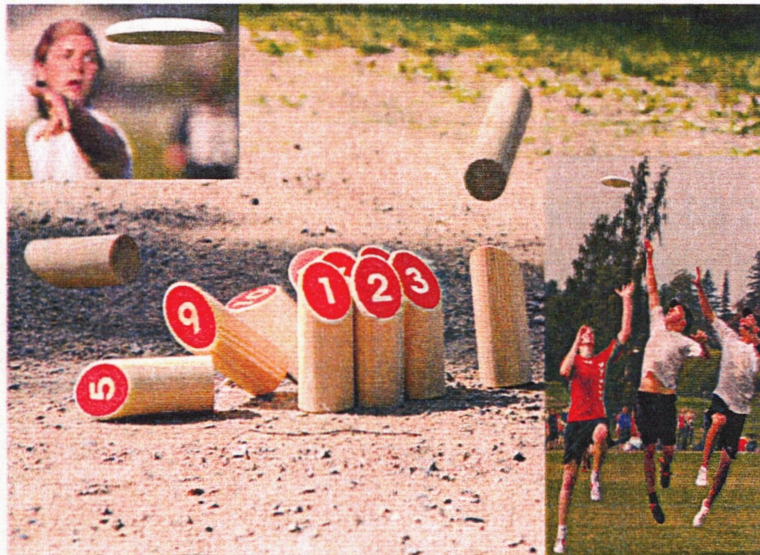


2



Suomen Fountain House - klubitalojen verkoston urheilukisat Helsingissä

Brahen kentällä perjantaina 3.9.2010
klo 10-16



Ilmoittautumiset osoitteeseen
urheilukisat@helsinginklubitalo.org
maanantaina 9.8. mennessä



Ennakkotunnelmia Helsingin
Klubitalon karaokeillassa torstaina
2.9. klo 16-19

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

porvoonklubitalo@elisanet.fi
www.porvoonklubitalo.org

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