

ViisSeiska

LEHTI

**Pähkinän-
särkijät-
verkosto
yhdessä
perheiden
puolella**

s. 13

**Tulevaisuus
kuuluu
meille
kaikille**

s. 4

**Syyskausi
alkaa
– tutustu
tarjontaan!**

s. 5



SISÄLTÖ

3	Pääkirjoitus
4	Ajankohtaista
10	Mitä kuuluu?
13	Minulla on asiaa
15	Hyvistä Hetkistä Hyvä Elämä
17	Toiminta, tapahtumat ja vertaistuki
22	Tapahtumakalenteri
40	Vapaaehtoisille
42	Tapahtuma- kalenteri
44	Yhteystiedot

*Kansikuva: Helsinki tutuksi -leirille
osallistunut Essi Rantanen
vierailulla Talvipuutarhassa.*

Kuva: Mikko Apell

Uutiskirje

Sähköinen uutiskirje lähetetään
sinulle joka kuun ensimmäinen päivä.
Liity postituslistalle osoitteessa:
uutiskirje.kvtuki57.fi



Kehitysvammatuki 57 ry

Liity yhdistyksen jäseneksi

KEHITYSVAMMATUKI 57 RY:N jäsenenä tuet työtämme kehitysvammaisten ihmisten hyväksi ja saat rahanarvoisia etuja. Yhdistyksen jäsenet kuuluvat myös Kehitysvammaisten Tukiliittoon, joka tarjoaa muun muassa lakineuvontaa ja koulutuksia. Jäsenenä Sinulla on mahdollisuus vaikuttaa yhdistyksen toimintaan, osallistua yhdistyksen kevät- ja syyskokouksiin, hakeutua hallitustyöskentelyyn ja esim. toimikuntien toimintaan.

Tarjoamme jäsenille seuraavat jäsenedut:

- kolme kertaa vuodessa ilmestyvä ViisSeiska-lehti
- ohjausta ja neuvontaa
- mahdollisuuden vaikuttaa
- edullisempi jäsenhintaa osaan yhdistyksen järjestämistä tapahtumista ja retkistä
- yhteistyökumppaniemme tarjoamia etuja.

Jäsenmaksut 2026: henkilöjäsen 28 €, yhteisöjäsen 100 €. Ole yhteydessä Mikko Apelliin tai täytä liittymislomake netissä.

KIITOS KUN LAHJOITAT!

Hakemiemme avustusten lisäksi yhdistyksemme toimintaa voivat tukea lahjoituksilla esimerkiksi säätiöt, yritykset ja yksityishenkilöt. Järjestämme lahjoitusvaroilla tapahtumia ja virkistystoimintaa kehitysvammaisille ihmisille ja heidän läheisilleen. Haluatko sinä osallistua ja lahjoittaa hyviä hetkiä? Voit lahjoittaa haluamasi summan yhdistyksen tilille FI59 8000 1600 2036 58. Kirjoita viestikenttään "57 lahjoitus" ja halutessasi viesti. Lämmin kiitos kaikille!

Yhdessä olemme enemmän

SYKSY TUO MUKANAAN uusia kohtaamisia niin vanhojen kuin uusien tuttujen kanssa. Tavallaan jokainen syksy on yhdistystoiminnassa uusi alku. Samaan aikaan, kun toiminta käynnistyy rauhallisemman kesän jälkeen, voimme pysähtyä pohtimaan, mikä toiminnassamme on kaikkein tärkeintä. On selvää, että vastaus löytyy meistä ihmisistä – jäsenistä, toimintaan osallistuvista ja heidän läheisistään, vapaaehtoisista, työntekijöistä ja kaikista, jotka ovat osa Kehitysvammatuki 57 ry:n yhteisöä.

Kesäkuussa julkistetut STEA:n uudet avustulinjaukset ovat nostaneet erityisellä tavalla keskiöön sen, kuinka tärkeää on pitää kiinni osallisuudesta, yhdenvertaisuudesta ja jokaisen ihmisen oikeudesta hyvään elämään. Muuttuvassa toimintaympäristössä järjestöjen merkitys ei ole vähentynyt, vaan pikemminkin kasvanut. Tarvitaan ääniä, jotka puolustavat ihmisarvoa ja tarvitaan tekoja, joiden myötä järjestöjen mahdollistama arvokas työ jatkuu rahoituksen huomattavasta heikennyksestä huolimatta. Vaikka juuri nyt moni tulevaisuuteen liittyvä kysymys on vastausta vailla, suhtaudun luottavaisesti siihen, että yhdessä löydämme tapoja rakentaa yhteisöllisyyttä ja toteuttaa toimintaa, joissa jokainen voi tulla kohdatuksi omana itsenään.

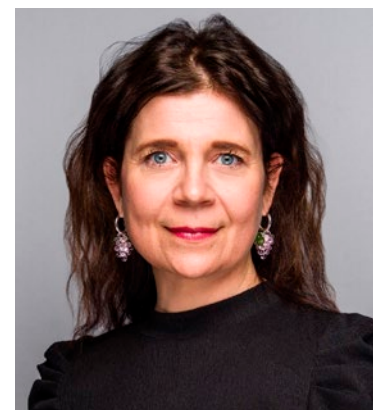
Tätä kirjoittaessani ulkona salamoi heinäkuinen kesämyrsky. Väistämättä huomaan vertaavani vallitsevaa yhteiskunnallista tilannetta Suomen kesään. Vielä hetki sitten aurinko paistoi kirk-

kaalta taivaalta ja lämpötila lähenteli kolmekymmentä. Hyvin nopeasti horisonttiin kerääntyivät tummia pilviä ja ensimmäiset salamathan halikoivat ilmaa. Jatkoin kuitenkin askareeni pihalla loppuun ajatellen, että sadettakin tarvitaan. Myrskyn alettua on vaikea ennustaa, kuinka voimakkaaksi se yltyy, mutta lopulta tuuli kuitenkin tyyntyy. Samalla tavalla me viisseiskalaiset jatkamme työtämme epävarmuudenkin keskellä – luottaen siihen, että yhdessä rakennettu yhteisö kestää niin poutapäivät kuin ukkoskuurotkin.

