



YHDISTÄÄ
& TUKEE



VERKKO

SYKSYN TOIMINTA

LUE RYHMISTÄ, TYÖPAJOISTA
SEKÄ LUENNOISTA JA TULE
MUKAAN TOIMINTAAMME

KOULUTTAUDU KETTULUUTA-
VERTAISPALVELUOHJAAJAKSI

KOULUTUSHAKU ON AUKI 25.8.
SAAKKA





SISÄLLYSLUETTELO

1. YHTEYSTIEDOT (SIVU 3)
2. KUUKAUDEN TOIMINTA (SIVU 4)
3. ELOKUUN NOSTOT (SIVU 5)
4. ELOKUUSSA WERKKOLASSA (SIVUT 6-7)
5. TYÖNTEKIJÄN KUULUMISIA: SATU (SIVU 8)
6. KETTULUUTA-TUKIPISTEET & ETÄTUKI (SIVU 9)
7. KETTULUUDAN KUULUMISIA: PIA (SIVU 10)
8. KETTULUUTA-KOULUTUSHAKU (SIVU 11)
9. TOIMINNANJOHTAJAN KUULUMISIA (SIVUT 12-15)
10. WERKKOLAN AVOIMET OVET (SIVU 16)
11. KLAUKKALAN OLOHUONE (SIVU 17)
12. JÄRVENPÄÄN OLOHUONE (SIVU 18)
13. SYKSYN TOIMINNASTA (SIVU 19)
14. SYKSYN TOIMINTANOSTOT (SIVUT 20-21)
15. SYKSYN TOIMINTA 2025: LYHYESTI (SIVUT 22-26)
16. KUVIA KEVÄÄSTÄ 2025 (SIVUT 27-29)
17. TILAA UUTISKIRJE (SIVU 30)



YHTEYSTIEDOT

Osoite: Kirjastokatu 4, 04410 Järvenpää
(sisäänkäynti sisäpihalla, jonne tullaan
Pormestarinpolulta)

Sähköposti: info@kuwerkko.fi

Verkkosivut: www.kuwerkko.fi

WERKKO RY

Laura Savolainen

Toiminnanjohtaja

044 491 8266

laura.savolainen@werkkory.fi

Ursula Arsiola

Kokemuskehittäjä / viestintä

050 366 4332

ursula.arsiola@werkkory.fi

Jouko Raunimaa

Hallituksen puheenjohtaja

040 503 8625

jokkewerkko@gmail.com

Työkokeilussa Jaana Savolainen

30.9.2025 asti

harjoittelija@werkkory.fi



KETTULUUTA- VERTAISPALVELUOHJAUS- HANKE

Hankepäällikkö

Hanna Koppelomäki

050 366 2114

hanna.koppelomaki@werkkory.fi

Kettuluuta-hanketyöntekijät

- Elias Salminen

044 901 4741

elias.salminen@werkkory.fi

- Satu Korpikoski

044 901 8906

satu.korpikoski@werkkory.fi

Kettuluuta-tuki

044 901 8906

kettuluuta@gmail.com

KUUKAUDEN TOIMINTAA

Miten kalenteria luetaan:

- **Mustalla** olevat tekstit kertovat toiminnasta Werkkolassa.
- **Oranssilla** olevat tekstit kertovat Kettuluuta-toiminnasta. Torstaisin on myös Pikkuketut-ryhmä Werkkolassa klo 15-16.30 (valmistuneille ja koulutuksessa oleville Kettuluudille).
- **Sinivihreällä** olevat tekstit ovat Werkon toimintaa muualla kuin Werkkolassa.
- **Punaisella** olevat tekstit ovat pyhäpäiviä, jolloin ei ole Werkon tai Kettuluuta-hankkeen toimintaa.
- **Symboleiden merkitykset (violetilla):**
 - V = vapaa pääsy toimintaan, ei ilmoittautumista
 - I = toiminta vaatii ilmoittautumisen
 - S = toiminta on suljettua tietyille ryhmälle

ELOKUU WERKON TOIMINTA

VÄRIEN MERKITYS:

MUSTA = TOIMINTA WERKKOLASSA

SINIVIHREÄ = TOIMINTA MUUALLA KUIN WERKKOLASSA

ORANSSI = KETTULUUTA-TUKIPISTEET (MUUALLA KUIN WERKKOLASSA)

SYMBOLEIDEN MERKITYS:

V = VAPAA PÄÄSY

S = SULJETTU RYHMÄ / TAPAAMINEN

I = ILMOITTAUTUNEILLE VAPAA PÄÄSY

MA	TI	KE	TO	PE	L	S
32 4 • Kettuluuta-tukipiste Ridiksellä klo 12-14 (S) • Werkon kesäleiri Kaitaniemessä Hyvinkäällä (I)	5 • Kettuluuta-tukipiste JUST Järvenpää klo 9-11 (V) • Werkon kesäleiri Kaitaniemessä Hyvinkäällä (I)	6 • Kettuluuta-tukipiste Louhelan Olkkari Kirppis Nurmijärvi klo 9-10.30 (V) • Kävelyryhmä klo 12-13 Järvenpäässä (I) • Werkkolan Avoimet ovet klo 14-16 (V) • Werkon kesäleiri Kaitaniemessä Hyvinkäällä (I)	7 • Kettuluuta-tukipiste Wärtsissä klo 8-10 (V) • Pikkuketut-ryhmä klo 15-16.30 etänä (S) • Werkon kesäleiri Kaitaniemessä Hyvinkäällä (I)	8 Werkon kesäleiri Kaitaniemessä Hyvinkäällä (I)	9	10 Klaukkalan olohuone Nurmijärven Klubitalolla klo 12-15 (V) Järvenpään Olohuone Nuorisotila Temalilla klo 12-16 Järvenpäässä (V)
33 11 • WERKKO-INFO klo 11-11.30 Teamsissä (I) • Kettuluuta-tukipiste Ridiksellä klo 12-14 (S)	12 • Kettuluuta-tukipiste JUST Järvenpää klo 9-11 (V)	13 • Kettuluuta-tukipiste Louhelan Olkkari Kirppis Nurmijärvi klo 9-10.30 (V) • Kävelyryhmä klo 12-13 Järvenpäässä (I) • Werkkolan Avoimet ovet klo 14-16 (V)	14 • Kettuluuta-tukipiste Wärtsissä klo 8-10 (V) • Kettuluuta-tukipiste klo 15-16.30 (V) • Pikkuketut-ryhmä klo 15-16.30 (S)	15	16	17 Klaukkalan olohuone Nurmijärven Klubitalolla klo 12-15 (V) Järvenpään Olohuone Nuorisotila Temalilla klo 12-16 Järvenpäässä (V)
34 18 • Kettuluuta-tukipiste Ridiksellä klo 12-14 (S) • Werkon virkistyspäivä hallituslaisille ja työntekijöille klo 13-17 (S)	19 • Kettuluuta-tukipiste JUST Järvenpää klo 9-11 (V) • Kettuluuta-viestintätiimi klo 13-14 (V) • Werkon viestintätiimi klo 15-16.30 (V) • Nepsy-vertaisryhmä klo 17-19 (S)	20 • Kettuluuta-tukipiste Louhelan Olkkari Kirppis Nurmijärvi klo 9-10.30 (V) • Kävelyryhmä klo 12-13 Järvenpäässä (I) • LUENTO: Mitä on kokemus- ja vertaistoiminta? klo 13-14 (V) • Werkkolan Avoimet ovet klo 14-16 (V)	21 • Kettuluuta-tukipiste Wärtsissä klo 8-10 (V) • Hallituksen kokous klo 17 alkaen (S)	22	23	24 Klaukkalan olohuone Nurmijärven Klubitalolla klo 12-15 (V) Järvenpään Olohuone Nuorisotila Temalilla klo 12-16 Järvenpäässä (V)
35 25 • Kettuluuta-tukipiste Ridiksellä klo 12-14 (S) • Mielä Maasta-vertaistukiryhmä klo 15.30-17 (V) • Työnohjaus klo 17.30-19.30 (V)	26 • Kettuluuta-tukipiste JUST Järvenpää klo 9-11 (V) • Jäsenyystyöpaja klo 15-17 (V)	27 • Kettuluuta-tukipiste Louhelan Olkkari Kirppis Nurmijärvi klo 9-10.30 (V) • Kävelyryhmä klo 12-13 Järvenpäässä (I) • Werkkolan Avoimet ovet klo 14-16 (V)	28 • Kettuluuta-tukipiste Wärtsissä klo 8-10 (V) • Kettuluuta-tukipiste klo 15-16.30 (V) • Pikkuketut-ryhmä klo 15-16.30 (S)	29 Mipä-kumppanit klo 10-12 Hyvinkäällä Rentto ja etänä (I)	30	31 Klaukkalan olohuone Nurmijärven Klubitalolla klo 12-15 (V) Järvenpään Olohuone Nuorisotila Temalilla klo 12-16 Järvenpäässä (V)

