

TOIMINTAVIESTI



SYYSKUU 2026

Onnensillan toimintaviesti julkaistaan kerran kuukaudessa. Se on suunnattu kaikille, joita kiinnostaa Onnensillan ja sen yhteistyökumppaneiden toiminta Hyvinkään seudulla. **Toimintaviestin toiminta on aina kaikille avointa ja pääsääntöisesti maksutonta.**



Jos haluat mainostaa omaa toimintaasi laita mainos tulemaan sähköpostilla viimeistään kuukauden viimeisenä päivänä (noora.widing@hyvy.fi).

Toimintaviesti julkaistaan kunkin kuun alussa (heinä-elokuussa kesätauko).

Onnensillan toimintaa	2
Tiedoksi: Toimintaviestin vastaanottajat kirjataan rekisteriin	2
Onnensillan maksuton ryhmätoiminta	3
TÄRKEÄÄ! Ajankohtaista tietoa tulevista avustusleikkauksista ja vaikutuksista	
Onnensiltaan	4
UUTTA: Polkuja ja kohtaamisia -ryhmä eläköityville	5
UUTTA: Rentoutushetki sinulle	6
UUTTA: Bridge -kurssi	6
UUTTA: Luova hetki -ryhmä	7
Hyrian hyvinvointimittaukset	7
Digiopastusta Onnensillassa	8
Asahi alkaa!	8
Muiden toimintaa	9
Pääkirjastolla tapahtuu	10
Tutustu hyvinvointitekнологiaan Hyriassa	15
SPR Ystävätoiminnan peruskurssi	15
"Yksi peili - kahdet kasvot" - monitaiteinen kuvaelma	16
Kulttuuri ja hyvinvointi -palvelualueen Yhdistyskyselyn 2026 tulokset	16
Muistitoimintaa Hyvinkäällä	17
Harvinaisten sairauksien vertaistukiryhmä	18
Linja-autoretki Hyvinkään kaakonkulman maalaismaisemissa	19
Vanhustenviikko tulee taas lokakuun alussa	19

Tämä Toimintaviesti on julkaistu 1.9.2026

Onnensillan toimintaa

Onnensillan syksyn toiminta on pyörähtänyt käyntiin vilkkaasti, talo on täynnä iloisia jälleennäkemisiä ja hyväntuulista puheensorinaa! Tutustu monipuoliseen tarjontaan ja löydä itsellesi uusi harrastus www.hyvy.fi Onnensillan uusi aukioloaika ma-to klo 11-15 on saanut hyvä vastaanoton!

Tiedotamme viimeisimmistä käänteistä nettisivuillamme <https://www.hyvy.fi/> ja somessa facebookissa sekä instagramissa.

Ihanaa syksyn alkua!



Tiedoksi: Toimintaviestin vastaanottajat kirjataan rekisteriin

Yhdistys- ja toimintaviestit lähetetään hyödyntäen Yhdistysavain järjestelmän sähköpostitusjärjestelmää. Tästä syystä jokaisen toimintaviestin tilaajan tiedot kirjataan Yhdistysavaimen rekisteriin.

Rekisteriseloste on tutustuttavissa: <https://www.hyvy.fi/hyvy/tietosuojaselosteet/>

Miten onnistuimme? Anna palautetta!



Keräämme palautetta Onnensillan toiminnasta. Antamaasi palautetta käytetään toiminnan kehittämiseen ja toiminnasta raportointiin rahoittajalle. Vastaaminen tapahtuu anonymisti. Palautteesi on meille erittäin arvokas ja mahdollistaa toiminnan jatkuvuuden. Kiitos!

<https://www.hyvy.fi/palaute/>

Onnensillan maksuton ryhmätoiminta

Vapaaehtoisten ohjaamat, kaikille avoimet ja maksuttomat ryhmät Onnensillassa, sekä muualla. Onnensillan osoite Kankurinkatu 4-6, ovi A7 (kulku Värttinäpolun puolelta)

SYKSY 2026

MAANANTAISIN

- o Aamujumppa klo 9.30-10.30, Onnensilta **17.8.-7.12.**
- o Pelien alkeet haltuun klo 12.30-15, Onnensilta **17.8.-7.12.**
- o Harvinaisten vertaistukiryhmä klo 15-17, Onnensilta: **10.8., 14.9., 12.10., 9.11. ja 14.12.**

TIISTAISIN

- o Muistiyhdistyksen vertaistoimintaa klo 10-12, Onnensilta **1.9.-8.12.26**
- o Bridge-kurssi klo 11-13: **8.9.-24.11.**, ennakkoilmoittaudu: teija.r.haavikko@gmail.com
- o Asahi klo 12-12:45, Villatehtaan sisäpiha **22.9.-3.11.26 (ei 20.10.)**
- o Iloinen neulekahvila klo 12.30-14.30, Onnensilta **18.8.-8.12.**
- o Rentoutushetki sinulle klo 14-15, Onnensilta: **18.8., 1.9., 15.9., 29.9., 13.10., 27.10., 10.11., 24.11. ja 8.12.**
- o Rohkeiden sanataidepaja klo 11-12:15, Onnensilta **25.8., 8.9., 22.9., 6.10., 20.10., 3.11., 17.11., 1.12.26**
- o Laulun iloa - yhteislaulua ilman säestystä klo 15-16.30, Onnensilta **8.9., 13.10., 10.11. ja 8.12.2026**

