



**PORVOON KLUBITALO  
LOVIISAN KLUBITALO**



**Loviisan Klubitalo  
Lovisa Klubbhus**



**Porvoon Klubitalo  
Borgå Klubbhus**

**Yhteinen jäsenlehti nro 88**



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.



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





# Porvoon Klubitalon jäsenlehti nro 88

## Tässä numerossa:

- 4 Pääkirjoitus
- 5-9 Loviisalaiset ystävämme esittäytyvät
- 10 Mediaryhmä
- 11 Tyttökaleri
- 12-13 Haastatteluja
- 14 Värityskuva
- 15 Vapaa-ajan komitea
- 16 Keittiössä tapahtuu
- 17 Timon ristikko
- 18-19 Info

## Lehden toimitus:

Ulla  
Aija  
Maija  
Aleksi  
Piia  
Jussi  
Jarkko  
Lina  
Timo  
Tiina  
Jonna  
Jami  
Anu  
Maarit  
Sandra  
Rauli  
Pekka  
Marina  
Marjut  
Katja  
Jutta  
Vernereri

Tämän lehden artikkelit ovat jäsenten ja henkilökunnan kirjoittamia, eivätkä välttämättä edusta Klubitalon virallista näkemystä.



**Porvoon Klubitalo**  
Kaivokatu 37  
06100 PORVOO

**Borgå Klubbhus**  
Brunnsgatan 37  
06100 BORGÅ

Keittiö/Köket	040-1366276
Respa/Reception	040-8219585
Toimisto/Byrå	040-1366277

posti@porvoonklubitalo.org  
www.porvoonklubitalo.org

3

## Tervehdys Klubitalo- lehden lukija!

Vuoden 2018 alku on tuonut valtavasti muutoksen tuulia. Voimakkaimmat tuulet puhalsivat Loviisaan, jonne saatiin STEA:n ja Loviisan kaupungin tuella startattua Loviisan Klubitalo helmikuun alusta. Loviisassa oli jo valmiiksi vahva Mentera-klubin yhteisö mahtavine ohjaajineen. Loviisan Klubitalo on lähtenyt innolla ja kunniakkaasti oppimaan ja pyörittämään Klubitalo- mallin mukaista työpainotteista päivää sekä ryhmä- ja vapaa- ajantoimintaa.

Porvoon Klubitalon yhteisö on puolestaan vahvasti elänyt mukana Loviisan Klubitalon alkumetreillä. Vierailuja ja perehdytyksiä on tehty puolin ja toisin. Laatusuosituksia Loviisassa ollaan käyty läpi lähes viikoittain, mentoreina ovat toimineet allekirjoittaneen lisäksi Aija ja Juuso. Yhtenä esimerkkinä talojen välisestä yhteistyöstä on tämä lehti, jota julkaistaan molempien talojen yhteistyönä.

Myös hallinnolliset rakenteet ovat kokeneet uudistuksia alkuvuonna. Neuvoo-antavanhallituksen jäsenedustajat vaihtuivat tammikuussa, Juuson ja Jarkon saappaisiin astuivat Aija ja Guy. Myös neuvoo-antavan hallituksen puheenjohtajan pesti vaihtui, Mikko Reijonen luovutti puheenjohtajan nuijansa Anne Wetterstandille. Mikko jatkaa edelleen ”nahkassa” ns. rivimiehenä, muina jäseninä edellä mainittujen lisäksi ovat Marja Nurme, Hannele Pesola, Katriina Toivonen, Päivi Nousiainen ja allekirjoittanut sekä Loviisan Klubitalon edustajana Piia Miettinen, Merja Grönberg ja Anu Valtanen. Lämmin kiitos kaikille arvokkaasta

panoksestanne Klubitalojen hyväksi!

Oma työpanokseni on jakautunut helmikuusta lähtien sekä Porvoon, että Loviisan Klubitalojen välillä ja yritän tässä parasta aikaa opetella uuteen rooliini luovimaan talojen välillä. Monta asiaa on vielä opeteltavana ja järjesteltävänä mutta sen tiedän, että olen valtavan iloinen ja ylpeä molemmista Klubitalo-yhteisöistä, huikea meininki kumpaisessakin talossa.

Liikkuva kivi ei sammaloidu, eikä talomakaan, joten parasta aikaa työnalla on Paikka auki- hankeavustukset STEA:lta molempiin taloihin. Hankeavustusten turvin pyrimme palkkaamaan alle 30v. nuoren joko vuodeksi töihin tai oppisopimuskoulutukseen. Taas on mitä loppuvuodesta jännittää!