ELOKUUN NOSTOT

Lue lisää toiminnastamme: www.kuwerkko.fi/ajankohtaista

Kaikki
toimintamme on
palannut kesätauolta.

Tervetuloa mukaan
kokeilemaan!

Lisätietoja verkossa

Ryhmät alkavat

Maanantairyhmät
alkavat 25.8.2025

Tutustu
uutiskirjeestä uusiin
ja jatkuviin ryhmiin!

UUDET NAAPURIT WERKKOLASSA

Werkkolassa tapahtuu muutoksia, kun tyhjillään olleisiin tiloihin muuttaa uusi naapuri! Naapuriimme muuttaa Kalliomaan koulu. Eli opettelemme tässä alkusyksyn yhteiseloja toisten vuokralaisten kanssa. Tilat tullaan jakamaan äänieristetyillä ovilla, jotta kaikilla on rauha omaan toimintaansa.

Sisäänkäynti Werkkolaan on edelleen normaalisti sisäpihalla perimmäisestä ovesta. Uusien vuokralaisten myötä sisäpihalla saattaa olla enemmän vilskettä, mikä on tietenkin mukavaa!

ELOKUUSSA WERKKOLASSA

Ryhmät aloittavat säännöllisen toiminnan Werkkolassa **maanantaina 25.8.2025**. Vertaisryhmiä ja muuta vapaaehtoisten ohjaamaa toimintaa on Werkkolassa pääsääntöisesti **maanantaisin** aina joulukuun puoleen väliin asti. Tämän lisäksi Werkkolassa on työpajoja ja työntekijöiden ohjaamaa toimintaa joinakin **tiistai-iltoina**. Avoimet ovet ja luentoja **keskiviikkoisin** sekä Kettuluuta-tukipiste ja pikkukettujen keskusteluryhmä **torstaisin**.

Maanantaina 25.8. voit osallistua uuteen mielenterveys- ja päihdetaustaisille kokemus- ja vertaistoimijoille suunnattuun **työnohjaukseen** klo 17.30-19.30, jota ohjaavat Werkon hallituksen jäsen ja pitkänlinjan työnohjaaja Marjo sekä Werkon Kettuluuta-hankkeen työntekijä ja kokemusasiantuntija Elku.

Työnohjaus auttaa arvioimaan, jäsentämään ja kehittämään omaa työtä. Ryhmä tarjoaa mahdollisuuden jakaa kokemuksia ja oppia toisilta, mikä mahdollistaa ammatillisen identiteetin vahvistumisen. Työnohjauksen keskeisenä tehtävänä on tukea kokemus- ja vertaistoimijoiden omaa hyvinvointia ja jaksamista. Ryhmään ei tarvita ilmoittautumista, eikä siinä edellytetä sitoutumista kaikkiin kokoontumisiin.

TAI tuttuun Mieli Maasta -vertaistukiryhmään, joka jatkuu maanantaisin joka toinen viikko Werkkolassa klo 15.30-17. Ryhmää ohjaavat vertaisohjaajat Tapio ja Satu. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua ennakoon.



Tässä kuussa on mahdollista osallistua myös seuraaviin toimintoihin:

Werkon ja Kettuluudan viestintätapaamiset alkavat kuukausittain. Ensimmäiset tapaamiset ovat **Werkkolassa tiistaina 19.8. klo 13-14 Kettuluuta ja klo 15-16.30 Werkko**. Näissä tapaamisissa pohditaan viestintätiimissä olevien vapaaehtoisten ja Werkon viestinnän työntekijän Ursulan kanssa viestinnän tekemistä ja sisältöjä. Toimintaan on vapaa pääsy!

Keskiviikkona 20.8. järjestämme luennon klo 13-14 Werkkolassa aiheella: Mitä on kokemus- ja vertaistoimijuus? Toiminnanjohtajamme Laura kertoo luennolla yleistä tietoa aiheesta. Tästä saat hyvää perustietoa kokemusasiantuntijuudesta ja vertaisuudesta. Luen nolle on vapaa pääsy!

Tiistaina 26.8. pohdimme Werkon jäsenyyttä uudessa jäsenyystyöpajassa klo 15-17 Werkkolassa. Työpaja ei vaadi ilmoittautumista ja se on avoin kaikille. Työpajassa on tarkoitus pohtia Werkon jäsenyyttä: Mitä se sisältää ja mitä se voisi sisältää.

Keskiviikkona 27.8. pidämme Werkon esittelyn esittelyn klo 13-14 Werkkolassa. Tämä on tarkoitettu vapaaehtoisille, jotka haluavat lähteä esittelemään Werkon toimintaa esimerkiksi sosiaali- ja terveysalan yksiköihin, oppilaitoksiin tai muihin paikkoihin, joihin meidät kutsutaan. Esittelyjä voi tehdä työntekijöiden kanssa tai itsenäisesti. Esittelyyn on PowerPoint-esityspohja, joka käydään yhdessä läpi.

