

TOIMINTAVIESTI



TOUKOKUU 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
Rollaattorimarssi Hyvinkäällä toukokuussa!	4
Kierrätyksen eri mahdollisuudet.....	4
Kolesterolimittaus	5
Hyvinkään Yhdistykset ry 30-vuotisjuhlat	5
Vertaispalveluneuvoja opastaa yksilöllisesti	6
Digiopastusta Onnensillassa, ei ajanvarausta	6
Uusia kaikille avoimia ryhmiä!.....	7
Onnensillan kesätoimintaa	7
Muiden toimintaa	8
Pääkirjastolla tapahtuu	8
Toukokuinen liikuntapäivä työväentalolla	10
Hyvinkään Verso ry:n avoimet ovet!.....	10
Lyytin päivän tanssit.....	11
Kun läheinen on muuttamassa ympärivuorokautiseen palveluasumiseen.....	11
MIELI ry:n Huolituoli	12
Muistisairaiden, omaishoitajien ja läheisten vertaistukitapaamiset	12
Harvinaisten sairauksien vertaistukiryhmä.....	13

Tämä Toimintaviesti on julkaistu 4.5.2026

Onnensillan toimintaa

Vielä ehtii Onnensillan touhuihin ennen kesätaukoa, lähde mukaan mm. toukokuun alussa marssimaan hyvän ikääntymisen puolesta Rollaattorimarssille tai tule juhlistamaan Hyvinkään Yhdistykset ry:n 30vuotis taivalta!

Onnensillan kesätauko on 14.5.-16.8.2026.
Tutustu kesäajan toimintaan!

Syksyllä kokeilemme uutta, toiveiden mukaista aukioloaikaa klo 11-15, 17.8. alkaen! Eli kahvila ja kaikille avoimet ryhmät aloittavat tuntia myöhemmin. Yhdistysten järjestämät ryhmät alkavat sovitusti ja sisään pääsee ennen klo 11 ryhmänohjaajan päästämänä.

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

Leppoisaa kesää!



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 raportoimiseen rahoittajalle. Vastaaminen tapahtuu anonyymisti. 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)

KEVÄT 2026

MAANANTAISIN

- o **Aamujumppa** klo 9.30-10.30, Onnensilta **12.1.-11.5.**
- o **Monipuolinen askartelukerho** klo 12-14, Onnensilta **12.1.-11.5.**
- o **KortteliKerho** klo 12.30-14, Onnensilta **12.1.-11.5.**
- o **Pelien alkeet haltuun** klo 12.30-15, Onnensilta **12.1.-11.5.**
- o **Harvinaisten vertaistukiryhmä** klo 15-17, Onnensilta: **12.1., 9.2., 9.3., 13.4., 11.5. ja 8.6.**

TIISTAISIN

- o **Rohkeiden sanataidepaja** klo 10–11:15, Onnensilta: **24.3., 7.4., 21.4. ja 5.5.26**
- o **Muistiyhdistyksen vertaistoimintaa** klo 10-12, Onnensilta **13.1.-12.5.**
- o **Asahi** klo 11-11.45, Sahanmäenpuisto (Munckinkatu 65-67) **24.3.-2.6.**
- o **Iloinen neulekahvila** klo 12.30-14.30, Onnensilta **13.1.-12.5.**
- o **Laulun iloa - yhteislaulua ilman säestystä** klo 15-16.30, Onnensilta **10.2., 10.3., 14.4. ja 12.5.**

KESKIVIIKKOISIN

- o **Kuulolähipalvelu** parittomina viikkoina klo 11-12, Onnensilta. **14.1., 28.1., 11.2., 25.2., 11.3., 25.3., 8.4., 22.4. ja 6.5.**
- o **Tiibetin voimistelu** klo 13-14, Villatehdas (Ossian-sali, rappu B 9) **25.3.-13.5.**
- o **Pelihait-kerho** klo 12-15, Onnensilta **14.1.-13.5.**

TORSTAISIN

- o **Digiopastus** parittomina viikkoina klo 10-12, Onnensilta, ilman ajanvarausta: **15.1., 29.1., 12.2., 26.2., 12.3., 26.3., 9.4., 23.4. ja 7.5.**
- o **Vertaispalveluneuvoja opastaa yksilöllisesti virastoasioissa** klo 10-11, Onnensilta **22.1.-7.5.**
- o **Rummikub-kerho** klo 11.30-13.00, Onnensilta **15.1.-7.5.**
- o **Bingo** klo 13-14, Onnensilta **15.1.-7.5.**
- o **Tuolijumppa** klo 13.30-14.15, Villatehdas (Ossian-sali, rappu B 9) **8.1.-7.5.**
- o **Mieli maasta -masennuksesta toipuvien ryhmä** parillisina viikkoina klo 15-16:30, Onnensilta: **8.1., 22.1., 5.2., 19.2., 5.3., 19.3., 2.4., 16.4. ja 28.5.**
- o **Iltakässäkahvila** klo 17-19, Onnensilta: **26.2.-25.6.**

Rollaattorimarssi Hyvinkäällä toukokuussa!

