

Hyvinkään **INVALIDIT RY** *70 v.*

Jäsenlehti Syksy 2025



Esteettömyys & Yhdenvertaisuus

Tässä lehdessä muun muassa

- 70v-juhlan muistelua sanoin ja kuvin.
- Kuulumisia Kesäkodilta, kässäkerhosta ja vammaisneuvostosta.
- Kooste vuoden tapahtumista.
- Kikan muistoja Inva-vuosilta.
- Retki Ranskanmaalla.
- Vammainen joka päivä -kolumni.

Mukavia lukuhetkiä!



KIRJAPAINO
jaarli oy

Pukkilantie 2, 14200 TURENKI

Puh. 050 332 0529

www.jaarli.fi

K Rauta

HYVINKÄÄ

Puheenjohtajan kynttilänvalossa

Vuosi 2025 on ollut Hyvinkään Invalidit ry:lle merkityksellinen – olemme saaneet juhlia yhdistyksemme 70-vuotista taivalta yhdessä jäsenten, yhteistyökumppanien ja ystävien kanssa.

Tämä juhluvuosi on antanut mahdollisuuden pysähtyä hetkeksi muistelemaan menneitä, kunnioittamaan edelläkävijöitä ja pohtimaan samalla suuntaa tulevaisuuteen. Olemme vahvistaneet yhteisöllisyyttä, joka on ollut toimintamme sydän alusta asti. Tästä yhdistyksen pitkästä taipaleesta tehtiin historiikki, jota jaettiin 11.10. yhdistyksen 70 v juhliissa Kipinässä. Kuinka tärkeää on tallentaa menneet vuosikymmenet, muistelot, valokuvat ja tärkeät tapahtumat myös tulevien sukupolvien luettavaksi. Jos et ole vielä saanut omaa historiikkia, niin otahan yhteys jäsensihteeri Kirsiin.

Juhlavuotena otettiin käyttöön yhdistykselle oma logo. Olemme toki edelleen Invalidiliiton jäsenyhdistys, niin kuin olemme olleet perustamispäivästä lähtien. Oma logo antaa meille kuitenkin mahdollisuuden erottua ja tulla tunnistetuksi omana toimijana alueellamme. Logon suunnitteli jäsenemme Vivi Virtanen ja se julkaistiin yhdistyksen jäsenillassa 27.2., jolloin oli kulunut tasan 70 vuotta siitä kun yhdistys perustettiin Hyvinkään Raittiustalolla.

Invalidiliiton liittohallitus myönsi yhdistyksemme jäsenille Seija Lehdolle ja Sanna-Kaisa Patjakselle liiton korkeimman huomionosoituksen, *kultaisen ansiopaketin*, heidän toiminnastaan vammaisten ihmisten oikeuksien edistämisestä ja yhdistyksen johtotehtävissä toimimisesta. Liiton toimitusjohtaja Janne Juvakka luovutti kyseiset huomionosoitukset yhdistyksen 70v juhliissa.

Yhdistyksemme kolmelle jäsenelle on liitto aiemmin myöntänyt kyseisen ansiopaketin ja edellisen myöntämisestä ehti kulua 40 vuotta. Aiemmin kultaisen ansiopaketin ovat saaneet; Teuvo Ristivuori 1979, Lilja Ristivuori 1982 ja Sirkka Malmi 1985. Onnittelut ja kiitokset vielä Seijalle ja Sanna-Kaisalle!



Lämmin kiitos teille kaikille, olette olleet mukana tekemässä tästä vuodesta unohtumattoman – niin tapahtumissa, talkoissa kuin arjen kohtaamisissa.

Kiitos myös kaikille tukijoille ja yhteistyökumppaneille, jotka olette kulkeneet rinnallamme. Ilman teitä ei olisi meitä.

Juhluvuosi on päättymässä, mutta työmme jatkuu – sydämellä, yhdessä ja toisiamme tukien. Onnellista uutta vuotta 2026... ja en voi olla vielä toivottamatta - esteetöntä uutta vuotta!

Hyvää loppuvuotta toivottaen,
Eevis

Hyvinkään Invalidit juhlatunnelmissa

Juhlatunnelma oli aistittavassa jo heti Kipinän ovelta asti, kun Hyvinkään Invalidit saapuivat juhlimaan 70-vuotta vanhaa yhdistystään. Iloinen puheensorina täytti juhlasalin. Juhlaa vietettiin lokakuun 11. päivä 2025.

Yhdistyksen **puheenjohtaja Eeva-Liisa Vanhatalo** toivotti kaikki tervetulleeksi. Hän kertoi kuinka helmikuun 27. päivänä vuonna 1955 Siviili- ja asevelvollisuusinvalidien liiton edustaja herra Alho napautti nuijalla pöytään, ja niin Hyvinkään Invalidit ry oli perustettu. Yhdistyksen Historiikkiin 1955–2025 on kerätty 70 vuoden taipaleelta, kuinka esimerkiksi liikunta on kuulunut tärkeänä osana yhdistyksen toimintaan.

“Esteettömyyden ja yhdenvertaisuuden edistäminen on tavoitteemme, näin pyrimme kaikille tasa-arvoiseen elämään.”

- Eeva-Liisa Vanhatalo -

Juhlatunnelmaa loivat Naiskuoro Solina, Hyvinkään Työväen Mieskuoro ja Nuoren Voiman Liiton Hyvinkään Siiven lausujat. Yhteistyökumppaneiden tervehdykset, joissa kaikissa korostettiin yhdessä tehdyn vapaaehtoistyön merkitystä.



Hyvinkään Työväen Mieskuoro.

Hyvinkään kirkkoherra Hanna-Leena Kevätsalo-Vuorio kiitti juhlan lämmintä tunnelmaa ja toivoi yhdistyksen kaltaisia toimijoita seurakuntaansa.

Juhlan moderaattorina toimi sulavasti Teatteri Mansikkapaikan Arto Vedenpää, joka välillä lempeästi haastatteli juhlijointa.

Uusi kutsumisen kulttuuri

Juhlapuheen piti Invalidiliiton **toimitusjohtaja Janne Juvakka**. “Yhteisöllisyyttä tarvitaan. Ilman yhdistyksiä, ei olisi liittoakaan. Yhteinen pitkä toimintamme todistaa, että olemme tehneet jotain oikein.” Janne Juvakka kehotti kuulijoita siirtymään yhdistystoiminnassa kutsumisen kulttuuriin. Pyytää henkilökohtaisesti ihmisiä mukaan!

Vuoden alussa tuli voimaan Vammaispalvelulaki, jonka tulisi turvata kaikille yhdenvertaiset oikeudet. Janne Juvakan mukaan laki olisi hyvä olla punaisena lankana myös invalidiyhdistysten toiminnassa.



Juhlaväkeä kakkukahvilla. Taustalla pyöri vieraiden saapuessa ja kahvituksen aikana video menneiden vuosien tapahtumista.

Hyvinkään kaupungin tervehdyksen toi kulttuuri- ja vapaa-aikajohtaja **Simo Varjonen**. Hän kiitti yhdistystä, jonka vapaaehtoiset auttavat sekä kesäkotitoiminnan että vertaistuen avulla jäseniään.

Puheenjohtaja Eeva-Liisa Vanhatalo kiitti jäseniä ja yhteistyökumppaneita sanoen, että työtä riittää. “Jokainen kohtaaminen ja jokainen yhteistyön hetki rakentaa sitä tulevaisuutta, johon me uskomme.” Juhlan lopussa 90 juhluvierasta sai mukaansa Historiikin.

Teksti ja kuvat: Pirkko Kilpeläinen

Kultaiset ansiopaketit

Invalidiliiton liittohallitus myönsi Kultaiset ansiopaketit ansioituneille jäsenillemme Seija Lehdolle ja Sanna-Kaisa Patjakselle.

Kultaiset ansiopaketit heille ojensi Invalidiliiton toimitusjohtaja Janne Juvakka yhdistyksen 70v-juhlassa.

Seija Lehto on toiminut Hyvinkään Invalidit ry:n hallituksen sihteerinä 8 vuotta ja puheenjohtajana vuoden. Hän liittyi yhdistyksen jäseneksi v. 2005 ja on siitä asti toiminut käsityökerhon aktiivina ja vetäjänä vuodesta 2016. Kerhossa suunnitellaan ja toteutetaan kierrätysmateriaaleja hyödyntäen lahjoituksia ja erilaisia tuotteita toimintarajoitteisille henkilöille.

Sanna-Kaisa Patjas on toiminut muun muassa Invalidiliiton liittovaltuuston jäsenenä 12 vuotta. Hyvinkään vammaisneuvoston puheenjohtajana kahdeksan ja hyvinvointialue Keusoten vammaisneuvoston jäsenenä kaksi vuotta. Patjas on vetänyt Harvinaisia sairauksia sairastavien henkilöiden vertaistukiryhmää syksystä 2017.



Vas. Seija Lehto ja Sanna-Kaisa Patjas.
Kuva Pirkko Kilpeläinen.

