

Talvikuulolla 2026



Keski-Uudenmaan kuulo ry:n
jäsenlehti 1/2026
24. vuosikerta, perustettu v.2003

Keski-Uudenmaan Kuulo ry

Virpitie 1 A as 6, 04260 Kerava

Kotisivut www.keskiuudenmaankuulo.fi

facebook.com/keskiuudenmaankuulo

Yhdistyksen hallitus vuonna 2026

Puheenjohtaja, Kuulolla-lehti: Suvi Laurila

p. 044 3446 957, suvi.laurila@gmail.com

Varapuheenjohtaja: Jari Alatalo

p. 040 5027 530, jari.alatalo123@gmail.com

Sihteeri, jäsenkirjuri, klp-vastaava: Maarit Honkanen

p. 040 5020 319, maarit.talgren@gmail.com

Tiedotus: Petri Virolainen, posankka@duck.com

Lahella.fi ja lehti-ilmoitukset: Jussi Vänskä,

Jussin.e.posti@gmail.com

Myyjäisvastaava: Soile Alho, soile.alho@gmail.com

Jäsen: Hannu Seitsonen, seitsha@hotmail.com

1. varajäsen: Arja Virolainen

p. 050 322 1340, arja.virolainen@elisanet.fi

2. varajäsen: Jari Virtanen, j24jjv76@icloud.com

3. varajäsen: Kaisa Venho

p. 044 3717 784, kaisa.venho@gmail.com

Hallituksen ulkopuolinen rahastonhoitaja: Jouni Laurila

p. 040 253 2220, rahastokuk@gmail.com

Kuulolla-toimitus

Taitto

Sähköposti

Postiosoite

Koko hallitus

Petri Virolainen

keskiuudenmaankuulo@gmail.com

Virpitie 1 a as 6, 04260 Kerava

Puheenjohtajan tervehdys

Kevät tuo mukanaan valoa, kohtaamisia ja mukavaa tekemistä. Maaliskuun 3. päivänä vietämme Maailman kuulopäivää, ja olemme silloin edustamassa Keski-Uudenmaan Kuuloa Keravan Citymarketin aulassa. Tule rohkeasti juttelemaan kuulosta, kuulon hyvinvoinnista ja yhdistyksemme toiminnasta – meitä saa lähestyä matalalla kynnyksellä.

Kuulolähipalvelutoiminta jatkuu ja kehittyy. Osa meistä osallistuu kevään aikana koulutuksiin saadakseen lisää ajankohtaista tietoa muun muassa kuulokojeista. Maailma muuttuu, ja haluamme pysyä siinä mukana jäseniämme varten.

Viime vuonna aloitettu tinnituksen vertaistukitoiminta on osoittautunut tarpeelliseksi. Tänä vuonna toimintaa järjestetään sekä Järvenpäässä että Keravalla, ja jatkamme sitä mielellämme myös tulevaisuudessa.

Boccia-toiminta jatkuu jälleen joulutauon jälkeen, ja pian pääsemme muuttamaan hienosti remontoituun Tuusulan Hyrylän uimahalliin. Bocciaan ovat tervetulleita kaikki – aiempaa kokemusta ei tarvita.

Viime kesän Päijänne-risteily oli erittäin suosittu, joten uusimme tämän pidetyn tapahtuman jo tänä keväänä. Lisätiedot löytyvät tästä lehdestä.

Nähdään tapahtumissa ja tapaamisissa – ollaan kuulolla

Suvi Laurila
Puheenjohtaja



♥ **Sydämelliset onnittelut** ♥

kaikille päivänsankareille –
niin syntymäpäivänä kuin nimipäivänäkin!



Mikäli sinulla on ongelmia apuvälineiden kanssa tai haluat keskustella apuvälineasioista, tule rohkeasti kuulolähipalvelutunnille keskustelemaan kuulolähipalveluneuvojiamme kanssa. Yritetään yhdessä ratkoa ongelmat.

Tarvittaessa apuvälineitten käytön neuvontaa myös asiakkaan kotona.

Kuuloauto tulee jälleen tänä vuonna.

Jos tunnet jonkun, jonka kuulo mietityttää,
eikä kuulokojetta vielä ole, vinkkaa tästä.



Tulevaa toimintaa

LIIKUNTAA

BOCCIAA pelataan jatkossakin tuttuun aikaan eli keskiviikkoisin klo 14:30-16:30.