Perjantaina 8.5.2026 klo 14 alkaen marssitaan karnevaalitunnelmissa hyvän ja arvokkaan vanhuuden puolesta! Tule mukaan rollaattorilla tai ilman, tai vaikka kannustamaan matkan varrelle.

Kokoonnutaan Hyvinkään torille klo 13.30 ja lähdetään marssimaan klo 14 alkaen Hämeenkadun jalkakäytävää pitkin kohti Villatehtaan sisäpihaa. Marssi päätteeksi pientä ohjelmaa Villa Artun lavalla.

Rollaattorimarssi järjestetään samaan aikaan myös Helsingissä, Tampereella ja usealla muulla paikkakunnalla. Tarkemmat tiedot tapahtumasta: www.hyvy.fi/rollaattorimarssi



Pe 8.5.2026 klo 14-16
Lähtö Hyvinkään torilta,
päättös Onnensiltaan
Kankurink. 4-6 ovi A7

**Rollaattori-
marssi**

8.5.2026

BANDEROLLI- JA
KYLTTIPAJA
ONNENSILLASSA
TI 21.4. JA MA 27.4.
KLO 10-12:30!

Iloinen ja yhteisöllinen
mielenilmaus hyvän ja
arvokkaan vanhuuden
puolesta!

www.hyvy.fi/rollaattorimarssi



Ma 11.5.2026
klo 18-
Onnensilta
Kankurink. 4-6 ovi A7
Hyvinkää
Vapaa pääsy!

**KIERRÄTYKSEN
ERI MAHDOLLISUUDET**

Kaikille avoin luento kierrätyksen eri mahdollisuuksista. Luennon pitää ympäristökouluttaja Minna Sawkin Kiertokapula Oy:stä.

Järjestäjänä Hyvinkään seudun Psoriasisyhdistys ry

www.hyvy.fi/toimintaa/kierratys

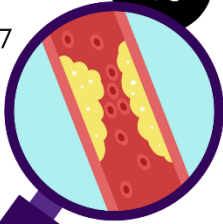
Kierrätyksen eri mahdollisuudet

Kaikille avoin luento kierrätyksen eri mahdollisuuksista ma 11.5.2026 klo 18 Onnensillassa! Luennon pitää ympäristökouluttaja Minna Sawkin Kiertokapula Oy:stä.

Järjestäjänä Hyvinkään seudun Psoriasisyhdistys ry

Ke 13.5.2026
klo 10-12
Onnensilta
 Kankurink. 4-6 ovi A7
 Hyvinkää

MAKSU
10€



Tiedätkö **KOLESTEROLI** **ARVOSI?**

Sydänyhdistyksen sairaanhoitajat mittaavat kolesteroliarvoja ilman ajanvarausta. Voit syödä aamupalan ennen mittausta.

Mittaus maksaa Hyvinkään Sydänyhdistyksen jäseniltä 8€ ja kaikilta muilta 10€.



www.hyvy.fi/kolesteroli

Kolesterolimittaus

Sydänyhdistyksen sairaanhoitajat mittaavat kolesteroliarvoja ilman ajanvarausta ke 13.5.2026 klo 10–12.

Voit syödä aamupalan ennen mittausta.

Mittaus maksaa Hyvinkään Sydänyhdistyksen jäseniltä 8€ ja kaikilta muilta 10€.

Hyvinkään Yhdistykset ry 30-vuotisjuhlalat

Hyvinkään Yhdistykset ry juhlii 30-vuotista taivaltaan kaikille kävijöille avoimessa tapahtumassa ke 20.5.2026 klo 10–14!

Onnensillassa järjestettävä juhlapäivä tarjoaa ainutlaatuisen mahdollisuuden kuulla yhdistyksen historiaa sekä tulevaisuuden suunnitelmia.

Tervetuloa viettämään yhteistä juhlapäivää ja juhlistamaan paikallista yhdistystoimintaa!