Tässä lehdessä pääset tutustumaan yhdistyksemme syyskauden toimintaan. Toivon, että sivuilta välittyy tekemisen ilo. Samalla haluan kiittää kaikkia teitä, jotka mahdollistatte toimintamme! Yhdessä rakennamme yhteiskuntaa, jossa jokaisella on mahdollisuus elää oman näköistään, hyvää elämää.

Toivotan antoisia lukuhetkiä ja lämminhenkistä loppukesää ja vähitellen lähestyvä syksyä teille kaikille lehden lukijoille.

Nina Korventaival





Ajankohtaista

Uusien jäsenten ilta

TERVETULOA tapaamaan yhdistyksen väkeä ja kuulemaan juuri sinulle tai teille sopivasta toiminnasta kahvilaherkkujen äärelle! Yhdistys aloitti säännölliset puolivuositain toteutuvat uusien jäsenten illat vuosi sitten. Illat järjestetään kaksi kertaa vuodessa.

Seuraava uusien jäsenten ilta on tiistaina 4.8.2026 kahvila Roasbergissa (Mikonkatu 13) kello 17–19. Kaikille edellisen noin puolen vuoden aikana jäseneksi liittyneille lähetetään henkilökohtainen kutsu. Tapaamisiin!

Lisätietoja: Katja Riikonen ja Mikko Apell

Tulevaisuus kuuluu meille kaikille

KEHITYSVAMMATUKI 57 ry:n työntekijä Satu Timperi teki YAMK-opinnäytetyön yhdistykselle. Opinnäytetyössä kehitettiin yhdessä kehitysvammaisten ja vastaavaa laaja-alaista tukea tarvitsevien ihmisten kanssa saavutettava tulevaisuustyöpajamalli.

Työpajoissa jokainen sai kertoa omista ajatuksistaan, unelmistaan, toiveistaan ja huolistaan. Tavoitteena oli löytää tapoja, joilla jokaisen ääni tulee kuulluksi. Kun oma ääni kuuluu, on helpompi vaikuttaa omaan elämään ja yhteisiin asioihin.

Opinnäytetyön tuloksena syntyi käytännön työpajamalli, jota järjestöt ja muut yhteisöt voivat käyttää ja soveltaa. Kaikilla ihmisillä pitäisi olla mahdollisuus kertoa, millaista tulevaisuutta he toivovat, ja osallistua sen rakentamiseen.

Lue lisää opinnäytetyöstä ja tutustu työpajamalliin verkkosivuillamme. Opinnäytetyö löytyy Theseuksesta nimellä ”Kaikkien ääni kuuluviin! Kognitiivisesti saavutettavia tulevaisuustyöpajoja”.

Sinun kokemuksesi ja ajatuksesi ovat tärkeitä. Tulevaisuus kuuluu meille kaikille.

Lisätietoja: Satu Timperi

Tulevaisuustyöpajan materiaalit ovat vapaasti katsottavissa yhdistyksen verkkosivuilla. Pääset materiaaliin QR-koodin avulla.





Syyskausi alkaa – tutustu tarjontaan!

Nyt on aika hakea mukaan kerhoihin, kursseille ja Vekkarin harrastusryhmiin! Hakuaika on 1.–16.8.2026.

Suurin osa kerhoista on tarkoitettu eri ikäisille helsinkiläisille, joilla on kehitysvamma tai vastaava laaja-alainen tuen tarve. Kerhoissa on kaksi ohjaajaa, jotka ovat vastuussa osallistujista. Kerhot ovat maksullisia.

Vekkarin harrastusryhmät on tarkoitettu Helsingin, Espoon, Vantaan ja Kauniaisten asukkaille. Ryhmissä ei ole ohjaajia, vaan vapaaehtoiset suunnittelevat ja järjestävät toimintaa. Vekkarin ryhmissä ei yleensä ole osallistumismaksua.

Kerhoista ja ryhmistä löydät liikuntaa, musiikkia, pelejä ja yhdessä oloa, sekä paljon muuta. Tutustu syksyn tarjontaan lehden mukana toimitettavasta vapaa-ajan toiminnan esitteestä tai tapahtumakalenterista (tapahtumat.kvtuki57.fi).

Vapaita paikkoja voi myös kysyä hakuajan jälkeen.

Lisätietoja: Severiina Winqvist ja Satu Timperi

Kehitysvammatuki 57 ry:n
sääntömääräinen

SYYS- KOKOUS

Kehitysvammatuki 57 ry:n sääntömääräinen syyskokous pidetään torstaina 26.11.2026 klo 18 yhdistyksen toimistolla osoitteessa Läntinen Brahenkatu 2, 4. krs, 00510 Helsinki.

Käsiteltäviä asioita:

- Sääntöjen 11§:n määäämät asiat
 - hyväksytään toimintasuunnitelma vuodelle 2027
 - määrätään vuoden 2027 jäsenmaksut
 - hyväksytään vuoden 2027 talousarvio
 - päätetään hallituksen jäsenten määrästä ja valitaan hallituksen jäsenet erovuoroisten tilalle.
 - valitaan kaksi tilintarkastajaa ja kaksi varatilintarkastajaa tai tilintarkastusyhteisö tarkastamaan tulevan vuoden tilejä ja hallinto.
- Sääntömuutos
- Muut yhdistyksen hallitukselle ennen 26.10.2026 ilmoitetut asiat.

Tarkennettu kokouskutsu ja asialista julkaistaan yhdistyksen verkkosivuilla kahta viikkoa ennen kokousta. Kokousmateriaali on saatavilla yhdistyksen toimistolta 16.11. alkaen. Tervetuloa!

