

Hyvää alkanutta vuotta 2026!

Uusi vuosi on taas käynnistynyt Kumppanuustalo Hilmassa. Joulukuussa saatiin STEA:lta avustusehdotus tälle vuodelle. Avustusehdotuksessa Hilman rahoitukseen ei esitetä leikkauksia. STM:ltä tulee vielä tässä alkuvuodesta asiaan vahvistus, mutta näyttäisi sille, että toimintaa saa jatkua entiseen tapaan, kahden työntekijän voimin. Hilma on lisäksi hakenut yhdessä Kouvolan Hyvinvointiyhdistysten kanssa ESR+ hanketta. Yhdessä näkyväksi - hankkeella vahvistettaisiin osallisuutta kulttuurihyvinvoinnin keinoin ja tarjottaisiin tukea työllistymiseen. Toteutuessaan kolmivuotinen hanke alkaa maaliskuuhun alussa.

Kevään uutena toimintana toteutetaan teematiistait joka viikko klo 12-13:30. Teematiistait pitävät sisällään yhteisöllistä toimintaa, hyvinvointiluentoja ja erilaisia tietoisuuksia. Helmikuussa on luvassa bingoa, tietoa kodin paloturvallisuudesta, välipalasta voimaa arkeen sekä huovutuskukkien askartelua. Teematiistaissa kevään aikana vierailevat mm. Kymenlaakson Muistiluotsi, Kaakkois-Suomen Martat, Kymenlaakson Syöpäyhdistys ja EELI etsivä elintapaohjaus Kymenlaaksossa. Vielä voit esittää toiveita tai tarjota omaa yhdistystäsi vieraaksi Hilmalle!

Hilman toimintaa kehitetään ja arvioidaan jatkuvasti. Toiminnan tulokset raportoidaan rahoittajalle maaliskuun alussa. Tulosten mittaamiseen käytetään monipuolisia keinoja toiminnan ollessa laajaa ja tavoittaessa erilaisia kohderyhmiä. Ryhmätoiminnoista, vapaaehtoisilta ja tapahtumista on palautetta kerätty vuoden ympäri. Nyt on vielä hyvä tilaisuus antaa yhteistoiminnasta palautetta vastaamalla Hilman käyttäjäkyselyyn. Kysely on avoinna 4.2. asti. Vastaamaan pääset tämän linkin kautta: <https://pokka.kukunori.fi/hilma/8751af67-a278-472e-bb43-46c6abb04264>

Kumppanuustalo Hilmalla on puheenjohtajuus seuraavan kaksivuotiskauden ajan (2026-2027) Kymenlaakson järjestöjen neuvottelukunnassa (NEKKU). Neuvottelukunta valvoo yhdistysten etua ja toimii yhteistyön rakentajana yhdistysten, kuntien, hyvinvointialueen ja maakuntaliiton välillä. Yhdistykset pääsevät helposti neuvottelukunnan toimintaan mukaan toimialakohtaisten alaverkostojen kautta. Tule ihmeessä mukaan yhteistyöhön! Hilmalaiset opastavat yhdistystoimijoita alaverkostoon liittymisessä.

Neuvottelukunta järjestää yhteisen työpajan TEAMS-alustalla, jossa ideoidaan Sukupolvien swengihanketta. Ajatuksena hankeideassa on parantaa vuorovaikutusta nuorten ja ikääntyvien välillä tukemalla ja levittämällä nykyisiä hyviä käytäntöjä ja kokeilemalla uusia. Työpaja järjestetään tiistaina 10.2. Klo 9-11. Lisätietoja ja linkki työpajaan löytyy neuvottelukunnan nettisivuilta: <https://www.kymennekku.fi/tapahtumat/> Voit myös tarvittaessa olla yhteydessä neuvottelukunnan järjestöasiantuntijaan: pia-stina.repo@yhvi.fi

INFOT JA TYÖPAJAT

Hei sinä 60–79-vuotias, pohditko, miten muisti toimii nyt ja tulevaisuudessa?

