

LIIKETTÄ

LIIKETTÄ

LIIKETTÄ

Lokakuuhun

...ja koko syksyyn!

LIIKETTÄ

LIIKETTÄ

LIIKETTÄ

Niemikoti
Niemikotisäätiö – paras paikka toipua





ISÄNNÖITSIJÄN PALSTA

VUOKRANTARKASTUSILMOITUKSET

HEKA OY:n vuokrahuoneistojen vuokrantarkastusilmoituksen lähetyksen alkuaan heti kun saat tiedot kiinteistöyhtiöltä. Perinteisesti tämä tarkoittaa sitä, että vuokrantarkastusilmoitukset ovat vuokralaisillamme postitettuna lokakuun marraskuun vaihteissa.

Oy Helsingin Asuntohankinta Ab:n vuokrahuoneistojen vuokrantarkastusilmoitukset lähetän myös lokakuun marraskuun aikoihin vuokralaisille.

Muistathan säilyttää vuokrantarkastusilmoituksen asumistuen tarkastamista varten!!

VUOKRASOPIMUKSEN PURKAMINEN

Kuluneen vuoden aikana olemme jättäneet uusimatta määrällisiä vuokrasopimuksia ja jopa purkaneet vuokrasuhteita maksamattomien vuokrien, huoneiston huonon hoidon sekä asumishäiriöiden takia. Pääsääntöisesti vuokralaisemme hoitavat vuokralaisen velvollisuudet hyvin. Mikäli vuokralainen tarvitsee vuokranmaksuun lisäaikaa, on siitä sovittava isännöitsijän kanssa erikseen. Vuokravälillisten kanssa tehtyjä rästien maksusopimuksia on noudatettava. Uskon, että hyvällä yhteistyöllä voimme välttää ja ainakin vähentää asumisen ongelmia asunnon omistajan, Niemikotisäätiön jälleenvuokruksen ja vuokralaisemme välillä. Mikäli havaitsette asumisessa ongelmia tai koette oman asumisenne tarvitsevan lisää tukea, voitte ottaa yhteyttä ohjaajimme lisäavun järjestämisen selvittämiseksi.

Laki Asuinhuoneistojen vuokruksesta sisältää vuokrasopimuksen purkuperusteet. Vuokranantajan oikeus purkaa vuokrasopimus: (AHVL 61§)

- Vuokranantajalla on oikeus purkaa vuokrasopimus, jos vuokralainen laiminlyö suorittaa vuokra säädettyssä tai sovituksessa ajassa.
- jos vuokraoikeus siirretään tai huoneisto tai sen osa luovutetaan toisen käytettäväksi
- jos vuokrahuoneistoa käytetään muuhun tarkoitukseen tai muulla tavalla kuin vuokrasopimusta tehdessä on edellytetty
- jos vuokralainen viettää tai sallii vietettävän huoneistossa häiritsevää elämää (esim metelöinti, äänekäs musiikin soittaminen ja tappelut. Vuokralainen on vastuussa myös silloin, kun hän ei ole sitä itse aiheuttanut (esim perheenjäsenet ja vieraat).
- jos vuokralainen hoitaa huoneistoa huonosti. Huoneiston huonoa hoitamista on:
 1. huoneiston suoranainen rikkominen
 2. siivouksen laiminlyöminen
 3. luvottomat muutostyöt
- jos vuokralainen rikkoo mitä terveyden tai järjestyksen säilyttämiseksi on määrätty (esim terveysviranomaisten määräykset, taloyhtiön järjestyssäännöt)

ASUNTOJEN LÄMMITYS

Vaihtelevien syyssäiden aikana huoneilma koetaan usein viileänä, vaikka se todellisuudessa onkin suosituslämpötilojen mukainen. Myös ilman suhteellinen kosteus on usein korkea.

Lämmityskausi alkaa, kun ulkoilman keskimääräinen lämpötila laskee alle lämpötilarajan, joka on vuorokaudessa noin +15–17°C. Lämmityskauden alussa kestää jonkin aikaa en-

nen kuin talojen rakenteet ovat lämmenneet ja suhteellinen kosteus alentunut.

