

Kulttuuripaja VIRTA

kulttuuripajavirta.fi

KULTTUURIPAJA VIRTA

TI, KE & TO 10–18

PE 10–16

Åkerlundinkatu 2 A, 5 krs



Minna Wallenius

044 722 7780



Samuel Uotila

044 720 2541



Anna Purola

040 962 7604



Hannu Stark

044 420 2934

Toiminta on suunnattu 18–35-vuotiaille, joilla on jokin mielenterveyden haaste.
Toimintaan pääsee tutustumiskäynnin kautta. Tutustuminen sovitaan työntekijän kanssa.

Hei kaikki!

Marraskuiseen tapaan ulkona on märkää, kylmää ja pimeää, mutta sehän ei meillä menoa haittaa! Päinvastoin taas alkaa uusi ryhmäjakso, josta valita sisältöä ja hakea värejä arjen ja syksyn harmauteen. Kahvi- ja teepannut ovat lämpiminä ti-pe klo 10 alkaen, ja mieltä lämmittänee yleisen tunnelman lisäksi myös mukava porukka, johon liittyä. Lämmön levittämiseksi myös ulospäin neulomme keskiviikkoisin Mielisukka-ryhmässä villasukkia hyväntekeväisyyteen, ne lahjoitetaan Mielen ry:n tuetun asumisen asukkaille ystävänäpäivän tienoilla. Voit myös osallistua keräykseen lahjoittamalla kotona neulomasi villasukat.

Toiminnasta kiinnostuneita uusia osallistujia varten tässäkin jaksossa on keskiviikkoisin Tervetuloa mukaan -ryhmä, ja tällä viikolla käynnistyneeseen vertaisohjaajakoulutukseen innostui lähtemään mukaan täydet 10 henkilöä, joten upea vapaaehtoisjoukkiommekin kasvaa entisestään vielä ennen vuoden päättymistä.

Tässä tiedotteessa on koottuna Kulttuuripaja Virran ohjelma joulun saakka, ja viime vuoden tapaan vietämme joulunalusviikolla ryhmäjakson jälkeen sekä ei-jouluista yleisiin talvitunnelmiin keskittyvää Valon juhlaa, että perinteisen jouluista Joulujuhlaa. Molempien juhlien sisältöä pääsevät tällä kertaa suunnittelemaan myös muut kuin vertaisohjaajat tiistain Juhlatoimikunta-ryhmässä. Joulunalusviikolla järjestetään myös Matalan kynnyksen runotyöpaja sekä toivottu Open mic! Lue tarkemmat kuvaukset näistä kaikista teemapäivien alta.

Muistutuksena vielä, että Kulttuuripaja Virran tiimin työntekijät tavoittaa nykyisin paikan päältä pajalta seuraavasti: Samuel on paikalla ma-pe, Hannu ti-pe, Minna ma-ke ja Anna ma sekä to-pe.

Huomioitavia tärkeitä päivämääriä ja teemapäiviä:

- **Pe 11.11.** Paja on auki klo 12-16, Volunteer&GO! -kehittämistapahtuma Arttelissa klo 11-15
- **Ti 15.11.** jakso alkaa
- **Pe 18.11.** Paja auki 10-16 ja ryhmät viikko-ohjelman mukaan, lisäksi Käsityömessut: muistutuksena ilmoittautuneille lähtö yhdessä pajalta klo 12. (Ilmoittautuminen oli viime jaksossa ja retki on täynnä)
- **Ti 6.12.** Itsenäisyyspäivä, paja suljettu
- **Ke 7.12. klo 14-16** on Discordissa KulttuuriApaja -servulla kaikkien kulttuuripajojen vertaisohjaajien miitti. Sen ohjelma tarkentuu vielä lähempänä minkä jälkeen tulee erillinen kutsu, mutta olisi hienoa, että Virrasta olisi siinä myös osallistujia. Ideana on, että kaikki pajat esittelisivät lyhyesti omaa toimintaansa, lisäksi voidaan soittaa esim. Virrassa tehty ja äänitetty biisi tms. Kysy Minnalta lisätietoja, jos olet innostunut olemaan esittelemässä Virtaa muiden pajojen vertaisohjaajille!