Paikka Mikkolan koulun liikuntasali

Pähkinämäentie 215, Hyrylä

Pelaamaan pääsee maksutta.

Lisätietoja: Suvi Laurila, p. 044 344 957

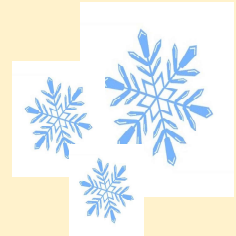


YSTÄVÄLLINEN LASKIAISTAPAHTUMA HYRYLÄSSÄ 17.2.2026 KLO 16:00-18:00

Mäntymäki, Luurikuja 1, Hyrylä

Tapahtumassa myös kuulolähipalvelu
Ohjelmassa mm. bingoa, tietokilpailua ja kahvittelua.

Tervetuloa !



Yhdistyksemme edustus vammaisneuvostoissa:

Kerava: Tuula Aavamäki, tuula.aavamaki@gmail.com

Järvenpää ja Keusote: Maarit Honkanen,
maarit.tallgren@gmail.com

Sipoo: Rosita Gustafsson-Nyman, rosita.gustafsson-nyman@roscon.fi

Tuusula: Timo Kalpio, timo.kalpio@saunalahti.fi

TINNITUKSEN VERTAISRYHMÄT

Järvenpäässä:

Myllytien toimintakeskus/Olohuone, Myllytie 11 (käynti sisäpihalta)

Torstaisin klo 1700-19:00: 12.2., 12.3. ja 9.4.

Keravalla: Viertolan päiväkeskus. Timontie 4

23.2.2026 klo 13-15



Ilmoittautumiset Suville 044 344 6957 viim 18.2

Tervetuloa!

MAAILMAN KUULOPÄIVÄ 3.3.2026 klo 10-13 Keravan Citymarket
Tervetuloa kaikki keskustelemaan kuuloasioista.



Tuttua toimintaa yhdistyksessämme jo
vuodesta 1992 lähtien.

Keski-Uudenmaan Kuulo ry on Keski-Uudenmaan kunnissa toimiva valtakunnan suurin kuuloyhdistys. Yhteenlaskettu jäsenmäärä on n. 900 jäsentä. Yhdistys kuuluu valtakunnalliseen Kuuloliittoon.

Kuulolähipalvelu on yhdistyksen ehkä tärkein toimintamuoto. Kuulolähipalvelut ovat asiakkaalle maksuttomia, ja on tarkoitettu kaikille kuulovammaisille ja heidän läheisilleen, ei edellytä jäsenyyttä yhdistyksessä. Kuulolähipalvelutunnilla on myynnissä paristoja, letkuja, paristotestereitä ja ilmapumppuja.

KUULOLÄHIPALVELUTUNNIT HELMIKUU-TOUKOKUU 2026

HUOM! Hyrylä Mäntymäki, Luurikuja 1, tiistaisin klo 17-18.00

17.2., 17.3., 21.4, 5.5. 2.6.

Kerava, Viertolan päiväkeskus, olohuone, Timontie 4,

Raili Aho ja Olavi Taipale: kuukauden viimeinen torstai klo 10.30-11.30

26.2, 26.3., 30.4., 28.5.

Järvenpää, Myllytien toimintakeskuksen kulmakabinetti, Myllytie 11

Maarit Honkanen: kuukauden 2. keskiviikko klo 10-12

11.3., 8.4., 13.5.

Järvenpää Myllytie 17 Hyvinvointikampuksella kabinetissa 1ks

Maarit Honkanen keskiviikkoisin klo 13-14.30

25.2., 26.3. ja 27.5

Hyrylä, Martta-Augusta koti Kievarinkaari 1

Olavi Taipale ja Risto Pietilä

kuukauden toinen perjantai klo 10-11

13.3., 10.4., 8.5

Kellokoski, Kellokosken terveysasema Kuntotaival 2

Maarit Honkanen: torstaisin klo 11.30-12.30

12.2.,12.3., 9.4.,12.5.

Jokela, Jokelan Monitoimitalo Keskustie 20, Köksän takahuone

Maarit Honkanen torstaisin klo 13.00-14.00

12.3., 9.4.

