

Kuva: Högnäsin pellot / Matti Kumpulainen

Helsingin Kuuloyhdistys ry

puhelin: 045 123 2624 · sähköposti: toimisto@helky.fi · kotisivut: <https://helky.fi>

Yhdistyksen kuulumisia

Järjestimme kesäretken Espoon Pentalan saaristomuseoon kesäkuussa. Sää suosi retkeilijöitä ja päivä oli muutenkin onnistunut hyvän opastuksen, hyvän tulkin ja maukkaan kalakeiton ansiosta. Kiitos kaikille osallistujille ja tervetuloa mukaan uudelleen.

Syyskauden alkaessa yhdistystoiminta pyörittää taas käyntiin monipuolisten tapahtumien merkeissä. Uudenlaista toimintaa ovat Helkan tuvan jumppa sekä vapaamuotoinen keskusteluilta nimeltään "Sana on vapaa".

Kokeilemme kustannussyistä tiedottamista syksyn ajan pääasiassa yhdistyksen kotisivuilla. Ne, jotka eivät ole ilmoittaneet yhdistykselle sähköpostiosoitetta tai ovat erikseen ilmoittaneet haluavansa paperisen tiedotteen, saavat sen edelleen postitse kotiin.

Jos sait paperisen tiedotteen ja haluat jatkossa tiedotteet sähköisenä, ilmoitathan meille sähköpostiosoitteesi. Kiitos!

Tilaisuuksissamme on mahdollisuuksien mukaan kirjoitustulkkaus ja kahvitarjoilu pienen purtavan kera. Pidämme oikeudet ohjelmamuutoksiin.

Ellei toisin ole mainittu, tapahtumamme järjestetään Helkan tuvalla osoitteessa Haagan urheilutie 12, 00320 Helsinki. Tupa on esteetön ja varustettu induktiosilmukalla. Lähin raideliikenteen pysäkki on Huopalahden asema, bussi 41 Kampista tulee myös lähelle (Angervontien pysäkki).

Etukäteisvalmistelujen ja tarjoilujen vuoksi pyydämme ilmoittautumaan tilaisuuksiin ennakoon. Ilmoittautumiset ensisijaisesti kotisivujen kautta.

- Kotisivut <https://helky.fi/ilmoittaudu>
- Sähköpostitse toimisto@helky.fi
- Puhelimitse tai tekstiviestitse 045 123 2624

SYYSKUU

To 11.9. klo 17–20 (kahvit klo 16.30)

Mistä kenkä puristaa?

Jalkaterapeutti Paula Sivén kertoo sopivien kenkien valinnasta ja kenkien historiasta.

Viimeinen ilmoittautumispäivä 1.9.2025.

Ti 23.9. klo 17–20

After Work Games - työikäisten peli-ilta

Pelaillaan ja jutustellaan kahvittelun lomassa.

Viimeinen ilmoittautumispäivä 17.9.2025.



LOKAKUU

La 11.10. klo 12–15

CI-iltapäivä kaikille sisäkorvaistutetta käyttäville ja siitä kiinnostuneille.

Asiaa sisäkorvaistutteista ja niiden käytöstä, kahvittelua ja vertaisseuraa. Tilaisuuden järjestävät Helky ja Länsi-Uudenmaan Kuuloyhdistys.

Viimeinen ilmoittautumispäivä 5.10.2025.

To 16.10. klo 16–20

Käsityöilta

Tule oman keskeneräisen käsityösi kanssa tai tule aloittamaan uusi käsityö! Kudo, virkkaa, ompele, parsi. Neuvoja ja opastusta saatavilla moneen lähtöön! Mahdollisuus myös askarrella esimerkiksi erilaisia kortteja yhdistyksen kaapista löytyvästä materiaalista. Vetäjänä Tiina Aalto.

Viimeinen ilmoittautumispäivä 8.10.2025.

To 23.10. klo 17–20 (kahvit klo 16.30)

Finnair ja kuulovammainen matkustaja

Saamme vieraaksemme Mirja Kuovin Finnairilta. Keskustelemme lentomatkailusta ja erilaisista matkustajapalveluista. Aiheeseen liittyvät kysymykset voit lähettää ennakoon sähköpostilla osoitteeseen toimisto@helky.fi

Viimeinen ilmoittautumispäivä 15.10.2025.

MARRASKUU

To 6.11. klo 17–20

UUTUUS! Sana on vapaa

Vapaamuotoinen tilaisuus kaikenikäisille kahvittelun merkeissä. Tule tapaamaan tuttuja ja tutustumaan uusiin ihmisiin vertaisseurassa.

Keskustellaan eri asioista ja vähän asioitten vierestäkin!

Viimeinen ilmoittautumispäivä 28.10.2025.

To 13.11. klo 17–20 (kahvit klo 16.30)

KV-tutkimusprojekti muusikkotaustaisen CI-käyttäjän kuntoutumisesta.

Luennoitsijana tutkija-muusikko ja CI-käyttäjä Jussi Jaatinen.

Viimeinen ilmoittautumispäivä 5.11.2025.