Iloa kevääseen!

- Ulla- Maija Järvikukka -





# Loviisalaiset ystävämme

## Henkilökunta esittäytyy

Hei, olen Anu Valtanen ja Klubitalon vastaava ohjaaja. Koulutukseltani olen mielenterveyshoitaja ja plakkarissa on myös saamenkäsityön artesaanin opinnot. Ja ei, en puhu sujuvasti Saamea ;) Loviisassa olen ollut töissä noin seitsemän vuotta. Eli työt olen aloittanut Mentera-klubin päivätoimintakeskuksessa.

Kiinnostukseni kohteet ovat vahvasti erilaisissa kulttuuri riennoissa ja tekemisissä. Ja tämä on näkynyt myös klubin toiminnan ideoinnissa ja suunnitteluissa. Yhteisön kanssa olemme perustaneet Loviisaan bändin, kuoron ja draamaryhmän. Seitsemän vuoden aikana olemme järjestäneet monia taide- ja valokuvanäyttelyitä eri gallerioihin ja tiloihin paikkakunnalla. Kulttuuri kaikissa muodoissaan on erinomaista vastapainoa arjen rutiineihin.

Toiminta talolla on jo monen vuoden ajan ollut sovelletusti Klubitalojen maailmasta ja siksi onkin mahtavaa, että 1.2.2018 alkoi Loviisassa kauan kaivattu Klubitalo toiminta. Nyt, lyhyen kokemuksen perusteella on toimintaan tullut entistä enemmän yhteisöllisyyttä, ja jäsenille intoa hoitaa ja kantaa vastuu tehtävistä sekä talon kehittämistä. Olemme onnellisessa asemassa, että meillä on tukena ja apuna Porvoon klubitalon energinen ja osaava porukka, jotka luotsaavat yhteisöä laatusuosituksen kera Klubitalojen kansainväliseen maailmaan. Suihkulähteen pisaroiden lailla tieto ja taito saavuttavat meidät.

Tilojen osalta kävi tuuri, kun vanhoissa tiloissa rikkoontui vesiputki ja jouduimme väistötiloihin, ja sitä kautta nopean etsinnän avulla löysimme keskeltä Loviisaa toimintaan sopivat tilat. Tuuri siinä, että uusi tila löytyi nopeasti ja juuri suunnitellusta paikasta.

Nykyiset tilat kävimme jäsenten ja Porvoon klubitalon porukan kanssa katsomassa ja pienten muutos-/remonttietehdotusten myötä olimme yksimielisiä muutosta Mariankadulle Loviisan keskustaan.

Innolla odotan Klubitalojen verkoston tapaamisia, uusia ideoita, osaamisen, kokemusten lisääntymistä ja uusiin ihmisiin tutustumista. Syksyllä myös odottaa Klubitalon koulutus Helsingissä. Hienoja asioita edessäpäin!

Mutta ennen kaikkea nautitaan aurinkoisista kevätpäivistä ja hymyilevistä ihmisistä. Terveisin, Anu





Olen Maarit Hämäläinen ja toimin Loviisan klubitalolla toisena ohjaajana.

Aloitin työt Itä-Uudenmaan sosiaalipsykiatrisessa yhdistyksessä syksyllä 2017 jolloin toimintamme oli vielä Menterassa.