KESKIVIIKKOISIN

- o Luova hetki klo 10-12: **2.9.-4.11.26**
- o Vertaispalveluneuvoja opastaa yksilöllisesti virastoasioissa klo 11-12, Onnensilta **19.8.-9.12.26**
- o Kuulolähipalvelu parittomina viikkoina klo 11-12, Onnensilta **19.8., 26.8., 9.9., 23.9., 7.10., 21.10., 4.11., 18.11. ja 2.12.**
- o Pelihait-kerho klo 12-15, Onnensilta **19.8.-9.12.**
- o Polkuja & kohtaamisia -ryhmä klo 14-16, **28.10.-2.12.**
Ennakkoilmoittaudu: www.hyvy.fi/kohtaamisia
- o Sydäntukiasema klo 17-19, Onnensilta: asiantuntijaluentoja, ohjausta, neuvontaa ja vertaistukea **9.9., 7.10. ja 11.11.**

TORSTAISIN

- o Digiopastus parittomina viikkoina klo 11-13, Onnensilta, ilman ajanvarausta: **10.9., 24.9., 8.10., 22.10., 5.11., 19.11. ja 3.12.26**
- o Muistikuoro Muikku klo 11-12, Onnensilta **10.9., 8.10., 5.11. ja 3.12.**
- o Rummikub-kerho klo 11.30-13.00, Onnensilta **20.8.-10.12.**
- o Tiibetin voimistelu klo 12-12.45, Onnensilta **5.11.-10.12.**
- o Bingo klo 13-14, Onnensilta **20.8.-10.12.**
- o Tuolijumppa klo 13.30-14.15, Villatehdas (Ossian-sali, rappu B 9) **10.9.-17.12.**
- o Mieli maasta -masennuksesta toipuvien ryhmä parillisina viikkoina klo 15-16.30, Onnensilta **20.8., 3.9., 17.9., 1.10., 15.10., 29.10., 12.11., 26.11. ja 10.12.**
- o Illan ihana kässäkahvila klo 17-19, Onnensilta **20.8.-10.12.**

PERJANTAISIN

- o Kehrääjängkadun alueolkkari klo 13-15, Yhteistila (Kehrääjängkatu 6-8) **21.8.-4.12.**

TÄRKEÄÄ! Ajankohtaista tietoa tulevista avustusleikkauksista ja vaikutuksista Onnensiltaan

Onnensilta varautuu avustusleikkauksiin irtisanomisilla

Onnensillan toimintaa koordinoivan Hyvinkään Yhdistykset ry:n hallitus on päättänyt varautua ensi vuonna toteutettaviin avustusleikkauksiin irtisanomalla porrastetusti koko henkilöstönsä. Työsuhteet päättyvät helmikuun 2027 loppuun, mikäli avustusta ei ensi vuodelle myönnetä lainkaan tai se vähenee merkittävästi.

Sote-järjestöille myönnettäviä STEA-avustuksia leikataan ensi vuonna kolmannes tämän vuoden avustustasoon verrattuna. Vielä ei ole tiedossa, miten leikkaukset kohdentuvat eri järjestöjen toimintaan. Avustusehdotukset saadaan joulukuussa, mutta varsinaiset päätökset tulevat vasta tammi-helmikuussa 2027.

”Sote-järjestöjen rahoitustilanne on tällä hetkellä poikkeuksellisen vakava. Yleishyödyllisenä toimijana meillä ei ole taloudellisia puskureita pyörittää toimintaa pitkälle ensi vuoteen ilman STEA-avustuksia. Meillä on töissä pitkäaikaisia, osaavia ja sitoutuneita ammattilaisia, joiden työsuhteiden irtisanominen epävarmassa tilanteessa on äärimmäisen raskasta. Tämä hätäjarrun vetäminen on kuitenkin välttämätön teko, jotta pystymme hoitamaan lakisääteiset työnantajavelvoitteemme ja taloudelliset sitoumuksemme, mikäli rahoitusta ei myönnetä lainkaan.”, Hyvinkään Yhdistykset ry:n puheenjohtaja Aija Chrons tiivistää.

Hyvinkään Yhdistykset ry:n toiminta on kaikilta osin kohtaavaa toimintaa. Yhdistys ylläpitää Onnensillan kohtaamispaikkaa, joka kaikille avoimen ja maksuttoman ryhmä- ja olohuonetoiminnan lisäksi tarjoaa muun muassa tiloja, lähitukea ja neuvontaa sekä viestintää yli kuudenkymmenen paikallisen sote-yhdistyksen toimijoille.

