



Sosiaali- ja terveystieteen jäsenyhdistykset
LINK Lahden järjestökeskuksessa



Tietoa ja tukea sinulle

Sosiaali- ja terveystalan jäsenyhdistykset LINK Lahden järjestökeskus ry:ssä

Etelä-Hämeen Lihastautiyhdistys ry.....	3
Lahden Kuulo ry.....	3
Lahden Seudun ADHD-yhdistys ry.....	4
Lahden Seudun Invalidit ry.....	4
Lahden Seudun Psoriasis-yhdistys ry.....	5
Lahden Seudun Sairaus- ja Tapaturmainvalidit ry.....	5
Päijät-Hämeen AVH ry.....	6
Päijät-Hämeen Aivovammayhdistys ry.....	6
Päijät-Hämeen Autismi ja Asperger ry.....	7
Päijät-Hämeen Ilco ry.....	7
Päijät-Hämeen keliakiayhdistys ry.....	8
Päijät-Hämeen kilpirauhas-yhdistys ry.....	8
Päijät-Hämeen Luustoterveys ry.....	9
Päijät-Hämeen munuais- ja maksayhdistys ry.....	10
Selkäyhdistys SalpausSelät ry.....	11
Suomen Tinnitus-yhdistys ry.....	11

Etelä-Hämeen Lihastautiyhdistys ry

Yhdistys on lihastautia sairastavien ja heidän läheistensä alueyhdistys ja valtakunnallisen Lihastautiliiton jäsen. Toimialueemme on Kanta-Hämeen ja Päijät-Hämeen keskussairaaloiden alueet. Yhdistyksen tärkein tavoite on saattaa samalla tavoin sairastuneita ja heidän läheisiään yhteen, jakamaan omia kokemuksia ja saamaan opastusta sekä tukea sairauden kanssa selviämiseksi.

Toiminnan painopiste on jäsentilaisuuksissa ja alueellisessa kerhotoiminnassa. Yhdistys luo mahdollisuuksia lihassairaiden ja heidän läheistensä vuorovaikutukselle ja toimii vaikutuskanavana yhteiskunnalliseen päätöksentekoon.

Lahden Kuulo ry

Olemme Kuuloliitto ry:n, Kaakkois-Suomen kuulopiiriin jäsenyhdistys. Toimimme yhteistyössä järjestöjen ja yhteisöjen kanssa parempien kuunteluolosuhteiden kehittämiseksi. Toiminta on avointa kaikille, kuuloa tukevan kommunikaation tukemisesta apuvälineillä, tulkkausjärjestelmillä kiinnostuneille.

Tule mukaan ideoimaan ja tekemään haasteellista kokemus rikasta toimintaa.

Toimimme Lahdessa ja ympäristökunnissa. Järjestämme koulutusta ja erilaisia tapahtumia. Kuulokojeen-, CI sisäkorvaistutteen käyttäjille apuvälineohjausta ja vertaistukea. Myymme paristoja ja ohjaamme erilaisissa kuuloa koskevissa kysymyksissä. Temme yhteistyötä kuunteluolosuhteiden parantamiseksi.



