

TOIMINTAVIESTI



HELMIKUU 2024

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).

Toimintaa Onnensillassa.....	2
Onnensilta Hämeenkatu 18 on avannut ovensa, tule tutustumaan!	2
Käy täyttämässä Onnarin Ystäväkirja	3
Miten onnistuimme? Anna palautetta!	3
Avajaishulinaa MummoDiskon tahtiin 1.2.24	3
Onnensillan kaikille avoimet ryhmät!.....	4
Toimintaa Kehräjätkadun AlueOlkkarissa perjantaisin!.....	5
Uusi AlueOlohuone starttaa Kaivopihan kerhotilassa kevään aikana!.....	5
Hyrian opiskelijoiden ohjelmaa	5
Vehkojan Kaiken kansan kammarissa toimintaa vielä kevätkausi 31.1.-29.5.24	6
Hyvinvointimittaukset.....	6
Onnensillan Ystävänpäivä 14.2.	6
.....	7
Hyvän mielen konsertti la 2.3.24 klo 14	7
Ystävänpäiväjuhla 11.2.24.....	7
Ryhmä elämänekumppaninsa menettäneille miehille.....	8
Pääkirjastolla tapahtuu	8
ENTER ry:n digiopastukset jatkuvat kirjastolla ja Järjestötalolla.....	9
Siskojen ja Simojen toimintaa!	10
Konsertti Versotalolla 15.2. klo 12.30.....	11
Werkko ry tiedottaa.....	11
Hyvinvointialueen uutiskirje on tilattavissa!	11
Lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden vertaistukiryhmä alkamassa.....	12
Lukumummi ja -vaari koulutus 16.2. klo 13-15.....	13
Ikääntyvän monipuolinen ravitsemus -luento 13.2. klo 17-19.....	13

Tämä Toimintaviesti on julkaistu 31.1.2024

Toimintaa Onnensillassa

Onnensilta Hämeenkatu 18 on avannut ovensa, tule tutustumaan!

Onnensillan väliaikaiset tilat ovat avautuneet 15.1.2024 osoitteessa Hämeenkatu 18 (entinen Nordean pankkisali), sisäänkäynti Hämeenkadun puolelta. Käytössämme on nyt 290m² katutasossa ja tiloissa on neljä erillistä, kaapeilla jaettua toimintatilaa. Kulku tiloihin on esteetön, mutta valitettavasti tiloissa ei ole inva-wc:tä.

Tervetuloa juomaan kuppi kuumaa ja tutustumaan uusiin tiloihin ja toimintaan! Ovet ovat auki ma-to klo 10-14.



Hyvyn työntekijät työskentelevät sekä etänä, että paikan päällä Nordean väliaikaisissa tiloissa (Hämeenkatu 18). Kannattaa varmistaa, missä olemme milloinkin menossa! Meidät tavoittaa sähköpostitse ja puhelimitse arkisin klo 8-15.30 välillä:

Noora Widing p. 045 168 4577

Heidi Kokko p. 050 521 7074

Anni Rekilä p. 045 261 8806

Venla Mäkelä p. 050 360 0142

Sähköpostit ovat muotoa etunimi.sukunimi@hyvy.fi

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





Käy täyttämässä Onnarin Ystäväkirja

Ystäväkirja on avoin kaikille Onnensillan ystäville. Osallistu ja täytä lomake osoitteessa: www.hyvy.fi/ilmoittaudu/ystavakirja/

Julkaisemme aina uuden ystäväesittelyn sunnuntaisin:
www.facebook.com/Onnensilta ja
www.instagram.com/onnensilta/

Miten onnistuimme? Anna palautetta!

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

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



To 1.2.2024
 klo 10-14:30
 Hämeenkatu 18
 Vapaa pääsy,
 kakkua 150:lle



**Onnensillan
 TUPAAN-
 TULIAISET**

OHJELMA
 klo 10-12 Kakkua, kahvia ja juhlapuheita, puhumassa mm. sivistystoimenjohtaja Pentti Halonen
 klo 12-13 Bingo erikoispalkinnoin
 klo 13-14:30 Mummodiskossa esiintyjinä Mika Ikonen & Anssi Häkkinen sekä juontajana Tuija Piepponen




Avajaishulinaa MummoDiskon tahtiin 1.2.24

Väliaikaisen Onnensillan tupaantuliaisia juhlitaan to 1.2.24 klo 10-14.30 välillä!