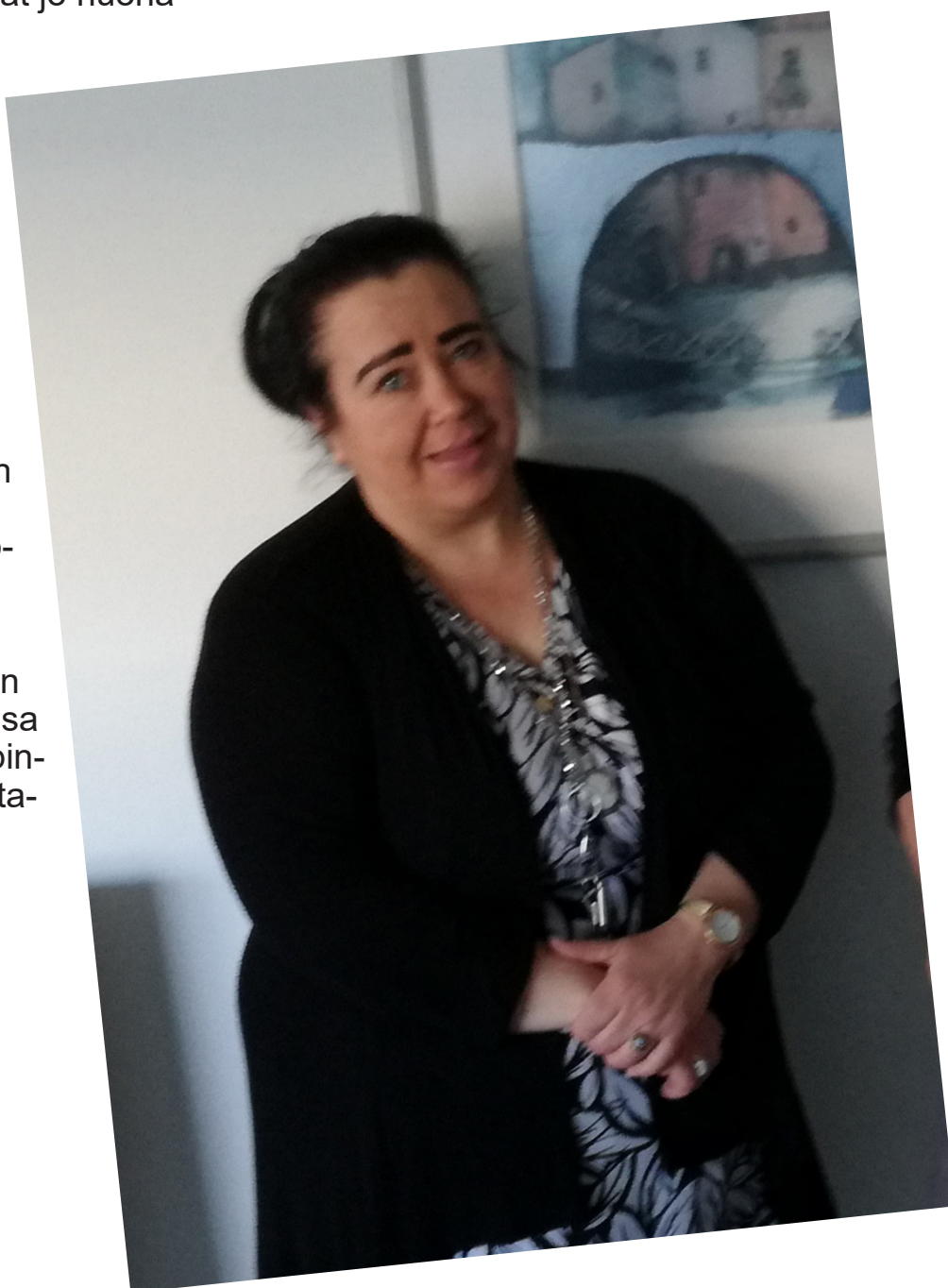
Koulutukseltani olen lähihoitaja, erikoistumisalana mielenterveys- ja päihdetyö. Ennen Menteraan tuloani tein keikkatöitä Mäntylä-kotiin ja Suomen Punaiselle Ristille sekä toimin yrittäjänä maatalouden ja hevoskasvatuksen parissa, jota vanhin lapsistani jatkaa tällä hetkellä. Lapseni yksi tyttö ja kaksi poikaa ovat jo nuoria aikuisia.

Olen myös puutarhuri ja toimin siinä virassa useita vuosia. Maanviljelijän ja hevosalan ammattitutkinnot olen myös aikanaan suorittanut. Vapaa-aikani harrastan hevosten ja koirieni kanssa, teen käsitöitä, askartelen, kuoputelen puutarhassa, viihdyn mökillä, ja mahdollisuuksien mukaan myös maailmalla. Etenkin erilaiset avustustyökohteet ovat lähellä sydäntäni.

Pyrin myös kouluttautumaan jatkuvasti lisää. Toukokuussa aloitan AMK Green Care opinnot luontolähtöisen kuntouttavan työn perusteisiin.

On ollut hienoa olla mukana ”luotsaamassa” klubitaloa Loviisaan ja huomata miten keskustaan muuttaessamme ovi käy entistä tiheämpään tahtiin. Koen etenkin yhteisöllisyyden ja tasa-arvoisuuden tärkeinä periaatteina.

Klubilla nähdään :)





# Jäsenten suusta

## Hyvä aamu

Oli kiva tulla Klubitalolle tänä aamuna. Kun olin ensimmäinen jäsen joka tuli Klubitalolle sain auttaa aamupalan kattauksessa kotoisasti keittiöön. Ihanaa saada vähän aamukahvia. Olin kotona kyllä keittänyt puuron nuorimmalle pojalleni, mutta hänelle maistuihin leipä. Maarit ehdottikin, että voisin leipasta rieskaa puurosta.