Virran oma Discord-serveri:

Sohvat ja Meemit -kanavat ovat nykyisin jatkuvasti auki keskusteluun kaikille Virran kävijöille, sekä lisäksi vertaisohjaajille heidän oman kanavansa keskustelua ja ajatuksenvaihtoa varten. Pääkirjasto Metson musaosaston kanssa yhteisen Metsoilla-projektin etenemistä päivitetään Discordiin niin ikään omalle kanavalleen #metsovirtaa. Vertaisohjaajilla on päivitysoikeudet myös Ilmoitustaulu-kanavalle, jossa he voivat halutessaan ilmoitella omien ryhmiensä toiminnoista jakson mittaan. Jos et vielä ole liittynyt Virran Discordiin, mutta haluat mukaan chatteihin, niin pyydä liittymislinkki ja Discordin toimintaohjeet Minnalta tai Annalta!

- **Ke 14.12.- to 15.12.** kulttuuripaja suljettu
- **Ti 20.12.** Paja auki klo 10-18, sen aikana:

Klo 13-15 Matalan kynnyksen runotyöpaja

Oletko koskaan kirjoittanut runoa? Tule tänne kirjoittamaan vaikka ensimmäisesi! Kirjoitamme yhdessä ja yksin rennossa ilmapiirissä. Runotyöpajan jälkeen kulttuuripajalla järjestetään Open mic -tapahtuma, jossa voit halutessasi esittää runosi itse, tai pyytää vertaisohjaajaa lukemaan runosi ääneen – tai jättää sen ihan vain pöytälaatikkoon. Matalasta kynnyksestä huolimatta työpajaan ovat tietysti tervetulleita myös kokeneemmat runoilijat. Metsänpeitto.

Klo 15-18 Open mic

Open mic -illassa voit esittää omaa taidettasi toisille kulttuuripajalaisille. Teoksesi voivat olla vanhoja valmiita töitäsi tai tätä iltaa varten tehtyjä. Jos haluat esiintyä, ilmoita 13.12. mennessä Veeralle (veera.koivu@sosped.fi) tai pajalla kertomalla, niin sovimme esiintymisjärjestyksestä yhdessä. Mukaan mahtuvat runot, novellit, musaesitykset, standup, kuvaesitykset – mitä vain haluatkin! Kaikki ovat tervetulleita yleisöön. Salonki ja Metsänpeitto.

- **Ke 21.12. Valon juhla.** Tule mukaan suunnittelemaan Valon juhlaa ti 15.11. klo 13-15 Ulappaan! Juhlapäivän aikataulu ja ohjelma ilmoitetaan sähköpostilla ja somessa suunnitelmien valmistuttua.

- **To 22.12. Virran joulujuhla.** Tule mukaan suunnittelemaan joulujuhlaa ti 22.11. klo 13-15 Ulappaan! Juhlapäivän aikataulu ja ohjelma ilmoitetaan sähköpostilla ja somessa suunnitelmien valmistuttua.
- **Pe 23.12. Joulutauko alkaa,** paja kiinni.
- **Seuraava jaksosuunnittelu** (vain vertaisohjaajille) **ti 10.1. klo 13-16.** Tammikuun alkupuolen muusta ohjelmasta ilmoitamme erikseen lähempänä.
- **Seuraava ryhmäjakso** 17.1.-17.2.2023

Viikko-ohjelma 15.11.-16.12.

Kulttuuripajan ryhmissä ei tarvitse olla ennakkotaitoja, vaan mukaan voi tulla kokeilemaan myös itselle uusia asioita. Ryhmän toimintaa voi halutessaan seurailta myös sivusta. Kulttuuripajatoiminta on kävijöille maksutonta. Joihinkin ryhmiin ilmoitaudutaan välineiden määrän tai pöytäpaikkojen tms. varmistamiseksi etukäteen osoitteeseen: samuel.uotila@sosped.fi. Lukujärjestyksessä ilmoittautumista vaativat ryhmät ovat merkittynä punaisella täplällä. Muihin ryhmiin voi osallistua ilmoittautumatta. Lähes kaikkiin ryhmiin voi osallistua myös kesken jaksoa, vaikkei olisi aikaisemmillä kerroilla ollut mukana. Lue ryhmien ohjaajien tekemistä kuvauksista viikonpäivien alta yksityiskohdat sinua kiinnostavaan ryhmään liittyen!

		MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	
		Kiinni	Paja auki klo 10-18	Paja auki klo 10-18	Paja auki klo 10-18	Paja auki klo 10-16	
	10		Paja kiinni 6.12.	Paja kiinni 14.12.	Paja kiinni 15.12.		
	11		10-12 Hiljainen lukuryhmä	10-13 Lankakerho 30.11 ja 7.12		10-12 Vapaa työskentely	
	12	11-13.30 Art Journal	METSÄN-PEITTO 12-16 Roolipeli-ryhmä	11-13 Bujo ATELJEE METSÄN-PEITTO	11-13 Tervetuloa mukaan ja miniatyyri-maalaus	11-13 Pieni korttipaja ATELJEE METSÄN-PEITTO	11-12 Metsätyöpaja METSÄN-PEITTO
	13	ATELJEE 13.30-16 Pajalle taide-näyttely	13-15 Juhlatoimikunta ULAPPA	13-15 Vapaa työskentely ATELJEE Reeniryhmä	12-14 Hyvinvointi-ryhmä 17.11, 1-8.12 ULAPPA/ KYÖKKI	12-13 Taidenäyttelyn suunnittelu 12-14 Kynsien lakkaus ja meikkaus 13-15.30 Kuvataide-ryhmä ATELJEE	12-15.30 Metsätyöpaja 12-14 Kynsien lakkaus ja meikkaus 14-15.30 Vapaa kirjoittaminen METSÄNPEITTO ULAPPA
	14			14-16 Reeniryhmä 14-18 Lautapelit ULAPPA			
	15			15-17 Rap-lyriikka ATELJEE METSÄN-PEITTO	15-17 HeVari 1.12. asti ATELJEE		
	16			15-17 Mielisukka-ryhmä 16.11, 30.11, 7.12. METSÄN-PEITTO	15-17 Kuvakarjun kuvakerho -elokuvaryhmä ATELJEE		
	17		16-18 Coverbändi STUDIO				
	18						

Tule mukaan!

Tule mukaan Kulttuuripaja Virran toimintaan! Ryhmien lisäksi voit tulla pajan aukioloaikoina paikalle myös hengaillemaan.

Uudet kävijät ovat lämpimästi tervetulleita toimintaan. Mukaan pääset joko Tervetuloa mukaan -ryhmän tai erikseen sovittavan tutustumiskäynnin kautta. Ota yhteyttä vastaavaan ohjaajaan Minnaan: p. 044 722 7780, minna.wallenius@sosped.fi

Kulttuuripaja Virta sijaitsee osoitteessa: Åkerlundinkatu 2A, 5.krs

kulttuuripajavirta.fi

HUOM!

PAJA KIINNI 6.12 ja 14-15.12

23.11. klo 12-15 JALKAPALLON MM-KISAKATSOMO

20.12. Paja auki klo 10-18

klo 13-15 MATALAN KYNNYKSEN RUNOTYÖPAJA

klo 15-18 OPEN MIC

21.12. VALON JUHLA

22.12. JOULUJUHLA

☞ = ryhmään ilmoitaudutaan etukäteen

Tiistai

(Tässä jaksossa ti 6.12. paja kiinni)

Klo 10-12 Hiljainen lukuryhmä

Onko vaikeuksia keskittyä lukemiseen? Tai eikö aikaa sille tunnu millään löytyvän? Pajalla starttaa tässä jaksossa uusi lukemiseen keskittyvä ryhmä. Tiistaisin päivän kaksi ensimmäistä tuntia on nyt omistettu

lukemiselle. Ryhmässä saat lukea mitä ikinä haluat. Kirjasta, lehdestä, lukulaitteelta tai vaikka kännykältä, tuo minkä ikinä itse koet parhaaksi. Myös äänikirjaa tai podcastiä voi kuunnella, kunhan käyttää kuulokkeita, joista ei vuoda ääntä läpi. Tärkeintä on pysyä hiljaa ja näin säilyttää kaikkien ryhmän jäsenten lukurauha. Ryhmässä pidetään aluksi ja lopuksi pienet fiiliskierrokset, jossa voi kertoa mitä aikoo lukea ja mitä siitä piti. Ryhmään voi kuitenkin tulla ja mennä miten itselleen sopii, kunhan sen tekee muut huomioiden melutason kannalta. Tervetuloa rentoutumaan ja uppomaan lukemisen maailmaan! Metsänpeitto.