Ohjelmassa:

klo 10-12 juhlapuheita, kakkua jne

klo 12-13 Bingo

klo 13-14.30 Mummodisko; Mika Ikonen ja Anssi Häkkinen, juontajana Tuija Piepponen

Tervetuloa mukaan juhlahumuun 😊



Onnensillan kaikille avoimet ryhmät!

Onnensillan kaikille avointa, maksutonta ja vapaaehtoisvoimin ohjattua toimintaa järjestetään väliaikaisissa tiloissa Hämeenkatu 18:ssa (Nordean alakerta), sekä ympäri kaupunkia!

Lisätietoja: <https://www.hyvy.fi/onnensillan-toiminta/viikkotoiminta/> ja p.045 168 4577 tai noora.widing@hyvy.fi.

MAANANTAISIN

- o **KortteliKerho** klo 12-14, Onnensilta (Hämeenkatu 18)

TIISTAISIN

- o **Muistiyhdistyksen vertaistoimintaa** klo 9.30–11.30, Kaupunginkirjasto (Torikatu 5)
- o **Reumatoppi** klo 10 Promenadigalleria (Vaiveronkatu 10): **16.1., 30.1, 6.2., 27.2., 5.3., 26.3., 9.4., 30.4 ja 7.5.** Ilmoittautumiset: p. 041 507 5726 tai reumayhdistyshyvinkaa@gmail.com
- o **Iloinen neulekahvila** klo 12.30-14.30, Onnensilta (Hämeenkatu 18)

KESKIVIIKKOISIN

- o **Jooga** klo 13-14, Villatehdas (Ossian-sali, rappu B 9) **20.3.-8.5. EI 1.5.!**
 - o **Kuulolähipalvelu** klo 11-12, Onnensilta (Hämeenkatu 18)
 - o **Vehkojan alueolkkari** klo 13-15, SRK-pihatalo (Yli-Anttilantie 3)
 - o **Digiopastus** klo 10-13, parittomilla viikoilla [kaupunginkirjastolla](#) **17.1.-8.5.** ja klo 10-12 parillisilla viikoilla [Järjestötalolla](#) **24.1.-15.5.**
- AJANVARAUS:** viimeistään opastusta edeltävänä päivänä klo 16:
p. 0400 311 667 tai aarno.jalonen@hotmail.com
- o **SkipBo-pelikerho** klo 12-15, Onnensilta (Hämeenkatu 18)
 - o **Sydäntukiasema** klo 17-19, parittomilla viikoilla asiantuntijaluentoja, ohjausta, neuvontaa ja vertaistukea. Onnensilta (Hämeenkatu 18), **17.1.,14.2. ja 10.4.**

TORSTAISIN

- o **Asahi** klo 11-11.45, Sahanmäenpuisto (Munckinkatu 65-67) **tiedotamme aloituksen ajankohdasta**
- o **Bingo** klo 13-14, Onnensilta (Hämeenkatu 18)
- o **Tuolijumppa** klo 13.30–14.15, Villatehdas (Ossian-sali, rappu B 9) **11.1.-16.5.**
- o **Hyvää oloa vertaisuudesta** klo 10-12, kerhohuone (Kankurinkatu 11 A12): **11.1., 1.2., 7.3, 4.4. ja 2.5.** Lisätietoja: p. 050 521 7074

PERJANTAISIN

- o **Kehrääjänkadun alueolkkari** klo 13-15, Yhteistila (Kehrääjänkatu 6-8)
- o **Yhteislaulu** klo 14-15, Veteraanitalo (Asemankatu 42)



Perjantaisin klo 13-15
Kehrääjänkadun yhteistila
Kehrääjänkatu 6-8, Hkää

Maksuton, kaikille avoin
Ei ennakko-
ilmoittautumista

**Poikkea
omaan
tahtiin!**

Kehrääjänkadun

juttuseuraa,
kahvittehua,
suunnitellaan
yhdessä
toimintaa!