”Yhdistyksemme toiminta on kokonaisuudessaan luokiteltu STEAssa luokkaan ”järjestöjen toimintaedellytysten vahvistaminen”. Tähän luokkaan kohdistuu valtionvarainministeriön budjettiesityksen mukaan kaikista suurimmat leikkaukset, esityksen mukaan jopa 62 % tämän vuoden avustustasoon verrattuna. Vaikka kuulumme tähän avustusluokkaan, tekemämme työ on suoraa, kasvokkain tapahtuvaa kohtaamistyötä. Suuri osa paikallisista sote-yhdistystoimijoista on ikäihmisiä, jolloin toimivin ja tehokkain tapa on fyysinen lähituki. Paikallisena toimijana olemme lähellä ja läsnä.”, kertoo toiminnanjohtaja Anni Rekilä.

Lue koko tiedote: <https://www.hyvy.fi/ajankohtaista/irtisanominen/>

UUTTA: Polkuja ja kohtaamisia -ryhmä eläköityville

Oletko juuri eläköitynyt tai eläköitymässä? Kaipaanko uusia tuttavuuksia ja mielekästä tekemistä arkeen?

Syksyllä 2026 Onnensillassa käynnistyy uusi toiminnallinen ryhmä. Syksyn aikana kokoonnumme samalla porukalla kuusi kertaa erilaisten toimintojen/aktiviteettien äärelle.

Ryhmässä tehdään mm. kevyitä liikuntaan- ja hyvinvointiin liittyviä harjoituksia, keskustellaan, tutustutaan ja jaetaan ajatuksia uuden elämänvaiheen tuomista muutoksista.

Tavoitteena on tarjota mukavaa yhdessä tekemistä, vertaistukea ja mahdollisuuksia löytää uutta tekemistä arkeen. (Tapaamiskertojen sisältö muotoutuu osallistujien omien kiinnostuksen kohteiden mukaan.)

Ryhmä toteutetaan osana Metropolia Ammattikorkeakoulun Toimintaterapian opinnäytetyötä, jonka tavoitteena on kehittää yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja toimintakykyä tukeva ryhmätoiminnan malli.

Lämpimästi tervetuloa mukaan! Terveisin: Sara & Tanja, toimintaterapeuttiopiskelijat

Maksutonta ja kaikille avointa toimintaa! Ilmoittaudu mukaan, ryhmässä on vielä hyvin tilaa: <https://www.hyvy.fi/toimintaa/kohtaamisia/>

Kokoontumiset keskiviikkoisin 14-16: 28.10., 4.11., 11.11., 18.11., 25.11. ja 2.12.2026

Lisätiedot ja mahdolliset peruutukset: noora.widing@hyvy.fi





**Kentoutus-
hetki sinulle**

**Parillisten viikkojen
tiistait klo 14-15**
Onnensillassa
Kankurinkatu 4-6 ovi A7, Hyvinkää

Kokoontumiset: 18.8., 1.9., 15.9., 29.9.,
13.10., 27.10., 10.11., 24.11. ja 8.12.

**Vapaa
pääsy!**

www.hyvy.fi/toimintaa/rentoutus/

**HYVINKÄÄ
yhdistykset**

UUTTA: Rentoutushetki sinulle

Tervetuloa rentoutushetkeen, joka tarjoaa rauhoittumismahdollisuuden arjen keskellä!

Tavoitteena on edistää hyvinvointia ja mielenrauhaa. Kutsu kaveri mukaan ja vietä mukava hetki yhdessä.

Tervetuloa!

Kokoontumiset parillisten viikkojen tiistait
klo 14-15:

1.9., 15.9., 29.9., 13.10., 27.10., 10.11., 24.11. ja
8.12.2026

UUTTA: Bridge -kurssi

Tule mukaan! Bridgeä pelatessa et koskaan ole yksin! Aktiivisia yhdessä! **Tiistaisin 8.9.-
24.11.2026 klo 11-13**

Osallistuminen Pohdi ja viihdy – kurssille ei johda vain älypeli bridgen oppimiseen, vaan edistää myös aktiivisempaa elämää.

Osallistuja löytää mielekästä tekemistä ja ystäviä yhdessä tekemisen ja oppimisen kautta.

Bridge on joukkuelaji, tulet huomaamaan sen!

Ryhmässä on hyvin tilaa,
ennakkoilmoittautuminen:
teija.r.haavikko@gmail.com

Tiistaisin klo 11-13

8.9.-24.11.26

Onnensilta

Kankurinkatu 4-6 ovi A7
Hyvinkää

Ennakkoilmoittautuminen:
teija.r.haavikko@gmail.com
Paikkoja rajoitetusti!