Klo 11-13.30 Art journal

Art journaliin eli taidepäiväkirjaan voit koota yksiin kansiin piirroksia, maalauksia, kollaaseja, runoja, mietteitä tai muita aivoituksia - ilman suorituspaineita tai sen tarkempia tavoitteita. Tärkeintä on luovuus ja siinä hetkessä mieleen juolahtavien ajatusten purkaminen sekä visualisointi art journalin sivuille. Ryhmässä on tarjolla joka kerralle eri teema, jonka pohjalta voit haluamallasi tavalla lähteä toteuttamaan omaa näkemystäsi. Tarkoitus on, että joka kerralla täytetään yksi aukeama. Kirjan saat pajalta, ja ryhmässä voit käyttää aina pajan tarvikkeita, mutta halutessasi voit tuoda mukana myös omia välineitäsi ja täyttää kirjaa omaan tahtiin myös kotona. Ryhmässä on lisätwistinä se, että siellä puhutaan suomen sijaan englantia! Voit osallistua, vaikkot olisi kokenut englanninkielenpuhujia. Ryhmässä ei siis arvostella kenenkään kielitaitoa, vaan kannustetaan heittäytymään ja kokeilemaan rupattelua enkuksi. Voit myös tulla vain tekemään taidepäiväkirjaa, ja kuuntelemaan muiden juttelua. Art journalia voit tehdä haluamallasi kielellä. Ateljee.

You can collect drawings, paintings, collages, and thoughts into your art journal. You can also brainstorm whatever you feel like without any pressure or goals. Most important thing is to be creative and release your intuitive thoughts and visualize them on to your art journal. There will be a theme for every group session which you can use how you want and make your ideas come true. In every group session we fill one spread of our journals. You get a journal from the workshop. There's also plenty of supplies to be used. But you can bring your own supplies as well. Art journal can be advanced at home in your own phase. The group has an extra twist, we will speak English! You can participate even if you're not experienced English speaker. There's no judgement of language skills in the group. We encourage you to try small talk in English with others. You can also just come and fill Art journal and listen others speak in English. You can make your Art journal in any language you want. Ateljee.

Klo 12-16 Roolipeliryhmä

Tervetuloa pelaamaan Dungeons and dragons -roolipeliä kanssamme! Tässä ryhmässä on roolipelaamisesta kiinnostuneille mahdollisuus päästä kokeilemaan legendaarista D&D-roolipeliä. D&D:ssä seikkaillaan fantasiamaailmassa, jossa pelaajat pääsevät roolipelaamalla vaikuttamaan pelin kulkuun pelinjohtajan luomassa ympäristössä, joten rohkeasti mukaan! Kohtalainen englanninkielentaito tarvitaan, koska pelin säännöt ovat englanniksi, mutta itse pelaaminen toteutetaan ihan kotoisasti suomeksi. Pelit aloitetaan 1. tason hahmolla, jonka voi halutessaan suunnitella valmiiksi jo ennen ryhmään tuloa. Ilmoittaudu mukaan ja sitouduthan käymään kaikilla kerroilla, sillä peliin on vaikea palata poissaolon jälkeen. Koska 6.12. jää väliin, viides pelikerta pidetään 20.12. Tilana Metsänpeitto, paitsi 20.12. Ateljee.

Klo 13-15 Juhlatoimikunta

Joulunalusviikolla vietämme 21.12. ei-jouluista Valon juhlaa sekä 22.12. jouluista Virran joulujuhlaa. Valon juhla järjestettiin viime vuonna ensimmäistä kertaa, ja se on tarkoitettu heille, jotka haluavat juhlia yhdessä mutta eivät vietä joulua. Joulujuhlassa taas päästetään perinteet valloilleen. Juhlien suunnitteluun pääsee osallistumaan kolmesti kokoontuvassa juhlatomikunnassa seuraavasti: 15.11. suunnitellaan Valon juhla, 22.11. suunnitellaan joulujuhla, ja 13.12. käydään läpi molempien viimeistelyt. Tule mukaan ideoimaan! Ulappa.