**Etelä-Hämeen
Lihastautiyhdistys ry**

**Puheenjohtaja
Vivi Virtanen
040 568 3510
virtanen.vivi@gmail.com**

**Päijät-Hämeen liihastautikerho
Sinikka Puolanne
040 739 9454
sinikka.puolanne@saunalahti.fi**

<https://etelahameenlihastautiyhdistys.yhdistysavain.fi/>

www.lihastautiliitto.fi



Lahden Kuulo ry

**Puheenjohtaja
Pertti Tanskanen
040 7184 106
pjtanskanen@gmail.com**

**Varapuheenjohtaja,
rahastonhoitaja
Sanni Valtonen
040 7067 367
sanni.valtonen@outlook.com**

www.kuuloliitto.fi



**Lahden Seudun
ADHD-yhdistys ry**

**Puheenjohtaja/
tiedottaja
Pekka Simanainen
050 5251 117**

**Jäsenihteeri
Minna Pajulahti**

lahtiadhd@gmail.com

**Facebook: Lahden Seudun
ADHD-yhdistys**

www.adhd-liitto.fi



**Lahden Seudun Invalidit ry
LINK Lahden järjestökeskus
Hämeenkatu 26 A, 3. krs 15140 Lahti
(03) 782 7535**

invalidit.lahti@phnet.fi

**Puheenjohtaja
Satu Rekola-Muhonen
040 5552 476**

**Tiedotus
Kirsi-Marja Kastemäki
044 3320 230
km.kastemaki@gmail.com**

**Kesäkoti Sarvikuutti
040 7521 144**

Lahden Seudun ADHD-yhdistys ry

Adhd on aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö, josta käytetään myös nimitystä tarkkaavuus- ja yliaktiivisuushäiriö. Kyseessä on neuropsykiatrinen häiriö, jonka ydinoireet ovat tarkkaamattomuus, yliaktiivisuus ja impulsiivisuus. Nämä ydinoireet voivat näkyä ja painottua eri tavoin ja niistä on haittaa useammalla elämän osa-alueella.

Yhdistyksen jäsenille lähetetään vuosittain kaksi jäsenkirjettä, tammikuussa ja elokuussa, muutoin viestimme jäsenillemme sähköpostitse. Tietoa yhdistyksen tapahtumista löytyy netistä ADHD-liiton sivuilta. Tervetuloa mukaan toimintaan, nähdään jäsenilloissa ja muissa tapahtumissa!

Lahden Seudun Invalidit ry

Yhdistyksen tehtävänä on toimia vammautuneiden henkilöiden yhdysseurana ja edistää vammaisten henkilöiden mahdollisuuksia toimia yhteiskunnan tasa-arvoisina ja täysivaltaisina jäseninä. Yhdistyksen varsinaiseksi jäseneksi voidaan hyväksyä henkilö, jolla on pysyvä tuki- tai liikuntaelinvamma, ja joka hyväksyy yhdistyksen tarkoituksen. Yhdistys valvoo jäsentensä yhteiskunnallisia etuja, ylläpitää ja kehittää jäsentensä henkistä ja toiminnallista vireyttä.

Yhdistyksen toimistosta saa tietoja muun muassa tukihenkilötoiminnasta ja apuvälineistä. Yhdistyksellä on kuntosali-, sauna- ja istumalentoallovuorot Validi kuntoutuskeskuksessa, Launeenkatu 10, Lahti. Kuntosalin laitteet ovat käytössämme.

Lahden Seudun Psoriasisyhdistys ry

Yhdistys on perustettu vuonna 1976. Se toimii psoriaatikkojen yhdyssiteenä, etujen ajajana ja pyrkii parantamaan psoriaatikkojen hoito- ja kuntoutusmahdollisuuksia. Yhdistys antaa tietoa psoriasiksesta ja sen hoidosta sekä antaa materiaalia ja asiantuntija-apua myös oppilaitosten käyttöön.

Yhdistyksen toimialueena on Päijät-Hämeen alue eli Asikkala, Hartola, Heinola, Hollola, Hämeenkoski, Kärkölä, Lahti, Lammi, Nastola, Orimattila, Padasjoki ja Sysmä.

Lahden Seudun Psoriasisyhdistys ry on valtakunnallisen Psoriasisliiton jäsenyhdistys. Psoriasisliitto järjestää aurinkopainotteisia sopeutumiskursseja. Psoriasisliiton jäsenlehti on Ihonaika, ja siinä on tietoa myös yhdistysten tapahtumista sekä liiton tarjoamista palveluista.

Lahden Seudun Sairaus- ja Tapaturmainvalidit ry

Yhdistys kokoontuu syyskuusta toukokuuhun joka kuukauden toinen keskiviikko klo 10 LINK Lahden järjestökeskuksessa.