POHDI JA VIIHDY
YKSINÄISYTTÄ VASTAAN
SUOMEN BRIDGELIITTO RY
FINLANDS BRIDGEFÖRBUND RF

POHDI JA VIIHDY – SUOMEN BRIDGELIITON MAKSUTON KURSSI

OPI BRIDGE-peli

**Uusi harrastus ja
ystävät odottavat!**
Kurssin aikana
opetellaan älypeli
bridgeä rennossa
ja innostavassa
ryhmässä.



www.hyvy.fi/bridge

UUTTA: Luova hetki -ryhmä

Luova hetki -ryhmässä kokeillaan erilaisia luovia menetelmiä, kuten piirtämistä, maalaamista ja muita kädentaitoja.

Aiempaa kokemusta ei tarvita, vaan mukaan voi tulla omana itsenään kokeilemaan ja tekemään.

Ryhmä kokoontuu keskiviikkoisin klo 10-12, 2.9.-4.11.26

Kaikille avointa ja maksutonta toimintaa, ei ennakkoilmoittautumista.

Ryhmää ohjaa nuoriso- ja yhteisöohjauksen opiskelija Aleksandra

Voit tulla silloin, kun sinulle sopii! Lämpimästi tervetuloa nauttimaan luovasta hetkestä!



Hyrian hyvinvointimittaukset

Haluatko tietää, miten voit? Hyrian lähihoitajaopiskelijat tarjoavat sinulle mahdollisuuden maksuttomaan verenpaineen ja verensokerin mittaukseen ilman ajanvarausta.

Tule rohkeasti mittaukseen ja pidä huolta terveydestäsi!

Mittausajat syksyllä 2026:

ma 21.9. klo 12.00-14.00

to 8.10. HUOM! klo 13.00-15.00

ma 16.11. klo 12.00-14.00

ke 2.12. klo 12.00-14.00

ke 9.12. klo 12.00-14.00



Digiopastusta Onnensillassa

Onnensillassa **parittomina viikkoina torstaisin klo 11–13**: 10.9., 24.9., 8.10., 22.10., 5.11., 19.11. ja 3.12.26

Tervetuloa, ei ajanvarausta! Opastuksissa käydään usein läpi esimerkiksi puhelimen, tabletin tai tietokoneen peruskäyttöä, sähköistä asiointia tai laitteen hankintaa.

Tule rohkeasti kysymään, mitä tahansa tietotekniikasta – tyhmiä kysymyksiä ei ole.

Ota mukaan oma laitteesi ja tarvittavat tunnukset ja salasana palveluun, jota haluat harjoitella.

Opastus on: Henkilökohtaista, maksutonta, luotettavaa, kiireetöntä

Tutustu: www.entersenior.fi

DIGIOPASTUS

Onnensillassa **parittomina viikkoina torstaisin klo 11–13**
Kankurinkatu 4–6 ovi A7, Hkää

10.9., 24.9., 8.10., 22.10., 5.11., 19.11. ja 3.12.26



Digiopastusta seniorilta seniorille



Tervetuloa,
ei ajanvarausta!
Maksuton!

enter
Ikäihmisten
tietotekniikkayhdistys

www.hyvy.fi/toimintaa/digiopastus/



Asahi alkaa!

Kokoontumiset **Villatehtaan sisäpihalla tiistaisin klo 12–12.45, 22.9.–3.11.26!** Säävaraus.

Asahi on suomalaista terveysliikuntaa ja perustuu länsimaiseen lääketieteeseen. Asahissa yhdistyvät suomalaisen voimistelun ja itämaisten liikuntalajien parhaat puolet.

Asahi sopii kaikenikäisille ja -kuntoisille. Asahin liikkeet ovat helppoja. Niissä painotetaan rentoutta ja liikkeitä tehdään rauhallisen hengityksen tahdissa.

Harjoitusten avulla keho pysyy notkeana ja liikkuvana.

Asahin liikkeitä tehdään seisten. Hitaat liikkeet voitelevat niveliä ja etenkin alaraajojen lihakset saavat voimaa. Liikesarjoilla kehitetään myös koordinaatiokykyä ja tasapainoa.

Erityisvarusteita ei tarvita, ainoastaan sopivan joustava vaatetus sään mukaan. Ei ennakkoilmoittautumista, kaikille avoin, maksuton!

Asahia ohjaa Hyvinkään- Nurmijärven senioriopettajat ry:n jäsen Anneli Karhunen.

Muiden toimintaa

Pysytään polkimilla -hankkeen kysely

Tervetuloa vaikuttamaan ikäihmisten pyöräilyyn Pysytään polkimilla -hankkeessa!

Kyselyyn ovat tervetulleita vastaamaan niin itse pyöräilijät, pyöräilyn pariin toivovat, pyöräilyn jättäneet tai vaikka pyöräilytaidottomat... - **Haluamme kuulla ja oppia yli 65-vuotiaiden omia kokemuksia pyöräilystä:** mikä saa pyöräilemään, mikä pyöräilyn pariin innostaa ja mikä puolestaan estää pyöräilyn. Näillä kokemuksilla on merkitystä.