Täydet vuosikymmenet yhdistyksen jäseninä olleet:

- 60-vuotta: Björkqvist Mirja, Helenius Markku, Järvinen Olavi.
- 50-vuotta: Kalvas Keijo, Koivula Sylvi, Kokkonen Erkki, Kuoppakangas Heino, Lemmilä Lasse, Linden Marjatta, Paajanen Kalevi, Paavola Kirsti, Renlund Jensine, Tepponen Mauri.
- 40-vuotta: Heikkilä Aulis, Huutoniemi Eeva, Manninen Pirkko, Sutinen Aila.

- 30-vuotta: Hanttu Annikki, Heino Alpo, Järviluoma Timo, Kaihevaara Pekka, Kokko Pentti, Niemi Eero, Niemi Pirkko, Puolakka Outi, Rantakari Heikki, Roine Kaija, Saari Sanna, Salo Eila, Seppänen Seija, Veikkolainen Meeri, Vierinen Tuula, Vuorinen Eine, Väkeväinen Markus, Vänskä Aarre.
- 20-vuotta: Byskov Ulf, Crusell Solveig, Glad Maire-Sylvia, Heikkilä Jaakko, Hukkanen Kristiina, Järvinen Eira, Kiema Marja, Korhonen Mirja, Kunnari Tuula, Lehto Seija, Matikainen Tuula, Mäenpää Vilho, Nivala Tuomo, Nummila Mauno, Oinonen Maija, Puikko Timo, Ratia Juha, Saastamoinen Tomi, Sarja Kari, Sormunen Aarne, Syrjälä Pentti, Takala Tuija, Talja Kirsi, Tervonen Leo, Uusipaavalniemi Marianne, Valli Leila, Vanninen Kristiina, Vartia Helena, Vinberg Marjatta

Lämpimät onnittelut ja kiitos pitkäaikaisesta sitoutumisesta yhdistykseemme!

An advertisement for ADVENTURISTO. At the top is a red mountain logo with the word 'ADVENTURISTO' in bold black letters below it. Underneath the logo is the text 'Erä- ja luontoaiheiset tuotteet ja palvelut'. Below this is a list of services in Finnish, each preceded by a minus sign: 'SOVELTAVA LUONTOLIIKUNTA', 'APUVÄLINEET, RATKAISUT', 'SOVELTAVAN LUONTOLIIKUNNAN OHJAAJAKOULUTUS', 'LUONTOYMPÄRISTÖN ESTEETTÖMYYSKARTOITUKSET', 'ERÄRUOKA; VÄLINEET, TAPAHTUMAT', 'LUONTOHYVINVOINTI, METSÄJOOGA', and 'ÄÄNIRENTOUTUS'. At the bottom of the text section are the website 'www.adveturisto.fi' and email 'risto@adventuristo.fi'. Below the text is a photograph of a wooden dock extending into a calm lake under a blue sky with clouds. A wheelchair is parked on the dock, and a small boat is visible in the distance.

70v-juhlavuoden arpajaiset

Järjestimme juhlavuoden kunniaksi tavara-arpajaiset. Haimme arpajaisluvan poliisilta ja myimme arpoja muun muassa yhdistyksen tapahtumissa, Onnensillan Yhteisökahvilassa, Kesäkodilla ja elokuun Kierrätyspäivässä. Myyntiaika oli 27.2.-30.9.2025. Itä-uudenmaan poliisi suoritti arvonnän ja voittajat julkaisimme 70v-juhlassa.

1. Päävoiton, vuoden kahvit eli 26 pakettia voitti **Risto Karjalainen**.
2. Toisen palkinnon, puolen vuoden kahvit eli 13 pakettia kahvia voitti **Leila Wirén**.
3. Kolmannen palkinnon, viisi pakettia kahvia voitti **Riitta Pirttilahti**.

Paljon Onnea!



Vas. Eeva-Liisa Vanhatalo, Risto Karjalainen, Kirsti Paavola.
Kuva Annika Kyrönseppä.

Yhdistyksen näkyvyyden kehittäminen

Yhdistyksemme täytti 70-vuotta 27.2.2025. Tällöin vietimme Onnensillassa jäseniltaa, herkuttelimme kermakakulla ja nautimme **Arto Vedenpään** musiikkiesityksestä. Illan aikana julkaisimme yhdistyksemme ensimmäisen oman logomme ja uudistetut kotisivumme. Logossa on tänä vuonna lisämerkintä "70v". Jäsenemme **Vivi Virtanen** suunnitteli logon ja toteutti kotisivu-uudistuksen. Kotisivut löytyvät osoitteesta www.hyvinva.fi.



Vivi Virtanen, etualalla, vihreä liivi, esiintyy Naiskuoron Solinan kanssa yhdistyksen 70v-juhlassa.

Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo

Kesän kynnyksellä hankimme. A-standin, roll-upin ja 3 beachflagia, Näillä pyrimme lisäämään yhdistyksen näkyvyyttä. Yksi beachflag on isompi ja se sopii hyvin ulkokäyttöön. Kahta pienempää on helpompi kuljettaa ja käyttää tapahtumissa, myös sisätiloissa.

Vivi Virtanen suunnitteli näiden visuaalisen ulkonäön, joka on samankaltainen kuin yhdistyksen logossa ja kotisivuilla. Suunnittelutyöhön saimme Invalidiliiton kautta STEA-avustusta.



Kuva Kirsti Paavola

Inva-Hurmos

Liikunta ja urheilukilpailut ovat kuuluneet yhdistyksemme toimintaan 70 vuoden ajan. Halusimme nostaa esille liikkuja ja liikuntalajeja, joita yhdistyksessämme on harrastettu ja harrastetaan. Sekä kunnioittaa paralympialaisiin osallistuneita jäseniämme. Syntyi Inva-Hurmos -näyttely, joka toteutettiin Kesäkodille toukokuussa 2025 ja se odottaa siellä tulevia kesiä. Nimi Inva-Hurmos juontuu Hyvinkään kaupunginmuseon Hurmos-näyttelystä, joka esitteli Hyvinkään urheiluhistoriaa.

Nimien ja tulosten ohella esillä Kesäkodin tuvan vitriinissä on kiertopokaaleja. Kansallisella tasolla menestynyt ilma-aseampuja **Tyko Lindell** halusi jättää kaikki voittamansa mitalit Kesäkodille.

Tervetuloa tutustumaan jälleen ensi kesänä!



Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo

Suomen Paralympiakomitea ja Suomen Olympiavoittajat ovat saaneet oikeuden käyttää paralympialiikkeen Agitos-logoa paralympiavoittajien hautakivissä. Vastaava käytäntö on olympiavoittajilla, joiden haudoille voidaan kiinnittää olympiarenkaat.

Agitos-logo on paralympialiikkeen symboli. Kolmesta kaarevasta agitoksesta koostuva logo kuvastaa urheilijoiden liikettä sekä heidän rohkeuttaan, päättäväisyyttään, inspiraatiota ja tasa-arvoa. Urheilijat jatkavat eteenpäin, eivät luovuta.

Yhdistyksen paralympiavoittajista kaksi on kuollut, **Arvo Ståhl** ja **Samuli Kämi**.

Ståhl voitti viestikultaa hiihdossa, luokka IVB, Örensköldvikissä v. 1976 ja Kämi voitti kultaa hiihdossa, luokka LW2, Innsbruckissa v. 1984

Arvo Ståhlin omaiset olemme tavoittaneet ja he ovat kiinnostuneita Agitos-logon kiinnittämisestä Ståhlin hautakiveen. Asiaa etenee, aikataulusta ei ole vielä tietoa.

Jos tunnet tai tiedät Samuli Kämin omaisia, otathan yhteyttä Kirsti Paavolaan p. 040 522 9657, kiitos.

Toimintaa kevät-syksy

Senioribiot

Biorex järjestää jokaisen kuukauden ensimmäisenä keskiviikkona iltapäivisin Senioribio-näytöksen. Näytökseen ei ole ikärajaa, ne soveltuvat kaikille. Niitä esitetään vain kerran kuukaudessa, hinta on normaalihintaa huokeampi ja hintaan sisältyy kahvi tai tee. Jäsenemme saavat lipun vielä edullisemmin jäsenhinnalla, koska katamme osan maksusta Pieni ele -tuotoilla.

Näytökset ovat olleet suosittuja. Jatkamme Senioribioon osallistumista ensi vuonna 2026. Näytös ja esityksen tarkka kellonaika selviävät n. kaksi viikkoa ennen näytöstä. Ensi vuonna osallistumme myös kesäkuun (3.6.) näytökseen. Vuoden 2026 ensimmäinen näytös on 7.1.