Klo 13.30-16 Pajalle taidenäyttely -ryhmä

Ryhmässä tehdään vapaan työskentelyn otteella taidenäyttely pajan omiin tiloihin teemalla "Show". Päästä sisäinen glitterin ja konfettisateen täyttämä maailmasi valloilleen ja tee esim. maalaus, juliste, piirros – you name it! Näistä koostetaan lopuksi pajalle näyttely. Ilmoittaudu mukaan, paikkoja on rajatusti! Ateljee

Klo 16-18 Vapaa työskentely

Vapaan työskentelyn ajalla voi tulla tekemään omaan tahtiin omavalintaisia projekteja Virran Ateljeehen. Voit joko hyödyntää kulttuuripajan laajaa tarvikevalikoimaa, tai ottaa mukaan omat välineesi ja tulla muiden kanssa saman pöydän ääreen tekemään omaa työtäsi. Voit tulla työstämään tähän aikaan myös taidenäyttelytyötäsi. Ateljee.

Klo 16-18 Coverbändi (soittoryhmä)

Kulttuuripaja Virran coverbändi. Ryhmä on jatkuva, joten jos olet kiinnostunut bändissä soittamisesta, niin kysele vapaista paikoista Samuelilta, osoitteesta samuel.uotila@sosped.fi tai txt 0447202541. Studio.

Keskiviikko

(Tässä jaksossa ke 14.12 paja kiinni)

Klo 10-13 Lankakerho

Tehdään yhdessä käsitöitä. Tässä ryhmässä tekniikka on vapaa! Tarvikkeita löytyy monenlaiseen tekemiseen. Aikaa käsitöiden tekemiseen on noin kolme tuntia. Kuitenkin voit olla ryhmässä sen aikaa kuin haluat. Toivoisin että voimme pitää yhteisen aloituksen klo 10. Ryhmä kokoontuu kaksi kertaa: 30.11. ja 7.12. Metsänpeitto.

Klo 11-13 Tervetuloa mukaan! (tutustumiskäynti)

Virran toimintaan tullaan mukaan tutustumiskäynnin ja alkuhaastattelun kautta. Tutustumiskäynnille pääsee kätevimmin osallistumalla tähän ryhmään, joka on tarkoitettu toiminnasta kiinnostuneille. Samassa yhteydessä voimme tehdä alkuhaastattelun. Ryhmään voi tulla myös yhdessä ystävän tai tukihenkilön kanssa. Ilmoittautuminen ja lisätiedot: Virran vastaava ohjaaja Minna, 044 7227780 tai sähköpostitse: minna.wallenius@sosped.fi. Ulappa.

Klo 11-13 Bujoryhmä

Bujo eli bullet journal voi olla kalenteri, tehtävälista, päiväkirja tai vaikka kaikkien yhdistelmä! Virrasta saat työskentelyyn tarvittavat materiaalit, muun muassa oman vihon, myös omia materiaaleja saa tuoda mukana. Aiempaa kokemusta bujoilusta ei tarvita, innostus ja kiinnostus aiheita kohtaan riittää, tervetuloa! Ateljee.

Klo 12-15 Jalkapallon MM-kisakatsomo, vain ke 23.11.

Qatarin jalkapallon MM-karkeloiden alkulohkon peli Kroatia vs. Marokko. Virittäydytään kisahulinaan katsomalla yhdessä yksi ottelu. Tervetuloa kaikki futiksesta kiinnostuneet, tai lajista mitään tietämättömät keltanokat. Luvassa Kroatian kokeneen keskikenttäkonkari Luka Modricin pilkun tarkkaa pelintekoa ja Pohjois-Afrikan ylpeyden taitavaa peliä. Mahtuuko Suomenkin passin omistava pelaaja Marokon kisajoukkueeseen? Se selviää kisakatsomossa! Keskustelua saattavat herättää myös ihmisoikeusloukkaukset, jotka varjostavat kisoja. Metsänpeitto.

Klo 13-15 Vapaa työskentely

Vapaan työskentelyn ajalla voi tulla tekemään omaan tahtiin omavalintaisia projekteja Virran Ateljeehen. Voit joko hyödyntää kulttuuripajan laajaa tarvikevalikoimaa, tai ottaa mukaan omat välineesi ja tulla muiden kanssa saman pöydän ääreen tekemään omaa työtäsi. Voit tulla työstämään tähän aikaan myös taidenäyttelytyötäsi. Ateljee.

