

TOIMINTAVIESTI



ELOKUU 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
Onnensillan kesätoimintaa	4
Minun elämäni Hyvinkäällä	4
Villatehtaan avoimet ovet	5
UUTTA: Rentoutushetki sinulle	5
UUTTA: Bridge -kurssi	6
Hyrian hyvinvointimittaukset	6
Muiden toimintaa	7
Pääkirjastolla tapahtuu	7
Muistitoimintaa Hyvinkäällä	8
Hyvinkään MuistiOvet-valmennus	9
Harvinaisten sairauksien vertaistukiryhmä	9
Vertaistukea puolisonsa menettäneille yli 75-vuotiaille miehille Helsingissä	10

Onnensillan toimintaa

Näin se vierähti heinäkuu ja Onnensillan henkilökunnan kesäloma! Meidät tavoittaa etätöistä ennen Onnensillan avautumista. Mutta onneksi on kesää vielä jäljellä, nautitaan auringonpaisteesta ja lämpimistä päivistä!

Onnensillan toiminta on kesätauolla vielä 16.8.2026 asti! Täältä löydät lisätietoa kesäajasta: <https://www.hyvy.fi/ajankohtaista/kesa26/>



Syksyllä kokeilemme uutta, toiveiden mukaista aukioloaikaa klo 11-15, ma 17.8.26 alkaen! Eli kahvila ja suurin osa kaikille avoimista ryhmistä aloittavat tuntia myöhemmin. Yhdistysten järjestämät ryhmät alkavat sovitusti ja sisään pääsee ennen klo 11 ryhmänohjaajan päästämänä.

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

Ihanaa elokuuta! ☀️

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

Aamujumppa klo 9.30-10.30, Onnensilta **17.8.-7.12.**

Pelien alkeet haltuun klo 12.30-15, Onnensilta **17.8.-7.12.**

Harvinaisten vertaistukiryhmä klo 15-17, Onnensilta: **10.8., 14.9., 12.10., 9.11. ja 14.12.**

TIISTAISIN

Muistiyhdistyksen vertaistoimintaa klo 10-12, Onnensilta **1.9.-8.12.26**

Iloinen neulekahvila klo 12.30-14.30, Onnensilta **18.8.-8.12.**

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.**

Rohkeiden sanataidepaja klo 11-12:15, Onnensilta **25.8., 8.9., 22.9., 6.10., 20.10., 3.11., 17.11., 1.12.26**

Laulun iloa - yhteislaulua ilman säestystä klo 15-16.30, Onnensilta **8.9., 13.10., 10.11. ja 8.12.2026**

KESKIVIIKKOISIN

Vertaispalveluneuvoja opastaa yksilöllisesti virastoasioissa klo 11-12, Onnensilta **19.8.-9.12.26**

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.**

Pelihait-kerho klo 12-15, Onnensilta **19.8.-9.12.**

Sydäntukiasema klo 17-19, Onnensilta: asiantuntijaluentoja, ohjausta, neuvontaa ja vertaistukea **9.9., 7.10. ja 11.11.**

TORSTAISIN

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**

Muistikuoro Muikku klo 11-12, Onnensilta **10.9., 8.10., 5.11. ja 3.12.**

Rummikub -kerho klo 11.30-13.00, Onnensilta **20.8.-10.12.**

Tiibetin voimistelu klo 12-12.45, Onnensilta **5.11.-10.12.**

Bingo klo 13-14, Onnensilta **20.8.-10.12.**

Tuolijumppa klo 13.30-14.15, Villatehdas (Ossian-sali, rappu B 9) **10.9.-17.12.**

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.**

Illan ihana kässäkahvila klo 17-19, Onnensilta **20.8.-10.12.**

PERJANTAISIN

Kehräjäjätkä alueillekari klo 13-15, Yhteistila (Kehräjäjätkäkatu 6-8) **21.8.-4.12.**

Onnensillan kesätoimintaa

Tervetuloa Onnensiltaan myös kesätauon aikana 18.5.–9.8.26!

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 (27.5.–12.8.2026). Lisätietoja:

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



Onnensilta
Kankurinkatu 4-6 ovi A7
Hyvinkää

**Onnensillan
KESÄ 2026**

Tervetuloa Onnensiltaan
myös kesätauon aikana!
Julkaisemme lisätietoja
kesäryhmistä toukokuussa.

