



# ESPIN

JÄSENTIEDOTE – 4 / 2026

1.10.–31.12.2026

Yhdessä olemme voimakkaita –  
tule mukaan ja tuo ystäväsiikin!

## Yhdistyksen yhteystiedot:

### **ESPIN ry**

Toimiston puh. 041 548 0638

Karaportti 5, 02610 Espoo

[espinry.toimisto@gmail.com](mailto:espinry.toimisto@gmail.com)

[www.espin.fi](http://www.espin.fi)

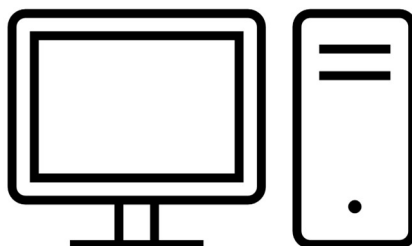
ESPIN ry on fyysisesti vammaisten ja toimintaesteisten yhdistys. Olemme toimineet jo vuodesta 1977, ja meillä on noin 200 jäsentä.

ESPIN ry on Invalidiliiton ja Suomen Paralympiakomitean jäsenyhdistys, ja siten osa satojen yhdistysten ja kymmenien tuhansien henkilöjäsenten verkostoa. ESPIN kuuluu myös Espoo liikkuu -yhteisöön.

## **Ota haltuun ESPINin some ja nettisivut!**

Tiesithän, että ESPINillä on sekä Facebook- että Instagram-tilit? Facebookissa julkaisemme ajankohtaisia asioita ja Instagramissa kerromme ESPINin vaikuttajien kuulumisia. Ota tilit haltuun [facebook.com/espin.ry](https://facebook.com/espin.ry) ja [instagram.com/espin.fi](https://instagram.com/espin.fi)

Lisäksi ESPINin nettisivuilta löydät mm. tapahtumakalenterin ja muuta tietoa toiminnastamme. Kurkkaa siis [www.espin.fi](http://www.espin.fi)!



## JÄSENPALVELU

Saammehan Sinuun sujuvasti yhteyden? Muista ilmoittaa muutokset yhteystietoihin suoraan jäsenrekisterihoitajalle, Anne Virtanen, ESPIN toimisto: 041 548 0638 tai [espinry.toimisto\(at\)gmail.com](mailto:espinry.toimisto(at)gmail.com).

Yhdistys lähettää sähköpostilla jäsentiedotteen sekä tietoja ajankohtaisista asioista ja tapahtumista. Jos haluat mukaan jakelulistalle, ilmoita sähköpostiosoitteesi ESPINin toimistoon.



### ESPIN puhelinneuvonta

Toimiston puhelin 041 548 0638 auttaa, jos esimerkiksi

- tarvittavia tietoja on vaikea löytää, esim. Espoon kaupungin tai Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen nettisivuilta
- pitäisi tulostaa jotakin, eikä ole tulostinta
- tarvitset apua, jossakin tietyssä asiassa tai oma pärjääminen huolettaa

Anne Virtanen vastaa toimiston puhelimeen ja häneltä voi kysyä apua. Hän voi mm. etsiä virastojen aukioloaikoja, puhelinnumeroita, oikeita yhteyshenkilöitä sekä tulostaa ja lähettää lomakkeita. Jos Anne ei juuri ole tavoitettavissa, voit jättää viestin puhelinvastaajaan ja hän ottaa Sinuun yhteyttä myöhemmin.

Tarvittaessa järjestämme neuvontaa palveluihin liittyen yhdistyksen toimistolla, Karaportti 5, 02610 Espoo!

## KOKOUKSET JA HALLINTO

### Hallituksen kokoukset:

Hallitus kokoontuu kuukausittain, paitsi heinäkuussa.

Halutessasi asioita hallituksen käsittelyyn, ole yhteydessä puheenjohtajaan.