Klaukkala, Klaukkalan kirjaston kokoushuone Vilho

Ari ja Pirjo Haapanen: maanantaisin klo 10.00-11.00

16.2., 16.3., 13.4., 18.5

Rajamäki, Rajamäen kirjasto, os. Kiljavantie 1

Ari ja Pirjo Haapanen: maanantaisin klo 11.45-12.45

16.2., 16.3., 13.4., 18.5

Nurmijärvi, Nurmijärven kunnantalo, Timo huone 4, Keskustie 2 B

Ari ja Pirjo Haapanen: maanantaisin klo 14-15

16.2., 16.3., 13.4., 18.5

Sipoon pääkirjasto, Nikkilä Hiljainen huone os. Pohjoinen koulutie 2

Aija Silenius (service även på svenska) ja Olavi Taipale

torstaisin klo 15.00-16.00 26.2., 26.3., 30.4. ja 28.5.

LÄHIPALVELUTOIMIJOIDEN YHTEYSTIEDOT

Raili Aho Kisapolku 1 A 6, 04200 Kerava, 0400 857357

raili.aho@kolumbus.fi

Ari Haapanen Kerava, 0400 459740

arihaapanen2@gmail.com

Pirjo Haapanen Kerava, 050 4138785

pirjokhaapanen@gmail.com

Aija Silenius Kerava, 044 2449656

aijasilenius.as@gmail.com

Olavi Taipale Kerava Savio, 040 5544026

olavi.taipale@kolumbus.fi

Arja Virolainen Kerava, 050 3221340

arja.virolainen@elisanet.fi

Juhani Virolainen Kerava, 050 3221340

Maarit Honkanen Järvenpää, 040 5020319

maarit.tallgren@gmail.com

Elsa Ketola Näretie 4, 04480 Haarajoki, 040 7252675

elsa.ketola1@gmail.com

Risto Pietilä 0400 580720 rpeti50@gmail.com

MUITA YHTEYSTIETOJA

Kuuloliitto Ilkantie 4, 00400 Helsinki www.kuuloliitto.fi, (09)5803 370
ma klo 9-15

Hyvinkään sairaala Sairaalakatu 1, 05850 Hyvinkää puh.
(019)45874600(-2) / korvapoliiklinikka klo 8-15

HUS - Kuulokeskus, Kasarmikatu 11-13, Helsinki (09) 4717 5030

Kuulo-ja apuväline Oy, Silkkitehtaantie 5 C, 01300 Vantaa, 045 232
7570

Kuuloverkko/Audmet Oy, (09)278 62040

Liikekeskus Saga 1krs. katutaso, Helsingintie 4-8, 04400 Järvenpää

KEVÄTKOKOUS KERAVALLA 14.4.2026 klo 17-18:30.

HUOM! Vain yhdistyksen jäsenille.

Yhdistyksen sääntömääräinen kevätkokous pidetään
Viertolassa Keravalla , Timontie 4.

Kokouksen alussa jaetaan esityslista. Tilassa on
induktiosilmukka.

Kokouksessa on myös kirjoitustulkkauks.

Kahvitarjoilu.
Tervetuloa
hallitus



Meitä kaikkia koskeva luento Keravalla

ti 10.3 klo 13-15 Viertola, Timontie 4

Erja Rappe, asiantuntija Ikäinstituutista, tulee kertomaan millainen on ikä- ja muistiystävällisten asuin- ja viherympäristö. Hän tutkii ympäristöjen merkitystä toimintakyvyn, hyvinvoinnin ja muistisairaiden elämänlaadun tukemisessa.

Ilm 5.3 mennessä Suvi 044 344 6957. Kahvitarjoilu.



TULOSSA!

Vappujatkot 5.5.2026 Mäntymäellä

Kuuloliiton järjestöasiantuntijan esittely

Olen Maarit Honkasola ja työskentelen Kuuloliitossa järjestötoiminnan asiantuntijana. Koulutukseltani olen terveystieteiden maisteri fysioterapian koulutusohjelmasta, mikä antaa vahvan pohjan kuntoutuksen ja terveyden edistämisen kokonaisuuksien ymmärtämiselle. Järjestösektorilla olen työskennellyt pitkään, ja Kuuloliitossa aloitin kesällä 2021 – pian siis viisi vuotta sitten.