Klubitalon jäsenistä olen saanut hyviä kavereita. Ystäväni Janne jopa auttoi laittamaan lasteni pyörät kevätkuntoon viime sunnuntaina. Tänä kesänä heinäkuussa me klubilaiset suunnitellaan laivamatkaa Ahvenanmaalle. Tutustumme Maarianhaminalaiseen Klubitaloon ja heidän toimintaansa.

Toivotan tässä kaikille lehden lukijoille oikein hyvää kesää! T; Marjut

Käyn klubilla pari kertaa viikossa morjestamassa kavereita. Ihmiset ovat yleensä iloisia ja mukavia klubilla. Klubilla käynti piristää päivää mukavasti. Uudet tilat ovat tarpeeksi tilavia ja mukavia oleskella, mielestäni muutto on onnistunut hyvin ja klubi on erittäin hyvässä paikassa Loviisan keskustassa.

## Pekka

Olen alkanut käydä Menterassa 4 vuotta sitten, kun sain oman tukiasunnon. Teen töitä 3 päivää viikossa mäntyläkodissa, jossa teen savetti- ja korkkihommia. Klubilla teen pääasiassa toimistohommia, esimerkiksi siivous, sähköpostien lukeminen, kanttiini ja ruokakassan hoitamista. Olen ollut myös reach out- toiminnassa. Koen että uudet tilat ovat isot, edustavat ja sopivat käytäntöön. On hyvä

että tilat ovat keskustassa. Henkilökuntaa on tarpeeksi. Työpainotteinen päivä on hyvä juttu, töitä on enemmän ja on mukavampi olla kun on tekemistä. Esimerkiksi aamun työnjako ja kanttiini ovat hyviä uudistuksia.

## Marina

Olen käynyt Menterassa kesäkuussa 5 vuotta. Koen että Mentera oli pelastus oman hyvinvoinnin kannalta. Tykkään olla toimistossa, olen kanttiinissa, otan ruokarahat, sähköpostien lukemista, siivousta ja roskien hoito. Tykkään uusista tiloista, todella isot ja viihtyisät, ja hyvällä paikalla keskustassa. Klubitalolla uudet työnjaot aamulla klo 9.00 ja päivällä klo 12.00. Koen sen hyvänä. Olen tykännyt uudesta Klubitalosta kun on enemmän tekemistä. Tulen päivittäin ja tunnen että saan hyvän mielen koska muutkin ovat hyvällä tuulella.

Muistan hyvin kun tulin ensimmäisen kerran päivätoimintakeskukseen joka sittemmin nimettiin Mentera –klubiksi. astuin kynnyksen yli ensimmäisenä aukiolopäivänä. Sen kynnyksen yliastuminen oli ratkaiseva asia elämässäni. En ollut enää yksin haasteitteni kanssa.

Mentera-ajoilta on todella hyviä muistoja. Jotain kuitenkin puuttui. Nyt kun olemme virallisesti Loviisan klubitalo huomaan jo nyt eron. Työtoiminta nosti heti päätänsä! Kiitettävän moni alkoi osallistua työtoimintaan ja on saanut nyt potkua päiväänsä.

Pidän uudesta freesistä tavasta toimia. se muokkautuu kokoajan ja tekee siksi paikasta mielenkiintoisen.

Aistin että meitä odottaa moni hyvä asia.

## Rauli

Valitsin hyvin päivän jona tulla tutustumaan Loviisan Klubitaloon. Samana päivänä oli koulutustilaisuus Klubitalon toiminnasta, joten sain myös tilaisuuden tutustua Porvoon Klubitalon jäseniin sekä kummankin talon suunnannäyttäjään, Ullaan. Ja tietenkin kattavan kuvauksen Klubitoiminnasta.

Loviisan Klubitalo löytyi tuolloin Kumppanuustalo Kulmasta, vanhan motellin sijoilta evakosta Antinkylästä. Sieltä oli jouduttu lähtemään kun putkisto päätti puskea vettä muualtakin kuin hanoista. Paikka, jossa Klubitalo oli kantanut nimeä Mentera, oli aika vaihtaa uuteen.

Kun itse astuin sisään Kulmalle Klubitalon tiloihin otettiin minut vastaan ystävällisin tervehdyksin. Minulle näytettiin tiloja (jotka sittemmin ovat vaihtuneet uusiin tiloihin Mariankadulla, keskellä kaupunkia) ja tutustuin kahvia siemaillen Klubin jäseniin. Kun jutustelun lomasta sai kysyttyä aionko liittyä, oli Anun (ohjaaja klubilla) tarmo paperijahtiin jäsenkaavakkeen löytämiseksi niin energistä, että se oli pakko ottaa kohteellisuuksena.