Vähäjärven Lomakoti Hauholla on viihtyisä lomakoti, jota voi käyttää lomailuun tai vaikka kokousten pitoon.



Lahden Seudun
Psoriasisyhdistys ry
LINK Lahden järjestökeskus
Hämeenk. 26 A, 3. krs 15140 Lahti

Puheenjohtaja
Marianne Ketonen
040 5222 303
marianne.ketonen@gmail.com

Sihteeri
Pirkko Rieppo
0400 770 341
pirkko.rieppo@gmail.com

Facebook: Lahden seudun
Psoriasisyhdistys

www.psori.fi



Lahden Seudun Sairaus- ja
Tapaturmainvalidit ry
LINK Lahden järjestökeskus
Hämeenk. 26 A, 3. krs 15140 Lahti

Puheenjohtaja
Ritva Korhonen
044 2610 028
ritva.a.korhonen@phnet.fi

Sihteeri
Pirkko Vaittinen
pirkkovaitti@gmail.com
0400 551 884

Facebook: Lahden Seudun Sairaus-
ja Tapaturma Invalidit

www.tsil.fi



Päijät-Hämeen AVH ry
LINK Lahden järjestökeskus
Hämeenk. 26 A, 3. krs 15140 Lahti

Puheenjohtaja
Maarit Leskinen
040 7198 706
maarit.leskinen@luukku.com

Sihteeri
Raija Hakkarainen
040 5242 318
raija.hakkarainen@hotmail.com

Jäsenasiat
Marju Rosimo
040 5012 978
marju.rosimo@hotmail.fi

www.aivoliitto.fi



Päijät-Hämeen
Aivovammayhdistys ry

Puheenjohtaja
Kari Vainio
040 8280 906
karivainio63@gmail.com

Facebook: Päijät-Hämeen
Aivovammayhdistys

www.aivovammaliitto.fi

Päijät-Hämeen AVH ry

Yhdistys toimii aivohalvauspotilaiden ja heidän omaistensa edunvalvojana ja yhdyssiteenä. Yhdistys järjestää jäsenilleen vertaistukea ja virkistystoimintaa. Ajankohtaista tietoa saa myös 3-4 kertaa vuodessa ilmestyvästä AVH lehdestä (jäsenetu) tai liiton nettisivuilta.

Kuukausitapaamiset LINK Lahden järjestökeskuksessa kuukauden viimeisenä keskiviikkona klo 13-15. Toivotamme kaikki entiset ja uudet jäsenet tervetulleiksi kuukausitapaamiseen.

Aivoaktiivit -ryhmä kokoontuu joka kuukauden toinen tiistai. Lisätiedot: Sirpa Manninen, 040 82226 539, sirpamanninen@hotmail.com.

Heinolan AVH -kerho kokoontuu kuukauden neljäs maanantai Mustikkatuvalla, Marjatie14 A, HEINOLA klo 16-18.

Päijät-Hämeen Aivovammayhdistys ry

Yhdistys toimii aivovammaisten, omaisten sekä muiden asiasta kiinnostuneiden yhdyssiteenä. Yhdistys järjestää mm. vertaistukea, liikuntatoimintaa, luontotilaisuuksia ja retkiä.

Kokoonnumme kuukauden ensimmäisenä tiistaina LINK Lahden järjestökeskuksessa, kaikki asiasta kiinnostuneet ovat tervetulleita.

Jäseneksi voit liittyä helpoiten tapaamisissa tai Aivovammaliiton nettisivujen kautta.

Päijät-Hämeen Autismi ja Asperger ry

Yhdistys on perustettu vuonna 2000. Jäseninä autistikirjon lasten omaisia, asperger-henkilöiden omaisia ja ammattihenkilöstöä. Yhdistyksessä on tällä hetkellä noin 140 jäsentä.

Päijät-Hämeen Autismi- ja Asperger ry kuuluu valtakunnalliseen Suomen Autismi- ja Aspergerliitto ry:n. Yhdistyksen vertaisryhmät kokoontuvat noin kuukauden – 6 viikon välein. Yhdistyksellä on myös oma facebook-ryhmä.