Huoneistojen sisälämpösuositus on +20–21°C. Huoneilman lämpö mitataan noin 0,6 m seinäpinnasta ja 1,1 metrin korkeudelta lattiasta. Ennen mittausta varmista, että sisälämpötila on ollut riittävän tasainen ja pintalämpötilamittauksia tehtäessä on otettu huomioon mahdolliset ulkolämpötilan vaihtelut.

Vikailmoitus kannattaa tehdä, jos huoneen lämpötila laskee alle +18 asteen.

Kylmän alkaessa pitää silti aina aika-ajoin tuulettaa. Muistathan, että tehokas nopea tuuletus on myös energiatehokkuuden nimissä parempi vaihtoehto.

WC JA KYLPYHUONEEN PUHDISTUS

WC:n puhdistus on hyvä pitää osana viikkosiivousta, jolloin WC pysyy yleisistina ja mukavana käyttää. Näin toimimalla estetään pytyä likaantumisen ja lian pinttyminen, sekä pidetään huolta tilan viihtyvyydestä.

WC pytyä ja istuimen puhdistus

WC istuin on hyvä puhdistaa sekä päältä että alapuolelta. Sama koskee myös WC pytyä kantta. Huomiota kannattaa kiinnittää myös istuimen ja kannen kiinnikkeisiin (sarana-osat), jotka jäävät helposti vähemmälle huomiolle.

Saostumien ja tahrojen poisto WC pöntöstä

Siivoa WC säännöllisesti

- Käytä tehokasta puhdistusainetta
- Vältä liiallista hankausta pöntön puhdistuksessa
- Poista kalkin aiheuttamat saostumat

Lattiakaivon puhdistus on erityisen tärkeää kodin peseytymistiloissa, joissa lattiakaivoon päätyy usein mm. hiustoppoja. Pitkään puhdistamatta ollut lattiakaivo saattaa tukkeutumisen lisäksi alkaa myös haista, joka luonnollisesti vähentää tilan käyttömukavuutta.

Lattiakaivon puhdistusohje

Ennen lattiakaivon puhdistusta on hyvä juokuttaa tai kaataa ämpärillä muutamia litroja vettä lattiakaivoon, jotta kaivossa oleva vesi vaihtuu - samalla nähdään miten lattiakaivo vetää; vai vaikuttaisiko lattiakaivo olevan tukkeessa.

Lattiakaivon puhdistus aloitetaan poistamalla lattiakaivon kansi/ritilä. Tämän jälkeen kannesta poistetaan siihen kerääntyneet irtosiivet ja muu lika. Lattiakaivon kannen puhdistus on hyvä tehdä vaikka käyttämällä vanhaa hammasharjaa, jolloin myös ritilässä olevat välit saadaan puhdistettua kunnolla.

Seuraavaksi lattiakaivon puhdistus jatkuu poistamalla lattiakaivossa olevat irtoroskat ennen lattiakaivon seinämien puhdistusta. Lattiakaivon seinistä saattaa kyllä irrota uutta irtoroskaa, mutta näin toimimalla minimoidaan puhdistuksen aikana irronneiden roskien muodostamien tukosten syntymisen. Hyvä apuväline lattiakaivon sisäseinien puhdistukseen on vanha tiskiharja.

Lattiakaivon puhdistus työhön kannattaa valita esimerkiksi suojakäsineet, jotka suojaavat sormia ja ranteita.

HYVÄÄ MIELTÄ SIIVOAMISEEN!

SYYSSTERVEISIN, ISÄNNÖITSIJÄ



● LEIRITERVEISET KESÄHARJUSTA 12.–16.8.2019

Iitin Kesäharjun leirikeskukseen suuntasi loppukesän aurinkoisilla päivillä 28:n leiriläisen joukko. Sää leirin aikana todellakin suosi, aurinko paistoi ja t-paidalla sekä shortseilla tarkeni hyvin. Sadetta ripotteli vasta kotiinpaluupäivänä. Palaute leiriltä oli kaiken kaikkiaan positiivista.