### Jäsenkokoukset:

Yhdistyksen jäsenkokoukset pidetään lauantaina klo 14 alkaen

- syyskokous ja puurojuhla la 28.11.2026

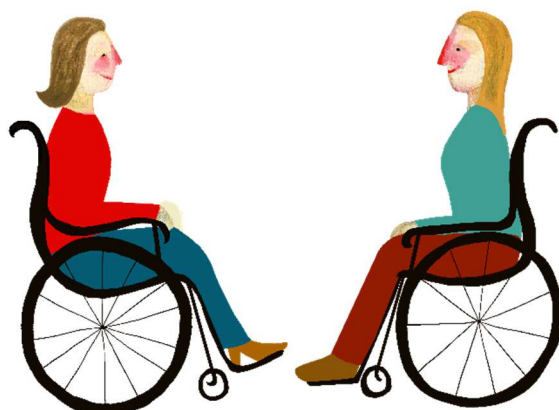
Jos haluat asiasi jäsenkokouksen käsittelyyn, ilmoitathan siitä viimeistään kuukautta ennen puheenjohtajalle



## Toiminnansuunnittelu

Voit vaikuttaa yhdistyksen toimintaan antamalla palautteita, vinkkejä ja ideoita toivomastasi toiminnasta!

Olisiko sinulla toiveita esim. miestoimintaan tai haluaisitko tehdä vierailun johonkin näyttelyyn? Keskustelemme ja ideoimme toimintaa myös jäsenkokouksissa, kahvilatapaamisissa ja muissa tilaisuuksissa.



## **Kutsu yhdistyksen syyskokoukseen ja Puurojuhlaan lauantaina 28.11.2026 klo 14–19, Ravintola Hills**

Syyskokous pidetään lauantaina 28.11.2026 klo 14 alkaen  
os. Ravintola Hills, Klovinpellontie 1–3 torni 1, 02180 Espoo.

Kokouksen asialistalla on sääntöjen 6 § mukaiset asiat, mm.  
hyväksytään yhdistyksen toimintasuunnitelma ja talousarvio sekä  
valitaan yhdistyksen hallituksen jäsenet ja varajäsenet.

Kokouksen jälkeen seurustellaan, viihdytään ja nautitaan  
herkullisista joulutarjoiluista hyvissä tunnelmissa.

Tarjolla muun muassa:

Salaatteja ja höysteitä, bataattilaatikkoa, joulukinkkua, kalkkunan  
rintaa luumutäytteellä sekä kahvi/tee ja jouluinen leivos.

Kaikki tarjoilut ovat laktoosittomia. Ilmoitathan muut mahdolliset  
allergiat ja erikoisruokavaliot ilmoittautumisen yhteydessä.

Omavastuu 10 €, myös avustajalta. Lisäksi muuta ohjelmaa.  
Tilaisuus päättyy viimeistään klo 19.00. Lämpimästi tervetuloa  
mukaan!

Lisätiedot ja sitovat ilmoittautumiset to 19.11.2026 mennessä,  
Aija Tarkiainen, 0400 900 657 tai [aija.tarkiainen\(at\)gmail.com](mailto:aija.tarkiainen(at)gmail.com)

Omavastuun (10 €, myös avustaja) maksaminen

**Maksa 19.11.2026 mennessä**

Nordean tilille FI 27 1478 3000 1029 59

Käytä viitettä **202611190**

**Ei jälki-ilmoittautumisia! Maksua ei palauteta**

## YHTEISET TAPAAMISET

**Muista ilmoittautua kaikkiin tapaamisiin ja antaa samalla yhteystietosi!** Huomioi, että jo sovittuihin tapaamisiin voi tulla muutoksia. Huomioi muut osallistujat ja tule tapaamisiin vain, jos olet terve.



### **Halloween-kahvilatapaaminen lauantaina 24.10.2026 klo 14–18, Ravintola Hill's**

Tule viettämään Halloween-teemaista kahvihetkeä Ravintola Hills'iin, os. Klovinpellontie 1–3 torni 1, 02180 Espoo.

Tiedossa on mukavaa yhdessäoloa, mahtavaa Halloween-ohjelmaa sekä maistuvia tarjoiluja, mm. pizzaa ja muita herkkuja!

Kaikki tarjoilut ovat laktoosittomia. Ilmoitathan muut mahdolliset allergiat ja erikoisruokavaliot ilmoittautumisen yhteydessä.