Haluaisit osallistua syyskokoukseen 26.11., mutta kuka katsoisi lasten perään?

Ei hätää! Järjestämme tarvittaessa lapsille toimintaparkin syyskokouksen ajaksi, olethan yhteydessä 16.11. mennessä:

Heidi Rinta-Lusa tai Heini Lahtinen.



Vipinähetket jatkuvat kolmen vuoden ajan

VIPINÄHETKET-HANKE jatkaa ikääntyneiden helsinkiläisten kehitysvammaisten liikkumisen parissa. Vipinähetket tarjoaa maksutonta yksilöllistä liikkumisen valmennusta yli 55-vuotiaille. Syksyllä alkaa kolme koko kerhokauden kestävää kerhoa. Katso tarkemmat tiedot lehden lopusta.

Lisäksi hanke houkuttelee ikääntyneitä osallistumaan muiden toimijoiden kanssa järjestettyihin tempauksiin, joista ensimmäisenä on Eläintarhan kentällä järjestettävä Sporttipäivä 21.8. Tulevat tempaukset päivitetään tapahtumakalenteriin.

Ota yhteyttä, jos tiedät yli 55-vuotiaan kehitysvammaisen helsinkiläisen, joka hyötyy yksilöllisestä liikkumisen ja aktiivisuuden tukemisesta!

Lisätiedot: Maija Rimpiläinen



Leirit kuuluvat kesään

LEIRIVIikko ON MONELLE osallistujalle kesän kohokohta. Se on odotettu pieni tauko arkeen, jossa on mahdollisuus tavata vanhoja tuttuja ja tutustua uusiin ihmisiin ja olla luvan kanssa oma itsensä. Tänä kesänä olemme panostaneet toimijuuden vahvistamiseen. Leireillä voi harjoitella ja vahvistaa omia taitojaan, jotka tukevat itsenäistä elämää. Lisäksi olemme voineet toteuttaa erilaisia toiveita.

”Eniten odotan sitä, että pääsen pitkästä aikaa matkustamaan ratikalla”, kertoi yksi leiriläinen jännittyneenä. Tämä kommentti muistutti itseäni siitä, että monet arkiset asiat saattavat olla jollekin toiselle suuri seikkailu.

Työryhmässämme on ollut myös kesätyöntekijä Pietari, joka osallistui kahdelle Oskaripuiston toimijatalon leirille. Seuraavaksi Pietarin ajatuksia kesästä:

Olen 16-vuotias poika. Kuullessani vapaasta paikasta kehitysvammatuki 57 ry:n järjestämällä kesäleirillä ajattelin sen olevan hyvä haku-kohde halutessani uudenlaista työkokemusta, sillä minulla ei ole aikaisempaa kokemusta tällaisesta paikasta. Tullessani töihin Oskaripuistoon en ollut siis missään nimessä varma mitä tuleman pitää. Työtehtäviini kuului paikkojen siivoamista sekä ajanviettoa leiriläisten kanssa ja heidän avustamistaan.

Ensimmäisenä päivänä tutustuimme toisiimme. Silloin myös leiriläiset asettuivat asumaan ja päivä oli rauhallinen. Tulevina päivinä oli



luvassa enemmän aktiviteetteja kuten musisointia, lukemista ja ulkoilua. Sää ei ollut kuitenkaan suosiollinen ja lähes joka päivä satoi rajoittaen ulkoilu mahdollisuuksia. Vietimme siis suurimman osan ajasta sisällä, jossa katsoimme yhdessä tv:tä, söimme ja halutessaan leiriläiset saivat myös levätä omissa huoneissaan. Moni heistä oli kuitenkin melko vaatimattomia, kun tuli ohjaajan kanssa kahdestaan ajan viettoon esim. lautapelien pelaamiseen. Yksi leiriläisistä kuitenkin tykkäsi juuri tällaisesta ajanvietosta varsinkin paljon. Pelasimme hänen kanssaan usein erilaisia pelejä ja luin usein kirjoja hänen toiveestaan. Leirillä pääsin myös käyttämään minulle uusia laitteita kuten nosturia. Työssä oli siis niin sosiaalista kuin fyysistäkin tehtävää. Se ei kuitenkaan koskaan ollut ylikuormittavaa vaan päinvastoin mukavaa ja opettavaista tekemistä kesälle.

*Jutun ovat kirjoittaneet
Petrus Koskimies ja Pietari Koskimies*





TOMMY "TOMPPA" WESTERHOLM

14.7.1966 – 28.5.2026



PITKÄAIKAINEN ASUKKAAMME TOMMY kuoli rauhallisesti kotonaan Oskarinpuiston kotiyhteisössä. Kankurinmäen tukikotiin 1970-luvulla muuttanut Tommy ehti viiden yhteisen vuosikymmenen aikana jättää jälkensä moneen sydämeen.

Tompassa oli jotain erityistä ja hän toi lämpöä koko yhteisöömme. Tommy osasi iloita pienistäkin asioista, hassutella ja saada ympärillä olevat nauramaan. Hän nautti kohtaamisista sekä siitä, että ympärillä oli elämää. Juhlat sekä tapahtumat olivatkin hänelle tärkeitä ja etenkin joulupukin odottaminen toi iloa vuodesta toiseen.

Liikkuminen julkisilla kulkuneuvoilla, etenkin ratikalla ja metrolla, oli Tommylle mieleistä. Pidemmät matkat olivat kohokohtia, joiden odottaminen alkoi heti edellisen päätyttyä. Mieliimme on jäänyt reissu Tallinnaan muutamia vuosia sitten: Tomppa viihtyi lähes koko matkan ajan kannella nauttimassa kauniista säästä, ja suuren vaikutuksen teki satamassa nähty näky, kun viereiseen laivaan ajettiin rekkoja ja autoja. Tommyn ilo oli aitoa ja tarttuvaa. Hetki jäi mieleen meille kaikille.