Työni Kuuloliitossa keskittyy järjestötoiminnan kehittämiseen, arviointiin ja raportointiin. Osallistun myös Kuule, muista ja voi hyvin -toiminnan kehittämiseen, jossa yhdistetään kuulon, muistin ja mielen hyvinvoinnin teemoja. Tehtäviini kuuluvat erilaisten kehittämishankkeiden koordinointi, tapahtumien ja koulutusten suunnittelu sekä vapaaehtoistoiminnan ja Kuuloliiton paikallisyhdistysten tukeminen erityisesti Uudenmaan ja Kaakkois-Suomen alueilla.

Työhöni kuuluu myös aktiivinen sidosryhmäyhteistyö ja vaikuttamistyö, jonka tavoitteena on edistää kuulovammaisten osallisuutta ja oikeuksia. Luennoin paljon eri kohderyhmille ja vierailen messuilla ja tapahtumissa, jotta mahdollisimman moni löytäisi kiinnostuksen omaan kuuloon, hyvinvointiin ja kuntoutuksen mahdollisuuksiin.

Vaikka pidän kehittämistyöstä, uusista ideoista ja asioiden yhteisestä pohdinnasta, kaikkein eniten nautin ihmisten kohtaamisesta. Työni parhaisiin hetkiin kuuluvat tapaamiset vapaaehtoisten ja aktiivisten yhdistystoimijoiden kanssa.

Arvostan suuresti sitä työtä, jota kuuloyhdistyksissä tehdään meidän kaikkien hyväksi – ja erityisesti sitä vertaistuen voimaa, joka auttaa ihmisiä arjessa ja tuo yhteisöllisyyttä elämään.

TALVIKUULOLLA 1/2026

On ilo toimia Keski-Uudenmaan Kuulon sekä muiden kuuloyhdistysten kanssa ja tehdä yhdessä työtä kuulovammaisten hyvinvoinnin ja yhdenvertaisuuden edistämiseksi. Jos tapaamme tilaisuuksissa, tulethan rohkeasti juttelemaan – olisi mukava tutustua!

maarit.honkasola@kuuloliitto.fi
p. 044 346 9544



Jos haluat ajankohtaista tietoa Kuuloliiton toiminnasta, tilaa itsellesi uutiskirje sähköpostiisi osoitteesta:
<https://www.kuuloliitto.fi/ajankohtaista/uutiskirje/> .

JOS ET OLE VIELÄ JÄSEN

Jäseneksi voit liittyä:

- lähettämällä yhteystiedot jäsenkirjurille (yhteystiedot sivulla)
- täyttämällä lomakkeen yhdistyksen nettisivulla:

www.keskiuudenmaankuulo.fi

Saat liittymisen jälkeen Tervetuloa -postia.

Jäsenmaksu varsinaiselta jäseneltä vuonna 2026 on 25 euroa.

Tarjoamme jäsenillemme mm kuulokojeen käytön ja korvakappaleen huollon ohjausta, edullisia paristoja, tietoa muista apuvälineistä, tietoa kuntoutuksesta, retkiä ja virkistystä.

PARISTOMYYJÄT

Kuulokojen paristoja myyvät kotoa käsin:

KERAVA:

Olavi Taipale

Mäkitie 15 Savio

puh. 040 5544 026

Viertolan päiväkeskuksen toimisto

Timontie 4

puh. 09 274 5540

auki ma - pe klo 10 -13

JÄRVENPÄÄ

Elsa Ketola

Näretie 4 Haarajoki

puh. 040 7252 675

SIPOO

Tellervo Hakkari

Hirvitie 5 Sipoo

puh. 040 540 9957

PARISTOJEN HINNAT

Myynnissä kaikkia kokoja: 13, 312, 675 ja 675i.

Hinta 4€/kiekko (jäsenetu) 7€/kiekko(ei-jäsen)

Muoviletku 30 cm 2€.

Voit maksaa käteisellä tai kortilla.

**Muistathan ottaa jäsenkorttisi mukaasi
ostaessasi paristoja?**

Nyt voit maksaa myös maksukortilla !

**Talvipäivän seisaus on 20.3.
Kevättä kohti mennään!**



Päijänne-risteily 28.5.2026

Laiva: m/s Suomen Neito/ ei ole esteetön.

Laivareitti: Lahden satama-Vesijärvi-Vääksyn kanava-Päijänne ja sieltä palaamme samaa reittiä takaisin satamaan.

Hinta jäseneltä 68 €, muilta 78 €. Sisältää bussimatkan meno/ paluu ja risteilyn sekä buffetlounaan.