Valtakunnallisen Pyöräilykuntien verkoston Pysytään polkimilla -hankkeessa etsitään keinoja, joilla ikäihmisten olisi helpompi aloittaa pyöräily, jatkaa sitä tai pyöräillä nykyistä enemmän. Kyselyyn vastaamalla ikäihmiset voivat vaikuttaa siihen, millaisia ratkaisuja ja materiaaleja pyöräilyn tueksi jatkossa tehdään.

Siksi toivomme, että mahdollisimman moni kunta ja paikallinen toimija auttaa meitä tavoittamaan ikäihmiset eri puolilla Suomea. Kyselyä voi välittää esimerkiksi eläkeläis- ja liikuntayhdistyksille, vanhusneuvostoille, seurakunnille, palvelukeskuksiin ja erilaisiin ikäihmisten ryhmiin.

Toivomme myös, että vastaat itse, jos olet kohderyhmää. Jokainen vastaus on tärkeä.

Kyselyyn vastaaminen kestää noin 5 minuuttia. Kysely on avoinna lokakuun puoliväliin asti. Kyselyyn vastataan anonyymisti.

[Tästä vastaamaan kyselyyn.](#)

Kyselystä saatua tietoa hyödynnetään hankkeessa tuotettavissa materiaaleissa, jotka julkaistaan myöhemmin Ikäinstituutin [Voitas.fi](#) -sivustolla.

Lisätietoja: Katja Arpalo, katja.arpalo@poljin.fi

Pysytään polkimilla -hanke on saanut opetus- ja kulttuuriministeriön Liikunnallisen elämäntavan hankeavustusta ajalle 1.6.2026-31.5.2027. Hankkeesta voi lukea lisää osoitteesta www.poljin.fi. Hanketta koordinoi Pyöräilykuntien verkosto ry.



Pääkirjastolla tapahtuu

Kirjaston digitalkkaripalvelut kesällä

Pääkirjastossa myös kesällä
digitalkkari-palveluita

3.8.–22.9.26

Päivystysajat ovat klo 9.30 –15.00

Halutessasi voit varata digitalkkarille ajan
asiakaspalvelusta 040 1556 390.

Kaikenikäiset tervetuloa!

Lisätietoja:

<https://www.hyvinkaa.fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/kirjasto/>



HYVINKÄÄN PÄÄKIRJASTON DIGITALKKARI



Hyvinkään pääkirjaston syksyn digiohjelma

Hyvinkään pääkirjastossa alkaa digiohjelma, johon on kaikille vapaa pääsy.
Tilaisuudet pidetään ryhmätila Antonissa.



ke 16.9. klo 13–15 Tekoäly tutuksi senioreille -paja
Kari Rautiainen / digitalkkari (ilmoittautuminen
kirjastolle 040 155 6390 ja oma tabletti tai
tietokone mukaan)

ma 5.10. klo 13–14.30 Ajankohtaisia
nettihuijauksia Paula Pessi / Kuluttajaliitto

ti 6.10. klo 13–14 Seniorsurf
webinaarikatsomo: Totta vai tarua?

ke 18.11. klo 13–14 Digitaalinen jäte – näkymätön
ongelma? Antti Kurko / Tampereen yliopisto

ke 2.12. klo 13–14 Digisiivous ja digitaalinen jäte -
tietoisku Pirjo Salo / Enter ry

Lisätietoja: <https://www.hyvinkaa.fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/kirjasto/kirjaston-palvelut/digiopastus/>



Kirjaston Ikinuorten elokuvailtapäivä

Tervetuloa elokuviin ti 8.9. klo13 Hyvinkään pääkirjaston ryhmätila Antoniin. Tarkemmat tiedot elokuvasta www.hyvinkaa.fi/kirjasto

Kysy muistisairauksista -luento

Muistiviikon etkot - Kysy muistisairauksista ti 15.9. klo 13. Hyvinkään pääkirjasto, ryhmätila Anton.

Uudenmaan muistiluotsin muistiohjaaja Anu Keränen puhuu muistisairauksien oireista, tunnistamisesta ja hoitopolusta. Aikaa on myös kysymyksille ja keskustelulle.

Kahvitarjoilu.

Tervetuloa!

Muistiviikko
21.-27.9.



Muistiviikon etkot -
KYSY
MUISTISAIRAUKSISTA

TI 15.9. KLO 13
Hyvinkään pääkirjasto,
ryhmätila Anton

Muistiohjaaja Anu Keränen puhuu
muistisairauksien oireista,
tunnistamisesta ja hoitopolusta.
Aikaa on myös kysymyksille ja
keskustelulle.

Tervetuloa!
Kahvitarjoilu



Turvakahvit

Turvallisen vanhuuden puolesta- Suvanto ry:n syyskauden ensimmäiset Turvakahvit ti 29.9. klo 13.

Hyvinkään pääkirjasto, ryhmätila Anton.

Turvakahveilla keskustellaan ikääntyvien turvallisuudesta.