Tomppa oli määrätietoinen ihminen; hän tiesi, mitä halusi ja miten asioiden piti olla. Oma koti ja huone olivat tärkeitä. Jokaisella tavaralla oli oma merkityksensä ja paikkansa: laiva, rekka, traktori, pehmolelut ja lehdet olivat aarteita. Hän järjesteli tavaroitaan huolella ja valitsi vaatteita suurella hartaudella. Tommy opetti meitä muita ymmärtämään, kuuntelemaan ja kunnioittamaan hänen toiveitaan.

Pitkäaikainen asuintoveri kuvasi häntä kauniisti: *"Tomppa on söpö."* Toinen muisteli: *"Tomppa oli kiva kaveri."* Yhteisiin muistoihin kuuluvat myös yläkerrassa vietetyt hetket, jolloin hän ja ystävänsä hassuttelivat heittelemällä sohvatyynyjä lattialle sekä nauroivat makeasti.

Kiitos, Tomppa, naurusta, lämmöstä sekä kaikista yhteisistä hetkistä. Sinua jäävät kaipaamaan monet ja muistosi elää edelleen sydämissämme.

*Oskarinpuiston kotiyhteisön
asuintoverit ja ohjaajat*

JANNE MARTTI JOHANSSON

01.03.1967 – 28.02.2026



JANNE KUOLI SYÖPÄÄN omassa kodissaan Helsingissä. Kuolinpäivä oli hänen rakkaan Mummansa syntymäpäivä ja hän olisi itse täyttänyt seuraavana päivänä 59 vuotta.

Kolmivuotiaana todettu kehitysvamma muutti koko perheen elämää. Isän äiti, Mumma, muutti Jannen kokopäiväiseksi hoitajaksi Helsinkiin, jotta vanhemmat saattoivat olla töissä. 4-vuotiaana Janne pääsi Tyynelän päivähuoltolaan, jossa hän oppi puhumaan. 7-vuotiaana hän aloitti Marjatta-koulussa, jonne oppi kulkemaan yleisillä kulkuneuvoilla.

15-vuotiaana Janne siirtyi Ristola-yhteisöön, jossa harjoiteltiin mm asumista kodin ulkopuolella. Niinpä muutto omaan kotiin ei ollut ihan vierasta, kun hän sai vuonna 1991 pysyvän asuntolapaikan Pasilasta. Siellä hän asui 15 vuotta, minkä jälkeen muutti takaisin lapsuudenmaisemiinsa, Veräjämäessä sijaitsevaan Veräjäkotiin. Janne käveli paljon ja nautti näistä mietiskelytuokioistaan suunnattomasti.

Bussilla kulkemisesta muodostui Jannen lempiharrastus. Kuljettajat tulivat läheisiksi ja hän oppi ulkoa aikatauluja ja reittejä. Jannen muisti oli muutenkin erinomainen; häneltä saattoi tarkistaa tuttavien syntymäpäivät tai minä vuonna käytiin jossakin.

Vaihetyökeskuksessa mieleinen tehtävä oli maantiekarttojen pussittaminen, ja kartoista muistiin tarttui teiden numeroita, joten Janne oli myös oiva navigaattori Suomessa ajellessa.

Seurakunnan toiminta oli Jannelle tärkeää ja hän kävi äitinsä kanssa sunnuntaisin messussa. Janne osasi virsiä ulkoa ja eläytyi messun kulkuun koko olemuksellaan. Isän kanssa yhteinen mielenkiinnon kohde oli urheilu. HIFK:n kausikorttikatsomossa he saivat paljon kavereita, ja Hyvinkään Tahkon otteluita kävimme seuraamassa ympäri Suomea. Vanhempien kautta Janne sai elämänsä myös paljon ystäviä, joiden luona vietettiin ikimuistoisia kesäpäiviä.

Ainoana lapsena Janne toi vanhemmilleen suunnattomasti iloa, joskus huoltakin. Hän haastoi kysymyksillään ja vaatimuksillaan, pakotti syventymään monenlaisiin haasteisiin sekä hyväksymään ehdoita vaikeitakin asioita elämässä.

Nyt rakas Janne on päässyt taivaaseen rakkaitten edesmenneiden ihmistensä joukkoon. Hänet on haudattu Mumman viereen Hyvinkään hautausmaalle.

Kaarina ja Martti Johansson, Vanhemmat

“Mitä kuuluu?”



Arkiaskareet tekevät kodin

KANKURINKULMAN kotiyhteisö vietti kesäkuun alussa suuria puutarhajuhlia, jossa juhlittiin kotiyhteisön 25 vuotta kestänyttä taivalta. Vuonna 2001 Helsingin Marjanie-meen valmistunut yhteisö oli Kehitysvammamati 57 ry:n historiassa merkittävä uuden aikakauden aloitus. Yksi ensimmäisiä uuteen kotiyhteisöön muuttaneista asukkaista oli Lea Korhonen, joka on asunut Kankurinkulmassa koko sen toiminnan ajan.

Aikaisemmin Lea asui Kankurinmäen tukikodissa, joka sijaitsi maalaismaisemissa Porvoon maalaiskunnassa. Hän muistelee, kuinka talvella oli liukasta ja kauppaan pääsi vain autolla. Uusi kotiyhteisö otettiin ilolla vastaan. ”Kauan odotettiin valmistumista”,

hän toteaa ja kertoo, että Kankurinmäessä liikkuminen on helpompaa ja kauppaankin pääsee kävellen.

