

25.4.2016

Porin Hyvän Mielen Talo
Porin Mielenterveysyhdistys Hyvis ry
Valtakatu 9 28100 Pori

Jäsentiedote 2/2016

Sisältö

| | |
|------------------------------------|---------|
| Yleistä | sivu 2 |
| Kesän tapahtumakalenteri 5-8/2016 | sivu 2 |
| Kutsu yhdistyksen juhliin | sivu 7 |
| Ohjeet retkille ilmoittautumisesta | sivu 8 |
| Viikko-ohjelma kesä-elokuu | sivu 9 |
| Yhteystiedot | sivu 9 |
| Jäsenedut | sivu 10 |



Tervehdys Hyvikseltä

Porin Mielenterveyshdistys Hyvis ry on mielenterveyskuntoutujien oma yhdistys. Matalan kynnyksen toimipaikkaamme Hyvän Mielen Talolle toivotamme tervetulleiksi kaikki diagnoosista huolimatta. Lähetettä ei tarvita. Uusille toiminnasta kiinnostuneille kerromme toiminnastamme joka tiistai klo 13. Tiistain tutustumishetkiin ovat tervetulleita myös vanhat kauan toiminnasta poissa olleet.

Mielenterveyskuntoutujien oma yhdistys täyttää tänä vuonna 45 vuotta. Varsinainen toiminta alkoi jo vuonna 1970 kun Harjavallan sairaalan silloinen johtava lääkäri Kai Gröhn lähti päivänpolttavasta ongelmasta, jota hän oli seurannut huolestuneena pidemmän ajan. Psykiatrisen toimiston silloiset resurssit olivat aivan riittämättömät sairaalasta palaavien avohoitoon. Porin seudulta oli otettu tästä syystä yhteyksiä Iisalmeen, jossa oli ehditty perustaa tällainen kerho. Aluksi Porissa toimittiin sosiaali-clubina ja myöhemmin torstaikerhona. Varsinainen perustava kokous pidettiin 4.2.1971, mutta virallinen yhdistysrekisterimerkintä löytyy 21.7.1971

Mielenterveyspotilaiden ja kuntoutujien osallisuuden jäljillä oltiin siis jo 45 vuotta sitten. Sama teema on edelleen ajankohtainen, koska avohoitopainotteisuus lisääntyy, samalla ehkä myös kuntoutujien tuntema yksinäisyys ja turvattomuus. 2000 –luku onkin ollut vahvasti matalan kynnyksen toiminnan kehittämistä. Porin Hyvän Mielen Talo avattiin 2000 ja 2001 aloitti ensimmäinen työntekijä. Nyt työntekijöitä on kolme ja toiminta on vakiintunutta RAY:n ja kaupungin tuella tapahtuvaa monipuolisesti kaikki elämän osa-alueet huomioivaa sekä alati yhteiskunnan toimintaympäristön muutokseen reagoivaa. Keskeistä toiminnassamme on luottamus, vapaaehtoisuus ja kuulluksi tuleminen. Jäsenet saavat kokemuksen kuulumisesta yhteisöön ja yhteiskuntaan.

Näissä onnistumisen tunnelmissa me hyvisläiset juhlistamme tätä merkkipäivää 21.7.2016 mansikkakermakakun ja pienen alkoholittoman kuplivan kera.

Varsinaiset ja toivottavasti mahdollisimman epämuodolliset juhlat vietetään (ke) 31.8.2016 17-19 Porin kaupunkikahvila Brunssin tiloissa (Itäpuisto 11 a, sisäpiha). Luvassa on musiikkia, ruokailu, puheita ja kakkukahvit. Ohjelma täydentyy kevään aikana, mutta mikä tärkeintä jäsenistöllä on mahdollisuus jo nyt ilmoittautua. Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Ilmoittautua voi ottamalla yhteyttä Hyviksen toimistoon joko soittamalla 02-6324626 tai käymällä, myös sähköposti pmttt@porinhyvis.fi on sitä varten.

Kesän menokalenteri:

Toukokuu

2.-6.5. Vietämme **positiivisuus viikkoa**.

2.5. (ma) klo 13:30 **Luento Positiivisuudesta ja elämänilosta**. Luennoitsijoina Iiris ja Pertti Pale ja Elina Jääskeläinen Satakunnan mielenterveysseurasta. Kahvi- ja keksitarjoilu tilaisuuden lopuksi. Jukka 8op) vastaa musiikista.

5.5. (to) Helatorstai ja talo on suljettu.