Loppujen lopuksi käyntini Klubilla meni niin hyvin että siitä riitti intoa jopa sen verran että rustasin ensimmäisen runon josta uskallan olla vähän ylpeä.

Eli jos minulta kysytään niin suosittelen vahvasti Loviisan Klubitalolla käyntiä kaikille kiinnostuneille.

Löydätte meidät täällä hetkellä osoitteesta Mariankatu 31, uusista huppeista tiloista. Tervetuloa!

Ja tässä mainittu runo;

*Sinussa on voima, ikuisesti kulkeva.*

*Meissä on voima, alati muuttuva.*

*Me olemme legioona*

*sillä meitä on monta,*

*pudonnutta enkeliä ja viatonta demonia.*

*Sinun sähkösi, solusi, moninkertaistuvat,*

*kuljettavat ajatuksia, unelmia.*

*Meistä muihin, heistä meihin.*

*Taivaasta mereen, hiekasta tuuleen,*

*toivosta kipuun, tuskasta onneen.*

*Yksin et ole sillä olet monta, yksinkin*

*legioona,*

*kahdessa jo armeija, monesta maailma.*





## Min Klubb

Kom till klubben via Lilla Petters Gård (ungdomsverkstad) och en då varande vän. Min första dag på klubben var 28.6.2005. Kändes från första stund välkommen, förstas gick funderingarna att vad är detta för ställe men dom försvann snabbt. Inom kort efter ett tag så blev klubben ett andra hem, och som en familj. Många olika händelser och personer har gått och setts och vissa bestått. En viss grej kommer jag rätt så starkt ihåg och de var att en av våra handledare bakade nu och då bulla åt oss. Varje gång var jag och norppa av degen en klump eller två. Så till sist börja hon och baka på sådana dagar som hon visste att jag inte dök upp på klubben.

Då i början befann sig klubben i centrum av Lovisa i ett hus som sedan senare revs ner och bort. På den tiden var det många av medlemmarna som kom och gick många gånger under en och samma dag som ex. de var ärande till fpa eller apoteket, socialbyrån och dyligt.

Kändes vissa dagar som om in genom ena dörren och ut genom andra.

Efter att varit i centrum kom flytten till Antby och tankar som det medfördes bland annat, var att hur blir det nu då, kommer människorna att hitta dit och kommer medlemmarna bli mindre eller vad sker det. Men allt gick fint och vardagen fortsatte mer eller mindre som förrut. Medlemmarna började och vara längre stunder på klubben och hela dagar och en ännu mer gemenskap växte till sig, tyckte jag. Antby utrymmena var större än vad vi hade haft. Åren gick

och allt möjligt blev av och gjort som ex. utfärder, kryssningar, konstutställning, fotomaraton som ledde till årskalender, kirppis, sähly och andra motions möjligheter mm. Självt var jag med och på klubben från och till i vissa perioder mer och andra perioder mindre pga föredetta arbetsplatser. Men ändå mer eller mindre regelbundet i vilket fall som helst. Under årens lopp har vi haft olika handledare var av alla varit bra på sitt sätt. Haft också olika praktikanter var av nästan varje vi lärt att sticka under den tiden den varit hos oss.

Nu för tillfället är vi i tillfälliga utrymmen. Snart blir det igen nya utrymmen i centrum och nya utmaningar. Nu i år har också klubbens namn Mentera byts och nu är vi Lovisa klubbhus.

skrivet 19.3.2018 Sandra





## Mediaryhmä

Mediaryhmä perustettiin v.2018 alusta. Kokoontuu keskiviikkoisin klo: 9.30-12.00.

Ryhmän tarkoitus on, opetella erilaisia mediataitoja. Esim. videokuvauksia, kuvankäsittelyä, meikkausta / maskeerausta ja editointia.

Ensimmäisenä aiheena, teimme harjoitusvideon työhaastattelutilanteesta.

Tämän jälkeen olemme tehneet myös muutaman harjoitusvideon, kuten esim: dj Juzan mainosvideo levyraadista.

Aiomme tehdä vielä tämän kesän aikana lyhytelokuvan, joka kertoo Zombiesta.

Olemme myös kokeilleet erilaisia maskeeraustapoja ja kuvanneet ja julkaisseet niitä sosiaalisessa mediassa.