Sanois ku osais -lempeää rohkaisua suulliseen ja kirjalliseen ilmaisuun

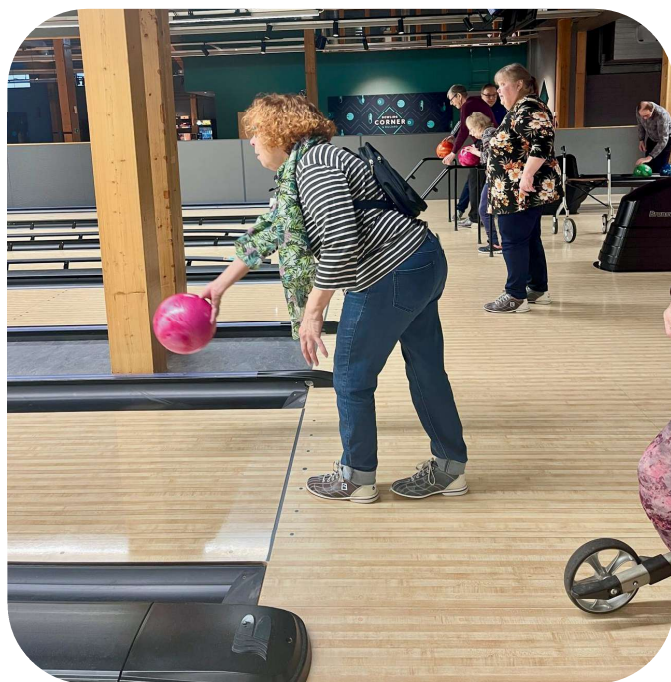


Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo

Pirkko Kilpeläinen on rohkaissut meitä vuoden aikana kaksi kertaa, 13.1. ja 17.2. Olemme saaneet esim. kertoa kolme meille tärkeää sanaa, valita yhden postikortin sekä kirjoittaa ja kertoa valinnan syistä ja mitä kortista näemme. Me jokainen näemme ja koemme asiat eri tavoin, ei ole oikeaa eikä väärää tapaa. Pirkko on rohkaissut meitä ilmaisemaan itseään. RohkaisuiLoissa tunteet on päästetty valloilleen, ilo, kaipuu, suru, kiitollisuus. Muistot ovat nousseet pintaan.

Keilausta

Olimme keilaamassa Nurmijärven Invalidit NURIN ry:n jäsenten kanssa 7.2. Nurmijärven esteettömällä Bowling Corner -keilahallilla.

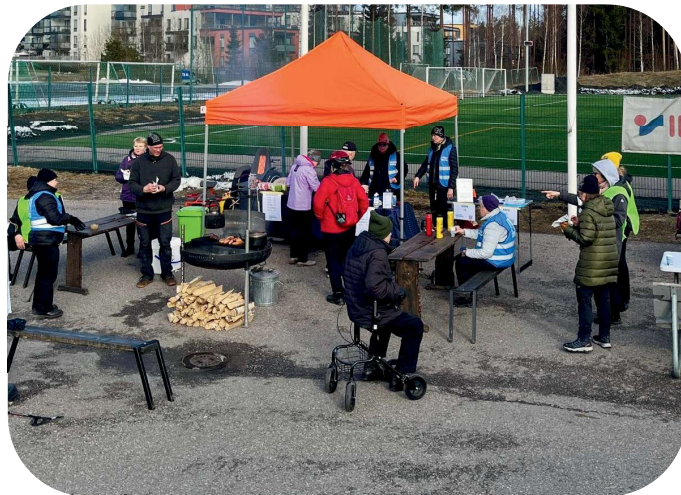


Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo

Ulkoilupäivä 7.3.

Meidän piti järjestää kaikille avoin talvinen ulkoilupäivä Kankurin liikuntapuistossa. Saimme tähän Hyvinkään kaupungin hankeavustusta.

Keväen sää yllätti ja pakotti meitä muuttamaan suunnitelmiamme. Siispä päätimme toteuttaa keväisen ulkoilutapahtuman.



Nokipannukahvi maistuu.

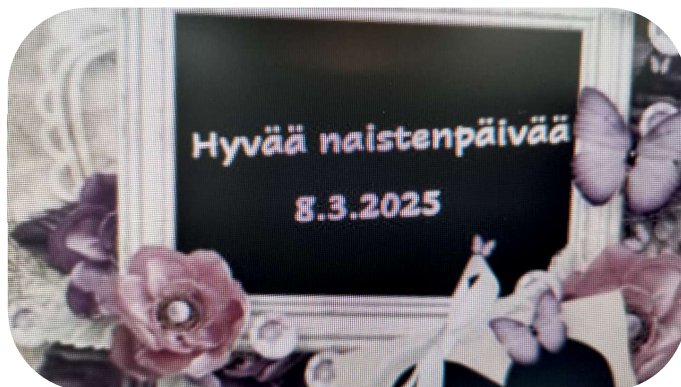
Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo.

Henri Arola /Retkeilykoulu toi paikalle ParaVälineiltä lainaamia maastoliikuntavälineitä ja opasti niiden käytössä. Juha-Pekka Palonen ohjasi ulkona asahia ja Päivi Timonen avusti frisbeen tarkkuusheitossa frisbeekoreihin, jotka saimme lainaksi Hyvinkään kaupungilta.

Risto Karjalainen/Adventuristo keitti meille maistuvat nokipannupannukahvit ja grillasi makkaraa.

Naistenpäivä 8.3.

Järjestimme ensimmäisen kerran Naistenpäivän brunssin Onnensillassa. Tarjolla oli niin suolaisia kuin makeita herkkuja sekä kahvia, teetä ja mehua.



Luento edunvalvontavaltuutuksesta 10.3.

OTM **Jussi-Pekka Hanhela** luennoi meille edunvalvontavaltuutuksesta maaliskuussa, luento oli selkeä ja Jussi-Pekka puhui hyvin käytännönläheisesti.

Jussi-Pekka tulee luennoimaan meille testamentin merkityksestä ja sen laatimisesta maanantaina 1.12. klo 17.



Jussi-Pekka Hanhela.
Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo.

Invalidiliiton koulutusta 20.3.

Invalidiliitto koulutussuunnittelija Auli Tynkkynen koulutti meitä aiheesta Yhdistyksen hyvä henki. Nurmijärven Invalidit NURIN ry:n jäseniä oli kanssamme kouluttautumassa ja keskustelemassa aina ajankohtaisesta aiheesta. Koulutustilana oli Onnensillan Hilma-tila.



Auli Tynkkynen, Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo.

Kake Randelin, 70v-juhlakonsertti 10.4.

Saimme nauttia musiikkilegenda Kake Randelinin 70v-juhlakonsertista Hyvinkääsalissa. Meillä oli mahdollisuus tavata Kake konsertin jälkeen ja annoimme Kakeille kässäkerholaisten neulomat lämpimät villasukat.



Kuva Pirkko Kilpeläinen.

Pieni ele -keräys keväällä 2025

Osallistuimme kunta- ja hyvinvointialuevaalien yhteydessä Pieni ele -keräykseen Kauppakeskus Willan, Kipinä-talon sekä Aseman ja Hyvinkäänkylän koulujen äänestyspaikoilla.

Kirsti "Kikka" Paavola toimi aiempien vuosien tapaan yhdistyksemme yhteyshenkilönä keräyksen osalta. Keräys on mainio tapa kohdata ihmisiä ja tehdä varainhankintaa yhdistykselle. **Lämmin kiitos kaikille vapaaehtoisille kerääjille!**



Kirsti Paavola lipasvahtina Kipinä-talossa.
Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo

Helppo liikkua -tapahtuma 10.5.

Osallistuimme kansalliseen Helppo liikkua-viikkoon ensimmäisen kerran yhteistyössä toisen invalidiyhdistyksen, **Järvenpään seudun Invalidit ry:n** kanssa. Järvenpään kävelykatu Jannella meillä oli esittelypiste, jossa kerroimme esteettömän liikkumisen merkityksestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Järjestimme kaikille soveltuvan jumppatuokion kävelykadulla, ohjaajana oli **Iida Grönroos**. Lisäksi myimme grillimakkaraa.



Jumppatuokio kävelykatu Jannella.

Kuva Markku Korvela.

Kevättalkoot 24.5.

Kesä alkoi perinteisesti kevättalkoilla. Siivosimme yhteistyössä Kesäkodin sisältä ja ulkoa kesäkuuntoon.



Työnjaolla. Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo.

Avajaiset 31.5.

Viikon kuluttua kevättalkoista vietimme avajaisia. Puheenjohtajan tervehdys, lipunnosto kera lippulaulun ja Hyvinkään Työväen Mieskuoron esitykset aloittivat kesäkauden.

Kauden ensimmäinen grillimakkara Usminjärven rannalla kuuluu asiaan.

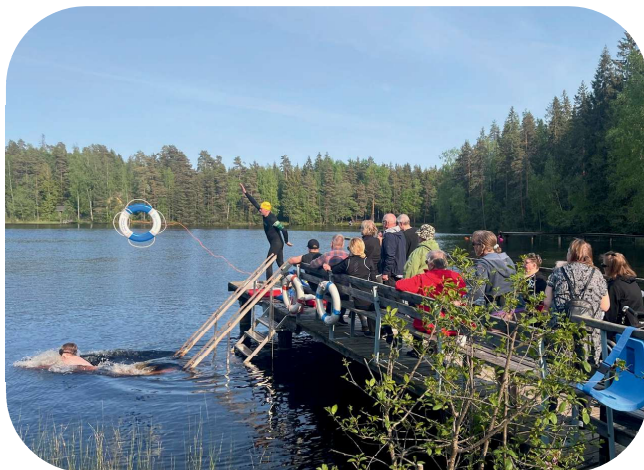


Yleisö seuraa lipunnostoa.

Kuva Pirkko Kilpeläinen.

Hengenpelastusta ja sydäniskurin käyttöä 4.6.

Kesän alussa **Teemu Jokelainen** Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto SUH:ista koulutti meitä sydäniskurin käytössä sekä hengenpelastuksessa, saimme käytännössä harjoitella näitä taitoja. Sydäniskurin hankimme Kesäkodille Hyvinkään kaupungin avustuksella.