Lisätiedot ja sitovat ilmoittautumiset to 15.10.2026 mennessä, Aija Tarkiainen, 0400 900 657 tai [aija.tarkiainen\(at\)gmail.com](mailto:aija.tarkiainen@gmail.com)

Omavastuun (5 €, myös avustaja) maksaminen

**Maksa 15.10.2026 mennessä**

Nordean tilille FI 27 1478 3000 1029 59

Käytä viitettä **202610243**

**Ei jälki-ilmoittautumisia! Maksua ei palauteta**



## Lounastapaamiset

Yhdistyksen lounastapaamiset kerran kuukaudessa yleensä kuukauden ensimmäisenä perjantaina, klo 12.30 alkaen. Yhdistyksen pöytävaraus on 12 ruokailijalle ja yhdistys tukee jäsenen ruokailua 5 €/kerta.

Tutustutaan yhdessä uusiin ja joskus tuttuihin ruokapaikkoihin. Halutessasi voit ottaa ystävän mukaasi, yhdessä on aina mukavampaa.

Lisätiedot ja hintatiedustelut sekä ilmoittautumiset Tuovi Nykänen, 045 131 4455 tai [tuovi.nykanen\(at\)gmail.com](mailto:tuovi.nykanen@gmail.com).

Seuraavat lounastapaamiset:

- pe 2.10.2026 (ilmoittautuminen pe 25.9.2026 mennessä)  
Rosso Iso Omena, Piispanilta 11, 02230 Espoo
- pe 6.11.2026 (ilmoittautuminen pe 30.10.2026 mennessä)  
Ravintola Fukelai, Karaportti 2, 02160 Espoo
- pe 4.12.2026 (ilmoittautuminen pe 27.11.2026 mennessä)  
Tapiola Garden, Tapionaukio 3, 02100 Espoo
- pe 8.1.2027 (ilmoittautuminen to 31.12.2026 mennessä)  
Palvelutalo Hopeakotka, Kotkapolku 2, 02620 Espoo



## ESPINin oma Kirjapiiri

Tavataan etänä hyvien kirjojen äärellä! Voit lukea kirjan tai kuunnella sen äänikirjana. Tapaamisissa keskustelemme yhdessä kirjan nostamista ajatuksista. Muista varata kirjat ajoissa kirjastosta. Tutustu myös Saavutettavuuskirjasto Celiaan <https://www.celia.fi>

Tapaamiset **klo 18** alkaen:

ma 26.10.2026 luetaan Minna Lindgren: Soteorpo

ma 30.11.2026 luetaan Tove Jansson: Muumilaakson marraskuu

ma 25.1.2027 luettava kirja ilmoitetaan myöhemmin

Ilmoitathan sähköpostisi, jotta saamme lähetettyä osallistumislinkin tilaisuuteen. Voit myös vinkata hyvistä kirjoista Kirjapiirille!

Ilmoittaudu mukaan pari päivää ennen tapaamista Ritva Viljanen, [ritva.viljanen64\(at\)gmail.com](mailto:ritva.viljanen64(at)gmail.com)



## **Joulukorttipaja Karaportissa lauantaina 14.11.2026 klo 12–16**

Tule mukaan viettämään mukavaa lauantaita askartelun merkeissä yhdistyksen toimistolle! Joulukorttien lisäksi voit halutessasi askarrella muutakin tai tutustua kalenteriaskarteluun.

Ilmoittaudu mukaan ma 9.11.2026 mennessä:  
[espinry.toimisto\(at\)gmail.com](mailto:espinry.toimisto(at)gmail.com) tai 041 548 0638



## **Suunnitelmissa joulukonsertti joulukuussa 2026!**

Suunnittelemme yhteistä retkeä kuuntelemaan joulukonserttia johonkin Espoossa tai lähialueella. Mahdollisen konsertin aika ja paikka ovat siis vielä avoinna.

Jos olisit kiinnostunut osallistumaan johonkin joulukonserttiin, ilmoita kiinnostuksesi yhdistyksen toimistolle:  
[espinry.toimisto\(at\)gmail.com](mailto:espinry.toimisto(at)gmail.com) tai 041 548 0638

## Kaikukortti

Kulttuuri kuuluu kaikille. Kaikilla ei kuitenkaan ole varaa hankkia lippuja esimerkiksi museoon, teatteriin tai konserttiin. Ratkaisuksi tähän on kehitetty Kaikukortti. Kaikukortin tavoitteena on parantaa taloudellisesti tiukassa tilanteessa olevien henkilöiden mahdollisuuksia nauttia taiteesta ja kulttuurista.