**VAPAA
PÄÄSY**

www.hyvy.fi/kesa

Minun elämäni Hyvinkäällä

Hyvinkään kesätaiteilija 2026 Jenni Skyttä-Forssell kutsuu sinut ja ystäväsi mukaan kertomaan tarinoita elämästäsi Hyvinkäällä. Mikä on jäänyt mieleen erityisen hyvin? Mikä kaupungin muutos on tuntunut erityiseltä? Tai jotain ihan muuta!

Tarinat kerätään osaksi Yhdessä kerrottu - taideprojektia, jossa hyvinkääläisten tarinat, muistot ja kokemukset muodostavat kesän aikana yhteisen teoksen.

Ma 17.8.2026 klo 13–15

Onnensilta (Värttinäpolku, 05800 Hyvinkää)

Kuka on Hyvinkään kesätaiteilija 2026?

Kirjailijana ja kulttuurituottajana Jenni Skyttä-Forssell on ollut aina kiinnostunut ihmisten tarinoista. Niistä pienistä hetkistä, joita ei yleensä kirjoiteta historiankirjoihin, mutta jotka kertovat siitä, millaista elämä täällä oikeasti on ollut. Tänä kesänä Jenni kuuntelee Hyvinkäätä, sinua.



Syyskauden ensimmäisen aukiolopäivän kunniaksi

**Onnensillassa
ma 17.8.2026
klo 13-15**
Kankurinkatu 4-6 ovi A7,
Hyvinkää

**Kerro tarinasi..
MINUN ELÄMÄNI
HYVINKAALLA**

**Hyvinkään kesätaiteilija 2026
Jenni Skyttä-Forssell kutsuu sinut
kertomaan tarinasi kaupungistamme.**

Tarinat kerätään osaksi
Yhdessä kerrottu -
taideprojektia, jossa
hyvinkääläisten tarinat,
muistot ja kokemukset
muodostavat kesän
aikana yhteisen teoksen.

www.hyvy.fi/tarinani

Villatehtaan avoimet ovet

Villatehtaan avoimet ovet -koko perheen tapahtuma saa jatkoa
to 27.8.2026 klo 17–19!

Tule tutustumaan Villatehtaan historiaan ja nykyisyyteen, sekä siellä toimiviin yhdistyksiin ja yrityksiin. Tekemistä riittää kaikille unohtamatta kahvi- ja kakkutarjoilua. Hyvinkään Villatehdas Oy on taas vuoden vanhempi, joten myös kakku on metrin pidempi!

Tervetuloa Villatehtaalalle – Hyvinkään sydämeen!

Villatehtaan tapahtumasivu:

<https://villatehdas.fi/tapahtuma/villatehtaan-avoimet-ovet-2/>

Onnensillassa voi poimia onnenhippusia

Ohjelmassa onnenpyörä, onnenkivien maalausta ja onnen ajatelmia! Lämpimästi tervetuloa! Ohjelma on maksuton.

Yhteistyössä Mielenterveysyhdistys Verso ry:n kanssa.

UUTTA: Rentoutushetki sinulle

Tervetuloa rentoutushetkeen, joka tarjoaa rauhoittumismahdollisuuden arjen keskellä.

Tavoitteena on edistää hyvinvointia ja mielenrauhaa. Kutsu kaveri mukaan ja vietä mukava hetki yhdessä. Liity mukaan ja löydä oma rentouttava hetkesi.

Tervetuloa!

Kokoontumiset parillisten viikkojen tiistait klo 14-15:

18.8., 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!

Ennakkoilmoittautuminen:
teija.r.haavikko@gmail.com

Paikkoja rajoitetusti!

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 – 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

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 24.8. klo 12.00-14.00
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



**Onnensillassa
klo 12–14**
24.8., 21.9.,
8.10. (klo 13–15),
16.11., 2.12. ja 9.12.

**HYVINVOINTI-
MITTAUKSET**

www.hyvy.fi/mittaus

Muiden toimintaa

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



Kirjoitus
tuokiot

Hyvinkään pääkirjasto, ryhmätila Anton
keskiviikkoisin klo 13 kerran kuussa:

9.9. syksy
21.10. runoa!
25.11. muistot
16.12. talvi

Haluaisitko saada kynäsi liikkeelle?