"Ilmat oli ihanat"

"Uudet ihmiset ovat aina piristysruiske"

Leirin ohjelmasta löytyi monenlaista. Karaoke raikui iltaisin ja palkintoja jaettiin tiukassa tietovisassa. Mөлkkymatka venyi monipäiväiseksi ja kilpailu oli tasainen. Kävelymatkan päässä Kesäharjusta sijaitsevalla Vuolenkoski Areenalla pelattiin muun muassa polttopalloa ja koripalloa. Liikuntavuoron loppuun saatiin leiriläisen vetämänä rentoutusta ja venyttelyä. Yllätysohjelmanumerona oli eräänä päivänä saappaanheittokisa, jossa saappaat lensivät komeassa kaaressa. Leirin aikana pienissä kisailuissa jaetut palkinnot olivat Niemikotisäätiön Ekokompassin mukaisesti Suomessa tuotettuja kierrätysmuovista valmistettuja kodinhoitovälineitä ja vegaanisia sekä biohajoavia puhdistusaineita ja hy-

gieniatuotteita.

"Monipuoliset aktiviteetit. Hieno-energisoiva asia. Iltabileet timanttinen kruunu!"

"Mukava leiri ja vaihteleva"

Vaikka leirillä oli tarjolla paljon ohjelmaa, niin aikaa jäi myös rauhoittumiseen. Sauna oli lämpimänä joka ilta ja rohkeimmat pulahtivat jokeen uimaan.

"Olipa siis kunnan saunalöylyt!"

"Rantasauna mahtava"

Ruoka oli erinomaista ja erilaiset ruokavaliot oli otettu hienosti huomioon. Päivittäin sai vatsansa useasti täyteen. Leirillä juhlittiin myös syntymäpäivää kakkukahvien merkeissä.

"On se ihanaa, kun on tällainen paikka mihin tulla. Oli ihanaa levätä ja syödä hyvin. Oli ihanaa seuraakin huonetovereista. Kiitos erittäin paljon ihanasta leiristä!"

"Ruoka erinomaista (emännille erityiskiitos)"

"Kouluarvosana viikosta 10-"

Terveisin Jenni, Pia ja Kaisa

Seuraava leiri järjestetään marraskuussa pikkujoulun merkeissä 18.–20.11. (s. 8 lisätietoja). Tervetuloa mukaan!



● TOIVEIKKAIDEN syksyn 2019 ohjelmaa

17.10.2019 Keilaus Kallion urheilutalo

Tapaaminen urheilutalon edessä klo 12.30.

Lisätietoja Niina Sahlberg puh. 040 725 7539

31.10.2019 Kellomuseo, Tapiola, Espoo. Tapaaminen rautatieasemalla kompassitasolla klo 12.00.

Lisätietoja ohjaaja Sini Siposelta puh. 045 635 7437

14.11.2019 Elokuva, päätetään edellisellä retkellä

Lisätietoja Pia Fager puh. 050 400 1886

28.11.2019 Ateneum

Tapaaminen Ateneumin edessä klo 13.00.

Lisätietoja Sofianna Kortesaari puh. 0400 406 495

12.12.2019 Pikkujoulu

Jälleenvuokrauksen toimistolla Malminkaari 9 C
klo 12.00-14.00



● ASIAKASPALSTA

Tämä puisto on tyhjä.
Minä yksin jäin istumaan.
Mä jäin tuijottamaan kuuta.
Mä näin tähden lennon.
Mä lähden yksin kotiin.
Siellä ei ole mitään.

t. Tähti

Kun rakkaus loppuu,
niin sydän sammuu.
Ei ole mitään,
kuin yksinäisyys.

t. Tähti



● Hei Niemikotisäätiön palvelujen käyttäjä!

Haluaisitko kokeilla arjen sujumisessa tsemppaavaa sovellusta Niiloa?

Niilo tarjoaa myös digitaalisen kohtaamispaikan: kokemusasiantuntijoiden vetämiä chättejä ym.

Mukana on kuutisenkymmentä Niemikodin palvelunkäyttäjää. Niilon avulla voi olla yhteydessä toisiin ja saada aktiivisia vinkkejä.

Yhteydenotto Pasi Tuominiemi 050 404 0022 tai oman ohjaajasi kautta.

Pasilta saat Niilo-koodin. Huom. vain Androidille.





● Hei! Oletko kiinnostunut työtoiminnasta ohjatussa ulkotyöryhmässä?

