



Ruoka-apu

Lahti

Monitoimikeskus Takatasku
Lahden Elokolo
Päijät-Hämeen tukiapuyhdistys ry
Dila
Laseko ry
Toivon keskus
Lahden seurakunnat
Lahden Adventtikirkko
Lahden Baptistiseurakunta
Ruokajakelua viikoppäivittäin



Liikkuva senioripiste

Liikkuvalla senioripisteellä kohdataan ikääntyneitä heidän omassa asuinympäristössään. Pisteellä saa tietoa hyvinvointialueen, kuntien ja järjestöjen palveluista sekä eri tahojen tarjoamista vinkeistä ja vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista.

Kädessäsi oleva vihko on Liikkuvan senioripisteen kokoama tietopaketti erilaisista kohtaamispyläkeillä usein esiin nousseista aihe-alueista. Vihkoja päivitetään kahdesti vuodessa. Ilmoita muutoksista ja halukkuudestasi päästä mukaan.

Liikkuvan senioripisteen toiminta vuosina 2025-2027 on osa STEA:n Ikävoimaa-avustusohjelmaa ja toiminnasta vastaa Lahden Lähimmäispalvelu ry.

Lisätietoja:

p. 050 441 4624/ 050 309 0798

liikkuvasenioripiste@lahdenlahimmaispalvelu.fi

Liikkuvan senioripisteen reitin ja aikataulun löydät

Netistä: lahdenlahimmaispalvelu.fi/liikkuvasenioripiste

Facebookista: facebook.com/liikkuvasenioripiste

Menoinfo: menoinfo.fi

Lähellä.fi: lahella.fi

Päivitetty 1/2026

*Oikeudet muutoksiin pidätetään

Ruoka-apu Lahdessa

Tälle sivulle on koottu ajantasainen tieto Lahden alueella toteutettavasta edullisesta ruokailusta, ruoka-avusta sekä ilmaisia lahjoituksia jakavasta Ilmaisesta Puodista.

Evankelis-luterilaisen seurakunnan diakoniatyöntekijöiden vastaanottojen kautta voit saada ruoka-apua myös lounaslippujen muodossa. Lisätietoja: diakoniatyöntekijöiden vastaanottoajat.

Monitoimikeskus Takatasku

Lounasruokala Makuhetki (Huovilankatu 4, 15100 Lahti).

Lounasruokala on avoinna ti-pe klo 11.00–13.00.

Kahvila on avoinna ma, ke-pe klo 8.30–13.00 ja ti klo 9.00–13.00.

Leivänjakelu on toistaiseksi ti ja to klo 10.

Takataskun hinnasto:

Aterian hinta työssäkäyville 8,50€, Työttömille/eläkeläisille/opiskelijoille 5,50€, Lapset (4-12-v.) 3,00€ ja ilmainen alle 4-vuotiaille.

Ilmaiseen ruokailuun oikeuttavia lippuja voi anoa seurakunnan diakoniatyöntekijän vastaanotolta.

Maanantaisin ja keskiviikkoisin lounasruokalassa on maksullinen aamupuuro klo 8.30-9.30 (2€) johon kuluu puuro+ lisuke (aito voi, sokeri, hillo), maito/mehu, kahvi/tee. Kahvilasta/lounasruokalasta voi ostaa edellisten päivien ruokaa alennetulla hinnalla.

Lahden Elokolo – Ehyt (päihteen kohtaamispaikka)

Vuorikatu 14. Aamupuuro arkisin ma-pe klo 7-9. Lounas tiistaisin ja torstaisin klo 11-12 (2 €).

Päijät-Hämeen tukiapuyhdistys ry

Kauppakatu 37. Ruokakassien jakelu ma-pe klo 17.00 sekä la klo 15.00. Ruokakassin hinta 10 €.