Tarkempi ohjelma julkaistaan tälle sivulle lähempänä: <https://www.hyvy.fi/toimintaa/30v/>

Vaikeasti YVINKÄÄ yhdistykseen

30v juhlat

Hyvinkään Yhdistykset ry:n
 30-vuotisjuhlalat Onnensillassa
 ke 20.5.2026 klo 10-14
 Kankurinkatu 4-6 ovi A7

www.hyvy.fi/30v

Vertaispalveluneuvoja opastaa yksilöllisesti

**Torstaisin
klo 10-11**
22.1.-7.5.26

Onnensillassa
Kankurinkatu 4-6, ovi A7,
Hyvinkää

**TARVITSETKO
APUA VIRASTO-
ASIOINNISSA?**

Hyödynnä
maksuton
neuvonta!

Koulutettu vertaispalveluohjaaja neuvoo lomakkeiden täytössä ja virastoasioissa.

www.hyvy.fi/kettuluuta/



Koulutettu vertaispalveluohjaaja opastaa ja neuvoo sinua virastoasioinnin viidakossa!

Saat apua oikeiden palvelujen löytämisessä, hakemuksien täyttämässä ja tarvittaessa hän voi tulla jopa mukaasi virastotapaamiseen.

Kannattaa tulla juttusille!

Lue lisää vapaaehtoisista, koulutetuista vertaispalveluohjaajista:

www.kuwerkko.fi/kettuluuta/

Neuvontaa tarjotaan torstaisin klo 10-11 Onnensillassa 7.5.26 asti!

Digiopastusta Onnensillassa, ei ajanvarausta

Onnensillassa kevään viimeinen kerta torstaina 7.5.26 klo 10–12

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 salasanat palveluun, jota haluat harjoitella. Opastus on henkilökohtaista, maksutonta, luotettavaa ja kiireetöntä.

Tutustu: www.entersenior.fi

 **Digiopastusta seniorilta seniorille**

Maksutonta Henkilökohtaista Luotettavaa Kiireetöntä



Uusia kaikille avoimia ryhmiä!

Kevään 2026 uudet ryhmät, vielä ehtii!

- [Rohkeiden sanataidepaja](#)
- [Illan ihana kässäkahvila](#)



Onnensillan kesätoimintaa

Tervetuloa Onnensilltaan myös kesätauon aikana 18.5.–9.8.!

Keskiviikon kesäpelit klo 12-15

Valitsemme yhdessä päivän pelit, vaihtoehtoina Shanghai, Rummikub ja SkipBo. Joskus voidaan pelata osan aikaa myös Bingoa! Pelit jatkuvat läpi koko kesän. Lisätietoja:

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

Illan kässäkahvila torstaisin klo 17-19

Ota mukaan oma käsityöprojekti ja kolikoita kahvia varten! Ryhmä kokoontuu myös kesällä, aina 25.6.26 saakka. Lisätietoja:

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



Muiden toimintaa

Pääkirjastolla tapahtuu

Digitalkkarin palvelut Hyvinkään pääkirjastolla

Tarvitsetko apua digilaitteiden käytössä? Tule kysymään neuvoja kirjaston digitalkkareilta! Palvelua on saatavilla arkipäivisin. Varaa aika tai tule kirjastolle katsomaan, onko digitalkkari vapaana.



Turvallisen vanhuuden puolesta-Suvanto ry:n

TURVAKAHVIT TI 19.5. KLO 13

HYVINKÄÄN PÄÄKIRJASTO/ RYHMÄTILA ANTON

TEEMANA MIESTEN KANSSA TEHTÄVÄ VÄKIVALTATYÖ

ETÄVIERAANA LYÖMÄTÖN LINJA ESPOOSSA RY,
VASTAAVA VÄKIVALTATYÖN ASIAANTUNTIJA VILLE UURTIO.

TAPAHTUMA ON AVOIN KAIKILLE IKÄÄNTYVIEN TURVALLISUUDESTA
KIINNOTUNEILLE.

SUVANTO RY:N VÄKIVALTATYÖN ASIAANTUNTIJA ELINA MATTILA PAIKALLA.

TERVETULOA MUKAAN!



KAHVITARJOILU

Turvallisen vanhuuden puolesta-Suvanto ry:n Turvakahvit

Tervetuloa Turvakahveille Hyvinkään pääkirjaston ryhmätila Antoniin ti 19.5. klo 13. Kevätkauden viimeisen kerran teemana on miesten kanssa tehtävä väkivaltatyö. Suvanto ry Elina Mattilan etävieraana Ville Uurtio, vastaava väkivaltatyön asiantuntija, Lyömätön Linja Espoossa ry.