Työtoimintakokeilu etsii osallistujia metsätöihin ja ympäristön kunnossapitoon. Toiminta on ohjattua ja se soveltuu kaikille halukkaille.

Voit ilmoittaa halukkuudestasi osallistua työkokeiluun tai esittää kysymyksiä osoitteeseen:

✉ janne.karkkainen@student.laurea.fi

tai ottaa yhteyttä Jälleenvuokrauksen työntekijöihin (ks. takasivu).





● Tervetuloa Kesäharjuun pikkujoululeirille viihtymään yhdessä 18.–20.11.2019

Leirille lähdetään Jälleenvuokrauksen toimiston edestä osoitteesta Malminkaari 9 C maanantaina 18.11. klo 9. Leiriltä palataan Helsinkiin keskiviikkona 20.11. klo 16.00 mennessä. Leiri maksaa 50 euroa.

Leirillä ohjaajat järjestävät yhteistä tekemistä säästä riippuen sisällä tai ulkona, ruoka on perinteisesti ollut hyvää ja saunat lämpiävät joka ilta. Pikkujoulun merkeissä tarjolla on jouluateria. Yhteisiin ohjelmiin osallistuminen on vapaaehtoista, mutta toki toivomme runsasta osanottoa. Leirille lähtevät ohjaajat Kaisa Palomaa, Niina Sahlberg ja Mari Huhdanmäki.

Ilmoittautuminen leirille 21.-25.10. Leirille ovat tervetulleita kaikki jälleenvuokrauksen asukkaat. Kuitenkin niin, että ne asukkaat, jotka eivät ole koskaan olleet Iitin Kesäharjussa leireillä tai joiden leirikokemuksista on pidempi aika, ovat etusijalla. Ilmoittautumisia ottaa vastaan ohjaaja Kaisa Palomaa, p. 0400 595 989.

Niemikoti

Niemikotisäätiö Jälleenvuokrauksen asukaslehti Hyvä Mieli 2/2019



Kutsu pikkujoulujuhlaan



Jälleenvuokrauksen henkilökunta kutsuu teidät kaikki toimistollemme osoitteeseen Malminkaari 9 C jokavuotiseen pikkujoulujuhlaan 12.12.2019 klo 12-14.

Juhla toteutetaan avointen ovien periaatteella eli toimistolle voi tulla piipahtamaan milloin vain klo 12-14 välisenä aikana. Ennakkoilmoittautumisia ei tarvita, vaan kaikki ovat tervetulleita ja mahtuvat mukaan!

Tarjolla on perinteiseen tapaan joulupuuroa manteleineen, kahvia ja glögiä sekä pientä makeaa. Luvassa on myös pikku yllätyksiä ja manteleiden saajille yllätyspalkintoja.



Tervetuloa pikkujoulujuhlaan nauttimaan pikkuherkuista ja rennosta yhdessäolosta!



● Valtti Valmennus tarjoaa monenlaista ryhmätoimintaa

Hyvinvoinnin ABC

Oman terveytesi edistämiseen

Tervetuloa keskustelemaan ryhmäämme Valtti Valmennukseen! Keskustelut neljänä keski- viikkona 16.10. alkaen klo 9.15-11.15 seuraav in teemoin:

Ke 16.10.-19 Mistä hyvinvointi muodostuu

Ke 23.10.-19 Tunnista omat voimavarasi

Ke 30.10.-19 Hyvinvointiin vaikuttavat elintavat

Ke 6.11.-19 Hyvinvoinnin haasteet

Kuhunkin tapaamiskertaan sisältyy 15 minuutin kahvitauko.

Ilmoittautuminen Valtti Valmennuksen ohjaajille numeroon 050 4066 500 tai Valtin sähköpostiin valtti@niemikoti.fi.

Seuraava Hyvinvoinnin ABC-ryhmä alkaa 20.11.2019.

Tietokone tutuksi -kurssi

Kurssi sinulle, joka et ole aiemmin tietokonetta juurikaan käyttänyt.

Kurssi on neljän kerran kokonaisuus. Saat parhaan hyödyn, jos olet mukana joka kerta.