8.5. (su) **Äitienpäivänä** pientä tarjoilua (jäsen)äideille klo 14-15.

9.5. (ma) Talokokouksen yhteydessä klo 13 palkitsemme henkilön joka on edistänyt positiivista ilmapiiriä. Talokokouksen jälkeen ohjaaja Erkki katselee yhdessä jäsenten kanssa Mielenterveyden keskusliiton sivuja ja sieltä löytyvää tietotulvaa.

11.-12.5.(ke ja to) Toiminnanjohtaja ja ohjaaja ovat Vantaalla **Mielenterveyden keskusliiton** työntekijäpäivillä. Talo on avoinna ohjaaja Annen ja hallituksen voimin. Rajoitetut palvelut. Esim. ei ryhmiä näinä päivinä.

13.5. (pe) **Kukan päivän tervehdys** viedään tänä vuonna erään jäsenemme ja hänen vaimonsa ylläpitämään perhekotiin. Jos haluat mukaan tervehdystä viemään, ota yhteys Pia Vahekoskeen. Koska on kyseessä koti osallistujamäärämme on hieman rajoitettu. Lähtö **Hyvikseltä kimpakyydeillä klo 15.**

20.5. (pe) **Grillikausi** käynnistyy klo 12. Grillimakkaraa ja oheisherkkua. Opiskelijoiden järjestämää ohjelmaa ja mahdollisesti musiikkia. Tilaisuus päättyy klo 14.

24.5.(ti) **Ohjelmaa miehille** heti Hyviksen ruokailun jälkeen. Ohjelma toteutetaan jäsenten kiinnostuksen mukaan. Kerro siis toiveistasi etukäteen ohjaaja Erkille ja opiskelijalle. Sään salliessa kyseeseen voisi tulla patikka- ja grillausretki.

Kesäkuu

1.6. (ke) Jäsenten toiveluento ravitsemuksesta klo 12:30. Luennoitsijana toimii Porin perusturvan terveydenhoitaja Päivi Koivumäki.

2.6. (to) retki **Tammen tilalle**. Lähtö Hyvän Mielen Talolta klo 9:30. Paluumatka Tammesta alkaa klo 18. Tällä kertaa varustaudumme ulkoilemaan paljon. Olemme varanneet käyttöömmme ns. rantasaunan. Ota mukaan sään mukainen varustus, hyvät jalkineet ja varusteet mahdollista uintia ja saunareissua varten. Jäsenhinta 12€ sisältää kuljetuksen, keittolounaan, alku- ja loppukahvit, grillimakkaraa. Ilmoittaudu maksun kanssa viimeistään.27.5. Mukana retkellä on koko henkilökunta eli Hyvis on suljettu.

7.6. (ti) Yhdistyksen hallituksen koulutus Brunssissa klo 11:30-15. Sisältönä mm. hyvät kokouskäytännöt.

9.6. (to) Jäsenten Minigolf Sampolan kentällä. Lähtö heti ruokailun jälkeen kimpakyydeillä. Jäsenhinta 1,50€ maksetaan edellisenä päivänä ilmoittautumisen yhteydessä. Säävaraus!

14.6. (ti) Ohjelmaa **yli 60 vuotiaille jäsenillemme**. Menemme tutustumaan Diapuistoon. Lähtö Hyvän Mielen talolta kimpakyydein klo 12:40. (Ilmoita, jos tulet omalla kyydillä ja suoraan).

* Klo 13 kevyttä venyttelyä ja rentoutusta. * (15 mahtuu) tai * klo 13 Bocciaa ja muistipelejä (15 mahtuu)

* klo 14 siirrymme Piilopirttiin kuulemaan mikä on Diapuisto ja mitä siellä voi tehdä. Esityksen jälkeen siirrymme puistoon, juomme kahvit ja paistamme kodassa lettuja. Osallistujille ilmainen. 30 ensin ilmoittautunutta pääsee täysin ilmaiselle retkelle mukaan. (Hyväntekeväisyysvaroilla toteutettu)

16.6. (to) **Jäsenten retki Särkänniemeen**. Matka tehdään Onnibussilla menen tullen ja Tampereella ajetaan asemalta joko kimpataksilla tai linja-autolla Särkänniemeen. Retken hinta 3€ /sisältää edellä mainitut matkat, mutta **jäsen maksaa itse sisäänpääsyn Särkänniemeen ja mahdolliset ruokailunsa**. Matkalla mukana ohjaaja Erkki ja mahdollisesti ohjaaja Anne /vertaisohjaaja.