Klo 14-16 Reeniryhmä

Tervetuloa reenaamaan Steelbodyn kuntosalille. Ryhmä on tarkoitettu kaikille kuntosaliharrastuksesta kiinnostuneille – aloittelijoille tarjolla ohjausta laitteiden käyttöön. Steelbody sijaitsee osoitteessa Åkerlundinkatu 6 (Tullintorin ja kulttuuripajan välissä). Reenijat ovat aina kello 14.00-16.00. Ryhmään voi osallistua kerran tai koko jaksolle. Ilmoittaudu osoitteeseen samuel.uotila@sosped.fi tai txt 0447202541 Kuntosalin nettisivuihin voi käydä tutustumassa osoitteessa www.steelbody.fi. Kuntosalille voi tulla myös yhteisen aloitusajan jälkeen, mutta silloin pitää kuntosalin "vastaanotossa" sanoa, että olet Kulttuuripaja Virran reeniryhmäläinen. Porukalla tavataan kuntosalin edessä reenipäivisin aina kello 14.00.

Klo 14-18 Lautapelit

Luvassa leppoisa yhdessäoloa kevyitä ja viihteellisiä lautapelejä pelaillen. Osallistujien toiveista riippuen pajalta löytyy myös aivonystyröitä kutkuttavia harrastajapelejä – ja halutessasi voit tuoda myös oman lautapelin pelattavaksi ryhmässä. Ulappa.

Klo 15-17 Mielisukkaryhmä

Tervetuloa kutomaan villasukkia Virran omaan hyväntekeväisyyskampanjaan! Sukat lahjoitetaan ystävänpäivän tienoilla Mielen ry:n asumisyksikköön. Pajalta löytyy puikkoja ja lankoja. Vertaisohjaaja opastaa kykyjensä mukaan ja opetellaan yhdessä. Jaetaan hyvää mieltä villasukkien muodossa! Ryhmä kokoontuu tässä jaksossa kolmesti: 16.11., 30.11. ja 7.12. Metsänpeitto.

Klo 15-17 Rap-lyriikka

Hey yo! Tervetuloa mukaan rap-tekstien saloihin! Tässä ryhmässä pääpaino on kirjoittamisessa ja sisällössä, mutta myös ääneen pääsee kokeilemaan riimien rykimistä jos niin haluaa. Tehdään erilaisia harjoitteita, joista voi tarttua jotain mukaan myös muille runouden ystäville. Ateljee.

Torstai

(Tässä jaksossa to 15.12. paja kiinni)

Klo 11-13 Pieni korttipaja

Tervetuloa tekemään kortteja, koristeita ja valmistelemaan omia joulukalentereita! Aihe ja tekniikka ovat vapaat! Esillä on tarvikkeita esimerkiksi paperiaskarteluun: teippejä, leimasimia, tarroja sekä korttipohjia. Ja vaikka mitä muuta löytyy kulttuuripajan kaapeista. Voit piipahtaa hetkeksi tai tehdä vaikka kasan joulukortteja. Tuo mukanasasi ideasi ja ripaus hyvää mieltä! Omiakin tarvikkeita saa tuoda, mutta se ei ole tarpeen. Huom! Juhlatoimikunnassa päätetään Valon juhlan ja joulujuhlan koristeista. Koristeita voi tehdä siis myös kulttuuripajalle Pienessä korttipajassa. Metsänpeitto.

Klo 11-14 Miniätyyrimaalaus ja vapaa työskentely

Jos miniatyyrien (figuurien, pienoismallien tai muun pienen) maalaus kiinnostaa, niin tässä ryhmässä kyseiseen puuhasteluun on mahdollisuus vertaisohjaajan opastuksella. Virrassa on tarjolla maaleja ja maalattavia, joita voi käyttää. Jos sinulla on omia maalaustarvikkeita tai maalattavia kotona, niitä saa myös ottaa mukaan! Ryhmässä voi pitää taukoja tai lähteä aikaisemmin kotiin, jos niin haluaa. Ryhmän aikana voi tulla myös yhdessä tekemään muita taideprojekteja saman pöydän ääreen. Ei tarvitse ilmoittautua erikseen. Ateljee.

