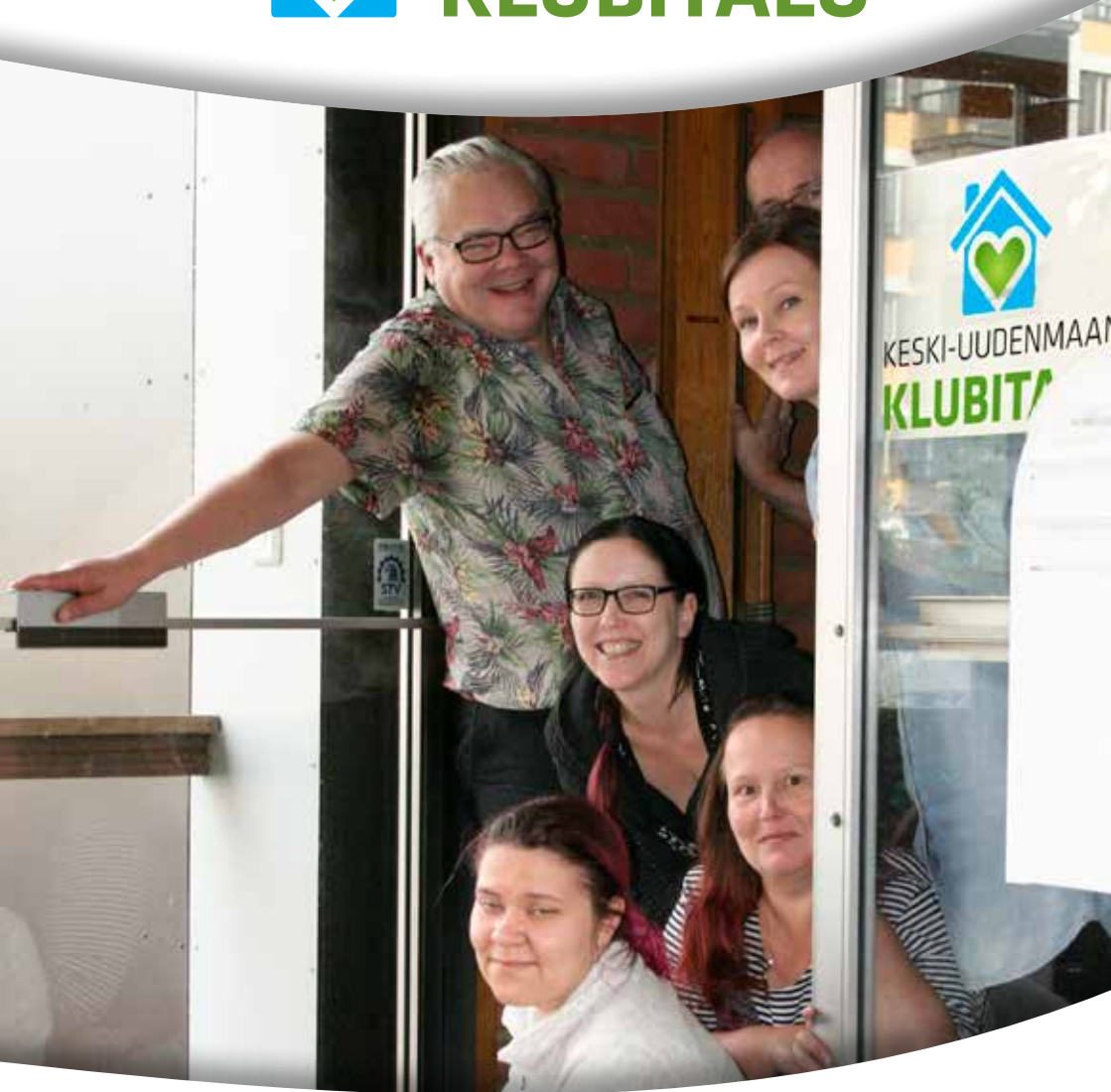




KESKI-UUDENMAAN **KLUBITALO**



Klubitalo on kuin toinen koti – sen olohuone
– täällä voi olla ihan oma itsensä ilman
mitään roolia tai naamiota.

Klubitalolla jokainen voi tuntea itsensä tervetulleeksi ja tarpeelliseksi niin, että ihmisarvoisen elämän edellytykset täyttyvät. Meillä vallitsee tasa-arvo ja toisten kunnioittaminen.

MIKÄ!

Klubitalo on mielenterveyskuntouttajien ja innostavan henkilöstön muodostama kuntouttava yhteisö Tarjoamme kuntoutujille heidän omista tarpeistaan lähtevää matalankynnyksen toimintaa ja vertaistukea.

KENELLE!

Kaikille 18–65-vuotiaille mielenterveyskuntoutujille ilman lähetettä tai jonotusta. Sinulle, joka tarvitset tukea ja voimaa, mennä eteenpäin.

MIKSI!

Klubitalolla yhteisöllisen ja monipuolisen toiminnan myötä saat onnistumisia ja vahvistat omia voimavaroja. Pääsen mukaan suunnittelemaan monipuolisia ja mielekkäitä töitä henkilöstön kanssa, oman vointisi mukaan.



Meitä on täällä Keski-Uudenmaan Klubitalolla Järvenpäässä jo noin 400 jäsentä. Monet ovat olleet mukana jo ihan Klubitalon perustamisesta vuonna 2002 lähtien.