Päijät-Hämeen Ilco ry

Yhdistys toimii avanneleikattujen yhdyssiteenä ja etujärjestönä Päijät-Hämeen keskussairaala- piirin alueella. Yhdistyksen tehtävänä on valvoa avanneleikattujen etua, sekä toimia yhteistyössä eri viranomaistahojen kanssa. Tiedotus, tukihenkilötoiminta ja avannetarvikkeista tiedottaminen kuuluvat yhdistyksen toimintaan.

Nimi ILCO tulee kirjaimista ILeum (ohutsuoli) ja Colon (paksusuoli), joiden leikkauksissa useimmat avanteet tehdään. Halutessasi lisätietoja tutustu Finnicon kotisivuihin. www.finnilco.fi



**Päijät-Hämeen Autismi ja
Asperger ry
LINK Lahden järjestökeskus
Hämeenkat. 26 A, 3. krs 15140 Lahti**

**Puheenjohtaja
Kristiina Heiska
040 8308 423
kristiinaheiska@gmail.com**

**Sihteeri
Katri Kulonen
autas.fi@gmail.com**

www.AutAs.fi

**Facebook: Päijät-Hämeen
Autismi- ja Asperger**

Facebook: Autismiliitto

Twitter: Autismiliitto



**Päijät-Hämeen Ilco ry
LINK Lahden järjestökeskus
Hämeenkat. 26 A, 3. krs 15140 Lahti**

**Puheenjohtaja
Eija Kymäläinen
Jäsenasiat ym. asiat
040 7712 595
eijakym@phnet.fi**

www.finnilco.fi



Päijät-Hämeen keliakiayhdistys ry
LINK Lahden järjestökeskus
Hämeenk. 26 A, 3. krs 15140 Lahti

Puheenjohtaja
Maritta Palmroth
044 7372 092
maritta.palmroth@live.fi

Sihteeri, netti-/jäsenvastaava
Pia Rihu
044 5927 285
pajathameen.
keliakiayhdistys@gmail.com

www.paijat-hame.keliakiayhdistys.fi

Facebook: Päijät-Hämeen
keliakiayhdistys

www.keliakialiitto.fi



Päijät-Hämeen kilpirauhasyhdistys ry
LINK Lahden järjestökeskus
Hämeenk. 26 A, 3. krs 15140 Lahti

Puheenjohtaja
Inga Nieminen
044 5746 285
puheenjohtaja@paijatkilpi.fi

Tiedottaja Irja Karhu
040 8667 467
paijatkilpi@paijatkilpi.fi

Tukisähköposti: tuki@paijatkilpi.fi
www.paijatkilpi.fi

Facebook: Päijät-Hämeen
kilpirauhasyhdistys

Päijät-Hämeen keliakiayhdistys ry

Oma yhdistys on lähelläsi ja sinua varten! Yhdistyksemme tarkoitus on edistää keliakiaa ja iho-keliakiaa sairastavien sekä muiden gluteenitonta ruokavaliota tarvitsevien henkilöiden ja heidän läheistensä hyvinvointia. Tervetuloa mukaan yhdistyksemme toimintaan, uusia ideoita ja toteuttajia tarvitaan.

Toimintoihimme kuuluu mm. jäsenten tukeminen, ohjaus ja neuvonta, vertaistoiminta, leivonta- ja ruokakurssien järjestäminen, virkistystoiminta sekä yhteistoiminta mm. ruokaliikkeiden, ravintoloiden, leipomoiden ja matkatoimistojen kanssa.

Parhaan hyödyn saat yhdistyksemme toiminnasta, kun tulet rohkeasti mukaan!

Päijät-Hämeen kilpirauhasyhdistys ry

Yhdistyksen tavoitteena on edistää kilpirauhaspotilaiden terveyttä ja hyvinvointia, sillä kilpirauhasen toimintahäiriöt vaikuttavat laajalti eri elämäalueille.