Muuttopäivästä erityisesti mieleen on jäänyt hänen veljensä tarjoama apu ja iso auto, jolla tavarat kuljetettiin. Kaikista tavaroista tärkein oli nukke, joka on edelleen tallessa. Kankurinkulmassa Lea on asunut samassa huoneessa koko ajan, mutta osa huonekaluista on vaihtunut vuosien varrella. Lisäksi hänen huoneeseensa tehtiin äskettäin kylpyhuoneremontti, jossa uusittiin lattiat ja wc-kalusteet.

Kysyttäessä mikä vuosien varrella on muuttanut, Lea toteaa, että verhoja on vaihdettu.

Mitä kuuluu -palstalla haastatellaan Kehitysvammatuki 57 ry:n toiminnassa mukana olevia henkilöitä heille tärkeistä asioista.

Marjaniemessä sijaitsevat Oskaripuisto ja Kankurinkulma täyttivät kesällä 25 vuotta. Kankurin asukas Lea ja Oskarissa työskentelevä Tanja kertovat yhteisöjen pitkästä taipaleesta.

Myös osa asukkaista ja ohjaajista on vaihtunut. Elo Kankurinkulmassa on ollut leppoisa, vaikka joskus naapureiden kanssa on ollut pientä kränää. Parhaita muistoja ovat olleet omat syntymäpäivät, joita vietetään maaliskuun loppupuolella. Syntymäpäiviä on juhlittu yhdessä asukkaiden ja omaisten kanssa. "Välillä on ollut kakkua ja jäätelöäkin" Lea kertoo.

Lealle oman kodin tuntua tekevät siivoaminen ja kotityöt. Hän pitää sängyn petaamisesta ja omien tavaroiden järjestelystä, vaikka kertookin viime aikoina siivonneensa vähemmän. Omas-

sa huoneessa on iso kokoelma tyynyjä ja nukkeja, ja kokoelma täydentyy aika ajoin uusilla, jotka kaikki pitää laittaa oikeaan järjestykseen. Lean päivät Kankurissa kuluvat värityskirjoja värittäen, elokuvia katsoen ja virkaten. "Monta kerää lankaa, mutta aina loppuu", Lea nauraa. Tulevaisuuden toiveiksi hän listaa avustajien kanssa liikkumisen. Hän toivoo pääsevänsä autoilemaan, kauppaan ja elokuviin, sekä teatteriin.

Lea Korhosta haastatteli Mikko Apell



25 vuotta jatkunutta yhteistyötä

OSKARINPUISTON TOIMIJATALO ja kotiyhteisö täyttivät heinäkuussa 25-vuotta. Merkkipäivää juhlistettiin pihajuhlilla, joihin oli kutsuttu asukkaat, toimijat, sekä omaiset. Juhlissa nautittiin herkkuja, kuultiin livemusiikkia ja muisteltiin talon vaihteita.

Toimijatalossa ohjaajana työskentelevä Tanja Pyy on työskennellyt Oskaripuistossa koko sen historian ajan. Aikaisemmin kaupan alalla työskennellyt Tanja halusi opiskella sekä lähihoitajaksi että musiikkiterapeutiksi ja yhdistyk-



sellä oli aukeamassa paikka juuri valmistuneeseen Oskarinpuistoon. ”Mun hakemus tuli aivan kreivin aikaan. Se oli jotain johdattusta”, Tanja nauraa. Työsopimuksen hän allekirjoitti 7.5.2001 ja hänestä tuli samalla yhdistyksen ensimmäinen oppisopimusopiskelija.

Ensimmäiset viikot Oskarinpuistossa kulivat rakennuspölyjä pyyhkien. Monet asukkaista muuttivat Kankurinmäen tukikodista ja Tanja muistaa, kuinka asukkaat tuotiin bussilla katsomaan uutta kotia. Erityisesti mieleen on jäänyt, kuinka yksi asukkaista toi mukanaan taulun ja valitsi tälle sopivan paikan omasta huoneestaan. Varsinainen muutto tapahtui tipoittain ja toimijatalo käynnistyi seuraavana syksynä.

Tanja muistelee lämmöllä juhlia ja näytelmiä, joita vuosien varrella on järjestetty. Kotiyhteisö on viettänyt takkahuoneessa hemmottelupäiviä ja toimijatalo on useana vuonna tehnyt läheiseen metsikköön Halloween-polun, josta on tullut paljon kiitosta naapureilta ja lähialueen päiväkodeilta. Yhteistyötä on tehty myös alueen yrittäjien kanssa.

Erityisesti mieleen on jäänyt retket Hevossalmen lomakylään. Retkellä vietettiin koko päivä ja mukana olivat myös keittiön työn-

tekijät huolehtimassa grillailusta. Mieleen on jäänyt myös tempaus, jossa testattiin avusteisia kanootteja ja polkupyöriä. Pyörien kanssa poljettiin vierailulle Viikin löytöeläintaloon. ”Meitä oli sellainen letka että! Se oli todella kiva, se on kyllä jäänyt mieleen. Pitäisi enemmän järjestää tuollaista toimintaa”, Tanja toteaa.

Tanja kertoo, että vuosien varrella suuria muutoksia on kokenut erityisesti toiminnan rakenne. Aikaisemmin toiminta oli strukturoidumpaa ja samat ryhmät saattoivat pyöriä vuodenkin. Nykyisin toimijat saavat valita aamuisin, mihin toimintaan päivän aikana haluaa osallistua, jolloin jokainen päivä voi olla erilainen.

Muutoksista huolimatta Tanja viihtyy edelleen työssään. Hänelle parasta ovat toimijat ja vuorovaikutus sekä heidän että omaisten kanssa. Joidenkin kanssa yhteistyö on jatkunut jo vuosikymmeniä, ja ihmisten välille on muodostunut läheisiä siteitä. ”Se sinnikkyys, että sä selvität, mitä toinen haluaa kertoa, kun ei ole sanoja. Sitten jos siinä onnistuu, niin se on se suola. 25 vuotta voi kuulostaa joltain elinkautiselta, mutta jos mä en kokiisi tätä mielekkääksi, niin enhän mä täällä olisi”, Tanja toteaa.