Kouluttaja Teemu Jokelainen heittää pelastusrenkaan veden varassa olevalle henkilölle.

Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo.

Liikunnallinen lauantai 7.6.

Vietimme liikunnallista (ja viileää) lauantaita 7.6. meloen, sup-lautailen, tonkkumin heitossa kisailen, saunoen ja uiden. Tälläkin kertaa Risto Karjalainen Adventuristosta toi Kesäkodille melontavälineet ja toimi kipparina meille vasta-alkajille. Risto toi mukanaan grillipohjan, jossa paistui maistuvat makkarat ja kiehui aito nokkapannukahvi. Lämmitti mukavasti.



Iloinen porukka lähdössä Usminjärvelle melomaan.
Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo.

Naapurit kylässä 11.6.

Saimme naapuriyhdistysten jäseniä vieraiksemme Kesäkodille 11.6. Sää ei meitä suosinut, mutta sopusuhteinen antoi sijaa, kun pakkauduimme tupaan. Juha-Pekka Palosen rennon letkeällä opastuksella ”puhdistimme hiekat niskasta” eli venyttelimme niskan aluetta. Tarkoitus oli kokeilla asahia ulkona Manun Areenalla eli liikuntakentällä, mutta jatkuva sade siirsi meidät sisätiloihin.

Iloinen puheensorina täytti tuvan. Maarit-emäntä hemmotteli meitä keitolla ja kahvilla. Perinteiset arpajaiset järjestettiin, totta kai. Kesätyöntekijämme Liina avusti voittojen jaossa. Aina ilo tavata naapureita!



Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo.

Kesäduuni OP:n piikkiin

Lukiolainen Liina Rauta (16 v.) haki kesäduunia Hyvinkään Invalidit ry:ltä. Hän tahtoi työpaikan, jossa tapaa ihmisiä ja työ olisi merkityksellistä. Liina Raudan työpaikkahaastattelu meni hyvin yhdistyksen puheenjohtaja Eeva-Liisa Vanhatalon ja Kesäkotivastaava Juhani Timosen kanssa, jokaisen toiveet toteutuivat.

Eeva-Liisa kertoi, että yksi syy Liinan valintaan oli se, kun hän oli sanonut työtehtävät kuultuaan: ”Kuulostaa siltä, että voisin tulla sinne vapaaehtoiseksi. Tämä kertoo jo paljon hakijasta.”

Kesäkuun alussa Liina pyöräili Hyvinkäältä yhdistyksen Kesäkodille Usminjärven rantaan. Siellä yhdistyksen jäsenet viettävät vapaa-aikaa, saunovat, uivat ja liikkuvat luonnossa.

Kesäkodin emännän Maaritin ohjauksessa Liina auttoi kahden viikon ajan. Hänen toiveenaan oli, että työstä jää hyvät muistot, saa tutustua uusiin ihmisiin ja olisi kivaa. Työpäivät olivat kuusi tuntia kerrallaan, 4–6 päivänä viikossa.

Työpäivät Kesäkodilla menivät Maaritin kanssa keittiöhommissa. Viikkojen aikana opittiin lisäksi yhdessä mm. vesillä liikkumista ja hengenpelastusta. Parasta oli kesäinen luonto, ihmiset ja tuntuva yhteisöllisyys.

Tuliko opittua mitään? ”Työ kannattaa tehdä aina parhaan taitonsa mukaan. Sain hyvän työkokemuksen, kiitos siitä OP:lle ja yhdistykselle,” Liina Rauta sanoi, ”täytyy tässä vielä miettiä, mitä tekisi isona.”

Teksti Pirkko Kilpeläinen

Juhannus 20.6.

Lippua nostamassa juhannuksena Markku, Korvela ja takana Kikka Paavola.



Kuva Sami Matikainen.

Kesätöitä 500 nuorelle OP Uusimaan piikkiin
OP Uusimaa mahdollistaa vuosittain kesätyön 500 nuorelle Uudenmaan alueen yhdistyksissä.

Kesäduuni OP:n piikkiin -kampanjaan etsitään mukaan yleishyödyllisiä yhdistyksiä ja seuroja, jotka voisivat kesän aikana tarjota 15–17-vuotiaille nuorille kesätyötä. Kampanjaan mukaan lähtevä yhdistys tarjoaa nuorelle työpaikan vähintään kahden viikon ajaksi, ja OP Uusimaa lahjoittaa nuoren palkan yhdistykselle.

Kivien maalausta 12.7.

Kiviä maalattiin heinäkuussa Kesäkodilla.



Duo Kaunis valhe 15.7.

Duo Kaunis valhe (Liisa Sunila, sopraano, piano ja Olli Yli-Harja, haitari ja baritoni) esiintyi Kesäkodilla heinäkuussa.



Kuva Olli Yli-Harjan
arkisto.

Lähijunalla Hankoon 25.7.

VR tarjosi kuukauden ajan mahdollisuuden matkustaa junalla Riihimäeltä Hankoon ilman vaihtoja ja esteettömällä junakalustolla. Junaan saattoi nousta Hyvinkään rautatiemuseolta, mutta tämä seisake ei ole esteetön. Olimme matkalla 15 henkilön ryhmällä, joista osa nousi junaan Riihimäen asemalta.

Harmiksemme junaan oli myyty liikaa lippuja ja osa joutui seisomaan koko matkan ajan. Onneksemme päivä Hangossa oli upea ja aurinko paistoi.



Uimaranta Hangossa.

Huovutusta 31.7.

Kässäkerhon aktiivit **Anneli ja Seija** järjestivät jo perinteeksi muodostuneen huovutuspäivän Kesäkodilla. Huovutusvilla ja -tarvikkeet, opastus ja kahvi sisältyvät pieneen materiaalimaksuun. Ja tietenkin hyvä seura!



Huovutettuja taidonnäytteitä.

Kuva Sirkka Heikkilä

Kesäteatterissa 3.8.

Käynti kesäteatterissa kuuluu yhdistyksemme kesään. Tänäkin vuonna nautimme Teatteri Päivölän esityksestä Nuoren opettajattaren varaventtiili. Nauruhermoja kutitteleva näytös sisälsi paljon musiikkia, hauskoja sattumuksia ja romantiikkaa vanhaan Suomi filmi -malliin

Helmiaskartelua 5.8.

Helmiaskartelimme Kesäkodilla elokuun alussa. Kuvassa näkyy osa tuotoksista.



Kuva Sirkka Heikkilä.



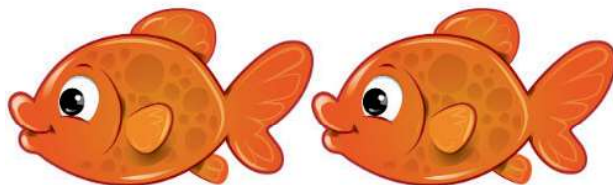
Ohjaaja Juha-Pekka Palonen ja erilaisia äänimaljoja sekä soittimia.

Kuva Pirkko Kilpeläinen.

Sointukylpy 23.8.

Sointukylpy- eli äänimaljarentoutusta saimme kokeilla Juha-Pekka Palosen ohjaamana. Rentoutuminen oli mahdollista istuen tai lattialla peiton alla pötkötellen.

Lopussa oli viiden minuutin hiljaisuus. Nukahtaminen on täysin normaalia, Ihanan rentoutunut olo mahdollista.



Kalakisat 27.8.

Perinteikkäissä kalakisoissa kilpailtiin tänä kesänä kalojen määrässä, ei painossa. Jaetulle ensimmäiselle sijalle sijoittuivat **Jussi ja Matti**, molemmat miehet saivat kolme kalaa. Onnea!

Päättäjäiset 30.8.

Päättäjäisissä kisasimme tonkkumin heitossa, Hannele voitti loistavalla tuloksella 7/12. Onnea! **Sampo Lavikka** viihdytti meitä haitarinsoitollaan.



Sampo ja haitari. Kuva Eeva-Liisa Vanhatalo.

Syystalkoot 6.9.

Syystalkoissa yhteisvoimin siistimme Kesäkodin odottamaan talvea ja talviunta.

Ensi kesänä tavataan taas!



Emännät Kesäkodilla

Tänä kesänä Kesäkodilla toimi ilonamme viisi emäntää, Maarit Hakala, Sirkka Heikkilä, Raija Lepistö, Tuula Niemimaa ja Paula Tähkä. Jokainen toimi emäntänä itselleen sopivan ajanjakson. Emäntä on Kesäkodin sydän. Hän häärii keittiössä, pitää kahvion avoinna sovittuina päivinä, huolehtii saunamaksuista ja alueen siisteydestä sekä ottaa vastaan mökkien vuokralaiset. Tapahtumapäivinä emännällä luonnollisesti on eniten työtä. Tapahtumat tuovat myös vaihtelua ja uusia kävijöitä. Kesäkotivastaava Juhani "Jussi" Timonen auttaa erilaisissa teknisissä asioissa. Emäntien ja Jussin mutkaton yhteistyö on tärkeää. Saunapuita pilkkovat monet kävijät ja mökkiläiset, samoin saunanlämmityksen hoitavat usein saunojat.