Paikalla Suvanto ry:n väkivaltatyön asiantuntija Elina Mattila.

Turvallisen vanhuuden puolesta-Suvanto ry:n

Turvakahvit

Hyvinkään pääkirjasto, ryhmätila Anton

Ti 29.9. klo 13.

Ti 3.11. klo 13.

Ti 1.12. klo 13.



Kahvitarjoilu

Turvakahveilla keskustellaan ikääntyvien turvallisuudesta eri teemoin.

Syksyn aiheet tarkentuvat myöhemmin.

Tervetuloa mukaan juttusille!

Paikalla Suvanto ry:n väkivaltatyön asiantuntija Elina Mattila



Jokavella on oikeus turvalliseen ikääntymiseen.



Regina ja Linnanheimot

Ma 7.9. klo 18

Hyvinkään pääkirjasto,
ryhmätila Anton

FM, informaatikko Mari Ahokas Pornaisten kirjastosta luennoi tähtinäyttelijä ja käsikirjoittaja Regina Linnanheimosta, joka piti yksityiselämänsä tiukasti omana tietonaan. Luennolla on mukana valokuva- ja arkistomateriaalia.

Samaan aikaan kirjastossa on esillä Regina katseissa ja puheissa -näyttely.

Vapaa pääsy, tervetuloa!

Regina ja Linnanheimot

Regina ja Linnanheimot ma 7.9. klo 18
Hyvinkään pääkirjasto, ryhmätila Anton.

Mari Ahokas, FM, informaatikko Pornaisten kirjastosta luennoi tähtinäyttelijä Regina Linnanheimosta. Luennolla on mukana valokuva- ja arkistomateriaalia.

Samaan aikaan kirjastossa on esillä Regina katseissa ja puheissa -näyttely.

Kirjailijavieraana Kale Puonti

Illan aikana pitkän uran poliisina tehnyt Puonti kertoo työstään kirjailijana ja tuoreimmasta kirjastaan Mikke. Se on kahdeksas osa Pasilan Myrkky -dekkarisarjassa, joka käsittelee Helsingin huumeepoliisin työtä ja jonka pohjalta on tehty tv-sarja. Puonti sai romaanistaan Fadi Suomen dekkariseuran Vuoden johtolanka -palkinnon.

Tilaisuus järjestetään Hyvinkään pääkirjaston ryhmätila Antonissa ma 28.9. klo 18, ja se on kaikille avoin.

Tervetuloa!



Suun terveys ikääntyessä -webinaari

Katsomme yhdessä Gery ry:n terveys- ja hyvinvointiaiheisia webinaareja Hyvinkään pääkirjaston ryhmätila Antonissa tiistaisin klo 10–11.

Syksyn ohjelma:

15.9. Suun terveys ikääntyessä

13.10. Luotettava ravitsemustieto

10.11. Ruuan prosessointi ja lisäaineet

8.12. Kala

Vapaa pääsy - tervetuloa!



Kirjaston kirjoitustuokiot

Tule herättelemään luovuuttasi sallivassa seurassa!

Tapaamme Hyvinkään pääkirjaston ryhmätila Antonissa kerran kuussa. Teemme tapaamisen teemaan liittyviä kirjoitusharjoituksia ja keskustelemme kirjoittamisesta.

Ensimmäisessä tapaamisessa ke 9.9. klo 13 teemana on syksy.

Syksyn muut tapaamiset ovat 21.10., 25.11. ja 16.12.26

Tuokiot sopivat myös aloittelijoille, ja voit aina päättää, miten paljon jaat tekstistäsi muille.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot: johanna.valo@hyvinkaa.fi

Harvinaissairaiden vammaisoikeudet -luento

Vammaisoikeusjuristi Jukka Kumpuvuori kertoo, kuinka harvinaissairaat saavat tietoa heille kuuluvista vammaisoikeuksista ja palveluista sekä siitä, miten palveluista voi valittaa.

Keskustellaan harvinaissairaanhasteesta saada tietoa toimintakykynsä muutoksista ja tiedon välittämisestä eteenpäin vammaispalveluun niin, että palvelut ovat oikea-aikaisia ja tarpeenmukaisia. Voit osallistua paikan päällä Hyvinkään pääkirjastossa tai Teamsin kautta.

Tilaisuus on to 17.9.2026 klo 16:30 Hyvinkään pääkirjastolla, Anton-tila tai etäyhteys Teamsillamaksuton. Kahvitarjoilu klo 16:15 alkaen.

Lisätietoja: Sanna-Kaisa Patjas, p. 0400 661 482 ja harvinaiset.hyvinva@gmail.com. Ilm. 10.9. mennessä

<https://link.webropol.com/ep/vammaisten-oikeudet-harvinaisille>

Teams-linkki lähetetään lähempänä tilaisuutta etäosallistujille. Valitse ilmoittautuessa, osallistutko paikan päällä vai etänä.