Kahvitarjoilu.

Kirjaston elokuvailtapäivä

Tervetuloa Ikinuorten elokuvailtapäivään ti 12.5. klo 13 Hyvinkään pääkirjaston ryhmätila Antoniin.

Tarkemmat tiedot elokuvasta www.hyvinkaa.fi/kirjasto



Hyvä kuolema ja kuolinapu

Juha Hänninen kertoo uusimman kirjansa *Päästä mut pois. Tietoa ja ajatuksia hyvästä kuolemasta* teemoista.

Hyvinkään kaupunginkirjasto, Anton ryhmätila
maanantaina 18.5.2026 — klo 17:30 alkaen



Juha Hänninen lääketieteen lisensiaatti, pallatiivisen lääketieteen erityispätevyys, VTK, tietokirjailija, Terhokodin johtaja ja ylläkään 1993-2017.



Tilaisuudessa on mahdollista ostaa esteeltävä kirja *Päästä mut pois, Tietoa ja ajatuksia hyvästä kuolemasta* (2026) sekä edellisen kirja *Auta minut kuolemaan* (2022).

Uusi tapa puhua kuolemasta tuo meidät kuolevan ihmisen vierelle. Pohdittavana ovat omat valinnat, kivun lievittäminen, ihmissuhteet, elämän tasapaino, syyllisyyden tunteet sekä voiko halutessaan toivoa kuolemaan nopeutumista.

VAPAA PÄÄSY

Kirjailijavieras Juha Hänninen

Tervetuloa ma 18.5. klo 17.30 Hyvinkään pääkirjaston ryhmätila Antoniiniin kuulemaan kirjailijavieras Juha Hännistä.

Kirjoita kevät -sanataidepajat

Tartu kynään ja herättele luovuuttasi sallivassa seurassa! Sanataidepajat ma 18.5. klo 13 ja ma 25.5. klo 13.

Pajassa teemme luontoaiheisia kirjoitusharjoituksia: inspiroidumme teksteistä, kuvista – ja keväästä. Toisella kokoontumiskerralla lähdemme kirjoitusretkelle Terveysmetsän esteettömälle polulle. Retkestä saat lisätietoja ensimmäisellä kerralla.

Kirjastolla on paperia ja kyniä. Halutessasi voit ottaa omat kirjoitusvälineesi mukaan. Ennakkotietoja ei tarvita. Kysymykset ja ilmoittautumiset:

johanna.valo@hyvinkaa.fi Ryhmään mahtuu 10 osallistujaa.

DIGI-VINKKAUS: HYÖDYLLISIÄ SOVELLUKSIA

ke 13.5. klo 13–14.30
Hyvinkään pääkirjasto, ryhmätila Anton

Kevät kutsuu luontoon – ja älypuhelin kulkee mukana. Tutustumme yhdessä erilaisiin mobiilisovelluksiin, joista on iloa ja hyötyä luonnossa ja puutarhassa.

Vapaa pääsy. Tervetulo!

Digivinkkaus: hyödyllisiä sovelluksia

ke 13.5. klo 13–14.30 Hyvinkään pääkirjasto, ryhmätila Anton.

Kevät kutsuu luontoon – ja älypuhelin kulkee mukana.

Tutustumme yhdessä erilaisiin mobiilisovelluksiin, joista on iloa ja hyötyä luonnossa ja puutarhassa.

Vapaa pääsy. Tervetulo!

KIRJOITA KEVÄT -SANATAIDEPAJAT

ma 18.5. klo 13 Hyvinkään pääkirjasto, ryhmätila Anton
ma 25.5. Hyvinkään Terveysmetsä, lähtö kirjastolta klo 13

Tartu kynään ja herättele luovuuttasi sallivassa seurassa!

Pajassa teemme luontoaiheisia kirjoitusharjoituksia: inspiroidumme teksteistä, kuvista – ja keväästä. Toisella kokoontumiskerralla lähdemme kirjoitusretkelle Terveysmetsän esteettömälle polulle. Retkestä saat lisätietoja ensimmäisellä kerralla.

Kirjastolla on paperia ja kyniä. Halutessasi voit ottaa omat kirjoitusvälineesi mukaan.

Ennakkotietoja ei tarvita. Kysymykset ja ilmoittautumiset: johanna.valo@hyvinkaa.fi. Ryhmään mahtuu kymmenen osallistujaa.