Monilla meistä on ollutkin Kaikukortti, mutta se on vanhentunut. Kannattaa kysyä uutta korttia Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen vammaispalveluista!

Lisää tietoja Kaikukortista löydät osoitteesta  
[www.espoo.fi/fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/kaikukortti](http://www.espoo.fi/fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/kaikukortti)

## LIIKUNTA

### Asahi

Asahin syyskausi live-etänä **maanantaisin 7.12.2026 asti klo 13.00–13.45** (45 min). Lisätietoja asahista ja tunnin vetäjästä löydät osoitteesta [www.eveliinarusi.fi](http://www.eveliinarusi.fi).

Saat sähköpostiisi viestin, jossa on tunnukset ja salasana sivustolle. Tunnille osallistuminen tai tallenteiden katsominen ei vaadi mitään erikseen asennettavaa ohjelmaa. Kaikki tunnit tulevat sivustolle myös tallenteina. Voit katsoa niitä, milloin itsellesi parhaiten sopii, aina seuraavan kauden alkuun asti.

**Syyskauden hinta on 25,00 €**, ilmoittautuneille lähetetään lasku. Ilmoita sähköpostiosoitteesi [espinry.toimisto@gmail.com](mailto:espinry.toimisto@gmail.com). Mukaan mahtuu vielä!



## Tuolilattarit

Tuolilattareita voit tulla tanssimaan paikan päälle tai tanssia kotona videoklippien avulla. **Tuolilattarit torstaisin 10.12.2026 asti klo 16.50–18.00**, Kuitinmäen koululla, os. Kuitinkuja 4, Espoo. Tule tanssimaan ja ota ystäväsikin mukaan!

Tiina Lindroos on tehnyt videoklippejä tuolilattareista. Noin 30 min lämmittelyosuus pysyy vakiona eikä sitä lähetetä joka viikko uudestaan, mutta noin 30 min tanssiosuus vaihtuu viikoittain.

**Syyskauden hinta on 35,00 €.** Lisätiedot ja ilmoittautumiset Kristina Bjugg, 040 577 3398 tai kitti.bjugg(at)hotmail.fi



## Oletko jo tutustunut Espoon kaupungin ohjattuun liikuntaan?

Espoon kaupunki järjestää yhteistyössä eri yhdistysten kanssa ohjattua liikuntaa. Monet kurssit soveltuvat hyvin liikuntavammaisille eivätkä ne edellytä järjestävän yhdistyksen jäsenyyttä.

Lue lisää osoitteesta [espoo.fi/ohjattuliikunta](https://espoo.fi/ohjattuliikunta).

Samalla sivulla voit hakea kiinnostavia kursseja ja ilmoittautua mukaan!



## TIEDOKSI

### Invalidiliiton jouluavustus: hakuaika 6.–20.11.2026

Invalidiliiton joulun ruokalahjakortit á 60 € vähävaraisille vammaisille tulevat jälleen haettavaksi. Hakuaika on 6.–20.11.2026. Avustusta voivat hakea yhdistyksen varsinaiset jäsenet, joiden jäsenyys on voimassa hakuhetkellä. Lahjakortteja voidaan myöntää 1/talous.

Jäsenet voivat hakevat lahjakorttia suoraan Invalidiliitosta soittamalla tai sähköpostitse. Muistathan myös perustelut. Lue lisää It-lehden numerosta 7, joka ilmestyy 6.11.2026.

### **Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue aloittaa suomi.fi-viestien käyttöönoton vuoden 2026 aikana.**

Ensimmäisenä viestit otettiin käyttöön syyskuussa hyvinvointialueen asiantuntemuksessa ja suomi.fi-viestillä voidaan lähettää esimerkiksi vastaus asiakkaan tekemään muistutukseen tai oikaisuvaatimukseen. Suomi.fi-viestien käyttö laajenee loppuvuodesta 2026. Tavoitteena on, että hyvinvointialue lähettää suomi.fi-viestinä esimerkiksi ilmoitukset, asiakaskirjeet sekä myöhemmin myös asiakaslaskut.