Löydä tulevat ruokailut ja ruokakassijaketut:

- <https://dila.fi/ruoka-apu-lahdessa/>
- www.lahdenseurakunnat.fi/tapahtumat
- <https://ruoka-apu.fi>
- <https://ruokapuoti.mycashflow.fi/>

Voit tilata **Dilan ruoka-apukassin** verkkokaupasta (<https://dilapuodit.fi/>) kasseja on rajoitetusti. Ilmoitamme aina verkkokaupassa, kun ruokakassit ovat saatavilla. Max 2 kassia per talous kalenterikuukaudessa, joka toinen viikko. Tilattavissa kotiosoitteesi postinumeron mukaan. Et voi tilata useammasta noutopaikasta kassia, tarkastamme kotiosoitteesi ja varauduthan todistamaan henkilöllisyytesi.

- Dilan Ruokapuodin kassit tilattavissa ma-ke klo 10.

Ruokakassit ovat näkyvissä niin kauan, kun ruokakasseja riittää. Toimimme lahjoitusten perusteella ja kasseja on rajoitettu määrä. Ethän tilaa kaupasta pelkkiä extratuotteita, jos ne ovat näkyvillä. Emme toimita niitä. Dilan Ruoka-apukassi on osa Työtä ja ravintoa – hanketta. Työtä ja ravintoa on Euroopan unionin osarahoittama hanke, jonka toteuttajina ovat Lahden Diakonilaitos ja Lahden seurakuntayhtymä sekä yhteistyökumppanina Lahden kaupunki. Ruokapuodin puhelin (044-730 0533) palvelee ma-ke 10-12.00.

Maanantaina:

Laseko ry jakaa ruokaa varastoltaan (Sammonkatu 6, Lahti) joka maanantai klo 15.00-15.30

Ilmoittaudu mukaan perjantaihin klo 20 mennessä sähköpostilla: ruokajono.laseko@gmail.com.

Saat vahvistusviestin siitä, että olet päässyt mukaan ruokajakoon! Rajoitamme hakijoiden määrää, jotta jokaiselle lähtisi mukaan kattava valikoima ruokaa. Keräämme pienen 2€ toiminnan tukimaksun ruokajakoon tulevilta henkilöiltä. Voit maksaa sen näin:

→ MobilePay numeroon 14499 viitenumero: 20239

→ Tasarahalla keräyslippaaseen

Hätäperheet ovat ensisijaisia. Ruokajako on tarkoitettu vähävaraisille perheille, yksinäisille, opiskelijoille ja vanhuksille Päijät-Hämeen alueella.

Lahden Adventtikirkko, Uudenmaankatu 14. Ruokakassien jako kirkkosalista klo 11.00. Lahjoitusruokaa joten kassien sisältöön ei voi vaikuttaa.

Toivon keskus, Aleksanterinkatu 25.

Ilmainen ruokajako, klo 15 ota mukaan oma kassi. Hanna Mtensa, puh. 050 5999 555

Tiistaina:

Metsäkankaan seurakuntakoti, Satulakatu 31. Lounas klo 11.30.

Vuonna 2026 lounashinnat ovat: 8,50€ aikuinen; 5.50€ eläkeläinen; työtön, opiskelija tai lapsi 3€. Ilmaiseen ruokailuun oikeuttavia lippuja voi anoa seurakunnan diakoniatyöntekijän vastaanotolta (varaudu esittämään tulo- ja menotietosi). Ruokailun jälkeen ruokaa voi ostaa mukaan kotiin, mikäli sitä jää. Hinta 3€, ota oma rasia mukaan. Mikäli sinulla on erityisruokavaliota ja olet menossa syömään, niin ilmoitathan edellisenä päivänä klo 12 mennessä Tia Määtälle, puh. 044 719 1495.

Elokolo, Vuorikatu 2.
Lounas klo 11-12, 2€.

Lahden Adventtikirkko, Uudenmaankatu 14.
Ilmainen aamupala klo 8.30-10. Lauri Herranen, puh. 0451586898,
lpherranen@gmail.com

Nastolan Helluntaiseurakunta, Rapparintie 6.
Hävikkiruokajako, klo 13-15, joka toinen tiistai 20.1. alk. Lisätiedot
www.nashs.fi.

Keskiviikkona:

Liipolan seurakuntakeskus, Ostoskatu 7.
Lounas klo 12.