Lähtö klo 8 Porin linja-autoasemalta. Kokoontuminen 7.50 asemalla laiturien puoleisessa päädyssä. Paluu Tampereelta klo 16 Onnibussissa.

Ilmoittautumiset maksun kanssa Hyviksen toimistoon viimeistään 10.6. Maksu on sen verran pieni, että tällä retkellä vain käteismaksu.

Toiminnanjohtaja on lomalla 20.6.- 10.7. Hän ei silloin vastaa työpuheluihin /sähköposteihin!

24.6.-25.6. Hyvää juhannusta! Talo on kiinni, sunnuntaina ovet avataan klo 14-17.

30.6.(to) kesäliikuntaa jäsenille lähikentällä. Lähtö klo 13 ja paluu klo 15.(Paikka sovitaan maanantain talokokouksessa)

Heinäkuu

7.7.(to) pyörälenkki/ retki maauimalaan. Säävaraus! Yhteislähtö Hyvikseltä klo 12:30. Hyvis tarjoaa pienet eväät! Ilmoittautuminen edellisenä päivänä.

11.7. (ma)

Erilaisten mingle on SuomiAreena-tapahtuman kaikille avointen avajaisten etkot Keski-Porin kirkossa ma 11.7. klo 16-18. Ei pitkiä puheita, vaan viihtymistä ja vaikuttamista pehmein keinoin face-to-face. Tule mukaan! Tarkempi sisältö selviää myöhemmin.

13.7. (ke) **jazzpiknik** Kirjurinluodolla. Lähtö kävellen Hyvikseltä klo 11. Piknikin ruokamaksu (4€) maksetaan lähtiessä Hyviksen kassaan. Retki sisältää hyvät eväät, yhteisiä pelejä ja seurustelua. Mukana ohjaajat Anne ja Erkki (ja mahdollisesti Pia).

14.7.-15.7. (to ja pe) Yhteistä kävelyä **jazzkadulla** / kävelykadulla (toiveretki).Yhteislähtö Hyvikseltä klo 12:30.

18.7.-31.7. ohjaaja Erkki Makkonen on lomalla.

19.7.(ti) **kesäteatteri Nakkilassa.** Menemme katsomaan musiikinäytelmä Lailaa. Lähtö Hyvikseltä klo 18:15 linja-autolla, näytelmä alkaa klo 19. Yhdistys on varannut meille yhteisen tarjoilun väliajalla (kahvi/tee + pulla). Retki on erittäin edullinen 15€ sisältää tarjoilun, musiikinäytelmän ja kuljetuksen eli retkihinta koskee vain jäseniä. Lippuja on varattu 25. Ilmoittautuminen päättyy 4.7. (mukana Pia)

21.7.(to) kakkukahvit yhdistyksen virallisen syntymäpäivän vuoksi klo 13.
Ennakkoilmoittautuminen edellisenä päivän. Ilmainen!

28.7. (to) Kesäretki Huittisiin. Lähtö Hyvän Mielen Talolta klo 9:30. Käymme ensin Kakkostien kirpputorilla Kakkostien Kirppis on siisti, valoisa ja tilava itsepalvelukirpputori Huittisissa aivan valtatie kahden varrella. Kirpputori toimii suuressa 1000 neliön liiketilassa ja saman katon alta löytyy myös erillinen osto ja myyntiliike, Tähtiostis. **Kirpputorilta jatkamme Mattilan Marjatilalle.** Tilalla toimii maalaishenkinen viihtyisä **kahvio / myymälä** Hiidenkolo. Myymälästä löydät tilan omat tuotteet, **tuoreet** marjat, varhaisperunat sekä tilan omista tuotteista valmistettuja **jatkojalosteita** kuten makoisat **marjaviinit**. Lisäksi myymälästä löydät valikoiman lähiseudun tuottajien tuotteita, kuten kananmunia, hiutaleita, hunajaa, Highland säilykkeitä, käsitöitä ym.

Hiidenkolon kahviossa voit nautiskella pienestä suolaisesta tai makeasta vaikka viinin kera. Tai nauti terassilla Hiidenherkusta (mansikoista kermavaahdolla) ihastellen jokimaisemaa. Hiidenkolossa on pyritty mahdollistamaan **liikuntarajoitteisten** kulkeminen. Hiidenkolossa käy käteismaksun lisäksi myös yleisimmät pankkikortit.