Emäntiä/isäntiä toivomme myös tuleville kesille. Isompien remonttien tekoon kaipaamme jatkuvasti tekijöitä. Myös pienempiä tehtäviä on tarjolla, jokainen voi osallistua kykyjensä ja voimiensa mukaan. Tervetuloa!

Kiitos Maarit, Paula, Raija, Sirkka, Tuula ja kaikki vapaaehtoiset!



Kuvat Pirkko Kilpeläinen ja Eeva-Liisa Vanhatalo

Syksyn toimintaa

Invalidiliiton Järjestöpäivät 27.-28.9.

Vuosittain järjestettävillä Järjestöpäivillä paneuduttiin lauantaina liiton strategiaan vuosille 2026-2029. Tähän saattoi osallistua myös etäyhteydellä.

Sunnuntaina tutustuttiin Elinvoimaiset alueet -työryhmän kokeiluihin vuoden aikana. Etelä-Suomen alueella on kokeiltu luentojen lähettämistä ja seuraamista verkon kautta. Pohjanmaalla oli järjestetty esteetön luontotapahtuma ja Lounais-Suomessa perhetapaaminen. Lopuksi pohdittiin alueittain konkreettisia toimintoja kevätkaudelle 2026. Me eteläsuomalaiset toivomme koulutusta varautumisesta ja pelastautumisesta.

Vanhustenviikon Yhdistysesittely 10.10.

Vanhustenviikon perjantaina 10.10. HyvY järjesti Citymarketin edustalla yhdistyksille mahdollisuuden esitellä toimintaansa. Olimme paikalla esittelemässä yhdistystä ja samalla myimme kassäkerhon valmistamia tuotteita.

Lasse Hoikka & Souvarit -70v juhlakonsertti 1.11.

Lasse Hoikka & Souvarit ovat tänä vuonna YHDESSÄ MATKATAAN! -konserttikiertueella. Nautimme heidän musiikistaan Hyvinkäällä.



Lasse Hoikka. Kuva Maarit Hakala.

Apuvälinemessut 7.11.

Apuvälinemessut järjestetään joka toinen vuosi marraskuun alussa Tampereen Messu- ja Urheilukeskuksessa. Osallistuimme messuille yhdessä Omaishoitajat ry:n ja muutamien muiden yhdistysten kanssa. Matkan teimme Ventoniemen esteettömällä, nosturilla varustetulla linja-autolla. Messuilla oli tarjolla monenlaista tietoa ja paljon nähtävää. Luontoliikunta oli hyvin esillä, sähkömopoja ja -pyörätuoleja moni jäi kaipaamaan. Aina yhtä mukavaa on tavata tuttuja ja vaihtaa kuulumisia messujen lomassa.

Toimintaa loppuvuonna 2025

- Ke 12.11. klo 16:30-18:30 Joulukorttiaskartelua, Onnensilta.
- Su 16.11. klo 16 Teatteri Päivölä: Tuplapotku, Studio Villatehdas.
- Ke 19.11. klo 17:30 Kv miestenpäivän tapaaminen, Onnensilta.
- Su 23.11. klo 13 Sääntömääräinen syyskokous, Onnensilta.
- Ma 1.12. klo 17-18:30 Testamentti-luento, luennoitsijana OTM Jussi-Pekka Hanhela. Pääkirjasto.
- Ke 3.12. klo 14-16 Kv vammaisten päivä, Keusoten vastaava sosiaaliohjaaja Elina Halonen luennoi teemasta Muuttuvayasosiaaliturva – taloudellinen tasapaino. Pääkirjasto.
- To 4.12. klo 14-17 Joulujuhla, lounasravintola Munckinkulma.
- La 13.12. klo 10-14 Joulumyyjäiset Villan Joulu -tapahtuman yhteydessä, Onnensillan alakerta.
- Pe - la 19. - 20.12. Joulumyyjäiset, Citymarketin edusta kauppakeskus Willa.

Joulumyyjäisissä on myynnissä kassäkerhon valmistamia käsitöitä sekä leivonnaisia. Lisäksi järjestämme arpajaiset.

Toimintaryhmät

Asahi

Asahi - terveysliikunta on monipuolinen ja monitasoinen terveysliikunnan muoto, joka ennaltaehkäisee ja hoitaa tehokkaasti tyypillisiä nykyihmisen vaivoja. Lähtökohta on ihminen ja hänen yleisimmät vaivansa. Asahin liikesarjat vaikuttavat ihmisen koko kehon alueella niitä hellävaraisesti avaten, venyttäen ja hoitaen.

Lähde /www.asahi.pro.fi

Keväällä Juha-Pekka Palonen ohjasi meille asahia muutamia kertoja Lepovillan ja Mäntykodon kuntosaleilla sekä kesällä Kesäkodilla ulkona terassilla.

Syyskaudella harrastimme asahia viikottain kolmen kuukauden ajan Lepovillan kuntosalilla Juha-Pekan ohjaamana. Asahi-jakso toteutettiin yhteistyössä Uudenmaan munuais- ja maksayhdistys UUMU ry:n kanssa. Saimme tähän Paralympiakomitealta avustusta, koska molemmat yhdistykset ovat Paralympiakomitean jäseniä. Asahi jatkuu tammikuussa 2026.

Boccia

Boccia on yksi liikuntavammaisten henkilöiden suosituimpia harraste- ja kilpaurheilulajeja Suomessa. Laji vaatii hyvää tarkkuutta ja keskittymiskykyä. Bocciaa pelataan omilla pohjoismaiden säännöillä, jotka ovat kansainvälisen lajiliiton säännöistä muokattuja sääntöjä. Kotimaassa bocciaa voivat pelata myös näkövammaiset henkilöt. Suomessa bocciaa pelataan SM-kilpailuissa ja lukuisissa vuosittaisissa paikallisyhdistysten järjestämissä turnauksissa ympäri Suomea. SM-tasolla bocciaa pelataan ulkona ja sisällä henkilökohtaisessa ja parikilpailussa.

lähde paraurheilu.fi.

Olemme pelanneet bocciaa vuosikymmeniä ja kilpailleet siinä aktiivisesti, 6 kaupungin boccia-kisat on joka vuotinen kisatapahtuma, tänä vuonna kisattiin Karkkilassa helmikuussa. Joukkueemme Mauno Nummila, Raimo Parviainen, Juhani Suvanto voitti kisan. **Paljon onnea!**

Tällä hetkellä bocciaa pelataan lauantaisin Hyrian Kauppalankadun kampuksella. Ohjaajana toimii **Juhani Suvanto.**

Sisäcurling

Sisäcurlingin peli-idea on sama kuin jäällä pelattavassa curlingissa: curling-kiviä liikutetaan kohti maalimattoa mahdollisimman lähelle maton keskustaa. Peli harjoittaa muun muassa suunnan ja etäisyyksien hahmottamista, voiman säätelyä, tarkkuutta ja motoriikkaa.

lähde: paralympia.fi



Harvinaisia sairauksia sairastavien henkilöiden vertaistukiryhmä

Meillä Suomessa on arvioitu olevan 400 000 jotain harvinaista sairautta sairastavaa ihmistä. Heistä usea on myös kaupunkimme alueella. Osa heistä on saanut oireilleen diagnoosin ja se mahdollistaa usein sairauden tai oireiden mukaisen hoidon. Mutta on myös paljon ihmisiä, jotka kipuilevat ns. outojen oireiden kanssa tietämättä, mikä heitä vaivaa. Diagnoosin saaneet ja sitä ilman olevat henkilöt ovat usein voimattomia oireidensa kanssa ja kaipaavat keskusteluapua muiden vertaistensa kanssa.

Hyvinkään Invalideilla on jokaisen kuun toisena maanantaina klo 15-17 vertaistukitapaaminen Onnensillassa. Näistä ilmoitetaan myös Aamupostin seurapalstalla. Jokaisella tapaamisella on jokin ennalta sovittu teema ja tarvittaessa niihin on tarjolla alustus. Mukana on myös ulkopuolisia asiantuntijaluennoitsijoita. Ryhmän tärkein tehtävä on käydä luottamuksellista, vapaata keskustelua. Tapaaminen on avoin kaikille harvinaista sairautta sairastaville ja heille jotka haluavat saada vertaistukea oireidensa kanssa. Tapaamisia vetää kokemustoimija ja vertaistukiryhmän vetäjä Sanna-Kaisa Patjas.

Teksti Sanna-Kaisa Patjas

Istumalentopallo

Olisitko kiinnostunut istumalentopallon pelaamisesta? Muutaman vuoden jälkeen voisimme aloittaa pelit uudelleen. Jäsenemme Timo on halukas vetämään ryhmää ja verkko yms. löytyy. Jos kiinnostuit, otathan yhteyttä.

Jouluvalmisteluja

Jouluvalmisteluja-ryhmä toimi tämän syksyn ajan ja kokoontui kerran viikossa Onnensillassa. Ryhmässä jokainen osallistuja sai neuloa, virkata, askarrella jne. omien toiveidensa mukaisesti. Ryhmässä jaettiin ideoita ja opittiin muilta. Ryhmän vetäjinä toimivat **Maarit Hakala** ja **Maria Ojala-Vesteri**.