Yhdistys järjestää lääkäriluentoja, vertaistukitapaamisia sekä jakaa kilpirauhas tietoutta erilaisissa tapahtumissa. Vertaistukitapaamisissa voi tavata muita vertaisia ja jakaa kokemuksia elämästä kilpirauhas sairauden kanssa.

Suomen kilpirauhasliiton puhelinneuvonta tiistaisin ja keskiviikkoisin 044 788 8 899. Neuvontaa saa ja kysymyksiä voi lähettää myös sähköpostitse: neuvonta@kilpirauhasliitto.fi

Päijät-Hämeen Luustoterveys ry

Yhdistys on perustettu vuonna 2010. Toimialueemme on Artjärvi, Asikkala, Hartola, Heinola, Hollola, Kärkölä, Lahti, Orimattila, Padasjoki ja Sysmä.

Yhdistys toimii luustonsa kunnosta huolehtivien ja osteopeniaa tai osteoporoosia sairastavien etujärjestönä. Jäsenetuna tuleva Luustotieto-lehti tarjoaa viimeisintä tietoa luustokuntoutujille. Yhdistys jakaa jäsenilleen ajantasaisia materiaaleja mm. ravinnon merkityksestä luustoon, luustoliikunnasta, uusista hoitomenetelmistä, kuntoutusmahdollisuuksista jne.

Vertaistuki on tärkeä osa toimintaamme ja tarjoamme sitä erilaisten yhteisten tapahtumien muodossa. Kehitämme toimintaamme palvelemaan entistä paremmin jäsenkuntaamme, virkistystä ja yhdessäolon tärkeyttä unohtamatta.

Yhdistys on Suomen Luustoliitto ry:n jäsenjärjestö. Tervetuloa mukaan toimintaamme.

Jäseneksi voi liittyä Luustoliiton nettisivujen kautta tai ottamalla yhteyttä yhteyshenkilöihin.



Päijät-Hämeen Luustoterveys ry
LINK Lahden järjestökeskus
Hämeenk. 26 A, 3. krs 15140 Lahti

**pajathameen.luustoterveys@
outlook.com**

Puheenjohtaja
Annikki Kumpulainen
040 4809 920

Jäsenasiat ja talous
Tuija Lehtinen
040 7308 058
tuikkulehtinen@gmail.com

Facebook: Päijät-Hämeen
Luustoterveys

www.luustoliitto.fi



**Päijät-Hämeen munuais-
ja maksayhdistys**
LINK Lahden järjestökeskus
Hämeenk. 26 A, 3. krs 15140 Lahti

phmuma@gmail.com

Puheenjohtaja
Mikko Saarela
050 3577 199
mikko.saarela@eduskunta.fi

Sihteeri
Sirpa Kosola
044 7195 684
sirpa.kosola@phsotey.fi

Facebook: Päijät-Hämeen
munuais- ja maksayhdistys

www.muma.fi

Päijät-Hämeen munuais- ja maksayhdistys ry

Päijät-Hämeen munuais- ja maksayhdistys on perustettu vuonna 1970. Yhdistyksen kotipaikka on Lahti. Jäsenmäärä on noin 300. Yhdistys toimii Päijät-Hämeen alueella munuais- ja maksatauteja sairastavien, heidän perheidensä ja lähiyhteisöjen etujen valvojana ja yhdessäolojärjestönä. Yhdistys toimii yhteistyössä muiden potilas- ja kansanterveysjärjestöjen kanssa. Jäsenmaksu on 18 euroa vuodessa.

