

JÄSENTIEDOTE

50 vuotta 1971-2021



Pohjois- Karjalan
MIELENTERVEYDENTUKI RY

Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki ry 50 vuotta 1971 -2021

Vuosi 1971 oli uuden vuosikymmenen alkua ja uudistusten aikaa. Kyseisenä vuonna tuli turvavyö pakolliseksi etuistuimilla kaikissa Suomessa myytävissä uusissa henkilöautoissa. Postinumerojärjestelmä otettiin koekäyttöön. Ensimmäinen lottoarvonta järjestettiin 3. tammikuuta. Koulujen työviikko lyhentyi viisipäiväiseksi syyslukukauden alusta lähtien.

Psyykeongelmaiset henkilöt kohtasivat kielteistä suhtautumista jopa lainsäätäjän taholta. Esimerkiksi vuoteen 1987 saakka avioliittolain mukaan psyykkisen diagnoosin saaneilla oli kieltö mennä naimisiin ja steriloinnistakin luovuttiin vasta 1969. Viidessä vuosikymmenessä asiat ovat muuttuneet todella paljon, vaikka stigma eli häpeäleima ei ole vielä täysin poistunut. Ilman yhdessä tekemistä ja yhdistystoimintaa tuskin olisimme päässeet tilanteeseen, jossa voimme puhua yleisesti mielen hyvinvoinnista.

Tekemisen meininki oli myös mielenterveystyössä suurta 1960-1970-lukujen taitteessa. Varhaisin sairaalan ulkopuolinen potilasyhdistys perustettiin 1968 lisalmessa. Potilasyhdistyksiä perustettiin 1969-1970 esimerkiksi Vaasaan, Ouluun, Seinäjoelle ja Kuopioon. Pioneerien rohkaisemana myös Pohjois-Karjalassa aktivoituttiin. Ajatus yhdistyksen perustamisesta syntyi Paiholan sairaalan tupakkahuoneessa osasto 6:lla. Yhdistys perustettiin PS-kerhon nimellä. Perustamiskokous pidettiin 1.3.1971 Paiholan sairaalan osasto 6:lla. Perustamiskokouksessa läsnä olivat Jaakko Harmaala (pj), Arja Vartiainen (siht.), Antero Raassina, Karin Waris, Ossi Leinonen, Onni Tukiainen, Toivo Halonen, Martti Rannela, Mirja Hiltunen, Esko Tuhkanen, Veikko Moisio, Heino Kiiskinen, Tuula Häikiö ja Paavo Koistinen. PS-kerho ilmoitettiin 17.5.1971 Joensuun Maistraattiin ja sen myötä yhdistysrekisteriin, johon yhdistys virallisesti hyväksyttiin 5.7.1971. (Lähde: Mäkelä, J: 2016. Apu huutavan hätään, Pohjois-karjalan Mielenterveydentuki ry:n historia 1971-2016)..

Lisää yhdistyksen syntyvaiheista voi lukea yhdistyksen historiikista "Apu huutavan hätään", jonka jokainen jäsen saa liittyessään yhdistykseen. Jos et ole saanut vielä kirjaa, sen voi noutaa yhdistyksen toimistolta MieTe kohtaamispaikasta. Kirjan voi myös ostaa. Yhdistyksemme juhlavuotta joudumme juhlimaan koronapandemian varjossa. Juhlatoimikunta on suunnitellut tälle vuodelle tapahtumia, mutta valitettavasti joudumme siirtämään suunnitelmia. Toivottavasti pääsemme vielä juhlimaan juhlavuottamme.

Tiedotamme tulevista tapahtumista yhdistyksen netti- ja facebook-sivuilla ja tulevissa jäsenkirjeissä. Muistakaa ilmoittaa, jos haluatte jäsenkirjeet jatkossa paperisena. Sähköisenä ne ovat luettavissa yhdistyksen sivuilta.

Pidetään toisistamme huolta ja jaksetaan vielä noudattaa koronaohjeita!

Anni Pesonen

toiminnanjohtaja

ILMOITUKSIA

HUOMIO, PAPERINEN JÄSENKIRJE LOPPUU!

Tämä on viimeinen paperinen jäsenkirje

Jatkossa jäsenkirjeet ilmestyvät sähköisenä ja ne ovat luettavissa yhdistyksen nettisivuilla sekä facebook-sivuillamme:

www.pkmielenterveydentuki.fi, www.facebook.com/pkmielenterveydentuki

Jos haluat edelleen paperisen jäsenkirjeen, ota yhteyttä toimistoomme.

Eeva Vartiainen

p. 044 738 1554

eeva.vartiainen@pkmielenterveydentuki.fi

MTKL EI LÄHETÄ ENÄÄ MUOVISIA JÄSENKORTTEJA

MTKL:n *OmaKilta* verkkopalvelussa jäsen voi itse tarkistaa ja päivittää omat tietonsa sekä käyttää sähköistä jäsenkorttia tai tulostaa sen. Palvelu on helppokäyttöinen ja siihen kirjaudutaan osoitteessa www.mtkl.fi. Jos tarvitset henkilökohtaista opastusta niin voit olla yhteydessä Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki ry:n toimistoon.