Tanja Pyytä haastatteli Mikko Apell



Minulla on asiaa

Minulla on asiaa -palstalla tuomme esiin kehitysvammaisten ihmisten ja heidän läheistensä kohtaamia epäkohtia sekä kerromme, miten edistämme niiden ratkaisemista. Tällä kertaa esittelemme Pähkinänsärkijät-verkoston.



Kuvassa osa 24.3.2026
Pikkuparlamentin
tilaisuutta
rakentamassa
mukana olleista.

Pähkinänsärkijät-verkosto yhdessä perheiden puolella

Pähkinänsärkijät on yli 20 järjestön yhteistyöverkosto, joka edistää erityislapsiperheiden asemaa Suomessa. Toiminnan keskeisiä teemoja ovat vanhemmuuden ja parisuhteen tuki, monimuotoiset perheet, eroperhetyö sekä lähi-suhteiden turvallisuuden vahvistaminen erityistä tukea tarvitsevien lasten perheissä. Yhteisen vaikuttamistyön avulla pyrimme varmistamaan, että haastavissa elämäntilanteissa olevat perheet saavat tarvitsemansa tuen ajoissa.

Verkosto on myös eri järjestöjen välistä tiedon jakamista. Mukana on toimijoita, jotka työskentelevät erilaisten erityisten teemojen parissa.

Tavoitteena on yhdistää voimat ja tehdä yhdessä sen sijaan, että jokainen toimisi erikseen ja päällekkäin. Yhteinen päämäärämme on saada kuuluviin niiden perheiden ääni, joilla ei arjen kuormituksen vuoksi ole aina voimavaroja tuoda tilannettaan esiin.

Haluamme vaikuttaa siihen, että perheiden tilanteet eivät kriisiydy, vaan että apua saadaan ajoissa. Tämä tapahtuu esimerkiksi vaikuttamalla lainsäädäntöön ja tuomalla päättäjien tietoon, millaista erityinen arki on ja millainen tuki perheitä todella auttaa.



Verkoston tavoitteena on:

- vaikuttaa yhdessä lasten, nuorten, vanhempien ja perheiden asemaan vuosittain valittavan teeman kautta
- synnyttää uusia ratkaisuja yhteiskehittämisen, vaikuttamisen, pilotoitien ja hankeyhteistyön avulla
- vahvistaa toimijoiden välistä verkostoitumista sekä osaamisen ja hyvien käytäntöjen jakamista

Olemme olleet mukana verkostossa vuodesta 2020 lähtien. Verkosto on vuosien aikana tuottanut monenlaista vaikuttamismateriaalia, kuten podcastin, nuorten hyvinvointia käsittelevän videosarjan sekä Joustava työelämä -kampanjan, jossa koottiin kymmenen vinkkiä erityistarpeisten lasten vanhempien tukemiseen työpaikoilla.

Viimeisimpänä verkosto järjesti 24.3.2026 Pikkuparlamentissa Erityislapsiperheiden haasteet ja ratkaisut -tilaisuuden yhdessä eduskunnan nepsy-verkoston kanssa. Tilaisuudessa kuuden suurimman puolueen kansanedustajat ottivat kantaa Pähkinänsärkijät-verkoston ratkaisuehdotuksiin.

Keskeiset ratkaisuehdotukset:

1. Taataan perheiden välttämätön toimeentulo

Tehdään tasokorotukset vammaistukeen ja omaishoidon tukeen. Määritellään omaishoidon tuelle valtakunnallisesti yhdenvertaiset saantikriteerit, jotta kaikki tuen tarpeessa olevat perheet saavat tarvitsemansa tuen.

2. Mahdollistetaan pienten työtulojen yhdistäminen sosiaaliturvaan

Palautetaan suojaosat asumistukeen ja työttömyysetuuteen sekä toimeentulotuen etuoikeutettu tulo. Näin mahdollistetaan ihmisten oma aktiivisuus ja tuetaan perheiden hyvinvointia.

3. Turvataan perheiden varhainen tuki

Varmistetaan järjestöjen toiminnan jatkuvuus, jotta ne voivat tukea perheitä arjessa ja palveluvidakossa navigoinnissa.

Muutos syntyy yhteistyöllä. Kun järjestöt, päättäjät ja palvelujärjestelmä toimivat samaan suuntaan, perheiden arkea voidaan aidosti helpottaa. Pähkinänsärkijät-verkosto edistää ratkaisuja, jotka näkyvät perheiden arjessa oikea-aikaisena tukena ja parempana hyvinvointina.

"Privilege is when you think something's not a problem because it's not a problem for you personally."

– D. Gaider

Tutustu Pähkinänsärkijät-verkoston tuottamaan materiaaliin QR-koodin avulla

Lisätietoja: Katja Riikonen ja Aino Raike



Hyvistä hetkistä hyvä elämä®

Tälle palstalle kootaan hyviä hetkiä Kehitysvammatuki 57 ry:n toiminnasta ja toimintaan osallistuvien elämästä. Hyvät hetket voivat olla pieniä tai suuria, mutta niistä jää aina ihanat muistot.



"Leiriviikko on mennyt oikein hyvin. Me ollaan tutustuttu Helsingin eri paikkoihin ja käyty Hakaniemen torilla ja Talvipuutarhassa. Sitten on ollut bingoa ja ulkopelejä. Loppukesä menee mökkeillen ja jossain vaiheessa lähden Hämeenlinnaan tuttavaperheen luokse hoitamaan kymmentä kissaa ja kolmea koiraa."

Aapo

Alvarin kesäjuhla järjestettiin ensimmäistä kertaa Espoon Alvar Aallon puistossa 10.7. ja Vekkarin vapaaehtoiset olivat mukana huolehtimassa tapahtuma-alueen siisteydestä. Päivä oli täynnä iloa, kohtaamisia ja aurinkoista tunnelmaa.