Kuntosalit

Kuntosalitoimintaa meillä on ollut vuosikymmeniä. Tällä hetkellä kuntoilemme Lepovillan ja Mäntykodon palvelutalojen kuntosaleilla, kummassakin kaksi kertaa viikossa. Saleilla ei ole vakituista ohjaajaa, vetäjät auttavat tarvittaessa esim. laitteiden säätöjen kanssa. Lepovillan kuntosalilla vetäjänä toimii **Päivi Timonen** ja Mäntykodossa **Terttu Setälä**.

Onnensillan Yhteisökahvila

Kohtaamispaikka Onnensillan Yhteisökahvila on avoinna ma-to klo 10-14. Kahvilaa pyörittävät vapaaehtoiset yhdistykset ja he saavat kahvilan nettotuoton itselleen. Toimimme ”kahvikaisoina” joka maanantai. Leivomme ja paistamme, keitämme kahvia, myymme ja tarjoilemme, loppusiistimistä unohtamatta. Tärkeä osa työtä on ihmisten kohtaaminen ja rupattelu heidän kanssaan. Tämä on mukava tapa tehdä yhdistystä tutuksi ja samalla kartuttaa yhdistyksen kassaa. Tällä hetkellä kahvilassa toimivat Kirsi, Maarit, SirkkaH ja TuulaN.



Käsityökerho

Kerho kokoontuu torstaisin klo 13-15:30

Onnensillassa ja vetäjänä toimii **Seija Lehto**.



APTEEKKI
HYVINKÄÄN YKKÖSAPTEEKKI

Aukioloajat:
ma-pe klo 8 - 20
la klo 8.30 - 18
su klo 11 - 18

Puh. 019 452 902 • www.hyvinkaanykkosapteekki.fi
Hämeenkatu 9 (Citymarketin aula), 05800 Hyvinkää

Kuulumisia käsityökerhosta

Sattuipa sopivasti, kun Laurean sosiaalipuolen opiskelijat halusivat tulla haastattelemaan meitä kässäkerholaisia ryhmän tarpeellisuudesta henkisen hyvinvoinnin kannalta.

Kaksi reipasta opiskelijaa saapui paikalle 16.10. aloittaen tilaisuuden leppoisasti jutellen. Kysymykset kässäkerhon olemassaolon tarpeesta, hyödyistä ja haittapuolista sai kerholaiset vastailemaan oman näkemyksensä mukaan.

Samalla itsellemmekin vahvistui kerhon tärkeys henkiselle hyvinvoinnille. Teemme paljon käsitöitä omien myyjäisten lisäksi myös hyväntekeväisyyteen, mikä tuntuu mielekkäältä ja tarpeelliselta. Kohteina ovat mm. Hyvinkään sairaalan lastenosasto, palvelutalot sekä Hope ry. Hyvänä puolena pidämme sitä, että saamme jo valtaosan materiaaleista lahjoituksina.

Hankaluuksista mainittiin nykyisen kokoontumistilamme puutteet esteettömyydessä, erilaiset Sote-kuljetushankaluudet sekä vähäiset inva-pysäköintipaikat. Niistä huolimatta, kaikki pitivät kässäkerhoa hyvin tärkeänä. Pysyvää, esteetöntä kokoontumispaikkaa odotellaan innokkaasti käsitöitä tehden.

Teksti Seija Lehto



Kässäkerholaisten yhteistyönä valmistama pylväspeitto Onnensiltaan. Kuva Heidi Kokko.

Kuulumiset Hyvinkään Vammaisneuvostosta

Hyvinkään vammaisneuvosto kaudelle 2025-2029 valittiin tuossa kesän aikana, matka sinne oli kyllä pitkä ja ehkä kivinenkin. Keväällä pääsimme taistelemaan neuvoston olemassaolon puolesta, kun kaupunki halusi yhdistää vammais- ja vanhusneuvoston yhdeksi kokonaisuudeksi. Vastaavaa liikehdintää on tapahtunut paljon muuallakin Suomessa.

Onneksi kuitenkin hyvän valmistelun, vaikuttamisen ja tuen avulla saimme päätöksen kumoon ja selvisimme tilanteesta vahvempina, saimme jopa kaupunginhallituksen edustajan neuvoston kokouksiin, joka oli iso voitto meille!

Näin ollen, esteettömyys ja osallisuus ovat jatkossakin Hyvinkään vammaisneuvoston työn ytimessä. Jokaisella tulee olla oikeus liikkua ja toimia omalla tavallaan, turvallisesti ja itsenäisesti.

Hyvinkäällä on otettu askeleita esteettömyyden parantamiseksi, mutta haasteita riittää edelleen, erityisesti liikenteen ja pysäkkien saavutettavuudessa. Palvelubussit ja avuliaat kuljettajat ovat hyvä esimerkki siitä, miten pienillä teoilla voidaan lisätä yhdenvertaisuutta arjessa.

Vammaisneuvosto haluaa tuoda nämä asiat esiin ja varmistaa, että esteettömyys huomioidaan kaikessa kaupungin päätöksenteossa. Vammaiset eivät ole vain tuen kohteita, vaan aktiivisia toimijoita ja tasavertaisia kaupunkilaisia. Kun esteettömyys on yhteinen tavoite, Hyvinkäältä tulee kaupunki, jossa kaikilla on hyvä elää ja liikkua.

Teksti Sami Matikainen



Kikan muistelmia

Ensikohtaamiseni invalideihin oli 9-vuotiaana, kun sain kutsun Hyvinkään invalidien tapahtumaan. Innostuin kovin. Äitini pyysi alakerran tyttöä lähtemään kanssani. Tapaaminen oli Musiikkitalon takapihalla ja siitä oli kuva paikallisessa sanomalehdessä. Juttu kuvineen leikattiin talteen.

Vuodet vierivät. Kesällä 1974 ystävättäreni Lempiäisen Marketta (Marke) sai lievän halvauksen. Kerran työnnyimme Invalidien kerhoon mukaan ja liityimme jäseniksi. Seuraavana kesänä oli retkeilypäivät Rovaniemellä. Lähdimme innolla mukaan yöjunalla yötöntä yötä ihmettelemään. Kerholla kävimme säännöllisesti, ammattikouluaiikani Helsingissä oli taukoa. Kotiuduttuani aloimme jälleen osallistumaan. Kymmenkunta vuotta joka kesä retkeiltiin eri puolilla Suomea. Milloin junalla, milloin bussilla. Majoituimme aina kouluille ja yhteisillanvietot olivat meidän kohde.

Usmissa kävimme fillareilla. Kaupungin rannan laiturilla vilkutettiin, että tultais ”omalle” rannalle. Yhteys toimi veneellä, koska Invalidien rantaan ei ollut ajotietä. Kerran haimme kaupungin rannasta Montosen Ekin. Minä varustauduin uikkareiden kanssa matkaan. Ekin soutaessa uin takaisin omalle puolelle. Mistä lie Eki oli napannut päivänkakkaran ja rannassa ojensi sen mulle 😊.

Talvisin Invalideilla oli uimalassa uintivuoro yhdessä Sotainvalidien kanssa sunnuntaisin ennen yleistä vuoroa. Pukutilana oli ryhmäpukuhuone, pojat olivat oven takana. Kun toimin jäsensihteerinä 80-luvulla, porukat saattoivat suorittaa jäsenmaksut uimalassa oven all. Jäsenkirjeetkin saattoivat kulkea samaa reittiä. Kaikki olivat tyytyväisiä

Uiminen oli kivaa, Puheenjohtajamme Ristivuoren Teuvo noteerasi räpiköintini ja hokutteli kisoihin. En heti ollut innostunut. Mutta kerran totesin ”et ok, ettepähän toiste pyydä, kun kerran möhlin”. Kisat olivat SM-tasoa ja eivät jääneet viimeisiksi. Kerran olin jopa mukana viestijoukkueessa. Kuuluttaja ilmoitti, että Hyvinkään joukkue on tulossa maaliin viimeisenä. Sanoimme, ettei vielä, yksi on uimatta. Vuosien saatossa luokitukset ja matkat muuttuivat. Monelle nuo muutokset merkitsivät, ettei ollut enää kiva lähteä mukaan. Kisat olivat aikoinaan myös kuntoilutapahtumia, eivät totista kilpailua. ”Pääasia, että osallistuu”, oli motto tuohon aikaan.

Hiihdeltiin Marken kanssa lentokentän maisemissa. Kerroimme tästä kerhossa, niin Teuvo pyysi meitä mukaan Usmiin 5km hiihtoon. Ei kun sukset autoon ja kaupungin rantaan, josta kulki latu järven yli. Joku oli nro 52 saappaissa mennyt latua pitkin ja puhkonut siihen reikiä. Arvatkaa, että olin joka reiän kohdalla kumossa. Sitä katsellessa Teuvo teki ratkaisun, ”sun sarja on 3km”. Siis meidät otettiin mukaan kisoihin Karstulaan. Mukana oli paljon kannustajia. Markelle kerta jäi ainoaksi, minä olin useammankin kerran mukana.

Useita urheilulajeja tuli kokeiltua. Kesällä heitimme urheilukentällä bocciaa, keihästä, linko- ja kuntopalloa sekä työnsimme kuulaa. Minun laji oli keihäs, heitettiin tarkkuutta. Usmissa harjoiteltiin ahkerasti. Heitettiin myös rengasta ja tikkaa. Tikka oli 6-kaupungin kisojen kesälaji, boccia talvilaji.