Eeva Vartiainen

p. 044 738 1554

eeva.vartiainen@pkmielenterveydentuki.fi

KOHTAAMISPAIKKA MIETE

Kohtaamispaikka MieTe on avoinna **MA-PE klo 13.00-17.00**. Vallitsevasta tilanteesta johtuen varsinainen ryhmätoiminta on tauolla odottaen parempia aikoja.

Etäryhmätoiminta alkaa helmikuun alusta ohjatulla toiminnalla: **Tiistaisin** jumppa klo 11.00 - 11.20 ja visailuja ja kisailuja 11.30 - 12.00. **Torstaisin** avoin keskusteluryhmä 11.00 - 12.00.

Tästä lisätietoa ja liittymislinkki yhdistyksen nettisivuilla www.pkmielenterveydentuki.fi/kohtaamispaikka-miete

Niko Aromaa, p. 044 750 0940



ILMOITUKSIA

KULTTUURIPAJA KUOHU

Kulttuuripaja Kuohu on suunnattu 18-35 -vuotiaille nuorille aikuisille, jotka haluavat vahvistaa mielen hyvinvointia luovan yhdessä tekemisen kautta. Koulutamme kulttuuripajalla vertaisohjaajia suunnittelemaan ja ohjaamaan toimintaa, jotta pajasta tulisi mahdollisimman paljon kävijöidensä näköinen. Kuohussa on mahdollisuus tehdä sitä mistä unelmoit sekä kokeilla ja oppia uutta yhdessä muiden kanssa. Ryhmien lisäksi Kuohu tarjoaa avoimen ja rennon kohtaamispaikan Joensuun keskustassa. Kuohun toimintaan osallistuminen on vapaaehtoista ja maksutonta, eikä mitään ennakkotaitoja tarvita.

Kuohun aukioloajat helmikuussa

MA-KE & PE klo 10.00 - 16.00

TO klo 12.00 - 18.00

Jos olet kiinnostunut toiminnastamme, niin ota meihin työntekijöihin yhteyttä tai osallistu meidän Tutustumispajaan, joka pidetään torstaisin klo 13 Kuohun tiloissa (Kaupakatu 28, 3.krs)

Sara Kosonen
p. 044 743 7724

Mirkka Sarkkinen
p. 044 550 3133

info@kulttuuripajakuohu.fi



KULTTUURIPAJA KUOHUN

Vertaisohjaaja- koulutus

KOULUTUSPÄIVÄT:

TI 2.3.

TO 4.3.

TI 9.3.

TO 11.3.

TI 16.3.

TO 18.3.

TI 23.3.

KLO 16.30-19.30

Vertaisohjaajuus tarkoittaa sitä, että kuka tahansa voi perustaa kulttuuripajalla oman ryhmän tai projektin. Vertaisohjaajat voivat suunnitella ja toteuttaa haluamaansa toimintaa omien aikataulujen, elämäntilanteensa ja voimavarojensa mukaisesti. Kulttuuripajan vertaisohjaajakoulutuksesta valmistuu toiminnallisten, vahvuuskeskeisten ja luovien ryhmien ohjaajia.

KULTTUURIPAJAN TOIMINTA ON SUUNNATTU 18-35 -VUOTIAILLE, MUTTA VERTAISOHJAAJUUDELLE MEILLÄ EI OLE YLÄIKÄRAJAA!

ilmoittaudu mukaan koulutukseen!

Sara p. 0447437724

Mirikka p. 0445503133

info@kulttuuripajakuohu.fi



ILMOITUKSIA

TORIKIEVARIN AUKIOLOAJAT

TI-PE KLO 10-17

LA KLO 9-13

Vastaava ohjaaja Marja Leena puh. 044 752 1630

Ohjaaja Salla puh. 044 720 0035



OPINNOLLISTAVA KUNTOUTUS -HANKE PÄÄTTYI 31.1.2021.

Kolmen vuoden aikana opiskelijoita oli hankkeen asiakkuudessa 66 nuorta. 16 opiskelijaa sai aikaan toisen asteen tutkinnon ja suurimmalla osalla opinnot jatkuivat.

Lämmin kiitos hankkeeseen osallistuneille!

Soile Joutsen ja Vilma Vartiainen



AULIS-HANKE PÄÄTTYI 31.12.2020.

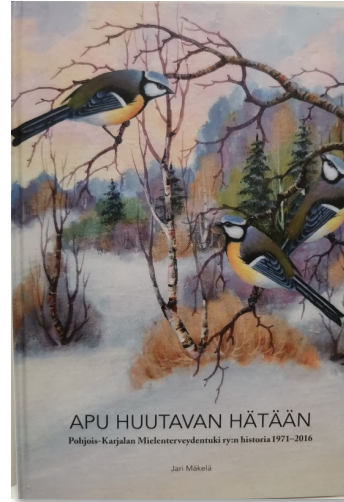
AULIS -hankkeen työntekijät Kati Männynsalo, Pekka Mustonen ja Tanja Huikuri kiittävät kaikkia hankkeeseen osallistuneita!