Crista, Hoppa ja Tea osallistuivat kesäkuun alussa Liikunnan iloa -yöleirille, joka järjestettiin Iiris-keskuksessa. Leirillä oli muun muassa saunottu ja pelattu erilaisia pelejä.

Crista: "Saa olla lomalla ohjaajista".

Tea: "Olisi kiva kun olisi toinenkin kerta."

Crista: "Niin, Kävisi vaan nopee pesee vaatteet ja tulisi takasi".

Hoppa: "Täällä on ollu tosi kivaa. Otan aina puolen tunnin tai tunnin hirsut."



Krister Julia Sivinen osallistui Sateenkaaren alla -bileisin, jotka järjestettiin Hobo hotellissa kesäkuun lopulla. Bileissä esiintyi räppäri Hugo Toosi. "On ollu ihan kiva fiilis. Tykkäsin esiintyjästä. Kävin lakkaamassa kynnet. Kiva tavata vanhoja tuttuja."



Vekkari oli mukana Tuskassa pitämässä huolta alueen siisteydestä. Tapahtuma on tullut vapaaehtoisten toiveena. Mukana oli sekä uusia että kokeneita vapaaehtoisia. Vapaaehtoiset viihtyivät tehtävässään ja parasta oli kuulla, että Vekkaria toivottiin mukaan myös ensi vuonna!



Vekkarin vapaaehtoiset viettivät kesäkuussa yhteistä virkistyspäivää Lastentarhanmuseossa ja Ystävätuvalla. Päivään kuului museon historiaan tutustumista, iloista yhdessäoloa sekä pitsaa ja jäätelöä. Vapaaehtoiset pohtivat myös, millainen voisikaan olla täydellinen vapaaehtoisipäivä.



Toiminta, tapahtumat ja vertaistuki

19

PERHEIDEN VERTAISTUKITOIMINTA

Moneen perhetoiminnan tapahtumaan voi osallistua yhdessä lapsen kanssa tämän iästä riippumatta. Vanhempien virkistys- ja vertaistapahtumiin ovat tervetulleita myös aikuisten lasten vanhemmat. Rajaamme joissakin tapahtumissa kohderyhmää, mutta se kerrotaan selkeästi tapahtuman ilmoituksessa.

Lisätiedot: Aino Raike ja Heini Lahtinen.

29

PARKKITOIMINTA

Parkkitoiminta on kehitysvammaisten ja vastaavaa laaja-alaista tukea tarvitsevien lasten ja nuorten hoitoon sekä ohjaukseen perehtynyt toimintaa. Parkkitoiminta on suunnattu Helsingissä, Vantaalla, Espoossa, Kauniaisissa, Kirkkonummella, Keravalla, Tuusulassa ja Sipoossa asuville lapsiperheille.

Lisätiedot: Heidi Rinta-Lusa tai Heini Lahtinen.

33

YSTÄVÄTUPATOIMINTA

Avoin kohtaamispaikka Ystävätupa, sekä säännöllisesti kokoontuvat klubit tarjoavat hyviä hetkiä vapaa-aikaan. Lisäksi järjestämme lyhytkursseja, kulttuuri- ja virkistysretkiä, matkoja ja tapahtumia.

Lisätiedot: Mari Salovaara.

36

TURVATAIDOT

Turvataidot ovat elintärkeitä jokaiselle – ne auttavat suojautumaan riskeiltä, kunnioittamaan omia ja toisten rajoja sekä puolustamaan oikeutta koskemattomuuteen. Tule oppimaan yhdessä!

Lisätiedot: Veera Hietanen.

38

VIPINÄHETKET

Vipinähetket -hanke tarjoaa maksutonta yksilöllistä liikkumisen valmennusta yli 55-vuotiaille, sekä kolme koko kauden kestäväää kerhoa ja pitkin vuotta toteutuvia tempauksia.

Lisätietoja: Maija Rimpiläinen.



KERHOTOIMINTA

Tervetuloa mukaan kerhoihin ja Vekkarin ryhmiin! Ilmoittautuminen on 1.–16.8. Tutustu toimintaan lehden mukana tulevassa vapaa-ajan esitteessä, kotisivuilla tai tapahtumakalenterissa.

Lisätietoja: Severiina Winqvist ja Satu Timperi

Ilmoittautuminen

Useimpiin Kehitysvammatuki 57 ry:n tapahtumiin voit ilmoittautua tapahtumakalenterin kautta: tapahtumat.kvtuki57.fi. Tarvittaessa ole yhteydessä vastaavaan koordinaattoriin.

Muutokset ovat mahdollisia. Ajankohtaisin tieto tapahtumista on netissä.

Maksaminen

Lasku lähetetään ensisijaisesti sähköpostiin, mikäli sähköpostiosoite on annettu ilmoittautumisen yhteydessä. Verkkolaskujen toimittaja on Maventa. Viestin lähettäjänä on Maventa Transactions.

Yleiset peruutusehdot

- Maksun maksamatta jättäminen ei ole sama asia kuin peruuttaminen.
- Sairastumisen sattuessa rahat palautetaan vain lääkärin-todistusta vastaan.
- Mikäli joudut peruuttamaan osallistumisesi, olethan välittömästi yhteydessä tapahtuman yhteyshenkilöön
- Tarkemmat peruutusehdot on kirjattu toiminnan tai tapahtuman yhteyteen.

ILMOITTAUDU OSOITTEESSA

tapahtumat.kvtuki57.fi



Perheiden vertaistukitoiminta

Syksyllä on paljon vertaistapaamisia ja erilaisia tapahtumia, jossa toivomme näkevämme teitä perheitä ja vanhempia! Meitä perheiden tuen tiimin työntekijöitä voi myös tulla sovitusti tapaamaan toimistollemme. Olemme teitä perheitä ja vanhempia varten.