### **Tiedossa muutoksia Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen apuvälinepalveluihin 1.1.2027 alkaen**

Apuvälinekeskuksen Espoon yksikön perusterveydenhuollon apuvälinepalveluiden toiminta siirtyy Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueelle 1.1.2027 alkaen. Espoon alueella on tiedossa muutoksia mm. Apuvälineyksikön (Espoon sairaala) lainaamatoimintaan, vammaispalvelun kodinmuutostöiden toteutukseen sekä lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden maksusitoumusten käsittelyyn.

### **Pysäköinti LE-tunnuksella Espoon kauppakeskuksissa**

**AINOA:** LE-tunnusta näyttämällä ja kertomalla rekisteritunnuksen AINOAn infopisteellä 1. kerroksessa saa 3 tuntia maksutonta pysäköintiä.

**Entresse:** Pysäköintipaikat toimivat parkkikiekolla, jolla saa 3 tuntia veloituksetonta pysäköintiä.

**Iso Omena:** Ole yhteydessä Ison Omenan asiakaspalveluun sähköpostitse asiakaspalvelu.isoomena(at)citycon.com.

Asiakaspalvelun kanssa sovitaan aika, jolloin käydään näyttämässä LE-tunnusta asiakaspalvelun Ison Omenan toimistolla. Tällöin saa 5 tuntia/vrk ilmaista pysäköintiä vuodeksi.

**Lippulaiva:** LE-tunnuksella 2 ylimääräistä tuntia pysäköintiaikaa, jolloin ilmainen pysäköintiaika on yhteensä 3 tuntia.

Edun saat näyttämällä LE-tunnuksen 1. kerroksen R-kioskin infopisteellä. Ilmaiset lisätunnit yhdistetään auton rekisteri-numeroon. HUOM! Etu on kertaluontoinen, joten muista käydä näyttämässä LE-tunnus aina asioidessasi Lippulaivassa autolla.

**Sello:** LE-tunnuksella voi hakea 2 lisätuntia veloituksetonta pysäköintiaikaa Sellon turvavalvomosta pysäköintihallin K-riviltä tai soittamalla Turvavalvomoon puh. 09 276 7236.

## VAIKUTTAMISTOIMINNAN VILLI VUOSI 2026

Vuosi 2026 on yhdistyksen vaikuttamistoiminnan villi vuosi! Yhdistyksen vaikuttajat aktivoituvat ja suunnitelmissa on uusia tuulia, kuten koulutuksia, mielenosoituksia ja muita tempauksia. ESPIN seuraa ja vaikuttaa edelleen sekä Espoon kaupungin että Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen palveluihin.

ESPINin vaikuttajat ovat olleet mukana laatimassa aloitteita ja lausuntoja sekä Espoon että Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen vammaisneuvostoissa, ja niiden alaisissa työryhmissä. Olemme mm. lausuneet oppimateriaalien saatavuudesta sekä tehneet aloitteita. Rakennetaan kaikille -työryhmä on antanut lausunnot mm. Tapiolan urheilupuiston Stadionista ja Kivenlahden liikekeskuksesta. Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen vammaisneuvosto on käsitellyt mm. kuljetuspalveluiden tilannetta sekä lausunut hyvinvointialueen järjestöavustusten myöntämisperusteista.

Jos haluat mukaan ESPINin vaikuttajiin tai sinulla on hyviä ideoita vaikuttamistoimintaan, ilmoittaudu mukaan toimistolle: [espinry.toimisto\(at\)gmail.com](mailto:espinry.toimisto(at)gmail.com). Voit antaa meille myös palautetta siitä, kuinka palvelut toimivat. Ellemme tiedä ongelmista, emme voi tehokkaasti vaikuttaa niihin!

## ESPOON VAMMAISNEUVOSTO

Espoon vammaisneuvosto vaikuttaa Espoon eri palveluihin. Haluatko jättää asian vammaisneuvoston käsittelyyn? Ole yhteydessä vammaisneuvoston puheenjohtajaan Pirkko Kuuselaan, [pirkko.kuusela\(at\)gmail.com](mailto:pirkko.kuusela@gmail.com). Hänelle voit myös ilmoittautua mukaan vammaisneuvoston työryhmään/työryhmiin:

### **Rakennetaan kaikille -työryhmä:**

Rakennusten ja rakennetun ympäristön esteettömyys. Puheenjohtaja Hanne Österberg.