KIRJOJA NYT SAATAVILLA

Yhdistyksen historiikki "Apu huutavan hätään" kertoo suomalaisen mielenterveystyön kehityksestä varsin seikkaperäisesti. Kirja antaa selkeän kuvan voimakkaasta halusta murtaa ja muokata käsityksiä mielisairaanhoidosta. Se on osoitus sisukkuudesta, jolla on saavutettu merkittäviä tuloksia.

Hinta 10 €

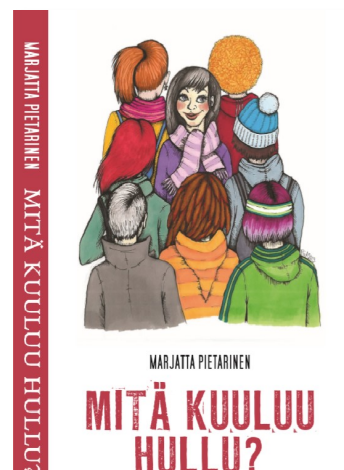


Riittaliisa Lavisen kirja "Rakastan rakastan" on kuvitettu runokokoelma.

Hinta 10 €

Marjatta Pietarisen kirja "Mitä kuuluu hullu?" on kirjailijan omiin kokemuksiin perustuva kertomus kaksisuuntaisesta mielialahäiriöstä ja sen hoidosta. Kirja antaa mielenterveyshäiriöistä kärsivälle sekä hänen omaisilleen vertaistukea ja ymmärrystä millaista mielenterveyskuntoutujan elämä on.

Hinta 20 €



Kirjoja voi ostaa yhdistyksen toimistosta:
Kirkkokatu 18a A-porras, 80100 Joensuu

TOIMISTO

Kirkkokatu 18a A, 80100 Joensuu

Toimisto avoinna
ma-pe 10.00-14.00
puh. 013 316 388
www.pkmielenterveydentuki.fi

Henkilökunnan sähköpostit ovat
muotoa: etunimi.sukunimi@
pkmielenterveydentuki.fi

Toiminnanjohtaja

Anni Pesonen
puh. 044 760 5790

anni.pesonen@pkmielenterveyden-
tuki.fi

Toimistos sihteeri

Eeva Vartiainen
puh. 044 738 1554

eeva.vartiainen@pkmielenterveyden-
tuki.fi

SOSIAALINEN KUNTOUTUS JA KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA

Vastaava ohjaaja

Kati Männynsalo
p. 044 237 8987

kati.mannynsalo@pkmielentervey-
dentuki.fi

ASUMISPALVELUT JA KOTIHOITO

Asumispalvelujen

vastaava ohjaaja

Marjo Kupiainen
puh. 044 550 2039

marjo.kupiainen@pkmielentervey-
dentuki.fi

Asumispalvelujen ja kotihoidon

vastaava ohjaaja

Tuula Antikainen
puh. 044 550 3134

tuula.antikainen@pkmielentervey-
dentuki.fi

KOTIHOITO-TUKIKIEVARI

Hoitaja

puh. 044 550 3138

MATALAN KYNNYKSEN TOIMINTA

KOHTAAMISPAIKKA MIETE

Kirkkokatu 18a A, 80100 Joensuu

Ohjaaja

Niko Aromaa

puh. 044 750 0940

niko.aromaa@pkmielenterveydentu-
ki.fi

KULTTUURIPAJA KUOHU

Kirkkokatu 18a A, 80100 Joensuu

Ohjaaja

Sara Kosonen

puh. 044 743 7724

sara.kosonen@pkmielenterveyden-
tuki.fi

Ohjaaja

Mirkka Sarkkinen

puh. 044 550 3133

mirikka.sarkkinen@pkmielentervey-
dentuki.fi

TORIKIEVARI

Suvantokatu 6, 80100 Joensuu

Torikievarin henkilökunnan
sähköpostit ovat muotoa:
etunimi.sukunimi@torikievari.fi

Vastaava ohjaaja

Marjaleena Kananen

puh. 044 752 1630

marjaleena.kananen@torikievari.fi

Ohjaaja

Eija Kari (8.3. alkaen)

puh. 044 720 0035

eija.kari@torikievari.fi

www.pkmielenterveydentuki.fi
www.facebook.com/pkmielenterveydentuki

JÄSENEDET

Elokuvalippuja 6€ 1 kpl / kk
Uintilippuja 2€ / 2.5€ kpl, enintään 5kpl / kk

Joensuussa: Kirkkokatu 18a A-porras
Kiteellä: Elokuvaliput Pentti Silvennoinen, p.
040 824 1758 / Uintiliput suoraan Vespelin
kassalta.

POHJOIS-KARJALAN MIELENTERVEYDENTUKI RY:N HALLITUS 2020

Puheenjohtaja

Hannu Huikuri

Varsinaiset jäsenet

Marjatta Haapaniemi, Maria Haarala, Riitta-Liisa Lavi-
nen, Kirsi Lavikainen, Juha Myller, Hannu Tirronen

Varajäsenet

Jani Torvinen, Juha Naakka, Eini Tirronen



Pohjois- Karjalan
MIELENTERVEYDENTUKI RY