**ALUE-
OLKKARI**

20.1.2023
alkaen



HYVINKÄÄ
yhdistykset

Toimintaa Kehrääjänkadun AlueOlkkarissa perjantaisin!

Kehrääjänkadun kaikille avoimessa AlueOlkkarissa toimintaa (Kehrääjänkatu 6-8, Hkää) **perjantaisin klo 13-15!** Toiminta on maksutonta ja vapaaehtoisvoimin ohjattua, Hyvinkään Yhdistykset ry auttaa taustalla. Mukana on myös opiskelijoita järjestämässä ohjelmaa!

Uusi AlueOlohuone starttaa Kaivopihan kerhotilassa kevään aikana!

Kehrääjänkadun ja Vehkojan AlueOlohuoneiden joukkoon liittyy Kaivopihan Olkkari! Hyvinkään Yhdistykset ry:n vapaaehtoiset käynnistävät toiminnan Hyvinkään Kaivopiha -säätion (Kaivokatu 6, Hkää) kerhotilassa kevään kuluessa. Olisitko Sinä halukas liittymään porukkaan mukaan ja järjestämään mukavaa ohjelmaa alueen asukkaiden hyväksi? Vapaaehtoisena olet osa isompaa joukkoa, saat tukea, virkistystä ja koulutusta.

Ota yhteys Nooraan, noora.widing@hyvy.fi tai p. 045 168 4577. Tervetuloa mukaan!

Hyrian opiskelijoiden ohjelmaa

Hyrian opiskelijat järjestää: Pelejä, liikuntaa ja kädentaitoja 28.2., 13.3. ja 20.3. klo 13-14!

Vapaa pääsy, tervetuloa!



Keskiviikkoisin klo 13-14

28.2., 13.3. ja 20.3.24

Hämeenkatu 18, Hyvinkää

Esteetön sisäänkäynti!

VAPAA
PÄÄSY

Hyrian opiskelijat järjestää **PELEJÄ,
LIIKUNTA JA
KÄDENTAITOJA!**



Hyria

HYVINKÄÄ
yhdistykset



Vehkojan Kaiken kansan kammarissa toimintaa vielä kevätkausi 31.1.-29.5.24

Vehkojan Kaiken kansan kammarin toiminta jatkuu vielä kevätkauden ajan. Toimintaa on aina keskiviikkoisin klo 13-15. Paikkana Vehkojan seurakuntakeskuksen pihatalo (Yli-Anttilantie 3, Hkää). Maksuton, kaikille avoin! Ei ennakko-ilmoittautumista

Poikkea omaan tahtiin!

Lisätietoja: noora.widing@hyvy.fi tai 045 168 4577

Keskiviikkoisin klo 13-15
Vehkojan seurakunta-
keskuksen pihatalo
Yli-Anttilantie 3, Hkää
Kevätkausi 31.1.-29.5.24



Vehkojan KAIKEN KANSAN KAMMARI

**Jutustelua ja
kahvia! Pelejä,
askartelua,
käsitöitä ja
omepeluohjausta.**
Tarkempi ohjelma
www.hyvy.fi



**Hämeenkatu 18,
Hyvinkää**
ti 13.2.2024 12-14
to 29.2.2024 10-12
ti 5.3.2024 12-14
to 7.3.2024 10-12
ke 17.4.2024 10-12

**HYVINVOINTI-
MITTAUKSET**

**Hyrian lähihoitajaopiskelijat mittaavat
verenpaineen ja verensokerin
veloituksetta,
ja ilman ajanvarausta.**

Hyria

Hyvinvointimittaukset

Hyrian lähihoitajaopiskelijat mittaavat verenpaineen ja verensokerin veloituksetta, ja ilman ajanvarausta.

ti 13.2. klo 12-14

to 29.2. klo 10-12

ti 5.3. klo 12-14

to 7.3. klo 10-12

ke 17.4. klo 10-12

Onnensillan Ystävänäpäivä 14.2.