Perjantaina 29.8. Mipä-kumppaneiden tapaaminen klo 10-12. Paikka ilmoitetaan verkostossa oleville sähköpostilla, joten liity mukaan keskiuusimaalaiseen mielenterveys- ja päihdetoimijoiden kumppanuusverkostoon. Lisätietoja ja ilmoittautuminen: www.kuwerkko.fi/mipa-kumppanit/

TYÖNTEKIJÄN KUULUMISIA

Moikka, olen Satu Korpikoski ja työskennellyt viime syksystä lähtien Werkko ry:ssä **Kettuluuta-vertaispalveluohjaus** hankkeessa hanketyöntekijänä. Kävin Kettuluuta-koulutuksen syksyllä -23, joka oli kautta aikojen ensimmäinen Kettuluuta-koulutus. Kutsunkin itseäni usein pilottiketuksi.

Kettuluuta-tiimissä päätehtäväni on tukipisteisiin liittyvät asiat. Huolehdin muun muassa siitä, että jokaisessa tukipisteessä on aina kaksi kettuluutaa päivystämässä. Toimin myös yhteyshenkilönä tukipisteasioissa niin kettuluutiin kuin tukipisteidemme henkilökuntaan. Työni sen parissa on mielenkiintoista, mukaansatempaavaa, vastuullista, sopivasti haastavaa ja antoisaa. Mutta ilman jo valmistuneiden kettuluutien osallistumista vapaaehtoisina vertaispalveluohjaajina, ei pyörisi viikoittaiset tukipisteetkään. **Tästä ISO ISO kiitokseni jokaiselle kettuluudalle!**

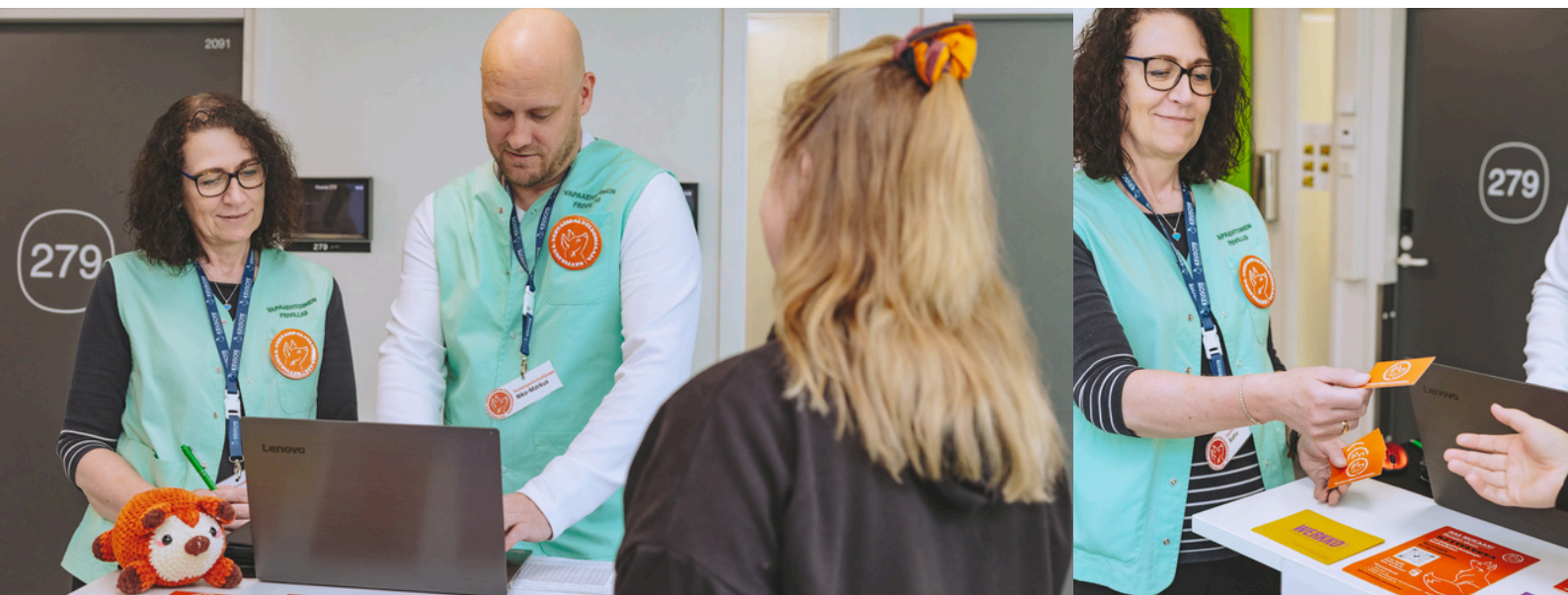
Syksyllä puhaltaa aina lämmin syystuuli ja niin varmasti puhaltaa myös tukipisteiden osalta, etenkin, kun koulutus laajenee nyt myös Hyvinkäälle. Mutta se, millaisella bofortilla se tulee puhaltamaan, en vielä ihan itsekään tiedä, mutta joka tapauksessa myötätuulella mennään. Tästä myöhemmin lisää uutiskirjeessäkin, joten olethan kuulolla!

Terveisin, Satu



KETTULUUTA-TUKIPISTEET

- **Maanantaisin klo 12-14 Päihdehoitokeskus Ridasjärvellä** (Kylä-Katilantie 181, 05950 Hyvinkää) Vain Ridiksen asiakkaille. HUOM! Uusi päivä ja aika.
- **Tiistaisin klo 9-11 Keusoten lähineuvontapisteellä JUST:ssa** (Lääkärinkuja 1, Järvenpää)
- **Keskiviikkoisin klo 9-10.30 Louhelan Olkkari Kirppiksellä** (Kuokkalantie 2, Nurmijärvi, Kirkonkylä) **Tukipiste vaihtaa paikkaa ja aikaa 1.9.2025 alkaen** ➡
 - **Maanantaisin klo 12.30-14 Nurmijärven Kirjastolla** Kanerva-kokoustilassa (Punamullantie 1, 01900 Nurmijärvi)
- **Torstaisin klo 8-10 Kansalaistoiminnan keskus Wärtsin** aamupalalla (Wärtsilänkatu 10 A, Järvenpää)
- **Torstaisin klo 15-16.30 Werkkolassa** (Kirjastokatu 4, Järvenpää)



Tarvitsetko vertaispalveluohjausta etänä? Varaa aika kettuluuta-vertaispalveluohjaajan etätapaamiseen: kettuluuta@gmail.com! Kettuluuta-vertaispalveluohjaajat tukevat sinua palveluiden löytämisessä ja hakemusten kirjoittamisessa.

KETTULUUDAN KUULUMISIA JA UUSI TUKIPISTE HYVINKÄÄLLÄ!

Olen Pia Erdmann, **koulutettu Kettuluuta-vertaispalveluohjaaja** – mutta ennen kaikkea ihminen, joka tietää, miltä tuntuu jäädä yksin paperiviidakoon tai elämän solmuihin. Minulla on omakohtaista kokemusta siitä, miten vaikeaa voi olla löytää oikeat sanat, oikea lomake tai edes oikea suunta. Ja juuri siksi olen tässä.

Halusin oppia auttamaan toisia paremmin – käytännössä, läsnä ollen, ilman kiirettä tai arvostelua. Kettuluutakoulutus antoi minulle siihen vahvan pohjan.

