

YHDISTYSTEN TARJOAMA VERTAISTOIMINTA HEINOLASSA VUONNA 2026

HEINOLAN RAITTIUSYHDISTYS RY

Lauluillat Mustikkatuvalla 23.1.2026,

Saimi Kivilahti puh: 050 938 719, saikivi8@gmail.com

HEINOLAN KUULO RY

Kuulopäivystys, vertaisapua kuulolaitteiden kanssa:

Tuttis; Kaivokatu 16

29.1.2026, 25.2.2026, 25.3.2026, 22.4.2026, 27.5.2026, 26.8.2026,
23.9.2026, 28.10.2026, 25.11.2026. klo 16.00–17.00

Pirjo Rautaoja puh: 0400 166 732, pirjorautaoja@hotmail.com

PÄIJÄT-HÄMEEN MUISTIYHDISTYS RY

Tuttis; Kaivokatu 16

21.1.2026, 18.2.2026, 18.3.2026, 15.4.2026, 20.5.2026 klo 10–11.30

Elisa Ahonen puh: 044 304 3001, elisa.ahonen@ph-muistiyhdistys.fi

Sairastuneiden vertaisryhmä

HEINOLAN AVH-KERHO

AVH-RYHMÄ Siltakodin asukastupa; Koulukatu 18

26.1.26, 23.2.26, 23.3.26, 27.4, 25.5.26, 24.8.26, 28.9.26, 26.10.26, 23.11.26
klo 16–18

Raija Hakkarainen

PÄIJÄT-HÄMEEN MIELENTERVEYSOMAISET RY / FINFAMI

Tuttis; Kaivokatu 16

22.1.2026, 19.2.2026, 16.4.2026, 21.5.2026, 25.6.2026

Yhteydenotot ja tiedustelut ennen ryhmään tuloa:

Sari Valjakka puh: 044 581 7744, sari.valjakka@finfamipaijathame.fi

Henkilökohtaista tukea.

HEINOLAN HENGITYSYHDISTYS RY

Kuukauden joka toinen maanantai HeiMo; Kaivokatu 14 klo 10–11

Tommolantuvan Yhteislaulut

Kyminkatu 71B

28.1.2026, 25.2.2026, 25.3.2026, 29.4.2026, 27.5.2026 klo 14–16

Henna Paasonen puh: 044 973 8800

henna.paasonen@luukku.com

HEINOLAN SYDÄNYHDISTYS RY

Naisten vertaisryhmä

Tuttis; Kaivokatu 16

7.1.2026, 4.2.2026, 4.3.2026, 1.4.2026 klo 15–16.30

Seija Saavalainen puh: 040 721 6339, seija.saavalainen123@gmail.com

LIKEHÄIRIÖISET / ESSENTIAALINEN VAPINA -vertaistukiryhmä

Tuttis; Kaivokatu 16

8.1.2026, 5.2.2026, 5.3.2026, 9.4.2026, 7.5.2026

Pertti Taimisto puh: 045 841 4700, pertti.taimisto@mail.suomi.net

MS-vertaistukiryhmä

Tuttis; Kaivokatu 16

29.1.2026, 26.2.2026, 26.3.2026, 23.4.2026, 28.5.2026. klo 16–18

Sari Pirkkalainen puh: 040 719 8004