Ryhmään on osallistunut noin 5-10 h/kerta.

Lisäksi olemme tehneet myös muita mediatöitä, esim.

Loviisan klubitalon logon.

Olemme myös opetelleet uuden videokameran, sekä myös digikameran käyttöä ja lisäksi olemme

harjoitelleet kuvankäsittelyä.

Mediaryhmä kuvaa myös tyttökalendaria vuodelle 2019.



JUZA/JAKE



# Klubitalon Tyttökalerin tekoa 2018

Tyttökalerin idea lähti siitä, että kun miehet teki mieskalenterin 2017, joten päätimme tehdä myös Tyttökalerin.

Ensin suunnittelimme yhdessä Tyttökaleriin osallistuvien naisten kanssa: Kuka ottaa minkäkin kuun itselleen sekä jokainen sai keksiä teeman omaan kuu-kauteen. Josta sitten aloitimme porukalla ensimmäiset kuvaukset 6.3.2018. Kuvaajana toimi Aija sekä avustajina olivat Aleks, Raquel, Johannes ja Timo.

Managerina toimii Maija. Managerin töihin kuului sopia kalerin kuvaukset ja pitää kuvaajan ajan tasalla ja teemat kuviin.

Kuvien oton jälkeen kuvaaja, Aija muokkaa kuvat Photoshopilla, ohjaaja Aleksin opastamana. Joka on tarkkuutta vaativaa työtä.

Jossa myös tehdään taustakuvat eli teemat.

On ollut mukavaa kuvailla ihmisiä tyttökaleriin ja muutenkin mukava projekti. Ja kiva oppia uusia juttuja kamerasta.

Kuvaukset ovat sujuneet hyvin, ongelmitta. Ja suunnitelmisamme on saada tyttökaleri valmiiksi syksyllä 2018, jolloin voimme aloittaa myymään kaleria. Joka tulee vuodelle 2019.

- Aija ja Maija -



## Opiskelijahaastatteluita

### Jutta

Nimesi: Jutta Sillanpää

Minkä ikäinen olet: 21

Mistä olet kotoisin: Kurikasta

Kuuluuko perheeseesi muita: Omat vanhemmat, kolme pikkuveljeä ja isosisko.

Mikä sinusta tulee valmistuttuasi: Sairaanhoitaja

Harrastuksesi: Luen paljon, kudon ja liikun + katon paljon leffoja

Mitä pidät Klubitalosta: Rakastan Klubitaloa! Klubitalo on jees!

Mikä on Klubitalossa mielestäsi parasta: Ihmiset, kaikki vapaa tekeminen.

Mitkä ovat lempiohjelmiasi tv:ssä: Uusi päivä

Onko sinulla jotakin, mitä haluaisit sanoa Klubilaisille vielä lopuksi: Tämä on ollut paras harjoitteluni! Kiitos kaikille tästä!

### Katja

Nimesi: Katja Yliniemi

Minkä ikäinen olet: Minä olen 24-vuotias

Mistä olet kotoisin: Syntyjäni olen Kemistä.

Kuuluuko perheeseesi muita: Sisko

Mikä sinusta tulee valmistuttuasi: Sairaanhoitaja

Harrastuksesi: Kuntonyrkkeily

Mitä pidät Klubitalosta: Pidän, ja pidän siksi että kaikki ovat täällä samanarvoisia.

Mikä on Klubitalossa mielestäsi parasta: Täällä ihmiset kohtaa toisensa ihmi-

senä.

Mitkä ovat lempiohjelmiasi tv:ssä: Netflixistä katson. Esimerkiksi: Lusifer, Orange is the new black, Riverdale.

Onko sinulla jotakin, mitä haluaisit sanoa Klubilaisille vielä lopuksi: Olla just semmoinen kuin juuri sinä hetkenä on!

Kiitos haastattelusta!

### Jami

Nimesi: Jami

Minkä ikäinen olet: 18

Mistä olet kotoisin: Porvoosta

Kuuluuko perheeseesi muita: isä

Mikä sinusta tulee valmistuttuasi: Datonomi

Harrastuksesi: Jääkiekko

Mitä pidät Klubitalosta: Mukava olla.

Mikä on Klubitalossa mielestäsi parasta: Että ei tarvitse kiirehtiä, saa tehdä omassa rauhassa.

Mitkä ovat lempiohjelmiasi tv:ssä: Southpark

Onko sinulla jotakin, mitä haluaisit sanoa Klubilaisille vielä lopuksi: Hyvää kesän odotusta!

Kiitos haastattelusta!