Toukokuinen liikuntapäivä työväentalolla

Tervetuloa nauttimaan keväisestä päivästä Hyvinkäänkylän työväentalolle (Työväentalonkuja 5, 05840 Hkää) ke 27.5.2026 klo 12–15! Liikuntapäivä on kaikille avoin ja maksuton.

Luvassa liikunnan riemua sisällä ja ulkona. Tule kokeilemaan myös uusia lajeja. Herkkuja pikkurahalla!

Yhteistyössä:

Hyvinkään Muisti ry
Hyvinkään Reumayhdistys ry
Hyvinkään Omaishoitajat ry
Hyvinkään seudun Psoriasisyhdistys ry
Etelä-Suomen Syöpäyhdistys - Hyvinkään osasto
Hyvinkään Invalidit ry
Hyvinkään Matkailuoppaat ry
Hyvinkään Senioritanssijat ry
Hyvinkään-Nurmijärven seinoriopettajat ry
Hyvinkään Eläkkeensaajat ry

ke 27.5.26
klo 12-15
Hyvinkäänkylän
työväentalo
Työväentalonkuja 5

Toukokuinen
**LIIKUNTA-
PÄIVÄ**

Vapaa
pääsy!
Kaikille
avoin.

Tule
kokeilemaan
myös uusia
lajeja

Liikunnan
riemua
sisällä ja
ulkona

Herkkuja
pikkurahalla!

Yhteistyössä: Hyvinkään Muisti ry, Hyvinkään Reumayhdistys ry, Hyvinkään Omaishoitajat ry, Hyvinkään seudun Psoriasisyhdistys ry, Etelä-Suomen Syöpäyhdistys - Hyvinkään osasto, Hyvinkään Invalidit ry, Hyvinkään Matkailuoppaat ry ja Hyvinkään Senioritanssijat ry

www.hyvy.fi/liikuntapaiva

Nokkakärryistä
nojatuoliin

Hyvinkään Verso ry on muuttanut
Valtakadulta Villatehtaalle.
Meillä on

AVOIMET OVET
to 21.5.26 klo 12-16

Lämpimästi tervetuloa kahville
ja vaihtamaan kuulumisia!

Osoite: Kankurinkatu 4-6,
rappu A7, 2. krs., Hyvinkää

Hyvinkään
Verso

Hyvinkään Verso ry:n avoimet ovet!

Lämpimästi tervetuloa tutustumaan Hyvinkään Verso ry:n uusiin tiloihin ja kahvittelemaan Villatehtaalle to 21.5.26 klo 12-16! Osoite on Kankurinkatu 4-6, ovi A7, 2 krs.

Lyytin päivän tanssit

Hyvinkään Omaishoitajat ry järjestää Lyytin päivän tanssit la 23.5.26 klo 13-15 Kipinässä (Kenkätehtaankatu 1, Hkää). Musiikista vastaa Rautatien Soittajat! Omakustanteiset kahvit Kahvio Hehkusta.

Kaikille avoin ja maksuton tapahtuma, Hyvinkään kaupungin avustuksella.



LYYTIN PÄIVÄN TANSSIT

**LAUANTAINA 23.5.2026
KLO 13-15 KIPINÄSSÄ
(KENKÄTEHTAANKATU 1)**

**Musiikista vastaa
Rautatien Soittajat!**

Omakustanteiset kahvit
Kahvio Hehkusta.

**K kaikille avoin ja
maksuton tapahtuma!**

Tervetuloa!

Tanssit järjestää Hyvinkään Omaishoitajat ry
Hyvinkään kaupungin avustuksella.



OmaisOiva
kahvila

**OmaisOiva-kahvila
läheisen siirtymisestä
ympärivuorokautiseen
palveluasumiseen**

Ke 13.5. klo 13-14.30

OmaisOivan toimistolla
(Kankurinkatu 4-6 A7 2.kerros)

**Vieraana Keusoten
asumispalvelukoordinaattori
Kati Rautio.**

Ennakkokysymyksiä ympärivuorokautiseen asumiseen liittyen voi lähettää Päiville 4.5. mennessä osoitteeseen paivi@hyvinkaanomaishoitajat.fi tai p. 0442386453

Tervetuloa mukaan, tilaisuus on kaikille avoin ja maksuton!

Kun läheinen on muuttamassa ympärivuorokautiseen palveluasumiseen

Keusoten asumispalvelukoordinaattori Kati Rautio tulee kertomaan meille ympärivuorokautisesta palveluasumisesta 13.5.26 klo 13-14.30. Tilaisuus on kaikille avoin ja maksuton, ja järjestetään OmaisOivan toimistolla (Kankurinkatu 4-6, ovi A7, 2.kerros).