Päivän viimeinen kohteemme on **Pahkparatiisi johon saavumme klo 14.** Mauno Suonpää, Pahkparoni, tulee jo autoon antamaan yleistietoja paikasta ja kertomaan miten kierros Pahkparatiisissa sujuu. Ensimmäinen kierretään halli ja pahkagalleria, sitten ryhmä jaetaan kahtia. Toinen puoli siirtyy kahvioon ja toinen puoli ryhmästä vanhalle puolelle. Tämän jälkeen vaihdetaan paikkoja.

”Huittisten Pahkaparatiisi tuo esille metsän käsittämättömän moni-ilmeisyyden ja yllätyksellisyyden. Puissa piilee muotoja, joita ei näkemättä osaa edes kuvitella. Kokoelma on äimistytävän laaja. Puiden outoudet ovat täyttäneet konehallin, tyhjilleen jääneen vanhan asuinrakennuksen ja kahvioksi kunnostetun vanhan navetan..”Pahkaparatiisia on näytetty useiden maiden televisiossa. Vierailijoita on käynytkin ympäri maailmaa. Ihmiset tuovat vieraitaan, kun haluavat näyttää jotain erikoista Suomesta ja sen luonnosta. Tällaista luonnon puutaidenäyttelyä ei ole missään muualla maailmassa! (tiedustelujen tulos)” (lue lisää: <http://www.pahkaparatiisi.fi/yhteystiedot.html>)

Porissa olemme noin klo 16:30. Ilmoittautumiset tälle retkelle viimeistään 18.7. Hinta 25€/jäsen.

Mukaan retkelle: hyvät jalkineet, lippalakki/huivi, ostosrahaa, kamera (jos on),tarvittava lääkitys (myös mahdollinen särkylääke), vesipullo. Hyvis on tämän päivän kiinni, koska Pia ja Anne ovat mukana retkellä.

Elokuu

1.-6.8. Ohjaaja Anne Halmet-Kivini on lomalla.

4.8.(to) Meri-Porin retki. Lähtö Sundellin pikkubussilla Hyvikseltä kadun puolelta klo 10. Porissa olemme takaisin n klo 16-16:30. Bussi kiertää Meri-Porin oleelliset kohteet Yyterin, Kallon ja Reposaaaren. Kohteissa pysähdytään ja viivytään 1-1½h riippuen ilmasta. Retken hinta on 6€/sisältää kuljetuksen ja pienet eväät ja termarikalorit. Varaa mukaan kahvi-/ruokarahaa. Voimme piipahtaa kahvilassa /ravintolassa turneellamme. Ilmoittaudu maksun kanssa viimeistään 1.8.

9.8. -11.8. Retki Tallinnaan

OnniExpress lähtee klo 12.15 Porin linja-autoasemalta.
laiva klo 18.30 – 08.00 Helsinki – Tallinna

Aamulla10.8.

Viemme tavarat hotelli Metropoliin. Kansainvälisen tavan mukaan huoneet ovat käytettävissämme klo 14. Saattaa olla,että huoneet valmistuvat aiemmin, mutta sitä emme jää odottamaan vaan jatkamme aamiaiselle Kochi Aidad ravintolaan.

Aamiaisen jälkeen menemme julkisia liikennevälineitä käyttäen Tallinnan eläintarhaan. Julkiset kulkuvälineet ja Tallinnan eläintarhan sisäänkäynnin maksaa jokainen itse. Eläintarhan sisäänkäynti 7€/aikuinen, 4€/lapsi/koululainen/eläkeläinen. (Retki on vapaaehtoinen)

Iltapäivällä syömmme /shoppailemme ja menemme hotelliin lepäilemään.

Mikäli jäsenillä on kiinnostusta käydään myös illalla syömässä sekä kylpylässä.

Metropolissa yöpyminen.

11.8. Jokainen voi mennä aamiaiselle omaan tahtiin. Aamiaisen sisältyy matkan hintaan. Huoneiden luovutus viimeistään klo 11:30 ja satamassa laivaan nousu viimeistään klo 12. Laiva lähtee Helsinkiin klo 12.30 ja saapuu sinne 16.00, OnniExpress klo 16.30 – 20.15 Porissa.

Jäsenhintana 115€, lapsi alle 12v kahden aikuisen kanssa 75€ , yöpyminen yksin hytissä ja hotellissa 169€Viimeinen tilaisuus ilmoittautua ja maksaa tämä matka on 8.7. (hintoihin sis. aamiaiset, bussi- ja laivamatkat, hytti ja hotelliyö)

Mitä pitää huomioida Tallinnan matkalla?