# Siviilipalvelushenkilön haastattelu

Saavun Porvoon klubitalolle siviilipalvelukseen 16.5.2018. Palvelukseni kestää vuoden.

Minun odotukseni ovat positiiviset, odotan innolla palveluksen alkua.

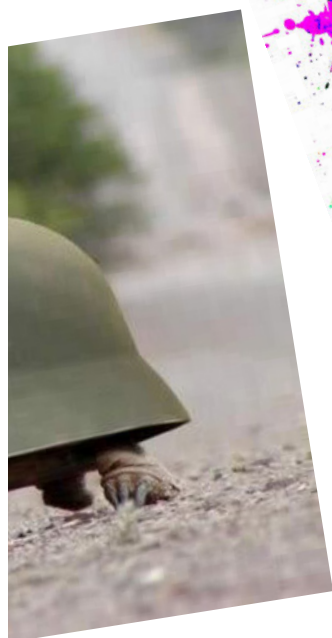
Olen 20- vuotias, kesällä mittariin tulee täyteen 21.

Klubitalosta tiedän etukäteen sen, että asiakkaat ovat mielenterveys ongelmista avoimia ihmisiä.

Haluan antaa itsestäni Klubitalolla positiivisen vaikutelman.

T:Verner

-Porvoon klubitalo toivottaa Vernerin tervetulleeksi!







PORVOON KLUBITALO jäsenlehti nro 88





# Vapaa-ajan komitea

Tämän vuoden alkupuolella meillä

Porvoon Klubitalolla starttasi uutuuksena Vapaa-ajan Komitea. Komiteassa mietitään ja suunnitellaan tulevia tapahtumia, retkiä, iltaohjelmia yms. sekä selvitetään yksityiskohtia, hintoja ja tehdään muita tarvittavia järjestelyjä asioiden eteenpäin viemiseksi ja toteuttamiseksi. Tulevien aktiviteettien mainosten ja ilmoittautumislistojen teko kuuluu myös Komitealle.

Meitä komiteassa kokoontuvia on ollut vaihtelevasti. Joskus valitettavasti vain noin kaksi jäsentä ja toisella kerralla taas ilahduttavan monta. Ja mitä useampi meitä on. Sitä upeampaa.

Tänään meitä oli koolla ihanat 12 henkilöä .

Suunniteltiin vappubileitä, ulkoilupäivää, kesäistä Tallinnan päiväretkää, megazonea, moniäänirockiin osallistumista ja tulossa on myös viljelypalstan suunnittelukokous.

Vapaa-ajan komitea kokoontuu perjantaisin klo: 9.30.

Tule mukaan ja tuo mukanasi toiveesi, ajatuksesi ja ideasi tulevalle, tehdään niistä mahdollisuuksien puitteissa yhdessä totta

Terveisin, Tiina ja tekninen tuki Jonna ☐



15



## Keittiössä tapahtuu ja padoissa porisee

Tervehdys keittiön kuumana höyryävien kattiloiden ja mausterikkaiden aromien maailmasta.

Talven kylmyys selätettynä myös keittiöyksikkö valmistautuu kesän tuloon; kesäpäiviä viilentäviä smoothieitä on suunniteltu kahvilaan ja ruokalistaa mietitty terveellisemmäksi, monipuolisemmaksi ja maukkaammaksi. Jotta toteutus on mahdollinen, päätimme yhteisesti nostaa ruokalippujen hintaa laadun takaamiseksi.

Uudistuksen myötä loihdimme ruokalippujen, kahvi- ja teelippujen ulkoasut uusiksi (iso kiitos tästä toimiston mielikuvitusrikkaille visionääreille ja mallemme). Nykyään voit syödä Klubin maittavaa lounasta 3.50€ maksavalla Juuso-setelillä. Jos kahvi- tai teehamasta kolottaa, voi 40 sentillä ostaa Kimmo-kolikolla kahvia ja 20 senttiä maksavalla Lasse-kolikolla teetä. Kahvila pyörii totuttuun tapaan aamupäivisin klo 10.30-11.00 ja iltapäivisin klo. 14.00-14.30 (poikkeuksena perjantai, jolloin suljemme

talon ovet jo klo 14.15). Olet tervetullut jokaisena arkipäivänä kahvittelemaan ja vaihtamaan kuulumisia kaikkien Klubilaisten kanssa.

Poikkeuksena kevätinfoon, keittiökokous pidetään nykyään tiistaisin klo 11.00.