Kirjoitustuokioissa pääset
herättelemään luovuuttasi sallivassa
seurassa.

Teemme tapaamisen teemaan liittyviä
kirjoitusharjoituksia ja keskustelemme
kirjoittamisesta. Päätät itse, mitä jaat
tekstistäsi muille.

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

Sopii myös
aloittelijoille!

Ilmoittautuminen ja lisätiedot: johanna.valo@hyvinkaa.fi
Ryhmään mahtuu kymmenen osallistujaa.

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

Muistitoimintaa Hyvinkäällä

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

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

17.8., 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 24.11.202

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

**Vertaistukiryhmä
työikäisenä muistisairauteen
sairastuneille
Hyvinkäällä syksy 2026**



Ryhmässä on mahdollisuus jakaa kokemuksia toisten työikäisenä muistisairauteen sairastuneiden kanssa sekä osallistua muistia aktivoiviin harjoituksiin. Ryhmään on ennakkoihmoittautuminen.

HUOM! Ota omat sisäkengät/ villasukat mukaan.

Onnensilta, Kalle-tila (yläkerta),
Kankurinkatu 4-6, rappu A7,
kuku Värttinäpolun puolelta

maanantait klo 14-15.30
17.8., 21.9., 19.10. ja 16.11.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot muistiohjaaja Anu Keränen
anu.keranen@espoonmuisti.fi / puh. 040 136 7977



Muistiluotsi
osallistujia- ja tukikeskus
Uusimaa



**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/

Muistisairaiden omaishoitajien ja läheisten vertaistukitapaamiset

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/>

Hyvinkään MuistiOvet-valmennus

Huolehditko arjessasi muistisairaasta läheisestäsi? Tahtoisitko vahvistaa läheisesi hoitoon ja muistisairauksiin liittyviä tietojasi ja taitojasi?

MuistiOvet-valmennus on suunnattu kaikille muistisairaasta läheistään hoitaville omaisille, riippumatta mahdollisesta diagnoosista.

Osallistuakseen ei tarvitse olla yhdistyksen jäsen, eikä hyvinvointialueen kanssa omaishoitotosopimusta.

Mukaan voi tulla ennaltaehkäisevässä mielessä hakemaan tietoa. MuistiOvet-valmennuksen aikana avataan ovia mm. omaishoitajuuteen, yhteiskunnan palveluihin sekä omaisen omiin voimavaroihin. Lisäksi valmennuksessa saa tietoa mm. aivoterveysteen, muistisairaahan ihmisen kohtaamiseen sekä tulevaisuuteen varautumiseen liittyen.

Valmennus järjestetään maanantai-iltapäivisin

7.9., 14.9., 21.9. ja 5.10.26 klo 12-15

OmaisOivan toimistolla, Onnensilta, Kankurinkatu 4-6 HKÄÄ

Ilmoittautumiset ja erityisruokavalioitoiveet 31.8. mennessä:

paivi@hyvinkaanomaishoitajat.fi / 044 238 6453



OmaisOiva
Ovet-valmennus

Huolehditko arjessasi muistisairaasta läheisestäsi? Entäpä tahtoisitko vahvistaa läheisesi hoitoon ja muistisairauksiin liittyviä tietojasi ja taitojasi?

MuistiOvet-valmennus®

on suunnattu kaikille muistisairaasta läheistään hoitaville omaisille riippumatta mahdollisesta diagnoosista eikä osallistuakseen tarvitse olla yhdistysten jäsen eikä hyvinvointialueen kanssa omaishoitotosopimusta. Mukaan voi tulla ennaltaehkäisevässä mielessä hakemaan tietoa. MuistiOvet-valmennuksen aikana avataan ovia mm. omaishoitajuuteen, yhteiskunnan palveluihin sekä omaisen omiin voimavaroihin. Lisäksi valmennuksessa saa tietoa mm. aivoterveysteen, muistisairaahan ihmisen kohtaamiseen sekä tulevaisuuteen varautumiseen liittyen.