Tutustu hyvinvointitekologiaan Hyriassa

Tervetuloa tutustumaan siihen, miten hyvinvointitekologiaa voidaan hyödyntää asiakkaan arjessa, sekä millä tavoin asiakkaan toimintakykyä voidaan tukea ja vahvistaa eri elämäntilanteissa. Tapahtumassa lähihoitajaopiskelijat esittelevät ajankohtaisia käytännön esimerkkejä näihin teemoihin liittyen Kruunu Kampuksella Hyvinkäällä (Kauppalankatu 18) tiistaina 22.9.26 klo 12-13.30

SPR Ystävätoiminnan peruskurssi

Haluatko harrastuksen, josta saat hyvän mielen? Tervetuloa Ystävätoiminnan peruskurssille ti 29.9.26 klo 17-20 Onnensillassa. Kurssi on tarkoitettu kaikille ystävätoiminnasta kiinnostuneille. Kurssi on maksuton.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen 27.9.26 mennessä: ullamajja.marjamaki@gmail.com tai p. 0400 487 045.

SPR YSTÄVÄTOIMINNAN PERUSKURSSI

Haluatko harrastuksen josta saa hyvän mielen? Tervetuloa ystävätoiminnan peruskurssille! Kurssi on tarkoitettu kaikille ystävätoiminnasta kiinnostuneille.

Kurssin sisältö:

- Punaisen Ristin ystävätoiminta
- Vapaaehtoisena ystävänä toimiminen
- Vuorovaikutus ja toisen kohtaaminen
- Ystävävapaaehtoisen tuki

Aika: Tiistai 29.9.2026 klo 17.00-20.00
Paikka: Onnensilta, Kankurinkatu 4-6 rappu A7, tila Hilma 1.Kerros
 Kurssi on maksuton!

Tervetuloa!

Ilmoittautumiset viimeistään sunnuntaina 27.9.2026 sähköpostilla osoitteeseen ullamajja.marjamaki@gmail.com tai p. 0400 487 045. Ulla-Majja antaa myös lisätietoja kurssista.

”Yksi peili - kahdet kasvot” - monitaiteinen kuvaelma

Koulujen kulttuuriyhdistys Vilkastus tuotti viime keväänä koskettavan kuvaelman ”Yksi peili, kahdet kasvot - aikuisten tytärten kertomuksia äitisuhteistaan”. Se sai lämpimän vastaanoton ja molemmat esitykset oli loppuunmyyty. Vanhustenviikon kunniaksi kuvaelman uusintaesitys järjestetään Hyvinkään kaupungintalon aulaan sunnuntaina, 4.10. klo 14.

Lippuja (20e) saa paikan päältä. Kaikki tapahtumasta saatava tuotto suunnataan Hyvinkään peruskoululaisten hyväksi, kuten aina Vilkastuksen tapahtumissa. Tervetuloa!



Kulttuuri ja hyvinvointi -palvelualueen Yhdistyskyselyn 2026 tulokset

Hyvinkäällä toimii monipuolinen joukko yhdistyksiä, joista noin 230 kuuluu kulttuuri- ja hyvinvointilautakunnan toiminnan piiriin. Keväällä 2026 toteutetun kyselyn avulla saatiin ajantasaisempi kuva muun muassa siitä, mitä yhdistykset Hyvinkäällä tekevät, keitä niiden toiminta tavoittaa ja millaisia tarpeita yhdistyksillä on.

Kyselyn tulokset osoittavat, että yhdistysten toimintaympäristö on muuttunut nopeasti. Talouden epävarmuus, kustannusten nousu, palvelujen muutokset ja rahoituksen väheneminen näkyvät niin yhdistysten arjessa kuin niiden toimintaan osallistuvien ihmisten elämässä.

Tulokset tekevät myös näkyväksi yhdistysten tärkeää työtä hyvinkääläisten hyvinvoinnin, yhteisöllisyyden ja kaupungin elinvoiman hyväksi – saatua tietoa hyödynnetään kaupungin päätöksenteossa, yhdistysyhteistyön kehittämisessä sekä arvioitaessa, miten kaupunki voi parhaiten tukea yhdistysten toimintaa.

Tutustu kyselyn loppuraporttiin osoitteessa:

www.hyvinkaa.fi/hyvinvointi/julkaisut-ja-suunnitelmat/



Kulttuuri ja hyvinvointi
-palvelualueen
Yhdistyskyselyn 2026
tulokset



Muistitoimintaa Hyvinkäällä

Uudenmaan Muistiluotsin toimintaa Onnensillassa, yhteistyössä Hyvinkään Muisti ry:n kanssa!