Joutjärven kirkko, Ilmarisentie 1.
Lounas klo 11.30.

Ristinkirkko, Kirkkokatu 4.
Lounas klo 11.45.

Torstaina:

Metsäkankaan seurakuntakoti, Satulakatu 31.
Maksuton aamupala klo 10-11.30.

Nastolan seurakuntatalo, Immiläntie 2.
Yhteinen ruokailu klo 11-12.

Toivon keskus, Aleksanterinkatu 25.
Ilmainen ruokajako, ota mukaan oma kassi puh. 050 5999 555

Lahden Elokolo, Vuorikatu 2.
Lounas klo 11-12, 2€.

Perjantaina:

Bedan pirtti, Rakokiventie 10, 15550 Nastola.

Maksuton Aamupala klo 9.30. Alussa pieni hartaushetki.

Ahtialan seurakuntakeskus, Alasenkatu 4.

Yhteinen ruokailu klo 11.30. Mikäli sinulla on taloudellisia vaikeuksia, voit anoa diakoniatyöntekijältä avustuksen ruokalippuun. Tiedustelut puh. 044 719 1439

Launeen kirkko, Tapparakatu 22.

Maksuton aamupala klo 10, jonka jälkeen hävikkiruokajakelu, oma kassi mukaan. Diakoniatyöntekijät, puh. 03 7340862

Kuukausittain:

Kääntöpiiri seurakunta, Wanhalla Walimolla, Vesijärvenkatu 25.

Kaiken kansan Soppajuhla ja ruokakassien jako.

Lahden Baptilistiseurakunta, Uudenmaankatu 14.

Ruokajakelu 1-2kk välein.

Lisätietoja: www.lahdenbaptistit.fi/kalenteri

Ilmaisia vaatteita, kodintarvikkeita, leluja, pelejä jne.

Lahden Diakonialaitoksen Ilmainen Puoti, Kirkkokatu 27

(Fellmannia). Ilmainen Puoti toimii sekä kivijalkapuotina että verkkopuotina. Kivijalkapuoti on avoinna torstaisin klo 13-15 ja perjantaisin klo 11-13. Verkkopuoti on avoinna aina osoitteessa: <https://dila.fi/ilmainen-puoti/>

Ilmaisesta Puodista ei ole saatavilla elintarvikkeita.

Lahden alueen ruoka-aputoimijoidenverkosto kokoontuu neljä kertaa vuodessa. Verkoston seuraavista kokoontumisajankohdista voit tiedustella Työtä ja ravintoa-hankkeen projektipäälliköltä, Riikka Flinkiltä: riikka.flink@dila.fi.

Mahdollisuus istahtaa kahvikupin äärelle hyvässä seurassa:

Metsäkankaan Olkkari, Metsäkankaan seurakuntakodilla

Satulakatu 31, Lahti

Tiistaisin klo: 14-15.30

- Tule viettämään aikaa ja tapaamaan toisia. Luvassa rentoa yhdessäoloa, pelailua ja askartelua.
- Tarjolla välipalaa ja kahvia.
- Olkkariin ovat tervetulleita kaikenikäiset, vauvasta vaariin.
- Olkkari toteutetaan yhteistyössä Dilan Yhteisökörpäsen kanssa.

Launeen kirkko, Tapparakatu 22, 15700 Lahti

Alakerran lämpiössä ovet ovat auki arkisin klo 12 - 18. Tarjolla kahvia, teetä ja juttuseuraa.

Kaikkien Olkkari, Walkers- kahvila, Vesijärvenkatu 20.

Ma-ke klo 12-15, kahvi ja sämpylätarjoilu.

Cafe Liipola, Ostoskatu 7. Torstaisin klo 14-16. Kaikille avoin kulttuurien kohtaamispaikka jossa maksuton kahvitarjoilu ja pientä syötävää. Yhteistyössä seurakunnan kanssa.

Meidän Olkkari, Marian kammarin kahvila, Vapaudenkatu 6.

Tiistaisin klo 17. Yhdessäoloa, kahvia ja pientä ohjelmaa.