Lämpimästi tervetuloa mukaan syksyn 2026 MuistiOvet-ryhmään Hyvinkäälle

Valmennus järjestetään maanantai-iltapäivisin
7.9., 14.9., 21.9. ja 5.10. klo 12-15
OmaisOivan toimistolla Onnensillassa (Kankurinkatu 4-6)

Ilmoittautumiset ja erityisruokavalioitoiveet 31.8. mennessä:
Päivi Koppelmäki p.044 238 6453 paivi@hyvinkaanomaishoitajat.fi
Pia Kuusinen p.040 739 5146 pia.kuusinen@espoonmuisti.fi

MuistiOvet-valmennus on maksuton kahvitarjoiluineen ja se järjestetään Hyvinkään Omaishoitajat ry:n ja Uudenmaan Muistiluotsin kumppanuudella.





Harvinaisten sairauksien vertaistukiryhmä

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

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

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

Syksyn kokoontumiskerrat: 10.8., 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

Vertaistukea puolisonsa menettäneille yli 75-vuotiaille miehille Helsingissä

Ryhmä on tarkoitettu yli 75-vuotiaille leskimiehille, jotka ovat menettäneet puolisonsa tapaturman, onnettomuuden tai sairauden kautta. Menetyksestä on kulunut vähintään kuusi kuukautta.

Aika:

18.8.2026 – 3.11.2026 klo 10:00-12:00

Paikka:

Länsi-Pasila, MIELI Kriisikeskus Helsinki, Maistraatinportti 4 A 4krs, 00240 Helsinki

Hinta:

Ryhmä on osallistujille maksuton.

Lisätiedot:

Ryhmä alkaa tiistaina 18.8.2026 ja kokoontuu viikoittain tiistaisin klo 10–12. Ryhmä kokoontuu yhteensä 12 kertaa ja viimeinen tapaaminen on 3.11.2026. Ryhmän jatkotapaaminen on noin kolmen kuukauden kuluttua ryhmän päättymisestä.

HUOM! Hakijat haastatellaan. Ryhmään valinta tapahtuu haastattelun jälkeen.

Sini-Maria Tuomivaara, 040 352 1180, sini-maria.tuomivaara@mieli.fi

Olli Rauhala, 040 657 55 45, olli.rauhala@mieli.fi

<https://mieli.fi/tukea-ja-apua/ryhmat/vertaistukiryhma-kuoleman-kautta-puolisonsa-menettaneille-yli-75-vuotiaille-miehille-helsinki-syky-2026/>



**Puolisonsa menettäneet yli 75-vuotiaat miehet
Syksy 2026**

Aika: 15.9.–1.12.2026

Paikka: MIELI Kriisikeskus Helsinki

Hae ryhmään:
mieli.fi/toivon-polulla

tai ottamalla yhteyttä ohjaajiin

Vertaistukiryhmä on tarkoitettu yli 75-vuotiaille miehille, jotka ovat menettäneet puolisonsa tapaturman, onnettomuuden tai sairauden kautta. Menetyksestä on kulunut vähintään kuusi kuukautta.

Ryhmän sisällöissä otetaan huomioon osallistujien toiveet ja odotukset. Käsiteltäviä aiheita ovat mm.

- menetyksen merkitys ja vaikutukset
- keho ja mieli surussa
- ihmissuhteet
- muistelu
- voimavarat ja selviytymiskeinot

Ryhmän toiminta pohjautuu ammatillisesti ohjattuun vertaistukeen. Ryhmä on maksuton. Kaikki ryhmään hakeneet haastatellaan ennen valintapäätöstä.

Aikataulu:

- tiistaisin 15.9.–1.12.2026 klo 10–12
- jatkotapaaminen noin kolmen kuukauden kuluttua ryhmän päättymisestä

Paikka: MIELI Kriisikeskus Helsinki, Maistraatinportti 4 a, 4. krs, Länsi-Pasila, Helsinki

Lisätietoja ryhmän ohjaajilta:
Sini-Maria Tuomivaara, +358 40 352 1180, sini-maria.tuomivaara@mieli.fi
Olli Rauhala, +358 40 657 5545, olli.rauhala@mieli.fi

Järjestäjä MIELI Suomen Mielenterveys ry, MIELI kriisikeskus Helsinki, Mielen voimaa -hanke.

mieli