Hyvinkää taisi olla alkuunpaneva yhdistys. Vantaan kanssa kisasimme pinnakisoissa. Talvella vantaalaiset kävivät hiihtämässä Usmissa ja kesällä hyvinkääläiset pelasivat bocciaa Markkulassa, Vantaan Invalidien toimipisteessä.

Ilma-aseharjoituksia pidimme Hämeenkadun koulun aulassa. Ensin ripustimme taulut naulakoihin ja viritimme valot kohdilleen. Monet vuodet kerkesin siellä ammuskella. Lopulta siirryimme kaupungintalon alakertaan oikealle ampumaradale. Mekanismilla saattoi kutsua taulun tarkasteltavaksi.



Ammuntaharjoitukset Hämeenkadon koulun aulassa.
Vas. Alpo Jussila, Jalo Pöyhönen, Urpo Ruoskanen ja
Kalle Jurkko.

Kuva Kirsti Paavola.

Johtokunta oli myös urheilujaosto ja erittäin aktiivinen Suomen Invalidien Urheiluliitto SIUn lajeissa.

Käsityökerholla kävin pitkään ja myyjäisiin väkersin pitsiliinoja. Kerho kokoontui tuolloin Aseman kivikoulun kellarikerroksessa. Sinne ei ollut kovinkaan esteetön reitti. Oli alamäkeä ja portaita, Kerran esittelimme esteellisyyttä kaupungin viskaaleille, Taidettiinpa laittaa juttu lehteen. Tempauksen jälkeen päästiin Jussintorin kerhohuoneelle pitämään istumajumppaa, kerhoja ja kokouksia. Käsityökerho muutti Kehräjänskadulle.

Pikkujouluja järjestettiin Järjestötalolla. Pääsin joulupukin apulaiseksi, tontuksi. Tossuina kernipohja-aamutossut, joilla ei pysynyt pystyssä lumessa. Ensin pukki kantoi lahjasäkin ovelle ja sitten luistelevan tontun. Huvitoimikunta oli harjoitellut kuvaelmia pikkujouluihin.

Teimme 1980-luvulla Hyvösen Pirkitan eli Piitan kanssa muutamia Hyvinkään Invalidien tiedotuslehtiä. Minä olin kuskina, Piita kuvaajana ja nuorisajaosto sai tuoton. Hankittiin yhdistykselle pyörätuoli. Aktiivisinta aikaani kesti vuoteen 1995 asti. Koska toiminta oli pitkälti päivisin, niin ehdin työmaalleni Hyvinkään Sanomiin klo 18. Työ Sanomissa loppui elokuussa 1995 ja siirryin päivätyöhön Helsinkiin Polioinvalidien jäsensihteeriksi.

Liki kaikki urheilukisat ja retkeilypäivät olivat hiipuneet, Kisat olivat muuttuneet totisiksi, ei enää "turisteille". Ilma-asekisoja vielä järjestettiin, sitten ampujatkkin loppuivat.

Aika monessa olen mukana ollut ja tarjonnasta nauttinut. Nyt olen eläkkeellä, mutta vielä muutamana päivänä viikosta kurvailen Hesaan Poliojärjestöjen väkeä ahdistelemaan.

Hyvää joulunodotusta toivottaa Kikka

Vammainen joka päivä

En koskaan elämäni aikana tule heräämään niin, etten olisi vammainen.

Ajatus iski minuun kuin asteroidi. Olin noin kymmenvuotias, kun minulle alkoi hahmottua, mitä se tarkoittaa, että minulla on perinnöllinen sairaus, joka aiheuttaa alaraajojen heikkenemistä. Saan vieläkin kiinni oivallukseni liepeistä; olin kuin olisin katsonut pohjattomaan kaivoon tai äärettömään avaruuteen. Vammainen. Aina. Ihan joka päivä.

Tunsin suurta surua, ja tunnen sitä tänäänkin, vaikka se onkin muuttanut muotoaan. Edessä oleva aikakaan ei tunnu enää mittaamattoman pitkältä, vaan lähinnä pienenevältä polulta. Etenevä sairaus ei ole parasta mahdollista matkaseuraa ikääntymisen tiellä. Pysynkö edes tiellä? Entä jos kaatua kupsahdan? Ojentaako yhteiskunta enää auttavaa kättään? Kasvaako hoitopolku umpeen?

En halua olla taakka. En ystäville enkä yhteiskunnalle. En edes itselleni! Minä haluan olla tyytyväinen itseeni, vammasta huolimatta ja juuri siksi. Se vaatii itsensä hyväksymistä juuri tällaisena. Korulauseet kehuvat kaikkien kelpaavan ja riittävän, mutta vammaisen identiteetin omaksuminen on kovaa työtä. Toisella on siihen enemmän voimia, toinen saa ne kerättyä kokoon, yhdellä ne eivät riitä koskaan. Se, että oma vammaisuus on kova paikka, ei ole luonteen heikkoutta eikä asennevamma. Se on kipu, johon ei ole nopeasti tehoavaa lääkettä, se on syvä pettymys kuin kudoksiin asti auki oleva haava, jota ei voi sitoa.

Kaikki eivät ole valmiita tai halukkaita kutsumaan itseään vammaiseksi. On helpompi mieltää itsensä toimintarajoitteiseksi tai liikuntaesteiseksi kuin vammaiseksi. Joku identifioituu ilolla invalidiksi. Toista se sana loukkaa: invalidihan tulee sanasta in-valid, epäkelpo. Nimi tuntuu huutavan huonommuutta, ja huomaa itsekin vierastavani sitä, vaikka se on jo lapsuudesta tuttu. Isä kuului paikalliseen invalidi-yhdistykseen ja saunoimme usein "Invamajalla".

Tapailin kesällä miestä, joka suorastaan suuttui kuullessaan minun kutsuvan itseäni vammaiseksi. Hänestä se on haukkumasana. Olin hämmentynyt; olenhan koko ikäni yrittänyt hyväksyä itseni vammaisena. Nytkö se olikin väärin? Mikä sitten olen? Toimintarajoitteinen miehen mielestä (niin on muuten hänkin, sydämeltään!), mutta enhän voi antaa kenenkään muun määritellä sitä, mikä olen ja millä nimikkeellä minua kutsutaan. Enhän?

Yhden hauskan ajatuksen mies jätti muistoksi. Kerroin vaikeuksista hyväksyä vammaa ja apuvälineitä, ja hän mietti pitkään vastaustaan. "Jos apuvälineen käyttö määritteli ihmisestä vammaisen, silloin jokainen seksilelua koskaan käyttänyt olisi vammaisen. Leluhan on apuväline!"

Itselleen ja omalle vammalleen on hyvä osata nauraa. Itkuun se on antanut aihetta todennäköisesti useammin. Muistan lapsuudestani toisenkin hetken, jolloin tajusin vamman olevan osa elämäni joka päivä ja vaikuttavan valintoihini. Katsoin perheeni kanssa Poliisi-tv:tä ja siellä kyseltiin silminnäkijähavaintoja ryöstäjistä. Rakeisella ruudulla näkyi pelottavanolaisia, huppupäisiä hahmoja valvontakameraan tallentuneina. Silloin näin tulevaisuuteeni kirkkaasti: minusta ei voi isona tulla pankkirosvoa! Jäisin heti kiinni, kun nauhalta näkisi, että olen vammaisen.

teksti Katja Vihmakoski

Hetki Ranskanmaalla

Asuntoautolla suuntasimme kohti Espanjaa, ensin Travemundeen Saksaan ja siitä loput ajamalla Espanjan auringon alle. Matkaan osui tietysti ylä - ja alamäkiä. Tässä tositarinassa keskitymme vain yhteen paikkaan ja tulevaan yöhön Ranskanmaalla. Suomalaisia on varoiteltu Ranskassa olevista tiersosvoista, olen ajatellut että liki elokuvahöpinää kaikki tynni mutta... Ajaessamme erälle leirintäalueelle, jonne navi meitä ohjasi, oli erään mutkan taiteessa 4 nuorta miestä ja auto ojanpientareella vinossa. Heiluttivat käsiään, ja ainakin yhdellä oli taskulamppu tehostamassa huomiota.

-Hei lieneekö joku hätä tuossa , mitä vielä kuski sanoi ja painoi kaasua, -etkö muista, näistä on varoiteltu ovat niitä maantiersvoja. Vilkaistu peiliin ja näin 3 muun auton tulevan perässä tynnosti, yksikään auto ei jäänyt siihen. Miettiessämme näitä maantiersvoja ei tullut tiirattua navia kunnolla, ja niinpä erästä risteyksestä käännettiin harhaan. No niin, miten sinne leirintäalueelle nyt päästään? No, ohjelma korjaa virheen automaattisesti ja pääsemme takaisin oikeaan risteykseen - ahaa no niinpä tietysti.