Kurssin sisältö:

- Tietokoneen osat ja työpöytä
- Hiiren käyttö
- Näppäimistö tutuksi
- Mikä on selain? Google ja Internet

Kurssin vetävät vertaisohjaaja Hannu ja Valtin ohjaaja Merts. Paikka: Valtti Valmennus, Elinmäenkatu 26, 4. krs.

Kurssille mahtuu 6 osallistujaa ilmoittautumisjärjestyksessä. Lisätietoja ja ilmoittautumiset 050 316 0808, merts.isberg@niemikoti.fi

Työvalmennusta ryhmä- ja yksilövalmennuksessa

Mitä se voisi olla juuri sinulle?

- Yksilöllinen tilanteen, osaamisen ja kykyjen kartoitus
- Ammatin- ja koulutusvalintaan liittyvä ohjaus
- Työelämätaitojen vahvistaminen
- Ammatillinen kehittyminen
- Työnhakemiseen liittyvä tuki
- Uusia näkökulmia tilanteeseesi

Ota yhteyttä työvalmentajiimme, juttelemaan lisää! Puhelimitse 050 449 7428 tai sähköpostitse valtti@niemikoti.fi.

Naisten ryhmä jatkuu Valtti Valmennuksessa!

Kaiken ikäiset naiset, tervetuloa!

Kysy lisää
050 4066 500
tai
valtti@niemikoti.fi.



● Oletko ajatellut kouluttautumista puhtausalalle?

Tai oletko joskus työskennellyt siivoojan ammatissa ja pohdit työelämään paluuta?



Jos olet, siinä tapauksessa Valtti Valmennuksen siivoustiimi voi auttaa sinua etenemään tavoitteessasi!

Niemikotisäätiön siivoustiimi suorittaa muutto- ja kotisiivouksia eri puolilla Helsinkiä.

Siivoustiimiin osallistuminen sopii sinulle, jos olet

- kiinnostunut työskentelemään toimitilahuollon ylläpito- ja perussiivoustehtävissä
- kiinnostunut uuden osaamisen hankkimisesta tai jo olemassa olevan osaamisen päivittämisestä

Siivoustiimi antaa sinulle mahdollisuuden

- osallistua työtoimintaan työosuusrahalla toimitilahuollon ohjaajan tukemana
- suorittaa osaamistodistuksen ylläpitosiivouksen ja perussiivouksen tutkinnonosista
- tutustua eri koulutusvaihtoehtoihin
- saada tukea työllistymisessä puhtausalan työtehtäviin

Valtti Valmennuksen työvalmentajat tukevat sinua henkilökohtaisen suunnitelman tekemisessä ja toteuttamisessa, minkä avulla voit edetä kohti tutkinnon suorittamista/osa- tai kokoaikaiseen työhön.

Ota rohkeasti yhteyttä ja tervetuloa tutustumaan!

☎ 040 548 2099 Sini Laakso, toimitilahuollon ohjaaja, Valtti Valmennus



● JÄLLEENVUOKRAUKSEN YHTEYSTIEDOT

NIEMIKOTISÄÄTIÖ JÄLLEENVUOKRAUS

MALMINKAARI 9C 00700 HELSINKI

sähköpostit etunimi.sukunimi@niemikoti.fi

Isännöitsijä Anssi Kiuru, 045 139 4047

Vastaava ohjaaja Timo Sampo, 050 404 0030

Niemikotisäätiön Yöpäivystys (klo 19-5.30) 050 573 5658

OHJAAJAT

jaoteltuna postinumeroiden mukaan

- Alue 1 postinumerot **00120-00350** Sini Siponen 045 635 7437
- Alue 2 postinumerot **00350-00440** Jenni Kuningas 045 139 3607
- Alue 3 postinumerot **00440-00550** Sofianna Kortesaari 0400 406 495
- Alue 4 postinumerot **00550-00700** Niina Sahlberg 040 725 7539
- Alue 5 postinumerot **00700-00770** Nita Siikaoja 050 404 0020
- Alue 6 postinumerot **00770-00900** Mari Huhdanmäki 050 499 0337
- Alue 7 postinumerot **00900-00960** Pia Fager 050 400 1886
- Alue 8 postinumerot **00960-00980** Kaisa Palomaa 0400 595989



Niemikoti

Niemikotisäätiö Jälleenvuokrauksen asukaslehti Hyvä Mieli 2/2019