Nauti maksuttomista pullakahveista ja hyvästä seurasta Onnensillassa Ystävänäpäivänä klo 10-14!

Täytä Onnensillan ystäväkirja ja askartele kortti.

**Onnensillassa ystävänäpäivän
pullakahvit kaikille kävijöille
ke 14.2. klo 10-14!**
Hämeenkatu 18

**Onnensillan
YSTÄVÄN-
PÄIVÄ**

Nauti pullakahveista
ja hyvästä seurasta!
Täytä Onnensillan ystäväkirja.
Askartele kortti.



Muiden toimintaa

Hyvän mielen konsertti la 2.3.24 klo 14

Eläkeliiton Hyvinkään yhdistys ry järjestää Hyvänmielen -konsertin 2.3.24 klo 14 yhteistyössä Hyvinkään kaupungin ja Hyvinkään seurakunnan kanssa.

Konsertti järjestetään Hyvinkään kaupungin hyvinvointiavustuksen, sekä Hyvinkään seurakunnalta saadun tilan turvin.

Konsertin esiintyjänä on vuoden 2017 tangokuningas Teijo Lindström ja Viihdekuoro Buffo. Vapaa pääsy, tervetuloa!



**HYVÄN MIELEN
KONSERTTI**

Viihdekuoro Buffo &
Teijo Lindström

Lauantaina
2.3.2024
Klo 14

Hyvinkään kirkko
Hämeenkatu 16

Suosittuja säveliä suurkuoron
ja vuoden 2017 tangokuninkaan esittämänä!
Konserttiin on vapaa pääsy!

Tapahtuman järjestää: Eläkeliiton Hyvinkään yhdistys ry
Yhteistyössä: Hyvinkään kaupunki, Hyvinkään seurakunta

HYVINKÄÄN SEURAKUNTA Eläkeliitto HYVINKÄÄ Supermarket

YSTÄVÄNPÄIVÄJUHLA

Hyvinkään Järjestötalolla
11.2.2024 kello 12

Kahvitarjoilu kello 12, ennen juhlan alkua.
Viihdeorkesteri Wivan säestyksellä
Ohjelma alkaa kello 13.00

Juhlan järjestää Hyvinkään Eläkeläistuki ry

Eläkeliiton Hyvinkään yhdistys ry

Hyvinkään Eläkeläiset ry

Hyvinkään Eläkkeensaajat ry

Hyvinkään Seniorit ry

VR Eläkeläisten Liiton Hyvinkään osasto ry

Ystävänäpäiväjuhla | 11.2.24

Hyvinkään eläkeläisyhdistykset järjestää perinteiset Ystävänäpäiväjuhlat 11.2.24 klo 12 alkaen Järjestötalolla (Munckinkatu 49)!

Kahvitarjoilu ennen juhlan alkua klo 12, Viihdeorkesteri Wivan säestyksellä.

Varsinainen ohjelmaa alkaa klo 13.

Vapaa pääsy, tervetuloa!



Ryhmä elämänkumppaninsa menettäneille miehille

Kokoontumiskerrat: 4.3., 11.3., 25.3., 8.4., 22.4. ja 6.5. klo 17.30. Ryhmän koko 4-8hlöä, osallistuminen maksutonta. Kokoontumispaikat vaihtelevat, ensimmäinen tapaaminen 4.3.24 klo 17.30 on Järvenpäässä JHL:n mökillä. Ilmoittautuminen ohjaajille: tuulia.kinnunen@keusote.fi tai marja.koli@hymise.fi

Ryhmä miehille, jotka ovat menettäneet elämänkumppaninsa

Kokoontumispaivät: Ryhmän koko 4-8 hlöä
 04.03.2024 Ryhmään osallistuminen on ilmaista
 11.03.2024
 25.03.2024 ILMOITTAUTUMINEN RYHMÄN OHJAAJILLE:
 08.04.2024
 22.04.2024
 06.05.2024 Tuulia tuulia.kinnunen@keusote.fi
 AINA KELLO 17.30 Marja marja.koli@hymise.fi

Kokoontumispaikat vaihtelevat.
 Ensimmäinen tapaaminen 04.03. klo 17.30 on JHL:n mökillä Järvenpäässä



Pääkirjastolla tapahtuu

7.2. klo 13-14 Mediataitoviikon digihuijausluento "Miten meitä huijataan" ryhmätila Antonissa. Luento on kaikille avoin ja maksuton!



