

Ensiapu, EA 8h:

7.11.2019 klo 8.15 -
16.00, Salpausselkä, (R)
Hanna Hattunen ***

Ääniergonomia-ryhmä:

ti 19.11., 26.11. ja 3.12.
klo 14.30 – 15.30,
Saimaankatu (L),
Minna Kinnunen

**Työn imua –
muutostuki:**

14.10., 15.10., 17.10.
ja 18.10. klo 8 – 12,
Salpausselän
toimipiste (R) ***

**Alaraajan
nivelrikkoryhmä:**

to 28.11. klo 14.30 –
15.30, ma 9.12.2019
klo 8.30 – 9.30 ja to
9.1.2020 klo 14.30 –
15.30, Saimaankatu,
(L), Minna Kinnunen

Painonhallintaryhmä:

20.8. (L), 3.9. (L), 18.9. (N),
1.10. (N), 15.10. (L), 30.10. (L),
13.11. (L) ja 27.11. (L)
klo 14.00 – 16.00,
Saimaankatu,
Hanna-Mari Hietamaa

Olkaryhmä:

4.9., 11.9. ja 18.9.
klo 14.30 – 15.30,
Orimattila
Petri Riutto

**Alaraaja-
ryhmä:**

6.11., 13.11. ja
20.11.2019 klo
15.00 - 16.00,
Heinola,
Sakari Laamanen

Hyvä uni -ryhmä:

ma 28.10. (A) ja ke
6.11. (R), 20.11. (R),
4.12. (R) ja
18.12. (R) klo 14.30 –
16.00 Salpausselkä
Satu Veijalainen

Niskaryhmä:

29.10., 5.11. ja 12.11.
klo 14.30 - 15.30,
Saimaankatu (L),
Minna Kinnunen

Niskaryhmä:

9.9., 16.9. ja 23.9.
klo 14.30 – 15.30,
Salpausselkä, (R)
Riitta Marin

Selkäryhmä:

9.9., 16.9. ja 23.9.
klo 14.30 – 15.30,
Saimaankatu, (L)
Minna Kinnunen

**Työkykyryhmä
kipuasiakkaille:**

21.10., 4.11., 18.11.,
2.12. ja 16.12. klo
14.30 - 16.00,
Saimaankatu, (L)
Riitta Veijalainen ja
Minna Kinnunen

**Työkykyryhmä
esimiehille:**

28.10., 11.11., 9.12.2019 sekä
13.1. ja 27.1.2020 klo 14.30 -
16.00, Saimaankatu, (L)
Riitta Veijalainen ja
Minna Kinnunen

**Työterveyshuollon
ryhmätoiminnan
vuosikello
Syksy 2019
PHHYKY**

Hyvä uni -ryhmä:

12.9.(N), 26.9. (L),
10.10. (L), 24.10.(N) ja
7.11.2019 (L)
klo 14.30 - 16.00,
Saimaankatu,
Satu Veijalainen

**Työkykyryhmä
ympäristöherkille:**

16.9., 23.9., 30.9., 7.10. ja
14.10.2019, klo 14.30 -
16.00, Saimaankatu,
Riitta Veijalainen

Hyvä kunto, hyvä mieli

Tapaamiset 23.9. - 9.12. välillä.
Katso esitteestä tarkempi
aikataulu.
Salpausselän toimipiste (R) ***

Ensiapu, EA 8h:

9.10.2019 klo 8.15 -
16.00, Salpausselkä, (R)
Päivi Kainulainen ***

Selkäryhmä:

14.10., 21.10. ja 28.10.
klo 14.30 – 15.30,
Salpausselkä, (R)
Riitta Marin

Ensiapu, EA 8h:

18.9.2019 klo 8.15 -
16.00, Salpausselkä, (R)
Katri Puustinen ***

Ensiapu, EA 8h:

26.9.2019 klo 8.15 - 16.00,
Salpausselkä, (R)
Tarja Romo-Nyrhinen ***

A = Ahti-tila
L = Lahti-Sali
N = neuvottelu-
huone
R = Ryhti-tila

*** Vain PHHYKY:lle
suunnatut ryhmät,
muut ovat kaikille
asiakkaillemme
avainimia

Työkyvyn lähteillä:

ti 8.10., 29.10., 12.11., 26.11.
ja to 12.12.2019 klo 14.30 -
16.00, Salpausselkä, (R)
Taru Salonen ja Satu
Veijalainen

**Työn imua –
muutostuki:**

14.10., 15.10., 17.10.
ja 18.10. klo 8 – 12,
Salpausselän
toimipiste (R) ***

**Painonhallinta-
ryhmä:**

Lokakuussa ***

Olkaryhmä:

3.10., 8.10. ja 14.10.
klo 14.30 – 15.30,
Saimaankatu (L)
Petri Riutto

**Alaraajan
nivelrikkoryhmä:**

2.10., 9.10. ja 16.10.2019
klo 15.00 - 16.00,
Heinola,
Sakari Laamanen

Niska-selkäryhmä:

1.10., 8.10. ja 15.10.
klo 14.30 - 15.30, Nastolan
toimipisteen ryhmätilassa,
Tiina Saarikko