### **Lapset ja nuoret -työryhmä:**

Lasten ja nuorten asiat. Puheenjohtaja Riitta Vihunen.

### **Hyvinvointi, osallisuus ja terveyden edistäminen (HOT) -työryhmä:**

Hyvinvoinnin, liikunnan ja kulttuurin asiat. Puheenjohtaja Hanna Bäckström.

### **Työllisyys -työryhmä**

Työllisyyskysymykset. Puheenjohtaja Pirkko Kuusela.

## LÄNSI-UUDENMAAN HYVINVOINTIALUEEN VAMMAISNEUVOSTO

ESPINin on mukana myös Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen vammaisneuvostossa. Vammaisneuvoston puheenjohtajana toimii yhdistyksen puheenjohtaja Pirkko Kuusela. Vammaisneuvostolle voit lähettää sähköpostia osoitteeseen [vammaisneuvosto@luvn.fi](mailto:vammaisneuvosto@luvn.fi).

Voit lukea lisää hyvinvointialueen vammaisneuvostosta nettisivuilta <https://www.luvn.fi/fi/paatoksenteko/vammaisneuvosto>

# INVALIDILIITON TOIMINTA

## Invalidiliiton koulutukset



Yhdistys tukee jäsenistön kouluttautumista!

Jos löysit jonkin hyvän kurssin, niin ota yhteyttä Aija Tarkiaiseen, 0400 900 657 klo 17.00 jälkeen.

Lisätietoa koulutuksista ja ilmoittautumiset koulutustilaisuuksiin löydät osoitteesta: <https://www.invalidiliitto.fi/koulutuksia>

Koulutuksien sisällöstä ja **toteutumisesta** kannattaa kysyä suoraan Invalidiliitosta Johanna Pölkki, johanna.polkki(at)invalidiliitto.fi tai 044 465 6061.

Otteita koulutuskalenterista:

| Mitä?                                                                                   | Milloin ja missä?                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Eduskuntavaaliaiheinen webinaari                                                        | ti 13.10.2026 klo 17–18.30, Teams |
| Tietoisku: Vammaispalvelujen hakeminen – Palvelutarpeen arviointi ja asiakassuunnitelma | pe 16.10.2026 klo 10–10.15, Teams |
| Esteetön autoilu: auton muutostyöt, ajokyky ja sähköistyvä liikenne                     | to 12.11.2026 klo 10–11.30, Teams |
| Tietoisku: Vammaispalvelut – Liikkumisen tuki                                           | pe 13.11.2026 klo 10–10.15, Teams |
| Kansainvälisen miestenpäivän webinaari                                                  | to 19.11.2026 klo 17–18.30, Teams |
| Toimiiko vammaispalvelulaki käytännössä? -webinaari                                     | ti 24.11.2026 klo 17–18.30, Teams |
| Kansainvälisen vammaisten päivän webinaari: Kuuluuko ääneni?                            | to 3.12.2026 klo 17–18.30, Teams  |

## **Invalidiliitolta taloudellista tukea opiskeluihin, kouluttautumiseen ja liikunta- ja urheiluharrastuksiin**

Jäsenyhdistysten jäsenet voivat hakea Invalidiliiton kautta taloudellista tukea testamentteina saaduista varoista lahjoitusehtojen mukaisesti opiskeluihin ja kouluttautumiseen.

Tukea voi saada opiskelusta tai kouluttautumisesta aiheutuviin kuluihin tai siinä tarvittaviin laitteisiin. Tuki on maksimissaan muutamia sataasia.

Jos jäsen haluaa hakea tukea Invalidiliiton testamenttivaroista, voi hän olla yhteydessä Nina Kettuseen, 044 7650 667 tai [nina.kettunen\(at\)invalidiliitto.fi](mailto:nina.kettunen@invalidiliitto.fi). Haku on jatkuva ja hakemukset käsitellään saapumisjärjestyksessä. Tuki maksetaan yleensä kuitteja vastaan ja tarvitsemme tiedoksi mm. opiskelutodistuksen.