Koulutus on suunnattu ihmisille, joilla on kokemusta elämäntilanteista, joissa apu, tuki tai oikea tieto on ollut vaikeasti saavutettavissa. Kettuluuta ei kouluta neuvojiksi, vaan rinnalla kulkijoiksi. Koulutuksessa käsitellään palvelujärjestelmän tuntemusta, arjen tukea, vuorovaikutustaitoja, vertaistuen periaatteita sekä omien rajojen tunnistamista ja vastuullista toimijuutta.

Se ei ole vain oppia, se on kasvua – ja tapa tehdä kokemuksesta voimavara, jota voi jakaa toiselle.

Perustin Hyvinkäälle **Kettuluuta-tukipisteen** Onnensillalle, jotta sinulla olisi paikka, johon voi tulla matalalla kynnyksellä. Saat apua virastoasioihin, lomakkeisiin ja palveluiden löytämiseen – ja jos tarvitset, voin tulla vaikka mukaasi. Täällä ei tarvitse osata valmiiksi mitään.

Minulle tämä ei ole työ tai tehtävä.

Tämä on sydämen asia.

Täällä ollaan, kun kaipaavat toista ihmistä rinnalle. ❤️

📍 Onnensilta, Kankurinkatu 4–6, rappu A7, Hyvinkää. Syksyn aukioloajat ja lisätietoa: www.hyvy.fi/kettuluuta

Tule sellaisena kuin olet. Se riittää.



**Kettuluuta-tukipiste
Onnensillassa:**

- TO 11.9. klo 10.30-11.30
- TI 23.9. klo 13.00-14.00
- MA 6.10. klo 11.00-12.00
- TI 21.10. klo 13.00-14.00
- TO 6.11. klo 10.30-11.30
- MA 17.11. klo 11.00-12.00
- KE 3.12. klo 10.30-11.30

HAE MUKAAN!

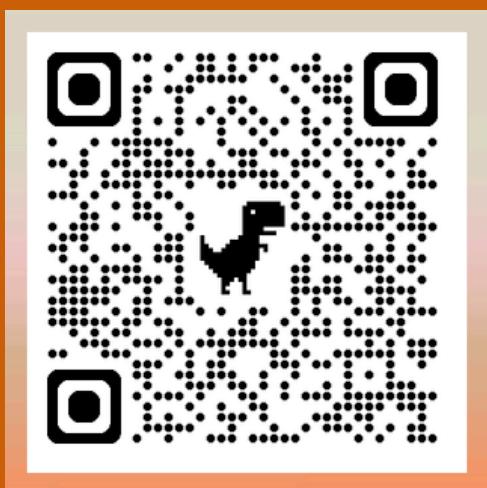
HAE
viimeistään
25.8.2025

Keusoten alueen

KETTULUUTA

vertaispalveluohjaaja- koulutukseen

Hyvinkäälle tai Järvenpäähän



Vielä ehdit hakea 2.9. alkavaan koulutukseen!

Yhteistyössä:

- Werkko ry
- Keski-Uudenmaan hyvinvointialue - Keusote
- STOP Huumeille ry

www.kuwerkko.fi/kettuluuta-koulutus/

TOIMINNANJOHTAJAN KUULUMISIA 2025

Toiminnanjohtajan kuulumisia 2025: Werkon 10 keinoa – 6. keino: KANNUSTAMINEN

Mitä hyötyä Werkon toiminnasta on ja kenelle? Millaisia konkreettisia vaikutuksia Werkon toiminnalla on? Ja millä **keinoilla** Werkon toiminnan vaikutukset saadaan aikaan?

Tämä vuoden ensimmäisessä kuulumistekstissäni mainitsin esitteleväni teille vuoden 2025 aikana **10 konkreettista keinoa**, jotka ovat mielestäni **tärkeä osa Keski-Uudenmaan vertais- ja kokemusasiantuntijatoiminnan tuki Werkko ry:n toimintaa**. Olen kerännyt ja valinnut kyseiset 10 keinoa pohjautuen Werkon ajatuspajatyöskentelyyn eli toimintaamme osallistuvien ja sitä toteuttavien ihmisten ajatuksiin ja kokemuksiin.

WERKON 6. KEINO: KANNUSTAMINEN

Kesälomat ja kesäkuukaudet alkavat olla monilla meistä takanapäin. Kenties käännät katseesi jo kohti seuraavaa kuukautta tai loppuvuotta, tai kenties tahtoisit jäädä vielä hetkeksi kiinni kesän kuluneisiin hetkiin. Oli kummin vaan, **kannustan sinua kuuntelemaan itseäsi** ja kulkemaan kohti juuri sinulle sopivia suunnitelmia.



Valitsin Werkon kuudenneksi esiteltäväksi keinoksi KANNUSTAMISEN.

Kannustaminen on mielestäni yksi konkreettinen keino, joka on monen Werkossakin toimivan vertais- ja kokemustoimijan vahvuus. Ihminen, joka on itse kokenut kenties hyvin haastaviakin elämänvaiheita tai vaikkapa oman tai läheisensä sairastumisen, kannustaa oman kokemuksensa kautta **muita samankaltaisia asioita kokeneita ihmisiä**: Vertais- ja kokemustoimijat kannustavat etsimään ja jopa vaatimaan apua, he kannustavat lempeästi kokeilemaan erilaisia tuki- ja apukeinoja, jotka auttoivat joskus omassa tilanteessa. Vertais- ja kokemustoimijat eivät käske tai anna ohjeita, vaan he kannustavat ja kertovat aiheesta vain omasta kokemuksestaan käsin. Erityisesti he kannustavat luottamaan toivoon. He kannustavat luottamaan siihen, että kokemuksista muiden ihmisten kanssa keskustellessa on mahdollista löytää keinoja, jotka auttavat esimerkiksi sairastumisen mukanaan tuomien tunteiden, tilanteiden ja oireiden kanssa eläessä tai niistä toipuesssa. He kannustavat myös alueen **sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia, opettajia ja opiskelijoita** ottamaan kokemustiedon mukaan tukemaan yhtä tärkeää ammattilais- ja teorian tietoa. He kannustavat **asiantuntijoita ja päättäjiä** kuuntelemaan kokenutta ja tilanteen keskellä elänyttä ihmistä silloin, kun sotepalveluja suunnitellaan ja toteutetaan meille ihmisille. **Haluan itse kannustaa kaikkia ihmisiä, ja tällä hetkellä erityisesti useita asiantuntijoita ja päättäjiä** tutustumaan esimerkiksi siihen, miten merkittävästi monissa Suomen sosiaali- ja terveysjärjestöissä toimivien vapaaehtoisten, vertais- ja kokemustoimijoiden sekä työntekijöiden yhteistyössä aikaansaama, koordinoima ja tarjoama vertaistuki ja kohtaamispaikat voivat tukea ihmistä silloin, kun elämä syystä tai toisesta pysäyttää tai koettelee. Lue lisää ihmiskohtaamisten kaipuusta täällä: <https://www.kuwerkko.fi//kommentteja-kohtaamisten-kaipuusta/>