To 20.11. klo 17–20

Rentoutusilta

Ota aikaa itsellesi ja pysähdy marraskuun pimeyden keskellä hyvinvointiteeman äärelle hyvässä seurassa, kun Helkan tupa muuntautuu rentouttavaksi spa-huoneeksi. Kiireellinen arki katkaistaan harjoitteella, jolla palaudutaan kuulon pinnistämisestä johtuvasta hartiaseudun jännitteisyydestä. Lisäksi on mahdollisuus pistäytyä jalkakylpypisteellä ja nauttia pienestä spa-purtavasta. Tarjolla on mm. teetä ja hedelmiä. Tule sellaisena kuin olet. Tervetuloa! T: Milma ja Susanna

Viimeinen ilmoittautumispäivä 13.11.2025.

La 22.11. klo 13–16 (kahvit klo 12.30)

Yhdistyksen syyskokous

Tervetuloa Helsingin Kuuloyhdistys ry:n vuoden 2025 syyskokoukseen.

Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat.

Viimeinen ilmoittautumispäivä 10.11.2025.

JOULUKUU

Retki Joulumarkkinoille. Aika ja kohde selviävät myöhemmin, seuraathan yhdistyksen nettisivuja ja ilmoittaudu mukaan!

SÄÄNNÖLLINEN TOIMINTAMME

Kuulolähipalvelu

Helkan tupa (Haagan urheilutie 12), klo 13–15
maanantai: 1.9. ja 24.11.

Lisäksi päivystys joka kuukauden viimeinen torstai klo 13–14.30

Kampin palvelukeskus (Salomonkatu 12 B), klo 10–12
keskiviikko: 13.8., 10.9., 15.10., 12.11. ja 10.12.

Kinaporin palvelukeskus (Kinaporinkatu 7–9), klo 10–12
keskiviikko: 20.8., 17.9., 22.10. ja 19.11.

Viitottu puhe

Helkan tupa (Haagan urheilutie 12), klo 17.30–19. Vetäjänä Sari Kivimäki.

maanantai: 8.9., 15.9., 22.9., 29.9., 6.10., 20.10., 27.10., 3.11., 10.11., 17.11., 24.11. ja 1.12. (ei 13.10.)

LIIKUNTATOIMINTA

KeilaBeli

klo 17–18

FunBowling & Bar (Helsinginkatu 25). Vetäjinä Olli Mäkinen ja Pirjo Hakanen. Tiedustelut: olli.makinen@helky.fi

tiistai: 16.9., 30.9., 14.10., 28.10., 11.11., 25.11. ja 9.12.



Nuorten salibandy klo 18.30–19.30

Maunulan liikuntahalli, Liikuntasali 1. Vetäjänä Viivi Kilpeläinen
maanantai: (kevät 2025) 1.9., 8.9., 15.9., 22.9., 29.9., 6.10., 13.10., 20.10., 27.10., 3.11., 10.11., 17.11., 24.11., 1.12., 8.12., 15.12. ja 22.12.

(syksy 2026) 5.1., 12.1., 19.1., 26.1., 2.2., 9.2., 16.2., 23.2., 2.3., 9.3., 16.3., 23.3., 30.3., 13.4., 20.4., 27.4., 4.5., 11.5., 18.5. ja 25.5. (ei 6.4.)

Tuvan jumppa klo 13–14

Matalan kynnyksen jumppatuokiot Helkan tuvalla. Kokeilemme muun muassa tuoli-, kuminauha-, venyttely- ja asahijumppaa. Asahi on rentouttavaa terveysliikuntaa, joka sopii kaikenikäisille. Aikaisempaa kokemusta ei tarvita. Ei ennakkoilmoittautumisia, saavuthan ajoissa paikalle! Vetäjänä liikuntakoordinaattori Saku-Petteri Lehtonen.

torstai: 18.9., 9.10., 6.11. ja 11.12.

AVOIMET PAIKAT

Toimistoassistentti

Helkyssä vapautuu osa-aikaisen toimistoassistentin paikka vuoden 2026 alussa.

Oletko kiinnostunut toimistotyöstä yhdistyksen puitteissa, haluat omalta osaltasi edistää jäsentemme osallistumista ja hyvinvointia suunnittelemalla erilaisia tapahtumia, olet järjestelmällinen, avoin uusille asioille ja rohkea selvittämään asioita.

Jos tunnistit itsesi, voit olla etsimämme henkilö.

Edellytämme sinulta palkkatukikelpoisuutta, kokemusta toimistotyöstä, tietoteknistä osaamista, joustavuutta ja avoimuutta kohdata erilaisia ihmisiä. Työhön liittyy myös asiakaspalvelua puhelimitse. Kuulovammaisuus katsotaan eduksi.

Jos kiinnostuit, ota rohkeasti yhteyttä, niin kerromme lisää!

Tiedustelut osoitteeseen toimisto@helky.fi

Puheenjohtaja

Yhdistys etsii uutta puheenjohtajaa. Olet järjestelmällinen, hallitset tietotekniikan, tunnet jonkin verran kuulovammais-kenttää entuudestaan ja osaat viedä kokouksia läpi.

Opastamme tehtävääsi ja tarjoamme taustatuen. Tule mukaan luotsaamaan yhdistystämme eteenpäin kohti tulevaisuutta. Tiedustelut osoitteeseen toimisto@helky.fi