**KIRJASTON
ELOKUVA-
ILTAPÄIVÄ
ESITTÄÄ:**

**DELIA OWENSIN MENESTYS
ROMAANIIN PERUSTUVAN
ELOKUVAN HYLÄTYSTÄ
TYTÖSTÄ, JOKA VARTTUI
AIKUISUUTEEN POHJOIS-
CAROLINAN VAARALLISILLA
SUOALUEILLA.**

TI 6.2.2024 KLO 13.00

**PÄÄKIRJASTO
RYHMÄTILA ANTON**

**VAPAA PÄÄSY
TERVETULOA!**

ELOKUVAN IKÄRAJA K-12 KESTO 125 MIN



Miten meitä huijataan?
 Tervetuloa ajankohtaiselle luennolle
 ke 7.2. klo 13-14
 Hyvinkään kaupunginkirjasto, ryhmätila
 Anton, Torikatu 5, Hyvinkää

 KULUTTAJALIITTO
 KONSUMENTFÖRBUNDET

 HYVINKÄÄ

 KESKI-UUDENMAAN
 KULUTTAJAT



Ti 6.2. klo 13 Aikuisten elokuva Suon villi laulu
(K12, 125 min) ryhmätila Antonissa. Vapaa pääsy!

Ke 14.2. klo 15-17 Ystävänpäivän iltapäivätanssit
ikivihreiden tahdissa, ryhmätila Antonissa. Suora
lähetykset Oopperatalolta. Vapaa pääsy!



ENTER ry:n digiopastukset jatkuvat kirjastolla ja Järjestötalolla

Enter ry:n ja Hyvinkään Eläkeläiset ry:n vapaaehtoiset seniorit antavat maksutonta ja henkilökohtaista vertaisopastusta tietokoneiden, tablettien ja kännyköiden käytössä.

Ota mukaan oma laitteesi, laturi sekä tarvittavat tunnukset ja salasanat!

Kirjastolla opastukset parittomina keskiviikkoina klo 10-13, 17.1.-8.5.24 ja Järjestötalolla (Munckinkatu 49) parillisina keskiviikkoina klo 10-12, 24.1.-15.5.24.

Varaa aika viimeistään opastusta edeltävänä päivänä klo 16: p. 0400 311 667 tai aarno.jalonen@hotmail.com

Muista myös ENTER ry:n etätietoiskut ja etäopastus! Lisätietoa:

<https://www.entersenior.fi/opastus/etaopastus/>

<https://www.entersenior.fi/tapahtumat/>



Siskojen ja Simojen toimintaa!

Leivo iloa ikäihmisille Ystävänpäivän kunniaksi!
Vapaaehtoisena voit leipoa kotonasi jotain säilyvää, laktoositonta ja pähkinätöntä. Toimitat leipomuksesi itse, yhteisesti sovittuna aikana suoraan palvelutaloon. Tarkemmat ohjeet leipomisesta ja toimitusajoista lähetämme ilmoittautumisen jälkeen. Hyvinkäällä leipomuksia toivotaan Kauniston, Ylähovin ja Sahanmäen palvelutaloon.

Ilmoittaudu mukaan 7.2. mennessä

hyvinkaa@siskotjasimot.fi Kerrothan samalla

mitä voisit leipoa, mihin palvelutaloon haluaisit viedä leipomuksesi, ja oletko osallistumassa ensimmäistä kertaa Siskojen ja Simojen Välittämisen keikalle.