Avun tarjoajana tai vastaanottajana sosiaali- ja terveysjärjestöissä voi olla meistä lähestulkoon kuka vaan, eli toiminta koskettaa ja tavoittaa suuren osan meistä ihmisistä. Järjestöjen ja yhdistysten toiminta tukee ja täydentää sosiaali- ja terveyspalveluja sekä tarjoaa myös paljon sellaista toimintaa, jota sosiaali- ja terveyspalveluista ei ole saatavilla. Werkon toiminnassa yksi konkreettinen esimerkki tästä ovat avoimet kohtaamispaikkamme sekä avoimet ryhmämme, joista moni keskiuusmaalainen on saanut tukea ja apua arkeensa. Yksi sitaatti kohtaamispaikkojemme hyödyistä viime vuodelta eräältä kävijältä on muun muassa seuraava: "Minulle tulee jonkinlainen ihmisverkosto. Olen elänyt yksin iät kaiket. Se, että juttelee jonkun kanssa, on jo riittävästi." Mielestäni kyseisessä sydäntä lämmittävässä palautteessa tulee erinomaisesti esille se, miksi monien yhdistysten toiminnalle on tarvetta, muun muassa yksinäisyyden vähentämisessä tai yhteisöllisyyden tukemisessa. Yhdistyksessämme ihminen ei jää yksin vaan hän pääsee osaksi yhteisöä, yhdessäoloa, yhteistyötä ja saa ymmärrystä vertaisiltaan moniin elämän yhteisiin haasteisiin. Uskon, ettei meidän yhdistyksemme eli Werkko ry ole ainoa esimerkki vastaavasta hyödyistä. Kannustan sinua tutustumaan alueen muihinkin yhdistyksiin esimerkiksi Keski-Uudenmaan Yhdistysverkoston sivuilla:

<https://www.yhdistysverkosto.net/yhdistys/jasenyys/jasenyhdistykset/>

Kannustan sinua lämpimästi tutustumaan myös siihen, mitä on vertais- ja kokemustoiminta, jos se ei ole sinulle vielä tuttua. Täällä pohdintaa aiheesta viime vuodelta:

<https://www.kuwerkko.fi//pohdintaa-vertais-ja-kokemustoiminnan-positiivisista-puolista/>

Me Werkossa kannustamme toiminnassamme mukana olevia tai siitä kiinnostuneita kokeilemaan, mikä Werkon toiminnassa voisi olla juuri itselle sopiva juttu. Kannustamme jokaista kulkemaan omaa vertais- ja kokemustoiminnan polkuaan. Jos et vielä tiedä, mikä se voisi omalta osaltasi olla, kannustan sinua käväisemään **avoimissa ovissamme**, joissa kuulet ja voit kysellä lisää Werkon toiminnasta.

Avoimissa ovissa tapaat monia Werkon toimijoita riippuen viikosta: niin vapaaehtoisia, työntekijöitä, jäseniä, kävijöitä, toiminnasta vasta kiinnostuneita kuin joskus myös yhteistyökumppaneidemme ja sidosryhmiemme jäseniä.

Meillä Werkossa jokainen toiminnassamme mukana oleva ihminen on yhtä tärkeä. Kohtaamme mielellämme uusia, toiminnastamme kiinnostuneita ihmisiä. Kannustamme rohkeasti kokeilemaan ja tulemaan mukaan toimintaamme, mutta ymmärrämme myös hyvin, jos tulet vain kerran käväisemään tai katsomaan, voisiko toiminta olla sinua kiinnostavaa. Toimintaamme ei tarvitse suinkaan sitoutua. Voit tulla vain käväisemään ja kokeilemaan, miltä Keski-Uudenmaan alueen vertais- ja kokemustoimintaan sekä erilaisten ihmisten osallisuuteen sekä yhteisöllisyyteen liittyvä toiminta tuntuu ja vaikuttaa.

Kannustan kokeilemaan tänä syksynä, olisiko Werkon toiminta hyödyllistä, kiinnostavaa tai sopivaa juuri sinulle. Syksyn toiminnastamme voit lukea tästä uutiskirjeestä tai verkkosivuiltamme: www.kuwerkko.fi/ajankohtaista/

Tervetuloa mukaan toimintaamme syksyllä 2025!

Jos Werkon toiminta kiinnostaa, otathan matalalla kynnyksellä yhteyttä

laura.savolainen@werkkory.fi,
kerron ja kuulen mielelläni lisää!

Lämpimin Terveisin, Laura



WERKKOLAN AVOIMET OVET



Werkkolan Avoimet ovet on keskiviikkoisin klo 14-16 Werkkolassa (Kirjastokatu 4, 04410 Järvenpää) toimiva avoin kohtaamispaikka kaikille aikuisille. Tervetuloa tutustumaan Werkon toimintaan!

Avoimissa ovissa jaamme kokemuksiamme ja tietoa alueen kokemus- ja vertaistoiminnasta sitä kysyvälle, käymme vapaasti keskusteluja eri aiheista sekä vaihdamme kuulumisia. Puhumme syvällisistäkin aiheista, mutta emme synkistele. Paikalle saa aina tulla niillä voimavaroilla, jotka sinulla sinä päivänä on. Mukana saa myös olla kuuntelemassa.

Werkkolan Avoimissa ovissa on aina paikalla vähintään kaksi Werkko ry:n työntekijää, jotka kertovat kävijöille mielellään Werkon toiminnasta ja siitä, miten toimintaan pääsee mukaan.

Avoimien ovien tarjoilun mahdollistaa osittain Yhdessä Katettu -yhteisöverkosto.

**SISÄÄNKÄYNTI
WERKKOLAAN**



WERKON KLAUKKALAN OLOHUONE Nurmijärvellä



Avoinna kaikille aikuisille **sunnuntaisin klo 12-15 Nurmijärvellä, Klaukkalassa.** Tarjolla kahvia, teetä ja pientä kahvileipää.

Paikka: Nurmijärven Klubitalo, Viirintie 3, 01800 Klaukkala.

Aika: Sunnuntaisin klo 12-15, alkaen 29.6.2025.

Tilat ovat esteettömät. Maksuton pysäköinti 3 h parkkikiekolla.