Näihin tunnelmiin toivotamme jokaisen ruoanlaitosta innostuneen, kiinnostuneen ja uusia taitoja ja niksejä kaipaavan jäsenen keittiötouhuihin mukaan. Tehdään yhdessä päivistämme yrittäjäsuksia, makumaailmoiltaan elämyksellisiä päiviä Klubitalon keittiöarkeen. Näin voimme toteuttaa yhteisen visiomme ja toiveemme jokapäiväisistä maittavista Klubi-lounaista.

Nähdään Klubilla,

kevät-terveisin: Lina









# KEVÄTINFO

## 2018

### Ma

12:00 Lounas

14:15-15:15 Kävelyfutis  
(Kokonhallilla)

14:45 Keittiökokous

### Ti

9:30 Leivontaa

12:00 Lounas

13:00 Luovuusryhmä

14:30 Talokokous

**Työnjaot**

Aamulla klo. 9:00

Ilmapäivällä 12:45

Ilmainen aamiainen  
ja kahvia klo 8:00-9:00

**CAFÉ**

Vaahtera auki:

10:30-11:00 &

14:00-14:30

**Ruokalipun**

hinta nousee 1.3.

3,5 €, ja ruokailuun o

ilmoittautuminen/ ha

peruminen on klo 9:00 tu

mennessä

**Ruokailuun**

ilmottautuminen

Klo 9:00 mennessä

ja peruminen

9:00 mennessä

**Kehittämiskofoorumissa**

käsitellään talon toimintaa

ja valmistaudumme

tulevaan akreditointi-  
prosessiin!

**ATK-ryhmässä**

opetellaan tekemään

Klubin töitä  
tietokoneella

**Porvoon Klubitalo**

Kaivokatu 37

06100 PORVOO

Keittiö/Köket

Respa/Reception

Toimisto/Byrå

posti@porvoonklubitalo.org  
www.porvoonklubitalo.org

**Borgå Klubbhus**

Brunnsgatan 37

06100 BORGÅ

040-1366276

040-8219585

040-1366277

TAITAJÄSTÄ

MORO!





# Ke

9:30 Mediaryhmä  
12:00 Lounas  
14:30 Kehittämiskokouso  
foorumi  
15:30 Bändiryhmä  
16:00 Pertin Pelit

# To

9:30 St-kokous  
12:00 Lounas  
13:00 Toimistokokous  
14:30 ATK-ryhmä  
16:00 Iltaohjelma

# Pe

9:30 Vapaa-ajan  
komitea  
11:45 Lounas  
13:00 Sähly  
14:00 Liikuntatyhmä

**Kävelyfutis**  
on leppoisaa ja rennon  
hauskaa jalkapalloa, jossa  
tulee hiki, vaikka ei juosta  
ollenkaan

**Luovuus-**  
ryhmässä tehdään  
erilaisia taide- ja  
kädentaitojuttuja

**Tervetuloa**  
Bändi-ryhmään  
vaikket osaisikaan  
soittaa!

**Mediaryhmässä**  
harjoitellaan videointia  
ja valokuvaamista,  
ja voidaan tehdä omia  
videoita, vaikka  
lyhytelokuva!

LEIKKAA TÄSTÄ

TAITATASTÄ

**Pertin**

pelit-ryhmässä  
pelataan rooli- ja  
lautapelejä Juuson  
johdolla

**ILTAOHJELMA**

- 25.1. Elokuvalta
- 1.2. Käsityöilta
- 8.2. Martta & ruoanlaittoa  
(Afrikkalainen teema)
- 15.2. Laskiaisrieha
- 22.2. Hyvinvointi-ilta
- 1.3. Visuaalinen taide
- 8.3. Pantomiimi Alias-korteilla
- 15.3. Levyraati/ Karaoke
- 22.3. Dixit
- 29.3. Pääsiäismenot
- 5.4. Taideilta
- 12.4. Grottan
- 19.4. Geokätköily
- 26.3. Paintball
- 3.5. Loviisan reissu
- 17.5. Kylväminen (toukotyöt)
- 24.5. Ulkopelit
- 31.5. Yrttien keruulta
- 7.6. Hyvinvointi-ilta
- 14.6. Laavuretki & onkimista
- 21.6. Hiidenkirnut Askolassa
- 28.6. Ylläripylläri
- 5.7. Minigolf
- 12.7. Vanhan kaupungin kierros  
& picnic Linnamäellä
- 19.7. Tysäribileet -Hasselholma
- 26.7. Metsäretki





Loviisan Klubitalo  
Lovisa Klubbhus

Porvoon Klubitalo  
Borgå Klubbhus

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