Peli-/rupatteluhetki su 25.2. klo 14-15 Attendo Kultakehrässä (Iltatuulentkatu 2, Hkää) Pelaillaan pelejä ja jutellaan. Lopuksi pelataan suosittua BINGOA 😊

Ilmoittautuminen to 22.2. mennessä hyvinkaa@siskotjasimot.fi tai p. 041 3149352

Laulua harmonikan säestyksellä to 29.2. klo 13-13.45, Hyvinkään Harmonikka kerho esiintyy! Kauniston Palvelukeskus (Nummisillank. 2, Hkää, Kivelä -osastolla)

Ilmoittautuminen ke 28.2. mennessä hyvinkaa@siskotjasimot.fi tai p. 041 3149352



Konsertti Versotalolla 15.2. klo 12.30

Konsertti Versotalolla (Valtakatu 11) 15.2. klo 12.30, esiintyjänä Duo Kaunis valhe, Liisa Sunila, sopraano, piano ja Olli Yli-Harja, baritoni, haitari. Vapaa pääsy, tervetuloa!



Werkko ry tiedottaa

Olohuone:

Keski-Uudenmaan vertais- ja kokemusasiantuntijatoiminnan tuki WERKKO ry:n vapaaehtoisvoimin toimiva avoin olohuone Hyvinkäällä.

Yhteisötila Onnin olohuoneella on mahdollisuus juoda kahvia tai teetä, pelailla yhdessä lautapelejä sekä tutustua uusiin ihmisiin.

Olohuone on turvallinen, päihteetön ja maksuton paikka, johon voit tulla viettämään aikaa, tapaamaan ihmisiä pienen purtavan ja mukavan yhdessä tekemisen äärelle.

Torstaisin klo 12-16 Kapulatie 2, 05880 Hyvinkää, Yhteisötila Onnin tiloissa.



Hyvinvointialueen uutiskirje on tilattavissa!

Tilaa uutiskirje ja pysy ajantasalla hyvinvointialueen ajankohtaisista asioista! Tilauksen teet vaivattomasti oheisesta linkistä. Lomakkeen täyttämällä annat Keusotelle luvan tallentaa antamasi yhteystiedot uutiskirjeen lähetystä varten. Uutiskirje on maksuton ja sen voi peruuttaa milloin tahansa.

Tilaa uutiskirje tästä: <https://uutiskirje.keusote.fi/>



Lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden vertaistukiryhmä alkamassa

Lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden vertaistukiryhmä

Ammatillisesti ohjatussa vertaistukiryhmässä saat tietoa lähisuhdeväkivallasta
ilmiönä ja pääset jakamaan kokemuksiasi toisten kanssa.

Ryhmä on tarkoitettu täysi-ikäisille ja se toteutetaan suomen kielellä ja on
osallistujille maksuton.

Ryhmän ideana on voimaantuminen keskustelun ja vertaistuen keinoin. Jokaisella
kerralla avataan eri teemaa aiheeseen liittyen.

Ryhmä kokoontuu Väkivaltatyön avopalvelu Paasin tiloissa Keravalla osoitteessa
Kultasepänkatu 5A 13a seuraavasti:

Tiistaisin

20.2., 27.2., 5.3., 12.3. 2024

Klo 17.00 – 18.30

Ryhmä on suljettu eli ryhmän kokoonpano pysyy samana koko ryhmän ajan.
Ohjaajina toimivat Paasin väkivaltatyön asiantuntijat.

Ryhmään tulee ilmoittautua **8.2.2024 mennessä** sähköpostitse
vakivaltatyo@paasikivennk.fi tai puhelimitse 050 373 2822 ma-pe klo 9-12.
Ilmoittautuneiden kanssa käydään lyhyt puhelinhaastattelu ennen ryhmän alkua.

Tervetuloa

Katja Hamela & Rosita



PAASI 
Väkivaltatyön avopalvelu

Lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden
vertaistukiryhmä Keravalla 20.2., 27.2., 5.3.
ja 12.3.24 klo 17-18.30. Ryhmään voi
osallistua Keusoten, Itä-Uudenmaan ja
Keravan alueelta. Ilmoittautuminen 8.2.
mennessä vakivaltatyo@paasikivennk.fi tai
p. 050 373 2822 ma-pe klo 9-12.

APUA LÄHISUHDEVÄKIVALTAAN

OLETKO
KOKENUT
VÄKIVALTAAN?