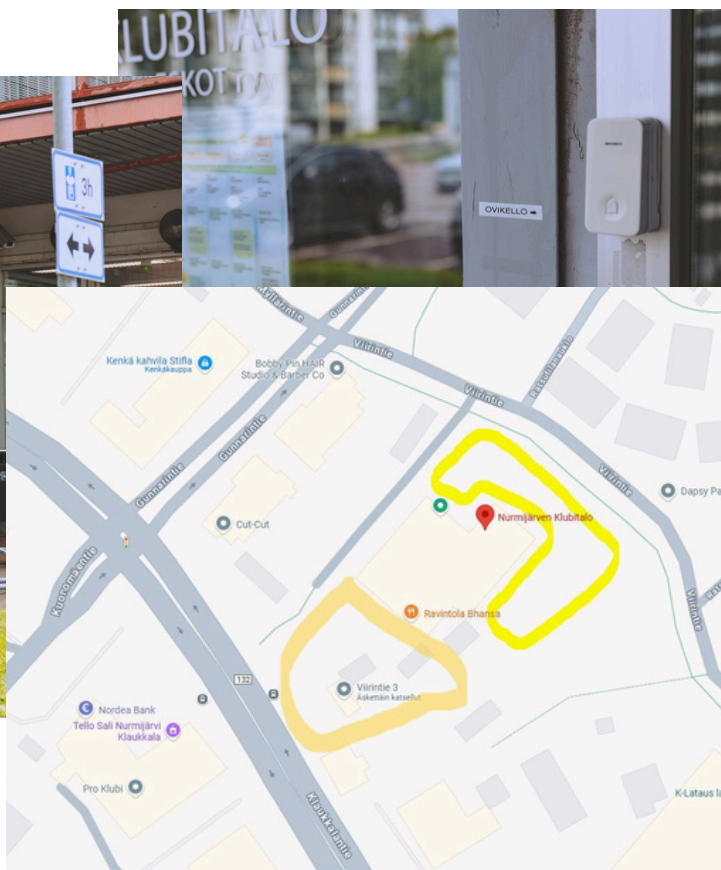
Klubitalon ulko-ovi on lukossa. Soita ovikelloa, kun tulet paikalle niin tulemme avaamaan oven.

Yhteystiedot: kettuluuta.nurmijarvi@gmail.com

Werkon olohuone järjestetään Nurmijärven Klubitalon tiloissa. Olohuonevastaavana toimii Werkon hallituksen vapaaehtoinen Meiri, joka on myös koulutettu Kettuluuta-vertaispalveluohjaaja.



KLUBITALO MERKITYY PUNAISELLA MERKILLÄ KARTTAAN. SISÄÄNKÄYNTI MERKIN KOHDALLA (NÄKYVÄ YLLÄ OLEVASSA KUVASSA). PARKKIPAIKAT YMPYRÖITY KELLERTÄVILLÄ VÄREILLÄ.



JÄRVENPÄÄN OLOHUONE

Avoim kohtaamispaikka aikuisille
sunnuntaisin klo 12-16 Järvenpäässä.

Emalitehtaankatu 2, 04410 Järvenpää
Kaupungin nuorisotila Temalin tiloissa.

Tarjolla pientä syötävää, jonka
mahdollistaa osittain
Yhdessä Katettu -yhteisöverkosto.



Ulko-ovi



Kuvissa oikealla
Werkon
Järvenpään
olohuoneen
vapaaehtoiset
olohuone-
vastaavat
Jokke, Kirsi ja
Annikki.



Kuvia
vasemmalla
Temalin tiloista.

Toiminta on
maksutonta.



SYKSYN TOIMINNASTA *sivut 19-26*

WERKKO-INFO: KUUKAUDEN ENSIMMÄINEN MAANANTAI

Werkko-infot ovat Werkon työntekijöiden kerran kuukaudessa pitämiä puolituntisia tietoisuuksia Teamsissa siitä, mitä Werkon toiminnassa tapahtuu seuraavan kuukauden aikana. Tietoisuuden jälkeen on mahdollisuus jäädä kysymään ja keskustelemaan toiminnasta puolen tunnin ajaksi.. **Werkko-infot on suunniteltu erityisesti:** Werkon aktiiveille, vapaaehtoisille ja toiminnasta sekä sen järjestämisestä kiinnostuneille. **Seuraava Werkko-info on 1.9.2025 klo 11-12. Ilmoittaudu mukaan:**
<https://pokka.kukunori.fi/kuwerkko/WERKKO-INFO>

AVOIN TOIMINTA

Suurin osa toiminnastamme on kaikille aikuisille avointa. Osaan toiminnasta on ilmoittautuminen esimerkiksi tilojen koon vuoksi tai muun ennakkovalmistautumisen takia. Meillä on kuitenkin paljon toimintaa, johon ei tarvitse ilmoittautua ennakoon tai sitoutua. Osa toiminnasta on suunnattu ensisijaisesti esimerkiksi kokemusasiantuntijoille tai sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille, mutta silti usein kaikki ovat tervetulleita mukaan.

Toiminnastamme sanottua: “Werkon hyväksyvä ilmapiiri tulvii Järvenpään kirjastolle asti!” Werkko sijaitsee Järvenpään kirjaston vieressä niin, että välillämme on vain parkkipaikka.

Toiminnastamme on myös sanottu näin: “Kukaan ei pahastu, vaikka et palaa”. Toimintaamme saa siis tulla katsomaan ja kokeilemaan. Sen lisäksi aina saa lähteä, jos muut asiat tuntuvat sopivammilta. Olet myös aina tervetullut takaisin pitkänkin ajan jälkeen. Olemme iloisia kohdatessamme juuri sinut!

SYKSYN 2025 TOIMINTANOSTOT

U
U
S
I

KIRJALLISUUSTERAPIA-TYÖPAJA ILO- OPISTO 26.9.2025

Kirjallisuusterapeuttinen työpaja perjantaina 26.9.2025 klo 12-16 (sisältää tauon) Werkkolassa. Työpajassa tutkimme ja houkuttelemme ilon kokemusta kirjoittamalla ja leikkimällä.

Kirjallisuusterapiassa tavoitteena on vahvistaa sisäisiä voimavaroja. Työpajassa kirjoitetaan lähinnä itselle, joten et tarvitse erityisiä kirjallisia taitoja. Ryhmässä jakaminen on toivottavaa, mutta ei pakollista. Työpaja soveltuu jokaiselle, joka on halukas tutkimaan omaa itseään ja kohtaamaan ryhmässä. Työpaja ei kuitenkaan sovellu akuutissa kriisissä olevalle.

Kirjoittamisen lisäksi käytetään myös muita luovia menetelmiä: leikimme sekä liikutamme lempeästi kehoa ja mieltä. Pue päälle vaatteet joissa on helppo hengittää. Ohjaajana toimii kirjallisuusterapian opiskelija, psykoterapeutti ja näyttelijä Tiina Karvinen. Lämpimästi tervetuloa! **Ilmoittaudu mukaan:**
<https://pokka.kukunori.fi/kuwerkko/kirjallisuusterapia-tyopaja-2025>

U
U
S
I

LUENTO: SKITSOFRENIA 24.9.2025

Luennon pitää koulutettu kokemusasiantuntija Werkkolassa keskiviikkona 24.9.2025 klo 13-14. Luennon aihe on skitsofrenia. Luento on suunnattu terveydenhoidon opiskelijoille ja ammattilaisille sekä kaikille aiheesta kiinnostuneille. Tilaisuus on mahdollisuus saada tietoa vähän puhutusta sairaudesta kokemusasiantuntijan näkökulmasta. Ilmoittaudu mukaan:
<https://pokka.kukunori.fi/kuwerkko/luento-skitsofrenia-2025>
Lisätietoja Ursulalta: 050 366 4332 / ursula.arsiola@werkkory.fi

DIGIPAJAT 4 X LOKAKUUSSA

Kouluttajana on Kalliolasta Digikaverit -hankkeesta Petra Åhlström. Kurssi sopii kaikille – aiempaa tietokoneen käyttökokemusta ei tarvita. Ilmoittautuminen ja lisätietoja tulossa pian verkkosivuillemme!