- Jos lähtijöitä on 20 alle, mukana on yksi työntekijä (Pia), jos yli 20 lähtijää mukaan tulee myös Erkki.
- Henkilökunta ei kanna jäsenten matkatavaroita ja eikä kykene auttamaan liikuntarajoitteisia. Oma avustaja on tervetullut matkallemme.
- Ota käyttörahaa ruokailuja ja mahdollisia sisäänpääsymaksuja varten.
- Suosittelemme matkavakuutuksen ottamista!
- Iloinen mieli mukaan!
- Kävelemme jonkun verran, ota hyvät sisään ajettut jalkineet. Bussi ei ole mukana Tallinnassa!

18.8. (to)Frisbeegolf Kirjurinluodolla. Lähtö Hyvikseltä klo 12:30. Ilmoittautumiset edellisenä päivänä klo 12 mennessä. Ilmoita samalla löytyykö sinulta itseltä tarvittavat varusteet.

25.8. (to) **pyörälenkki** Ruosniemeen laguunille. Lähtö Hyvikseltä klo 12:30 Säävaraus!

31.8.(ke) Talo avoinna 9-12:30, koska illalla juhlitaan!

Syksyn jäsentiedote postitetaan elokuussa, mutta tämä matka pitää varata jo nyt!

Teemme matkan Gran Canarialle. Matkaan lähdetään Tampereen lentoasemalta.

Matkanjärjestäjä on Finnmatkat. Hotelli ei ole vielä tiedossa, mutta luultavammin yövyimme 2**-4*** hotellissa, riippuen siitä mihin hotelliin ryhmämme sopii. Alustava lähtöpäivä on 7.12. tai 14.12. Meille tarjottiin hotelleja: Blue Star Maspalomas FFFF Huoneistohotelli Blue Star Cay Beach FFFF. Näissä yöpyessä matkan hinnaksi tulisi 620-700€/aamiaisen kanssa. Kohteessa on halvempiakin hotelleja, mutta niiden koko ja varausaste ei välttämättä sovi meille. Halvemmassa hotellissa matkan hinta saattaisi olla 450-550€/hlö. Hintaan sisältyy menopaluu-lennot, lentolisät, lentoateriat, lentokenttäkuljetukset kohteessa, majoitus kaksiossa maaterassilla, guide online – lomapalvelu ja palvelumaksut Emme ole voineet tehdä ennakkovarausta, koska varaushetkellä pitää yhdistyksenkin maksaa 200€/henkilö varausmaksua.

Jotta pääsemme asiassa eteenpäin toivon niiden jäsenten, jotka haluavat lentää lämpimään ilmoittautuvan Hyviksen toiminnanjohtajalle tai hänen poissa ollessaan ohjaajalle. Ilmoittautuessa tarvitaan lähtijän koko nimi, henkilötunnus ja **200€:n varausmaksu. Varausmaksujen pitää olla tilillä 3.6.** Sen jälkeen Pia tekee varsinaisen varauksen. Mikäli matka ei toteudu (osallistujia ei ole riittävästi) maksettu summa palautetaan jäsenelle viimeistään 7.6.

Kutsu jäsenille



Yhdistys 45 vuotta

Tervetuloa jäsenten ja kutsuvieraiden yhteiseen juhlaan kaupunkikahvila Brunssiin Itäpuisto 11 a (sisäpiha) 31.8. klo 17 alkaen.

Ohjelmassa on musiikkia, pieniä puheita, muistoja yhdistyksen alkuvaiheilta ja tietenkin hyvää ruokaa ja vapaamuotoista yhdessäoloa.

Vieraaksemme saapuu mm. Olavi Sydänmaanlakka Mielenterveyden keskusliitosta. Musiikkia tilaisuuteen tuovat: Teemu Niemelä ja Maarit Lehtonen sekä Miikka Vähähaka.

Ruokailun ja kakutarjoilun vuoksi pyydämme ilmoittautumisia viimeistään 15.8.

pmitti@porinhyvis.fi | 02-6324626

Olet sydämellisesti tervetullut!

7: Porin Mielenterveysyhdistys Hyvis ry:n hallitus

(Juhlien jälkeen vietämme epäviralliset jatkot Porin keskustassa, paikka ja aika kerrotaan myöhemmin. Muutokset mahdollisia!)

Retkille ilmoittautumisesta

🚩 HUOMIO Kesän retkille lähtijällä pitää olla toimintavuoden jäsenmaksu maksettu.