OLETKO
KÄYTTÄNYT
VÄKIVALTAAN?

OLETKO
TODISTANUT
VÄKIVALTAAN?

VÄKIVALTATYÖN AVOPALVELU PAASI

- Tarjoamme matalan kynnyksen keskusteluapua kaikille lähisuhdeväkivallan osapuolille maksuttomasti.
- Toimipisteemme sijaitsevat Keravalla ja Porvoossa.
- Työskentely on mahdollista myös etäyhteyksillä ja tarvittaessa käytetään tulkkia
- Ammattilaisille tarjoamme työparityöskentelyä, konsultointia ja koulutusta lähisuhdeväkivaltateemaan liittyen.

050 3732 822

arkisin klo 9.00-12.00 (ei tekstiviestejä)



vakivaltatyo@paasikivennk.fi

<https://ensijaturvakotienliitto.fi/paasikivennk/apua/vakivaltatyo/>



PAASI 
Väkivaltatyön avopalvelu



Lukumummi ja -vaari koulutus 16.2. klo 13-15

MLL:n koulutetut vapaaehtoiset lukevat kouluilla yhdessä niiden alakouluikäisten kanssa, jotka tarvitsevat lisätukea lukemisen kanssa. Mummit ja vaarit lukevat yhdessä lapsen tai pienen lapsiryhmän kanssa koulupäivän aikana, saaden yhdessä mukavia lukukokemuksia, myönteistä palautetta sekä kontaktin toiseen sukupolveen.

Koulutuksen ohjelma:

- Toiminta yleisesti ja käytännön asioita (1 h)
- Lukusujuvuus (1 h)

Lisätiedot ja ilmoittautumiset:

Sini Pohjalainen, sini.pohjalainen@mll.fi
p. 044 7737 602

lukumummit.fi | uudenmaanpiiri.mll.fi

Hei Hyvinkää!

pe 16.2.
klo 13-15

Hyvinkään
Onnensilta

**TULE VAPAAEHTOISEKSI
lukumummiksi tai -vaariksi**

Haluaisitko laittaa PISA-tulokset nousuun ja innostaa koululaisia lukemaan?

MLL:n koulutetut vapaaehtoiset lukevat kouluilla yhdessä niiden alakouluikäisten kanssa, jotka tarvitsevat lisätukea lukemisen kanssa.

Mummit ja vaarit lukevat yhdessä lapsen tai pienen lapsiryhmän kanssa koulupäivän aikana, saaden yhdessä mukavia lukukokemuksia, myönteistä palautetta sekä kontaktin toiseen sukupolveen.

KOULUTUKSEN OHJELMA
Toiminta yleisesti ja käytännön asioita (1 h)
Lukusujuvuus (1 h)

Lisätiedot ja ilmoittautumiset
Sini Pohjalainen | sini.pohjalainen@mll.fi | p. 044 7737 602

MLL MÄNNERHEIMIN
LASTENSUOJELUJÄRJESTÖN
Uudenmaan piiri

lukumummit.fi | uudenmaanpiiri.mll.fi

**Ikääntyvän
monipuolinen
ravitsemus**

Yleisöluento

TI 13.2.2024
KLO 17-19

Onnensilta
Hämeenkatu 18,
katutaso
(Nordean vanha
pankkisali, Hyvinkää)

**Luennoitsijana
Heini Karp**
Ravitsemusasiantuntija, ETT
Ravitsemusterapeutti, Gery ry

- Hyvinvointia
- Toimintakykyä
- Aivoterveyttä

**VAPAA PÄÄSY,
TERVETULOA!**

Gery
Hyvinkään
Omaishoitajat ry

Ikääntyvän monipuolinen ravitsemus -luento 13.2. klo 17-19

Kaikille avoin yleisöluento! Vapaa pääsy!

Hyvinvointia, toimintakykyä, aivoterveyttä

Luennoitsijana Heini Karp (ravitsemusasiantuntija, ETT ja ravitsemusterapeutti, Gery ry)

Luennon järjestää Hyvinkään Omaishoitajat ry