- Täällä on iloinen ilmapiiri. –
– Täällä tehdään yhdessä asioita. –
– Täällä saa uusia ystäviä ja vertaistukea. –
– Täällä tuntee itsensä hyväksytyksi sellaisena kuin on. –

Meillä jokaisella on oma tarinamme, oma historiamme ja omat diagnoosimme – olemmehan mielenterveyskuntoutujia, Klubitalon ulko-ovella ne kuitenkin kaikki pyyhkäistään pois ja talolla kaikki olemme tasavertaisia ihmisiä – niin jäsenet kuin henkilökuntakin.



MONIPUOLINEN TOIMINTAMME ANTAA ILOA JA VIRIKETTÄ

- Siirtymätyö
- Työ- ja koulutusvalmennus
- Ilta- ja viikonlopputoiminta

Ryhmätoiminta:

- Kokki- ja leivontaryhmä
- Liikuntaryhmä
- Kädentaitopaja
- Musiikkiryhmä
- Mediaryhmä

Ryhmiä ja toimintaa kehitetään jatkuvasti. Klubitalo saattaa olla suljettuna retkien tai koulutuksen takia. Ajantasaisemmat tiedot nettisivulla www.ku-klubitalot.fi
Facebook: Keski-Uudenmaan Klubitalo

	Maanantai 8-15	Tiistai 8-15	Keskiviikko 8-15	Torstai 8-18	Perjantai 8-14
7.45	Klubitalon ovat avautuvat 7.45. Aamupala 8.00-8.45				
9.00	Työnjako				
9.30	Työskentelyä	Työskentelyä	Siivous	Työskentelyä	Työskentelyä
10.00					Mediaryhmä 9.30-11.00
10.30	Työskentelyä				
11.00	Työskentelyä				
11.30-12.00	Ruokailu 11-12				
12.00	Työnjako				
12.15	Liikunta 12.30-14.00	Klubikokous 12.30-13.30	Musiikkiryhmä 12.30-14.00	Leivontaryhmä/ Kädentaidot 12.30-14.00	Työskentelyä Peli-iltapäivä
13.00	Työskentelyä				
13.30	Työskentelyä				
14.00	Työskentelyä				
14.30	Työskentelyä				
15.00	Työskentelyä				

#kuklubitalo

#kukatahansameistä

Ole mukana menossa!

MEILLÄ

- jäsenyys on maksuton ja voimassa niin kauan kuin jäsen itse haluaa
- jäsenyys tarjoaa sinulle seuraavanlaisia etuja: edullinen lounas, mahdollisuus osallistua erilaisiin ryhmiin ja virkistysretkiin sekä tukea tulevaisuutesi suunnitteluun henkilökunnan kanssa
- vahvuutemme on yhdessä tekeminen, toisen kunnioittaminen, epäonnistumisen mahdollisuus, uuden oppiminen, vertaistuki ja tunne tarpeellisuudesta.

Toimintamme perustuu kansalliseen ja kansainväliseen Klubitaloideologiaan

www.suomenklubitalot.fi/

www.iccd.org/



Tervetuloa mukaan! www.ku-klubitalot.fi



Keski-Uudenmaan Klubitalo

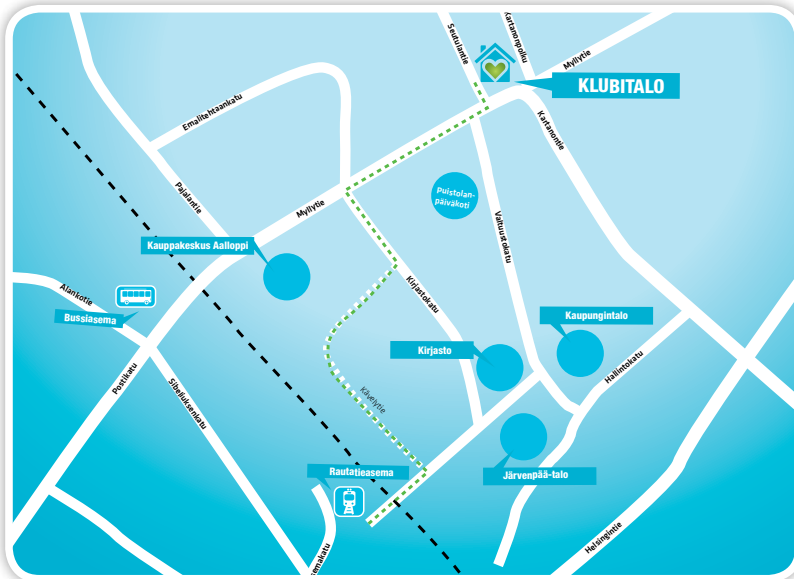
Seutulantie 1

04410 JÄRVENPÄÄ

p. 09 271 1414

keski-uudenmaan.klubitalo@ku-klubitalot.fi

Facebook: Keski-Uudenmaan Klubitalo



Meille on helppo tulla! Järvenpään keskustan läheisyydessä, josta helpot kulkuyhteydet myös naapurikaupunkeihin. Tule junalla tai bussilla keskustaan. Meille kävelet noin 10 minuutissa.

Mukana kanssamme toiminnassa