Yhdistys tarjoa jäsenilleen

- Tietoa munuais- ja maksasairauksista ja niiden ennaltaehkäisystä sekä elinsiirroista
- Hoidon saatavuuden valvontaa
- Retkiä, harrastus- ja liikuntapalveluita
- Vertaistukitoimintaa
- Tiedotusta
- Hoitoyksiköiden potilasystävyyttä
- Hoitohenkilökunnan kanssa yhdessä suunniteltuja kursseja

Yhdistys on Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAA ry:n jäsen

Selkähdistys SalpausSelät ry

Yhdistys, jonka kattojärjestö on valtakunnallinen Selkäliitto ry, toimii Lahden talousalueella. Toimintamuotoja ovat liikuntaryhmät, vertaistuki, luentotilaisuudet, tuetut lomat ja virkistystoiminta. Yhdistyksen jäsenet voivat osallistua toimintaan, esimerkiksi liikuntaryhmiin, edullisempaan jäsenhintaan.

Selkähdistyksen jäseneksi voi liittyä täyttämällä netissä liittymislomakkeen, soittamalla Selkäliiton toimistoon 09 605 918 tai ottamalla yhteyttä paikalliseen selkähdistykseen.

Tervetuloa mukaan toimintaan!

Suomen Tinnitusyhdistys ry

Yhdistys toimii tinnituksesta kärsivien ihmisten ja heidän omaistensa yhdyssiteenä ja sen tarkoituksena on tukea ja rohkaista jäseniään täyden yhteiskunnallisen osallistumisen ja tasa-arvon saavuttamisessa.

Yhdistys kiinnittää yleisön ja viranomaisten huomio tinnituksen aiheuttamiin haittoihin niiden vähentämiseksi, toimia jäsentensä kuntouttamiseksi ja aktivoida tinnituksesta kärsiviä ihmisiä omatoimisuuteen ja pitää vireillä heidän harrastustoimintaansa.

Yhdistyksen yhtenä kulmakivenä on jakaa ajankohtaista ja tärkeää tietoa tinnituksesta ja kaikesta siihen liittyvästä. Päivitämme tietotaitoa jatkuvasti yhteistyökumppaneidemme avulla. Vastaamme mielellämme askarruttaviin kysymyksiin ja opastamme parhaamme mukaan eteenpäin.



Selkähdistys SalpausSelät ry
LINK Lahden järjestökeskus
Hämeenkatu 26 A, 3. krs 15140 Lahti

Puheenjohtaja, vertaistukihenkilö
Anna-Liisa Nevalainen
040 7352 272
anna-liisa.nevalainen@suomi24.fi

Sihteeri/jäsenasiat
Atte Sarilo
0400 353 055
sss.sihteeri@gmail.com

Facebook: Selkakanava
Twitter: @selkakanava

Instagram: @selkakanava
Youtube: Jumppakissa



Suomen Tinnitusyhdistys ry
040 5681 034

Puheenjohtaja
Leena Rekola
leena.rekola@elisanet.fi
0500 323 357

Sihteeri
Anne Järvisalo
050 3380 947
anne.jarvisalo@phnet.fi

www.tinnitusyhdistys.fi



LINK Lahden järjestökeskus ry (ent. Lahden Invakeskus ry) on yhdistys, jonka jäseniä ovat Päijät-Hämeen alueella toimivat sosiaali- ja terveystalan yhdistykset. Vuodesta 2017 alkaen myös muiden alojen yhdistykset ovat voineet liittyä järjestökeskukseen.

Järjestökeskus toimii keskeisenä kohtauspaikkana jäsenjärjestöille sekä muiden järjestöjen kanssa tehtävälle yhteistyölle. Järjestökeskus toimii myös monien vertaistukiryhmien ja koulutustilaisuuksien tilana.

LINK järjestää jäsenyhdistyksilleen koulutus- ja virkistystapahtumia sekä mahdollisuuden osallistua erilaisiin messuihin ja tapahtumiin.

LINKin jäseneksi voi hakea lähettämällä vapaamuotoisen hakemuksen LINK Lahden järjestökeskus ry:n hallitukselle.

Hämeenkatu 26 A, 3. krs, 15140 LAHTI
lahdenlink@pp.inet.fi
p. 040 934 0285, (03) 734 5541
Avoinna arkisin klo 10-15
www.lahdenlink.fi