Tervetuloa!

MIELI ry:n Huolituoli

MIELI ry:n Huolituoli on mahdollisuus kertaluonteiseen keskusteluun, jossa voi keventää mieltään luottamuksellisesti ja matalalla kynnyksellä.

Huolituoli -piste **parillisilla viikoilla** maanantaisin klo 13.30-16 Hyvinkään Palvelutorilla (kaupungintalo) ja tiistaisin klo 13.30-16 Kierrätyskeskus Kerkässä (ostoskeskus Willa) **toukokuun loppuun asti!**

Huolituoli -kohtaamisessa

- tullaan kuulluksi kiireettömästi
- voi asioida nimettömänä
- vallitsee luottamus ja turvallisuus
- keskustelussa huoli tai murhe on keskeisintä

Huolituolissa päivystää MIELI ry:n koulutettu vapaaehtoinen tai kriisityöntekijä

Huolituoli

MIELI ry:n Huolituoli on mahdollisuus kertaluonteiseen keskusteluun, jossa voi keventää mieltään luottamuksellisesti ja matalalla kynnyksellä.

Huolituoli -kohtaamisessa

- tullaan kuulluksi kiireettömästi
- voi asioida nimettömänä
- vallitsee luottamus ja turvallisuus
- keskustelussa huoli tai murhe on keskeisintä

Huolituolissa päivystää MIELI ry:n koulutettu vapaaehtoinen tai kriisityöntekijä.

Huolituoli -pisteen löydät parillisilla viikoilla

- Hyvinkään palvelutorilta (kaupungin talo) maanantaisin 2.3. alkaen klo 13.30 - 16
- Kierrätyskeskus Kerkästä (ostoskeskus Willa) tiistaisin 3.3. alkaen klo 13.30 - 16



Kriisikeskus Hymise



Muistisairaiden, omaishoitajien ja läheisten vertaistukitapaamiset

Monipuolista toimintaa muistisairaille, omaishoitajille ja läheisille. Toimintaa toteuttaa Hyvinkään Muisti ry yhteistyössä Uudenmaan Muistiluotsin kanssa.

Joka tiistai 13.1.-12.5.2026
klo 10-12 Onnensillassa.

Tervetuloa!

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

Lisätietoja:

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

Tutustu myös Uudenmaan Muistiluotsin tarjontaan Hyvinkäällä:

<https://muistiliitto.fi/muistiluotsit/uudenmaan-muistiluotsi/etusivu-3/>

MUISTI-KAHVILA **UUDENMAAN MUISTILUOTSIN**

Muistikahvila Hyvinkäällä kevät 2026

Onnensilta, Kankurinkatu 4-6, rappu A7, kulku Värttinäpolun puolelta.

Tiistaina klo 11.00-12.00

Muistikahvilat ovat kaikille muististaan, muistin huollosta sekä aivoterveystyöstä kiinnostuneille avoimia luontotilaisuuksia. Tapahtuma on ilmainen.

Ennen muistikahvilaa on Hyvinkään Muisti ry:n järjestämä yhteislaulutilaisuus alkaen klo 10.00.

ti 13.1. Useimmin kysytyt kysymykset muistisairauksista
ti 10.2. Muistisairaalan kommunikoinnin tukeminen -
Vieraana Anna Heino Muistiliiton Omin sanoin -hankkeesta
ti 10.3. Aivoiivikon teema
ti 7.4. Musiikki ja muistinhuolto
ti 5.5. Muistiystävällinen ja turvallinen arki

Lisätietoja:
Anu Keränen muistiohjaaja
anu.keranen@espoonmuisti.fi tai 040 136 7977




VÄLITÄ MUISTA.

Muistiliitto



MUISTI-SAIRAIDEN

omaishoitajien ja läheisten VERTAISTUKITAPAAMISET

Tiistaisin klo 10-12 Onnensilta
Kankurinkatu 4-6, rappu A7, Hyvinkää
13.1.-19.5.26

VAPAA PÄÄSY!

www.hyvy.fi/toimintaa/muisti/

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.

Kevään viimeiset kokoontumiskerrat: **11.5. ja 8.6.26**

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

Lämpimästi tervetuloa! Ryhmään osallistuminen ei edellytä jäseneksi liittymistä.



HARVINAISTEN
VERTAISTUKIRYHMÄ