Tietoisuus Muistiterveysvalmennuksen-ryhmätoiminnasta pidetään **maanantaina 26.1. klo 10-11** Hilman kerhohuoneessa. Muistiterveysvalmennuksesta saat tietoa ja taitoja aivojesi hyvinvoinnista huolehtimiseen, yhdessä muiden kanssa. Ensimmäiset vuoden 2026 valmennukset starttaavat helmikuussa. Projektikoordinaattori Sonja Kataja Kymenlaakson hyvinvointialueelta kertoo mistä kyse

ja miten pääset mukaan. Muistiterveysvalmennuksia järjestää Kouvolan seudun Muisti ry yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa osana EELI Etsivää elintapaohjausta Kymenlaaksossa -hanketta, joka saa rahoituksensa Sosiaali- ja terveysministeriön Terveystieteiden tutkimusohjelmasta.

TULEVAT TAPAHTUMAT:

Vapaaehtoiseksi hoivakotiin!

Kevään vapaaehtoispäivät Saviniemen hoivakodissa ovat:

to 29.1. klo 13-15 Yhteislauluja

to 19.2. klo 13-15 Hilman opiskelijoiden suunnittelemaa ohjelmaa

to 19.3. klo 13-15 Iloista yhteistoimintaa

to 16.4. klo 13-15 Ulkoilutusta

to 21.5. klo 13-15 Ulkoilutusta

Et tarvitse mitään erityisosaamista. Ilmoittaudu mukaan p. 040 7517955.

Ystävänäpäivänä tavataan Hilmassa!

Kaikille avointa Ystävänäpäivää vietetään Hilmassa lauantaina 14.2. klo 12-14. Tiedossa on mukavaa seurata, kahvia ja pullaa sekä yllätysohjelmaa. Ystävänä yhteislauluja lauletaan klo 12:30-13:15 Pentti Hannulan johdolla, Ilpo Ristolan säestyksellä.

ILOA ARKEEN -TOIMINTA

Kohtaamispaikka on avoinna ma-to klo 9-15 ja pe klo 9-14.

Maanantai

10-12 Kässäkerho (26.1., 9.2., 23.2.) Yhteistyössä EL Vehkalahti.

10-12 Kaikille avoin digiopastus

12-14 K60 Sateenkaaripaja 9.2 alkaen. Ryhmässä toteutetaan osallistujien suunnittelemaa toimintaa. Suunnattu 60+-ikäisille sateenkaari-ihmisille ja heidän läheisilleen.

16:30-19 Ompeluseura (26.1., 9.2., 23.2.)

Tiistai

Kevään uutuutena helmikuussa käynnistyvät Hilman teematiistait!

Luvassa on mm. hyvinvointiluentoja, tietoisuuksia ja monipuolista yhteistoimintaa.

Toimintaa on tarjolla klo 12-13:30:

3.2. Pelataan Bingoa

10.2. Tietoa kodin paloturvallisuudesta – Jouni Kärkkäinen, turvallisuuskoordinaattori, Kymen HVA

17.2. Välipalasta voimaa arkeen – Hilman opiskelijat

24.2. Askarrellaan huovutuskukkia – yhteistyössä Haminan kaupunki

Keskiviikko

13-15 Hilman pojat – miesten ryhmätoimintaa vertaisohjauksella.

16:30-19 Juttutupa – maahanmuuttajien ja suomalaisten kohtaamispaikka. Yhteistyössä SPR Haminan osasto.

Torstai

8-12 Taidekahvila

13-15 Tarinat talteen – K60 kulttuuripajan ryhmä käynnistyy 12.2. Ryhmässä muistellaan, kirjoitetaan ja jaetaan omia tarinoita. Ryhmä on suunnattu kymenlaaksolaisille senioreille.

13-14:30 Muistikahvila kokoontuu 5.2. Voit tavata muita, jutella muistiasioista ja virkistää muistia pienten tehtävien avulla.

15-16:30 Avoin vertaistapaaminen muistisairaiden läheisille kokoontuu 5.2. Yhteistyössä Kymenlaakson Muistiluotsi.

18:30-20 Sateenkaarikahvila kokoontuu 12.2.

Perjantai

10-11 Hilman liikuntahetki. Ulkoilua hyvässä seurassa!

Lauantai

12-14 Kielikerho. Kielikerhossa pääset opettelemaan arkielämän suomen kieltä. Yhteistyössä SPR Haminan osasto.

Yhteistyöterveisin, Minna ja Marjut