🚩 Retkimaksuja voi maksaa myös tilille

FI79 5700 8120 080788

Ennen kuin maksat tilille, ole hyvä ja ota yhteyttä henkilökuntaan kysyäksesi, onko retkellä vielä tilaa. Yhteydenoton onnistuu monella tavalla: sähköpostilla, soittamalla tai käymällä Hyviksellä.

Retken maksamista varten saa toimistosta pankkisiirtolomakkeen, johon kirjataan eräpäivä.

Retkien perumisesta

Jos jäsen peruuttaa retken **retkipäivänä tai päivää ennen**, retken hintaa ei palauteta, ellei esteen syy ole sairaalahoido.

Esimerkkejä

- 🚩 teatteri
- 🚩 risteily
- 🚩 Tallinna tms
- 🚩 kesän pitkä retki
- 🚩 ravintolassa tapahtuvat joulujuhlat

Tarvittaessa jäsen voi hoitaa itsenäisesti itselleen ”sijaisen” kyseiselle matkalle ja hoitaa myös kyseessä olevan maksuliikenteen itsenäisesti.

Kokonaan peruuttamatta jätetty retki ei oikeuta maksun palautukseen!

Jos osallistumme matkatoimiston retkelle (risteily/Tallinna tms) retkimaksujen palautuksissa noudatetaan yleisiä valmismatkaehtoja.

| Hyviksen viikko | Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai |
|-----------------|----------------------------|---|------------------------------|---|---|
| 9-10 | | | | | |
| 10-11 | tietovisa/musavisa | | | | |
| 11:30-12:30 | lounas | lounas | lounas | lounas | lounas/grillaus |
| 12:30 | | | | retket lähiympäristöön/katso kk kalenteri | bingo heti lounaan jälkeen, hyvällä säällä ulkona |
| 13 -15:30 | talokokous klo 13-13:30 | toiminnan esittelyä uusille kävijöille klo 13 | kimppakävely klo 13-13:45 | | |

Yllä oleva viikko-ohjelma on voimassa kesä-elokuussa.

Seuraavat ryhmät toimivat vielä toukokuun: Mieli maasta, kimppakävely, maantieto, rentoutus, karaoke, levyraati, tietovisa, bingo.

Aukioloaikamme kesällä : ma 9-15:30, ti 10:30-15:30, ke 9-15:30, to 9-15:30, pe 9-14:30, su 14-17.

Yhteystietoja: Porin Mielenterveysyhdistys Hyvis ry, Valtakatu 9 28100 Pori

puheenjohtaja Pirkkoliisa Nordlund 0400 935564

toiminnanjohtaja Pia Vahekoski 040 5729431 toiminnanjohtaja@porinhyvis.fi

ohjaaja Erkki Makkonen 040 3564192 ohjaaja@porinhyvis.fi

keittiöohjaaja Anne Halme-Kivini 02-6324626

ruokailukyselyt ym yleisasiat : 02-6324626

Löydät meidät somesta:



Porin Hyvis



(Facebook on meille tiedonvälitystä eli pitkiin keskusteluihin meillä ei siellä ole mahdollista heittäytyä.)



Instagram PORINTALO



Porin Hyvis



(Instagramissa ja Twitterissä julkaisemme kuvia tai lyhyitä twiittejä ja harvemmin ☺)

Netti: www.porinhyvis.fi

Jäsenedut (jäsenmaksu 15 € /vuosi)

- Hyvän mielen toimintaa Hyviksellä (edullinen ruokailu ja pyykinpesu)
- Mielenterveyden keskusliiton jäsenpalvelut ja Revanssi-lehti
- Eläkkeellä olevat jäsenet voivat käydä uimassa 3€ Oma nimi mainitaan kassalla. Meri-Porin hallin uintihinta on 2,50€/ eläkkeellä oleva jäsen. Maauimala: 2,50€/eläkkeellä oleva jäsen
- Edulliset retket
- Ilmaiset luennot
- Ryhmiä
- Työtehtäviä (ruuanlaitto, siivous, respa, isäntä/emäntä)
- Korjausompelupalvelua

Kiinnostaisiko sinua toimia vertaisohjaajana syksyllä mahdollisesti alkavassa skitsofreenikkojen vertaistukiryhmässä? Ota yhteys Hyviksen henkilökuntaan.

Hyvää kesää kaikille toivoo

Porin Mielenterveysyhdistys Hyvis ry:n puolesta

Pia