

## KEVÄT 2026

K  
A  
I  
K  
I  
L  
L  
E

**RIKOSUHRIPÄIVYSTYS** Matalan kynnyksen tukea ja neuvontaa rikoksen uhreille, rikoksen uhrin läheisille, sekä rikosasiassa todistaville. Arkisin ajanvarauksella.  
*Trombi*

**VALO-VALMENNUS YHDISTYS RY & SOTEK-SÄÄTIÖ SR** Avoin olohuonetoiminta - tule sellaisena kuin olet. Tiistaisin, torstaisin ja perjantaisin klo 8:30-13. *Monsuuni*

**A-KILTA PORVOO** Seurapeli-ilta. Tuttuja ja uusia seurapelejä kaikille päihdeettömästä vapaa-ajasta kiinnostuneille aikuisille. Voi vaikka tulla vaan tutustumaan ja seurailemaan – kahvit aina tarjolla. Pelit mahdollistaa A-kilta, muttei jäsenyyttä tarvita. Joka tiistai klo 17. *Tuulimyly.*

**MIELI RY** Keskustelutukea kriisitilanteessa ajanvarauksella. Ajanvaraus tapahtuu verkossa osoitteessa: <https://mieli.fi/>. *Sirocco*

L  
Ä  
H  
E  
I  
S  
E  
T

**FINFAMI UUSIMAA RY** Avoin ryhmä mielenterveysomaisille/läheisille maanantaisin 9.3., 13.4. ja 11.5. klo 17:30-19. *Sirocco*

**FINFAMI UUSIMAA RY** Yksilötapaamisia omaisille ajanvarauksella 9.3., 13.4. ja 11.5. Tapaamisissa saat maksutonta tuen ja neuvonnan keskustelupalvelua sosiaali- ja terveysalan ammattilaisen kanssa. Finfami Uusimaa ry:n palvelu on suunnattu omaisille, joiden läheisellä on ongelmia mielenterveyden, sekä mahdollisten päihdeidenkäytön kanssa. Ajanvaraus tapahtuu verkossa osoitteessa: <https://bit.ly/3x8E5jR>. *Sirocco*

**ACA** Turvallinen ympäristö aikuisille lapsille yhteisten kokemusten jakamiseen. Keskiviikkoisin klo 18. *Monsuuni*

Mielen-  
terveys

**ETELÄN-SYLI RY** Syömishäiriötä sairastavien ja toipuvien vertaistukiryhmä tiistaina 14.4. ja 26.5. klo 17.30-19. *Sirocco*

*Kursivoituna Myötätuulen tila*



## KEVÄT 2026

R  
I  
I  
P  
P  
U  
U  
S

### ALUEELLINEN VINKKI -TOIMINTA

Matalan kynnyksen terveysneuvontaa suonensisäisiä huumeita käyttäville ti klo 8:30-17, to klo 8:30-12:30 ja pe klo 8:30-14. *Calima*

### A-KILTA PORVOO

Kannustaa ja edistää raittiuteen joka ikinen torstai klo 17. *Tuulimylly*

### NA PORVOO

Ryhmä addikteilte ja heille, jotka epäilevät itsellään huumeongelmaa (myös alkoholi) joka ikinen maanantai klo 18. *Monsuuni*

### KOKON AA

Ryhmä päihdeongelmallisille. Joka ikinen perjantai klo 18. *Monsuuni*

### KRAN rf.

Oletko huolissasi omasta tai läheisesi päihteiden käytöstä? Lämpimästi tervetuloa matalan kynnyksen vastaanotolle, jossa voit tavata koulutetun kokemusasiantuntijan. Tiistaisin klo 9-13 ilman ajanvarausta. *Sykloni*.

**PELIRAJATON** Vertaisryhmä rahapelaamisen lopettamiseen pyrkiville. Alkaen 18.3. klo 17:30. Ryhmä kokoontuu kertaviikkoisin samaan aikaan Myötätuulussa. Ilmoittautumiset lomakkeen kautta: <https://pelirajaton.fi/ryhmat>. Ohjaaja ottaa yhteyttä ennen ryhmän alkamista. *Sirocco*

## Väkivalta

**VÄKIVALTATYÖN AVOPALVELU PAASI** (ent. Lyömätön linja keski- ja itä-uusimaa) Apua ja tukea väkivallan kaikille osapuolille. Arkisin ajanvarauksella. *El Niño*

Kursivoituna Myötätuulen tila



Esteetön sisäänkäynti

Sisäänkäynti

Jokikatu



**European unionin  
rahoittama**

NextGenerationEU

*Östra* **UUSIMAA  
NYLAND**

Hyvinvointialue  
Välfärdsområde

**KOORDINAATTORIN NEUVONTA JA OHJAUS**

Puhelimitse 040 139 6122 arkisin klo 9.00-14.00.

Jokikatu 7A21, 2.krs.