Klo 12-14 Hyvinvointiryhmä

Hyvinvointiryhmässä jokaisella kerralla on oma hyvinvointia tukeva teemansa. Yhdellä kerralla lähdemme yhdessä pelaamaan sulkapalloa, kerran teemme yhdessä ruokaa pajan keittiössä ja kerran hemmottelemme itseämme käsikylvyillä Ulapassa. Ryhmäkerroista kaksi ovat jälleen osa Veeran näyttöä, niin toivon osallistumista sankoin joukoin. (:

Ilmoittauduthan kullekin kerralle erikseen, sen mukaan, mikä sinua kiinnostaa!

- 17.11. Sulkapalloa Kauppi Sports centerillä
1.12. Kokkailua – ilmoitathan myös mahdollisen erityisruokavaliosi etukäteen (näyttö)
8.12. Hemmotteleva käsikylpy (näyttö)

Klo 15-17 HeVari -ryhmä

Ryhmää ohjaa ryhmänohjauksen harjoittelunaan kaksi Karelia-ammattikorkeakoulun kolmannen vuoden sosionomiopiskelijää. Ryhmä perustuu henkilökeskeiseen voimavaravalmennukseen (Hevari). Tavoitteena on löytää omasta elämästä uusi voimavaroja, sekä tunnistaa voimavaroja kuluttavia tekijöitä. Hevari koostuu kymmenestä pienryhmäkerrasta. Sen tarkoituksena on tukea sinua oman identiteetin löytämisessä, sosiaalisten taitojen vahvistumisessa sekä omannäköisen elämän toteutumisessa. Ryhmä on käynnistynyt jo toissajaksossa ja päättyy 1.12. Ateljee.

Klo 14-18 Elokuvaryhmä Kuvakarjun kuvakerho

Uusi jakso, uudet elokuvat. Sama vertaisohjaaja, sama tila (Metsänpeitto) ja sama aika. Virran huippusuositettu elokuvaryhmä jatkuu siis tuttuun tapaan myös vuoden viimeisessä jaksossa. Kaikki ovat tervetulleita oman fiiliksensä mukaan nauttimaan ryhmänohjaajan valitsemista elokuvista. Homma toimii näin: 1. Ohjaaja esittelee päivän elokuvan. 2. Elokuva katsotaan. 3. Pidetään paussi. 4. Elokuva katsotaan loppuun. 5. Keskustellaan vapaasti katsotusta elokuvasta. Mukaan voi tulla myös katsomaan pelkän alun esitelmän tai pelkän elokuvan. **Tarjolla popcornia.**

Tässä jaksossa ryhmän teemana on "ystävyyttä", ja katsomme seuraavat elokuvat:

- 17.11.** Toy Story — leluelämää (1995, Yhdysvallat, K7, 81 min, animoitu komedia)
24.11. Dersu Uzala (1975, Neuvostoliitto/Japani, S, 144 min, historiallinen draamaseikkailu **HUOM!** Tekstitys **englanniksi!**)
1.12. First Cow (2019, Yhdysvallat, K12, 121 min, draama)
8.12. Tokyo Godfathers — löytölapsen arvoitus (2003, Japani, K12, 92 min, animoitu tragikoominen seikkailu)
15.12. Paja on kiinni :(
Huom! Muutoksia ohjelmaan saattaa tulla esimerkiksi elokuvien saatavuuden muuttuessa!

Perjantai

Klo 10-12 Vapaa työskentely

Vapaan työskentelyn ajalla voi tulla tekemään omaan tahtiin omavalintaisia projekteja Virran Ateljeehen. Voit joko hyödyntää kulttuuripajan laajaa tarvikevalikoimaa, tai ottaa mukaan omat välineesi ja tulla muiden kanssa saman pöydän ääreen tekemään omaa työtäsi. Voit tulla työstämään tähän aikaan myös taidenäyttelytöitäsi. Ateljee.