Lisäksi jäsenyhdistysten jäsenet voivat hakea taloudellista tukea liikunta- tai urheiluharrastukseen Vammaisliikunnan Tuki ry:stä. Haku on aina maaliskuun ja syyskuun loppuun mennessä.

Lisätietoja Invalidiliiton nettisivuilta

<https://www.invalidiliitto.fi/vammaisliikunnan-tuki-ryn-avustus-liikuntatoimintaan>

### **Invalidiliiton neuvontapalvelu**

**Puhelinneuvonta puh. 0200 1234**

tiistaisin ja torstaisin klo 13–17

HUOM! Invalidiliiton puhelinneuvonnassa voi olla poikkeuksia mm. jouluna ja uutenavuotena.



Neuvonta sähköpostilla [neuvot@invalidiliitto.fi](mailto:neuvot@invalidiliitto.fi)

Neuvomme erityisesti vammaisuuteen, vammaispalveluihin, esteettömyyteen, saavutettavuuteen sekä vammaisten henkilöiden oikeusturvaan ja yhdenvertaisuuden toteutumiseen liittyvissä asioissa. Neuvontapalvelumme on tarkoitettu kaikille vammaisille henkilöille, heidän läheisilleen sekä ammattihenkilöstölle.

Invalidiliiton neuvontapalvelu ei tee kotikäyntejä, laadi asiakkaiden puolesta hakemuksia tai muutoksenhakukirjelmia tai hoida asioita yleisissä tai hallintotuomioistuimissa. Oikeudelliset asiat, kuten avioerot, testamentit, perunkirjoitukset ja rajariidat eivät myöskään kuulu neuvontapalvelun piiriin.



## **ESPOON KAUPUNKI**

**Espoon esteettömyysasiantuntija on Sirkku Kiviniitty**

puh. 040 634 4699, sirkku.kiviniitty(at)espoo.fi

**Espoon kaupungin liikuntaneuvonnan puhelinpalvelu**

puh. 09 816 60800, ma–pe klo 12.00–13.00.

**Talvikunnossapito: Kaupunkiympäristön asiakaspalvelu**

puh. 09 816 25100, ma–pe 10.00–15.30.

**Millaisessa Espoossa eläisit parasta elämääsi?**

Kaupunki kysyy mielipiteitä Voxit-alustalla 28.8.–31.10.2026. Voxit on anonyymi, erilaisten väittämien äänestämiseen perustuva keskustelualusta. Vastaa kyselyyn <https://www.espoo.fi/fi/kaupunki-ja-paatoksenteko/voxit-anna-aanesi-kuulua-paatoksenteossa>

## **LÄNSI-UUDENMAAN HYVINVOINTIALUE**

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue järjestää:

perusterveydenhuolto, erikoissairaanhoido, sosiaalihuolto, hammashoito, mielenterveys- ja päihdepalvelut, vammaisten palvelut, ikääntyneiden asumispalvelut, pelastuspalvelut eli palokunnat ja ambulanssit.

Voit käydä lukemassa lisää Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen palveluista osoitteesta [www.luvn.fi](http://www.luvn.fi) ja hyvinvointialueen vammaispalveluista [www.luvn.fi/fi/palvelut/vammaispalvelut](http://www.luvn.fi/fi/palvelut/vammaispalvelut)

### **Perusyhteystiedot hyvinvointialueelle:**

#### **Vammaispalveluiden neuvonta**

Vammaispalvelujen neuvonta on nykyään osa Sosiaalipalvelujen neuvontaa. Puhelinnumero on 029 151 2425.

Puhelinpalvelu on auki ma–pe klo 9–12.

#### **Muu yhteystieto**

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue

PL 33, 02033 LÄNSI-UUDENMAAN HYVINVOINTIALUE

Vaihde: 029 151 2000, [kirjaamo@luvn.fi](mailto:kirjaamo@luvn.fi)

### **Asiaa hyvinvointialueen asiakasmaksuista**

Jos käytät tiettyjä hyvinvointialueen (LUVN) palveluita, sinun täytyy maksaa niistä asiakasmaksu. Jos sinulla on ongelmia maksaa asiakasmaksuja ota yhteyttä siihen alueen yksikköön, josta olet saanut laskun ja pyydä siirtämään maksupäivää. Hyvinvointialueen maksamattomat laskut menevät suoraan perintään ja loppusumma kasvaa entistä suuremmaksi!