Ilmoittautumisen yhteydessä seuraavat tiedot:

nimi

onko jäsen, ei jäsen

pysäkki mistä tulee kyytiin

ruoka-allergia (tuotteet pääasiassa laktoosittomia ja gluteenittomia)

puhelinnumero ja sähköposti

Bussireitti: (Nurmijärvi la-asema)-Jokela juna-asema - Järvenpää Sauhun pysäkki, Alankotie 1, - Hyrylän uimahallin edestä -(Kannisto/ Savio) - Kerava juna-asema - Lahden satamassa noin klo 12.30. Tulettehan pysäkiltä jonka olette ilmoittaneet ja muistakaa olla ajoissa.

Laivaan nousu alkaa klo 12.40. ja lähdemme seilaamaan klo 13.00. Takaisin satamassa ollaan noin klo 17.00.

Maksamalla osallistumismaksun sitoudut ilmoittautumiseen, eikä maksua palauteta peruutustapauksissa. Soita Suvi Laurila 044 344 6957, saat viitenumeron jolla voit maksaa matkan/matkat. Maksu viimeistään 23.4.2026. Ilmoittautumisen yhteydessä saat maksutiedot.





Kuuloliiton kesäpäivät 5.-7.6.2026

Santa's Resort & Spa Sani, Kalajoki

Tule sinäkin Hiekkäsärkille viettämään virkistävää viikonloppua hyvässä porukassa ja upeassa ympäristössä tuttuja tavaten ja uusiin ihmisiin tutustuen!

Ohjelmassa mm. leikkimielisiä kilpailuja ja pelejä. Kylpylän vapaa käyttö sisältyy hintaan.

Majoitushinnat 2 vrk:

2 hh hotelli: 142 €/hlö, 2 h huoneisto: 162 €/hlö

1 hh hotelli: 234 €/hlö. 1 h huoneisto: 254 €/hlö

Ruokailut pe-su ateriapaketti 86 €/hlö

Kuuloliitto järjestää bussikuljetuksen Pk-seudulta Kesäpäiville mikäli riittävästi lähtijöitä saadaan kasaan.

Lisätiedot ja kuljetuksen vuoksi ilmoittautumiset:
maarit.honkasola@kuuloliitto.fi
p. 044 346 9544

PARISTOTARJOUS TOUKOKUUSSA

**Kaikki paristot:
10 €/ kolme kiekkoa**

Taittajan terveiset

Vuodenvaihte toi hieman muutoksia Kuulolla-lehden toimitukseen.

Pitkään lehden taitosta vastannut Kaisa jättäytyi pois lehden taitosta vuodenvaihteessa, ja nyt minulla on taittajan saappaat täytettävänä.

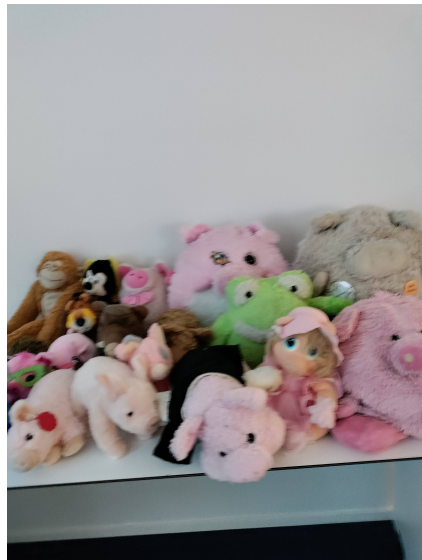
Käytössäni on taitto-ohjelma, jolla on helppo tehdä lehdestä sekä painovalmis aineisto, ja nopeammin netistä ladattava pdf-näköislehti.

Kanssani näissä taittohommissa on yhdistyksemme maskotti, kuulopossu Vanhaherra Nahkapää.

Nahkapää on jo vuodesta 2005 lähtien kierrellyt ympäri Suomen kolmepyöräisen fillarin kyydissä Ystävyyden suurlähettiläänä keräten ympärilleen kokonaisen Possuklaanin.

Touko-/kesäkuun vaihteessa teen klaanin kanssa vuoden ensimmäisen pidemmän Ystävyyden suurlähettiläs-pyöräilykierroksen.

Petri Virolainen



Lähettäjä:
Keski-Uudenmaan
Kuulo ry
Virpitie 1A as 6
04260 Kerava



Painopaikka:

Savion
Kirjapaino Oy