Tekoäly haltuun – ja omat vahvuudet esiin digipaja

Haluatko oppia käyttämään tekoälyä niin, että siitä on oikeasti hyötyä arjessa, opinnoissa ja työhaussa? Tällä kurssilla tutustumme tekoälyn käyttöön konkreettisten ja helppojen esimerkkien kautta – ideoinnista ja kirjoittamisesta tiedonhakuun. Opit, miten tekoäly voi helpottaa ja nopeuttaa tekemistäsi, sekä saat ohjausta sen hyödyntämiseen juuri omiin tarpeisiisi.

Kurssi ei ole pelkkää tekniikkaa. Pysähdymme myös vahvuuksiesi ja taitojesi äärelle. Saat tukea osaamisesi tunnistamiseen ja opit sanoittamaan sen selkeästi ja vakuuttavasti. Kurssin aikana teet taitoihisi perustuvan CV:n, joka tuo osaamisesi esiin parhaalla mahdollisella tavalla.

Opiskelu tapahtuu rennossa ja kannustavassa ilmapiirissä. Jokainen etenee omaan tahtiin, ja pysyt mukana hyvin, vaikka joku kerta jäisikin väliin.

MUSIIKKIPAJA 6.10.2025

Kettuluuta-hankkeen työntekijä Elkku ja muusikko Mikko Perkoila järjestävät musiikkityöpajan Werkkoalssa maanantaina 6.10. klo 13-15.

Työpajan idea on tehdä uusiomateriaaleista yksinkertaisia soittimia ja äänentuottamisvälineitä, joita kukin voi sitten käyttää itsekseen tai kaverien kanssa. Työpajassa on tarkoitus huomata, että musiikki on vain äänillä leikkimistä ja mielikuvitus on voimavara ja, että itsekritiikki on luovuuden pahin este. Tule mukaan työpajaan! Et tarvitse aiempaa kokemusta musisoinnista tai soittimien teosta. Työpajaan mahtuu 5-6 henkilöä. Ilmoittautuminen tulossa verkkosivuillemme!

SYKSYN 2025 TOIMINTAA

lyhyesti

CV-TYÖPAJA 1.12.2025

CV-työpajassa työstitään kokemusCV:tä Canvalla omaan tahtiin. Työpajassa voi otattaa itsestään CV-kuvan. 1.12.2025 klo 12-14. Ilmoittaudu mukaan Ursulalle: ursula.arsiola@werkory.fi

TURVALLISUUSTYÖPAJA 20.10.2025

Työpajassa jatketaan toiminnallisin harjoittein turvallisuusteemojen käsittelyä. Werkkolassa maanantaina 20.10. klo 17.30-19.30, ei vaadi ilmoittautumista.

TOIMINTAKALENTERITYÖPAJA 28.10.2025

Toimintakalenterityöpaja on tarkoitettu Werkossa toimintaa järjestäville vapaaehtoisille. Syksyllä suunnittelemme kevään 2026 toimintaa yhdessä. Tiistaina 28.10. klo 16-19 Werkkolassa. Avoin kaikille Werkon toiminnan suunnittelusta kiinnostuneille. Ei vaadi ennakoilmoittautumista.



Kuvia Werkon
Kaitaniemen
kesäleiriltä 2025

LUENTO: MITEN VERTAISTYÖPARINA TOIMITAAN? 2 X SYKSY

Werkon hallituksen Marjo (sote-ammattilainen) ja Jokke (vertaisohjaaja/kokemusasiantuntija) ovat työskennelleet pitkään ja usein vertaisparina esimerkiksi ohjatesaan vertaisryhmiä sosiaali- ja terveyspalveluissa. He järjestävät kaksiosaisen luennon aiheesta kiinnostuneille. Lisätietoja tulossa syksyllä!

KUNDALIINIJOOGA

Kundaliinijooga toteutuu kaksi kertaa syksyllä Werkkolassa. Avoin ja maksuton kaikille. Lisätietoja tulossa syksyllä!

PIKKU-KETUT KESKUSTELURYHMÄ 1 X VKO

Keskusteluryhmä valmistuneille ja opiskeleville Kettuluuta-vertaispalveluohjaajille. **Torstaisin Werkkolassa ja Discordissa klo 15-16.30.**

KOHTAAMISEN TAITO -ILTA 1 X SYKSY

Suunnitteilla isompi tapahtuma kokemus- ja vertaistoimijoille sekä sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille loppuvuoteen. Lisätietoja tapahtumasta, kun tiedämme asiasta enemmän.

MIPÄ-KUMPPANIT 3 X SYKSY

Keski-Uudenmaan alueen mielenterveys- ja päihdetoimijoiden verkosto, jota koordinoi Werkon toiminnanjohtaja Laura. Verkosto on avoin kaikille sen toiminnasta kiinnostuneille, järjestötoimijoille ja palvelutuottajajärjestöille. Kaikki syksyn tapaamiset ja lisätietoja: www.kuwerkko.fi/mipa-kumppanit/

WERKON PIKKUJOULUT 15.12.2025

Werkon avoin virkistystapahtuma kaikille toiminnassa mukana oleville ja siitä kiinnostuneille Werkkolassa maanantaina 15.12. klo 14-17

KETTULUUTA-KOULUTUS 2 X VKO

Vertaispalveluohjaajakoulutus sinulle, joka haluat auttaa muita löytämään sopivat palvelut ja tuen erilaisissa elämäntilanteissa. Syksyllä 2025 koulutus järjestetään Hyvinkäällä ja Järvenpäässä. HAKU AUKI molempiin koulutuksiin! **Lue lisää sivulta 11.**

WERKON JÄSENYYSKYÖPAJA 26.8.2025

Toivottu työpaaja, jossa käsitellään Werkon jäsenyyteen liittyviä asioita ja pohditaan, muun muassa, millaisia jäsenyyksiä meillä on, mitä ne sisältävät ja miten niitä voisi kehittää. Työpaja on avoin kaikille aiheesta kiinnostuneille. Ei vaadi ennakkoilmoittautumista. **Tiistaina 26.8. klo 15-17 Werkkolassa.** Työpajasta on tulossa myös jatkotyöpaja, jossa keskustellaan jäsenhankinnasta.

ESIINTYMISKOKEMUSILTA 2.9.2025

Illoissa kokemusasiantuntijat voivat harjoitella kertomaan kokemustarinaansa tai sen osaa yleisön edessä. Ilmoittaudu esiintymään tai yleisöksi: ursula.arsiola@werkkory.fi Ensisijaisesti kokemusasiantuntijoille, jotka eivät ole vielä päässeet harjoittelemaan esiintymistä esiintymiskokemusillassa. **Tiistaina 2.9. klo 16-19 Werkkolassa.**

KETTULUUTA-TUKIPISTEET 5-6 X VKO

Tukipisteillä vapaaehtoiset vertaispalveluohjaajat tukevat asiointissa ja hakemusten täyttämässä. Uusi tukipiste käynnistyy Hyvinkäällä Onnensillan tiloissa 11.9. Lisätietoja seuraavassa uutiskirjeessä. **Lue lisää tukipisteistä sivulta 9 ja juttu Onnensillan tukipisteen taustoista sivulta 10.**

KETTULUUTA-KEHITTÄJÄFOORUMI 16.12.2025

Yhteiskehittämistapahtuma sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille ja opiskelijoille sekä vertaispalveluohjaajille. Avoin kaikille tapahtumasta kiinnostuneille. Ilmoittautuminen aukeaa myöhemmin syksyllä.