Klo 11-12 Metsoilla-työpaja

Kulttuuripaja Virran musantekijät ja projektisuunnittelusta kiinnostuneet kävijät lyövät hynttyyt yhteen Pääkirjasto Metson musiikkiosaston kanssa tuottaakseen fyysisen julkaisun tekemistään biiseistä. Nykyajan hengessä tallenne julkaistaan myös digitaalisena. Projektin pohjaideana on DIY ja kokonaisuuden suunnittelu tapahtuu tässä Metsoilla-työpajassa. Metsoilla-porukka perehtyy tulevan julkaisun tuotantoon kuten aikataulutuksiin, kansien tekoon, tiedotukseen, jatkotuotantoon ja muihin käytännön asioihin. Julkaisua juhlistetaan loppukevästä 2023 Metson musiikkikirjastossa järjestettävillä levyjulkkareilla. Metsänpeitto.

Klo 12-14 Biisintekoryhmä

Metsoilla -projekti tarvitsee biisejä sisällökseen, ja tässä ryhmässä on tarkoitus tutkia miten biisejä tehdään, ja sitten käydä sävellys- ja sanoitushommiin. Projektissa tuotetaan siis pitkällä tähtäimellä julkaistava äänite,

ja loppuhuipennuksena keväällä on levyjulkkarikeikka Metson musiikkiosastolla. Musiikkityyliä ei ole rajattu, katsotaan mitä syntyy, ja sovitetaan kokonaisuutta sen mukaan. Metsänpeitto/Studio.

Klo 12-13 Taidenäyttelyn suunnitteluryhmä

Pidämme jälleen pajan ulkopuolisen taidenäyttelyn toukokuussa 2023 ja sitä varten kokoonnumme kerran viikossa keväeseen asti hoitamaan tarvittavia asioita näyttelyn osalta. Ensimmäisellä kerralla päätämme yhdessä näyttelyn teeman, joten olethan paikalla, jos haluat vaikuttaa siihen! Ryhmä ei kokoonnu 25.11. Ateljee.

Klo 13-15.30 Kuvataideryhmä

Ryhmä alkaa heti taidenäyttelyä suunnittelevan tunnin jälkeen. Kuvataideryhmässä voit siis tehdä näyttelyihin tarkoitettuja töitä tai tulla tekemään muuta taidetta. Ateljee.

Klo 12-15.30 Kynsien lakkaus ja meikkaus

Tule mukaan lakkaamaan kynsiä ja meikkaamaan! Voit tehdä molempia tai vain toista, ja halutessasi voit olla paikalla vain osan ajasta. Jokainen saa tehdä omalla tyylillään eikä lopputuloksella ole mitään väliä vaan tärkeintä on kiva yhdessä tekeminen. Kynsilakkauksessa voit tehdä esim. liukuvärjäystä sienellä tai (pallo)kuvioita kynällä. Taustalla soi musiikki ja ryhmän aikana voi jutella niitä näitä tai kauneudenhoitoon liittyvistä asioista. Ryhmän aikana voi pitää kahvi-/evästuon. Pajalla on pöytäpeilejä, vanupuikkoja ja kynsilakkaukseen poistoainetta, vanulappuja ja iso määrä kynsilakkoja. Muistilista asioista, joita saatat tarvita: omat meikit, siveltimet, halutessasi oma kynsilakka ja kynsiviila. Ryhmään saa tulla myös vain hengaamaan ja kuuntelemaan musiikkia. Ulappa.

Klo 14-15.30 Vapaa kirjoittaminen

Tässä luovan ja vapaan kirjoittamisen ryhmässä ideoidaan ja etsitään aiheita paperille musiikista sen tuottamien ajatusten ja tunteiden kautta. Voit vapaasti valita missä muodossa kirjoitat. Voit tuottaa esimerkiksi tarinan, runon, novellin, uutisen tai mitä ikinä keksitkään. Musiikki on meditatiivista. Voit myös osallistua ryhmään jo valmiin kirjoitusidean kanssa tai tulla kuuntelemaan rauhallista musiikkia ja rentoutumaan. Tervetuloa! Metsänpeitto.

Klo 15.30-16 Lähtöhumpat viikonloppuun

DJ saattelee enemmän tai vähemmän laadukkaan musiikin saattelemana pajalaisia kohti viikonlopun sykettä. Salonki.

Nähdään Kulttuuripaja Virrassa!

Terkuin Anna, Minna, Samuel, Hannu sekä opiskelijat Veera ja Ida