Voit hakea asiakasmaksun alentamista tai perimättä jättämistä sosiaalihuollon maksuista sekä niistä terveydenhuollon maksuista, jotka määräytyvät tulojesi mukaan.

Sinun täytyy hakea jokainen asiakasmaksun alennus tai perimättä jättäminen erikseen.

Jos hyvinvointialueen asiakasmaksut ja niiden alentamisen hakeminen ihmetyttää, ota yhteyttä yhdistyksen toimistolle.

## YHTEISTYÖTÄ

Hyvä Arki ry:n keskus, Sokinsuonkuja 4, 02760 Espoo



### **Ruoka-apua kotiin**

Jos et pääse lähimpään ruokajakoon Espoossa, voimme tuoda hävikkiruokaa kotiin. Soita, lähetä tekstari tai WhatsApp-viesti Monikalle numeroon 0504706764 tai sähköpostia [monika.meling\(at\)hyva-arki.fi](mailto:monika.meling(at)hyva-arki.fi), niin olemme sinuun yhteydessä.

### **Keitä me olemme?**

Keskuksella tekee työtä monimuotoinen porukka, joka on aina valmis auttamaan. Mitä emme osaa, sen haluamme opetella. Meillä ollaan ihmisenä ihmiselle. Ajantasaisen viikko-ohjelman löydät täältä: [Ruoka-apu.fi](http://Ruoka-apu.fi) – Enemmän kuin ruokaa:

[www.ruoka-apu.fi](http://www.ruoka-apu.fi) valitse paikkakunnaksi Espoo

Mitä sinä tarvitset? Kerro meille ja kysy lisää keskukselta tai Monikalta 050 4706 764, [monika.meling\(at\)hyva-arki.fi](mailto:monika.meling(at)hyva-arki.fi).

## ESPIN IN ENGLISH

ESPIN is an association for disabled people living in Espoo and Kauniainen.

We host a lot of events for you to attend, where you can meet other people, talk about things that are on your mind, give and get support. Join us for a fun time!

For more information on activities, feel free to contact [espinry.toimisto\(at\)gmail.com](mailto:espinry.toimisto(at)gmail.com)

## HALLITUS 2026

PIRKKO KUUSELA

Puheenjohtaja

040 572 6296, sähköposti [pirkko.kuusela\(at\)gmail.com](mailto:pirkko.kuusela(at)gmail.com)

AIJA TARKIAINEN

varapuheenjohtaja ja talouspäällikkö

0400 900 657, sähköposti [aija.tarkiainen\(at\)gmail.com](mailto:aija.tarkiainen(at)gmail.com)

UUNO YLÖNEN

sähköposti [espinry.toimisto\(at\)gmail.com](mailto:espinry.toimisto(at)gmail.com)

HANNE ÖSTERBERG

sähköposti [espinry.toimisto\(at\)gmail.com](mailto:espinry.toimisto(at)gmail.com)

Espoon vammaisneuvoston Rakennetaan kaikille -työryhmän  
vetäjä

### **Varajäsenet:**

KRISTINA BJUGG

liikuntavastaava

040 577 3398, sähköposti [kitti.bjugg\(at\)hotmail.fi](mailto:kitti.bjugg(at)hotmail.fi)

RITVA KARHUNEN

sähköposti [karhunenritva\(at\)gmail.com](mailto:karhunenritva(at)gmail.com)

RITVA VILJANEN

041 319 9877, sähköposti [ritva.viljanen64\(at\)gmail.com](mailto:ritva.viljanen64(at)gmail.com)

\*\*\*

### **Lounastapaamiset**

TUOVI NYKÄNEN

045 131 4455, sähköposti [tuovi.nykanen\(at\)gmail.com](mailto:tuovi.nykanen(at)gmail.com)

### **Kumppanuuskoordinaattori,**

sihteeri ja tiedotusvastaava (hallituksen ulkopuolinen)

HANNA BÄCKSTRÖM

040 832 2681, sähköposti [backstrom.hanna2\(at\)gmail.com](mailto:backstrom.hanna2(at)gmail.com)

**Lähettäjä: ESPIN ry**  
Toimisto

Karaportti 5  
02610 ESPOO