LUENTO: MITÄ ON KOKEMUS- JA VERTAISTOIMIJUUS 20.8.2025

Perustietoa kokemus- ja vertaistoimijuudesta heti elokuussa Werkkolassa toiminnanjohtajamme Lauran kertomana. Keskiviikkona 20.8. klo 13-14. Avoin kaikille, eikä vaadi ilmoittautumista.

WERKON KOKEMUSILLAT:

- **SUKUPUOLEN JA SEKSUAALISUUDEN MONINAISUUS 9.9.**
- **VAMMAISUUS 25.11.**

Illat on suunnattu erityisesti kokemus- ja vertaistoimijoille, mutta myös sote-alan ammattilaisille ja opiskelijoille sekä kaikille aiheesta kiinnostuneille. Tarkoituksena on oppia erilaisten kokemusten kohtaamista ja niistä puhumista. Illoissa kuulemme järjestöedustajia ja kokemustarinoita aiheista sekä pääsemme keskustelemaan yhdessä. Voit ilmoittautua iltoihin viestillä: ursula.arsiola@werkkory.fi

VERTO-VERTAISRYHMÄNOHJAAJAKOULUTUS

Suosittu Werkon vertaisryhmänohjaajakoulutus alkaa 23.9.2025. Haluatko ohjata vertaisryhmiä, mutta koulutus vielä puuttuu? **Hae koulutuksen peruutuspaikkoja:** laura.savolainen@werkkory.fi

WERKKO-INFOT 1 X KK / 1.9.2025 KLO 11-12

Infoissa Werkon ja Kettuluuta-hankkeen työntekijät kertovat tulevan kuukauden toiminnasta. [Ilmoittaudu mukaan!](#) Lisätietoja sivulla 19.

KOKEMUS- JA VERTAISTOIMIJOIDEN TYÖNOHJAUS

Keskiuusimaalaisille mielenterveys- ja päihdetaustaisille kokemus- ja vertaistoimijoille suunnattu työnohjaus Werkkolassa kerran kuukaudessa. **Lue lisää sivulta: 6.**

ELÄMÄNHALLINTARYHMÄ DRAAMAN KEINON

Toivottu teema ja keinot käyttöön syksyllä tässä ryhmässä. 1.9.2025 alkaen kolmen viikon ajan maanantaisin klo 13-15. Ilmoittautuminen tulossa verkkosivuillemme pian: www.kuwerkko.fi tai jo nyt laittamalla viestiä: ursula.arsiola@werkkory.fi

JAKSU-TAPAAMISET / 1.9. KLO 16-18

JAKSU-tapaamisissa keskustellaan kerran kuukaudessa jaksamisen teemoista. Syksyllä puhutaan muun muassa siitä, kuinka jaksaa häpeän ja uupumuksen kanssa arjessa. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua ennakoon.

VAIKKU-RYHMÄ

VAIKKU-ryhmä on tarkoitettu kaikille vaikuttamisesta kiinnostuneille keskiuusimaalaisille. Ryhmä tapaa hybridisti kerran kuukaudessa (Werkkolassa). Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua ennakoon.



KÄVELYRYHMÄ KOKO KESÄN JA SYKSYN

Kävelyryhmä on joka keskiviikko klo 12-13 Järvenpäässä. Ilmoittaudu mukaan: pia.peippo@gmail.com (ei vaadi sitoutumista).

MIELI MAASTA -VERTAISTUKIRYHMÄ

Mieli Maasta -vertaistukiryhmä jatkaa Werkkolassa joka toinen maanantai klo 15.30-17, 25.8.2025 alkaen. Ei ilmoittautumista, tai sitoutumista.

KIPU-RYHMÄ YHTEISTYÖSSÄ KEUSOTEN KANSSA 15.9.2025 ALKAEN

Keusoten Avokuntoutuspalvelut ja Werkko ry käynnistävät kipuvertaistukiryhmän uusille ryhmäläisille syksyllä Werkkolassa. Ilmoittautuminen aukeaa elokuussa. Ryhmä kokoontuu kahden viikon välein maanantaisin klo 10-12 seitsemän kertaa.

KUVIA VUODELTA 2025

OLKA-pisteellä JUST:ssa



Aluevaalipaneelin järjestämistä aiheella kokemusasiantuntijuus



(Vege)-makkaran paistoa



Werkkolassa oleilua



Klaukkalan olohuoneen avajaiset



Kettuluuta-tukipisteillä



Keudan lähihoitajaopiskelijoiden ja Werkon kokemusasiantuntijoiden Rantasaunapäivä



Istutuslaatikon koristelua ja taimien istutusta



Strategian esittelyä ja kevätkokousta



Virkistyspäivä Järvenpään
Rantapuistossa



Jatkopolkuja kokemusasiantuntijoille-tapahtuma Hyria koulutuksen kanssa



Kettuluuta-kehittäjäfoorumi Keusoten kanssa



Ryhmiä ja kohtaamisia Werkkolassa



ILOA!



Tukea



Werkon uusi hallitus

Koulutuksia

Viikoittaiset Avoimet ovet ja olohuoneet



UUTISKIRJEEN TILAUS

Haluatko pysyä jatkossakin kuulolla Keski-Uudenmaan alueen vertais- ja kokemustoimijakentän kuulumisista sekä tarjolla olevista koulutuksista ja tapahtumista?

Liity Werkko ry:n uutiskirjeen postituslistalle: Werkko ry:n uutiskirjeessä kerrotaan yhdistyksen kuulumisia sekä tiedotetaan tulevista tapahtumista ja muista ajankohtaisista asioista.

Hyväksymällä yhteystietojesi (sähköpostiosoite) rekisteröimisen annat luvan yhteystietojesi käyttämiseen ainoastaan uutiskirjeen lähettämistä varten. Tietoja käsitellään Werkko ry:n tietosuojaselosteen mukaisesti tietoturvallisesti. Voit koska tahansa pyytää tietojen poistamista, tarkistamista tai korjaamista lomakkeen kautta tai lähettämällä viestiä osoitteeseen: ursula.arsiola@werkkory.fi

Tilaa Werkko ry:n uutiskirje ja lue edellisiä uutiskirjeitä osoitteesta: www.kuwerkko.fi/uutiskirjeet/

Uutiskirje lähetetään sähköpostiin kerran kuukaudessa.



Seuraa meitä somessa:

Instagram: [@werkkory](https://www.instagram.com/werkkory)

Facebook: [Keski-Uudenmaan vertais- ja kokemusasiiantuntijatoiminnan tuki Werkko ry](https://www.facebook.com/werkkory)

LinkedIn: [Keski-Uudenmaan vertais- ja kokemusasiiantuntijatoiminnan tuki Werkko ry](https://www.linkedin.com/company/werkkory)