Vertaisryhmä työikäisenä muistisairauteen sairastuneille, Kalle-tilassa maanantaisin klo 14-15.30:



21.9., 19.10. ja 16.11.2026

Muistitreeni- ja vertaisryhmä, Ida- ja Kalle-tilattiistaisin klo 10-12 (yhteinen kahvittelu alkaa klo 10 ja ryhmät alkavat klo 10.30)

1.9., 29.9., 27.10. ja 24.11.2026

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:
anu.keranen@espoonmuisti.fi tai 040 136 7977



Muistikahvila

Onnensilta, Hilma-tila (1.krs) Kankurinkatu 4-6, rappu A7, kulku Värttinäpolun puolelta

Tiistai klo 10-12, ennen muistikahvilaa on Hyvinkään Muisti ry:n järjestämä yhteislaulutilaisuus alkaen klo 10

ti 8.9. Muisti, uni ja rentoutuminen

ti 6.10. Hyvinkään Muisti ry:n Muistikahvila

ti 3.11. Muistin huolto

ti 1.12. Monipuolinen ravitsemus toimintakyvyn ja aivoterveysten tukena, vieraana Geryn ravitsemusasiantuntija Voimaa ruuasta -hankkeesta



Muistisairaiden omaishoitajien ja läheisten vertaistukitapaamiset



VÄLITÄ MUISTA.
Muistiliitto
Muisti ry

MUISTI-SAIRAIDEN,
omaishoitajien ja läheisten
VERTAISTUKITAPAAMISET

Tiistaisin klo 10-12
Onnensilta
Kankurinkatu 4-6,
rappu A7, Hyvinkää
1.9.-8.12.26

VAPAA PÄÄSY!

www.hyvy.fi/toimintaa/muisti/

Monipuolista toimintaa muistisairaille, omaishoitajille ja läheisille. Toimintaa toteutetaan yhteistyössä Uudenmaan Muistiluotsin kanssa.

Joka tiistai klo 10-12 Onnensillassa. Tervetuloa!

Syyskausi 1.9.-8.12.26

Ryhmän toiminnasta vastaa Hyvinkään Muisti ry. Ryhmään osallistuminen ei edellytä yhdistyksen jäseneksi liittymistä. Lue lisää:

<https://muistiliitto.fi/muistiyhdistykset/hyvinkaan-muisti-ry/etusivu-hyvinkaa/>

Harvinaisten sairauksien vertaistukiryhmä

Onko Sinulla harvinainen sairaus? Kaipaako vertaistukea ja keskustelua arkesi tueksi?

- ✓ Vertaistukea
- ✓ Asiantuntijaluentoja
- ✓ Webinaareja...

Ryhmä kokoontuu kerran kuussa
maanantaisin klo 15–17 Onnensillassa
Värttinäpolku A7 sisääntulokerroksessa.

Syksyn kokoontumiskerrat: 14.9., 12.10., 9.11. ja 14.12.2026

Lisätietoja: Sanna-Kaisa Patjas, harvinaiset.hyvinva@gmail.com

Lämpimästi tervetuloa! Ryhmään osallistuminen ei edellytä jäseneksi liittymistä.



**HARVINAISTEN
VERTAISTUKIRYHMÄ**

Linja-autoretki Hyvinkään kaakonkulman maalaismaisemissa

Hyvinkään Matkailuoppaat ry järjestää ikäihmisille tarkoitetun Hyte-tuetun opastetun ja maksuttoman noin 4-5 tunnin linja-autoretken Hyvinkään ”kaakonkulmille” 22.9.2026.

Lähdemme Kirkon pysäköintialueelta Vilhelmiinankadun päästä klo 10 ja palaamme samaan paikkaan.

Mutkittelemme Metsäkaltevan ja Kaltevan ja siitä Hyvinkään syrjäisten kylien läpi Uudenkylän kautta Kaukasiin, ja sieltä Palopuron kautta Martin läpi takaisin kirkolle.

Kaffet on! Linja-auto on tavallinen, eli siinä ei ole erityisapuja liikuntarajoitteisille.

Ilmoittaudu viimeistään ma 14.9.2026 Virran Leenalle: leena.virta99@gmail.com tai p. 040-5747081.

Tilaa on 50 retkeläiselle!

Maksuton, suunnattu ikäihmisille.



ARJEN
kohtaamiset
Möten i vardagen

Hyvinkään
VANHUSTENVIKON
OHJELMA 5.-11.10.2026

Koko viikko täynnä monipuolista maksutonta ohjelmaa juuri sinulle!

valitse omasi

www.hyvy.fi/vanhustenviikko

Vanhustenviikko tulee taas lokakuun alussa

Vanhustenviikko Hyvinkäällä 5.-11.10.2026, tapahtumia on ympäri kaupunkia! Kaikki Hyvinkään Vanhustenviikon tapahtumat ovat kaikille avoimia ja maksuttomia. Olet lämpimästi tervetullut, vaikka kaikkiin!

Vanhustenviikon ohjelmavihko noudettavissa mm. Onnensillasta ja kirjastolta, ota itsellesi, vie kaverille ja nappaa omalle ryhmällesi.

Käy katsomassa viikon monipuolinen ohjelma linkistä:

<https://www.hyvy.fi/toimintaa/vanhustenviikko/>