Ajoimme eteenpäin ja kyseinen tie kapeni ja kapeni, oli kuitenkin asfaltin oloista. Katsellessani vierelleni, näin korkeita heiniä heiluvan tuulessa, samoin oli myös ohjaajan puolella. – Kuule, taidamme olla maissipellolla ja hetken päästä on ihan pimeää, selostin hädissäni. Samassa jo aurinko laski, ja siinä me keskellä ns. ei mitään pilkkopimeässä-

Valoja ei missään, vaan tummanpuhuva kapea tie, joka kiemurteli eteenpäin, sekä maissipellon heinät, jotka tuntuivat uhkaavilta. Muistin joskus lukemani kirjan Maissilapsista, jonka oli kirjoittanut Stephen King, kauhukirjailijoiden mestari. Niinpä varpaat alkoivat liikkua tahtiin pois pois pois, ja ei kun tie vain jatkui eteenpäin. Hei jee, tulimme risteysalueelle 4 tien risteykseen. Mutta katsoi minne vain, tie näytti samaa. Mennään nyt sen navin ohjeen mukaan, joko täältä päästään rosvojen luo. Tai toivottavasti muualle ihmisten ilmoille. Maissit heiluivat ja koskettivat ikkunaa kuin hyväilläkseen, yrittäen tunkeutua jostain raosta sisään. Kauhu kasvoi ja alkoi jo saavuttaa melkoiset mittasuhteet, entä jos ... löpö loppuisi, entä jos ... jarrut hajoaisivat, entä jos ... auto sammuisi ja auton valot... Näitkö sinä tuon. hihkaisin riemuissani, vilahtiko edessä joku? Kyllä vain mies ja koira, olivat leirintäalueelta tulleet lenkille. Ihanaa pääsimme alueen portille! Siihen sitten ihanuus loppuikin. Alue oli mennyt sillä aikaa kiinni, kun seikkailimme maissipellolla.

Mitäs nyt, en takuulla lähde tuonne takaisinpäin. Olemme joko rosvojen luona tai maissipellolla koko yön.

Hei, katsohan tässä on parkkipaikka ja lisäksi se on invapaikka. Ovet säppiin nauhoilla ja kettingeillä ja vikkelästi koisimaan. Aamulla herätessämme hyvä kun kahvit maltoimme hörppäistä ja lähtö nopeasti matkaan kohti sitä etelää. Jospa sinne vielä kunnialla selviämme. Täällähän me, jotenkin meille sattuu ja tapahtuu. Ihan pimeässä ja oudossa paikassa kaikki muuttuu eri elämäksi kuin kirkkaassa auringonpaisteessa, josta nyt nautimme täysin.

Teksti Pirkitta Hyvönen

Säännölliset ryhmät 2026

Liikuntamaksu

Koulujen liikuntasalien vuokrahinnat nousivat 1.1.2025 ja Lepovillan kuntosali muuttuu yhdistyksille maksulliseksi 1.1.2026 alkaen. Näistä korotuksista johtuen yhdistys perii ensi vuoden alusta alkaen Hyrian ja Lepovillan liikuntatiloja käyttäviltä jäseniltään liikuntamaksun 20 €/harrastaja /6kk. Liikuntamaksu oikeuttaa käyttämään seuraavia liikuntavuoroja

- boccia ja sisäcurling Hyrian B-talo, Kauppalankatu 18 sekä
- asahi 19.1.-13.4.2026 ja kuntosali palvelukoti Lepovilla, Torikatu 10.

Kuntosali palvelukoti **Mäntykoto**, Sähkökatu 28 on **maksuton**. Jos käytät vain Mäntykodon kuntosalia, liikuntamaksua ei tarvitse maksaa. Liikuntamaksun ajanjaksot ovat 1.1.-30.6. ja 1.7.-31.12. Ryhmien vetäjiltä saat valmiin pankkisiirtolomakkeen ja ryhmien vetäjät huolehtivat, että kaikki ryhmien käyttäjät ovat suorittaneet maksun.

Lepovillan kuntosalin muutokset

Lepovillan kuntosalin muuttuessa yhdistyksille maksulliseksi vähennämme Lepovillan kuntosalivuoroja 1.1.2026 alkaen:

- Perjantain vuoro lyhenee yhteen tuntiin, uusi aika on klo 16-17.

Säännölliset ryhmät kevätkaudella 2026

Asahi ma klo 15-16, palvelukoti Lepovilla, Torikatu 10, Hyvinkää.

- Ajanjaksolla 19.1.-13.4., ei 6.4. Ohjaajana Juha-Pekka Palonen.
- Yhteyshenkilö Kirsi, p. 040 545 7416, jasensihteerihyvinva@gmail.com.

Boccia ja sisäcurling la klo 10-12, Hyria B-talo, Kauppalankatu 18, Hyvinkää.

- Vuoroa ei 27.12. eikä 3.1. Jatkuu 10.1.-11.4. ei 4.4 (pääsiäislauantai).
- Yhteyshenkilö Juhani Suvanto, p. 040 532 9531, juhanisuvanto@gmail.com.

Harvinaisia sairauksia sairastavien henkilöiden vertaistukiryhmä, Onnensilta (alakerta, esteetön).

Kevään vuorot ja teemat

- Ma 12.1.1. klo 15-17
- Ma 9.2. klo 15-17
- Ma 9.3. klo 15-17
- Ma 13.4. klo 15-17
- Ma 11.5. klo 15-17
- Ma 8.6. klo 15-17
- Kipu ja sen käsittely, Esteettömyys, Masennus, mieliala, ahdistus, Hyvinvointiin liittyvät asiat, Itsensä hemmottelu, Apuvälineiden tuunaus ja Pienapuvvälineet arjen tukena

Yhteyshenkilö Sanna-Kaisa Patjas harvinaiset.hyvinva@gmail.com.

Kuntosali Lepovilla ti klo 14-15 ja pe klo 16-17, Torikatu 10.

- Yhteyshenkilö Päivi p. 040 548 3487.

Kuntosali Mäntykoto ti klo 15-17 ja to klo 17:30-19, Sähkökatu 28.

- Yhteyshenkilö Terttu p. 040 570 2113.

Käsityökerho torstaisin klo 13-15:30, Onnensilta (yläkerta).

- Ajanjaksolla 15.1.-21.5.
- Yhteyshenkilö Seija Lehto p. 040 563 4299, sekemummi@gmail.com.

Toimintaa keväällä 2026

Yhdistys saa päätökset hakemistaan avustuksista arviolta joulukuun puolivälissä. Tämän vuoksi hallitus ei voi tehdä päätöksiä suunnitelluista tapahtumista. Kevään tapahtumista tiedotetaan mahdollisimman pian, Säännöllisten ryhmien toiminta, Senioribiot ja Onnensillan Yhteisökahvila jatkuvat normaalisti.

Senioribio-näytökset keskiviikkoisin

7.1. – 4.2. – 4.3. – 1.4. – 6.5 ja 3.6. iltapäivisin Esitettävä elokuva ja tarkka kellonaika selviävät noin kaksi viikkoa ennen esitystä. Seuraathan ilmoitteluaamme.

- Hinta 5 €/jäsen, sis. kahvin tai teen. Avustaja osallistuu maksutta.
- Paikka Biorex, Härkävehmaankatu 4. Hyvinkää.

Liput jaetaan ennen näytöstä. Samoin kahvi-/teetarjoilu on ennen näytöstä, joten saavuthan paikalle n. 30min ennen näytöksen alkua.

Kesäkodin kesän 2026 mökkien varausaika

Mökkejä voi hakea 2.3.-31.3.2026 välisenä aikana. Hakulomakkeita on saatavilla Onnensillan Yhteisökahvilasta maanantaisin klo 10-14. Hakemisesta puhelimitse ja sähköpostitse tiedotamme lisää alkuvuodesta. Lisätietoa mökeistä ja hinnoista myös kotisivuilta www.hyvinva.fi/kesakoti.

Kutsu kevätkokoukseen

Hallitus kutsuu koolle sääntömääräisen kevätkokouksen sunnuntaina 19.4. klo 13.

Kahvitarjoilu klo 12:30 alkaen.

Paikkana Onnensilta, käyntiosoite Värttinäpölku rappu A7, Hyvinkää.

Lämpimästi tervetuloa!

Onnensillan Yhteisökahvila

Kahvila palvelee maanantaisin klo 10-14 alkaen 12.1.

Tervetuloa nauttimaan kuppi kuumaa!



TIETOKONEHUOLTO

TULOSTINHUOLTO

KOTIKÄYNNIT

ÄLYLAITTEIDEN ASENNUKSET

Hämeenkatu 19, Hyvinkää

Avoinna ma-pe klo 8-18

myynti@napalmi.com

napalmi.com

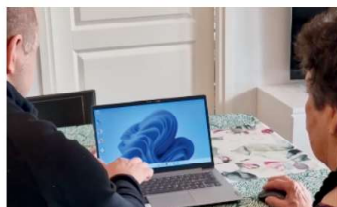
***Tule laitteesi kanssa meille,
pyydä etäapua tai
tilaa asiantuntija kotiisi***

- Uudet laitteet ja asennus (Tietokoneet, tulostimet, älypuhelimet, ja tabletit)

- Apua tietokone-, sähköposti-, TV-, tulostus-, verkko-, älylaite- ja muissa digiasioissa

- Käytönopastus

- **Laitteen nouto
ja palautus**



045 610 0420

Soita ja varaa itsellesi aika!

Näkörajoitteiselle näppäimistöt



Ergonomiahiiret ja -näppäimistöt



Hyvinkään **INVALIDIT RY** *70 v.*

Kiitos kun olet mukana
rakentamassa
yhdenvertaisempaa ja
esteettömämpää
Hyvinkäätä!