Suurin osa tapahtumistamme on perheille maksuttomia, mutta joistain perimme omavastuuhinnan. Ilmoitamme selkeästi, jos tapahtumassa on omavastuuhinta.

Seuraa nettisivuillamme olevaa tapahtumakalenteria, sillä kaikki perhetoiminnan tapahtumat eivät tule tähän lehteen.

Nähdään tapahtumissa!

Terkuin, Aino, Heini, Heidi ja Katja

TEEMOITETUT TAPAAMISET

Vaativan erityisen tuen koulutusmessut IPI Kulmakuppilassa

Aika: lauantaina 7.11. kello 11–15

Paikka: IPI Kulmakuppila,
Porthaninkatu 13, Helsinki

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Aino Raike

Perinteeksi muodostuneet koulutusmessut ovat taas täällä!

Mitä peruskoulun jälkeen? Koulutusmessuilla kuulet lisää! Tervetuloa tutustumaan vaativan erityisen tuen koulutusten järjestäjiin ja koulutuksiin.

Mukana messuilla ovat Ammattiopisto Live, Ammattiopisto Luovi, Kiipulan ammattiopisto, Ammattiopisto Spesia sekä Aitoon koulutuskeskus.



Perheiden vertaistukitoiminta

VERTAISTAPAAMISET

Äitikerho – äitien vertaisryhmä

Aika: tiistaina 4.8., 1.9., 29.9., 27.10. ja 8.12. kello 17.30–19.30

Paikka: Oskarinpuiston toimijatalo tai muu paikka

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Aino Raike

Äitikerho on vertaisryhmä pääkaupunkiseudun ja lähikuntien äideille, joilla on erityistä tukea tarvitseva lapsi (myös täysi-ikäisten lasten äideille). 4.8. menemme Allsång på Puotilan kartanolle ja 27.10. menemme keilaamaan.

Voit osallistua niille kerroille, jotka sinulle sopivat. Tule mukaan ottamaan hetki rennosti! Tarjolla maksuton iltapala. Mukana ryhmässä on joka kerralla perheiden tuen tiimin työntekijä.

Kaakon kammarin pitsaperjantait! – perheiden vertaistapaaminen

Aika: 18.9., 23.10. ja 6.11. kello 17–19.30

Paikka: Oskarinpuiston toimijatalo, Marjanienranta 48, Helsinki

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: ei tarvitse ilmoittautua etukäteen

Lisätietoja: Heini Lahtinen

**Suosituin
perhe-
tapahtu-
mamme!**

Tervetuloa Kaakon Kamhariin – syyskaudella tapaamme kolmena perjantaina!

Kaakon kammarissa tapaat muita pääkaupunkiseudulla asuvia perheitä. Lapsille on tarjolla leikkiä ja pelejä. Paikalla on perheiden tuen tiimin työntekijä ja vapaaehtoisia. Päävastuu lasten hoitamisesta ja ohjauksesta on vanhemmilla.

Tarjolla kala/kasvispitsaa. Ilmoita ennakkoon, jos sinulla on allergioita tai jokin ruokavalio.



Erityislapsiperheiden ilta Koivukylän kohtaamispaikassa

Aika: keskiviikkona 9.9., 7.10., 11.11. ja 9.12. kello 16.30–18.30

Paikka: Koivukylän avoin kohtaamispaikka, Karsikkokuja 17, Vantaa

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: ei tarvitse ilmoittautua etukäteen

Lisätietoja: Aino Raike tai Heini Lahtinen

Tule tapaamaan muita vanhempia ja viettämään iltaa yhdessä muiden erityislapsiperheiden kanssa. Kohtaamispaikka tarjoaa lapsille viihtyisän leikkiympäristön.

Tapahtuma on tarkoitettu vantaalaisille ja keravalaisille perheille. Paikalla on aina yhdistyksen perheiden tuen tiimin työntekijä. Tarjolla maksuton iltapala.

Erityislapsiperheiden ilta Keravan Onnilassa

Aika: perjantaina 25.9. ja 23.10.
kello 17–19

Paikka: Paasikivenkatu 12, Kerava

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: ei tarvitse ilmoittautua etukäteen

Lisätietoja: Aino Raike tai Heini Lahtinen

Tule tapaamaan muita vanhempia ja viettämään iltaa yhdessä muiden erityislapsiperheiden kanssa. Onnilassa on monipuolinen leikkitila lasten käyttöön.

Tapahtuma on tarkoitettu vantaalaisille ja keravalaisille perheille. Paikalla on aina yhdistyksen perheiden tuen tiimin työntekijä. Tarjolla maksuton iltapala.

Lounastapaaminen pääkaupunkiseudun vanhemmille IPI Kulmakuppilassa

Aika: torstaina 10.9. ja 19.11.
kello 11–13

Paikka: IPI Kulmakuppila,
Porthaninkatu 1, Helsinki

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: ei tarvitse ilmoittautua etukäteen

Lisätietoja: Aino Raike ja Heini Lahtinen

Tule tapaamaan muita vanhempia maksuttoman salaattilounaan merkeissä.

Voit halutessasi tulla yhdessä lapsesi kanssa. Kahvilassa ei ole leikkipaikkaa.

Lounas kustannetaan lahjoitusvaroilla.

Arabiankielisten omaishoitajien etävertaisryhmä

Aika: keskiviikkona 26.8., 30.9., 28.10.
ja 25.11. kello 17–18.30

Paikka: Teams

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: Tuulikki Hakala, Polli ry, puh. 046 922 35 90 tai Heini Lahtinen 040 707 9967

Lisätietoja: Aino Raike ja Heini Lahtinen

Etäryhmä arabiankielisille, erityistä tukea tarvitsevien lasten äideille. Ryhmässä on tulkki. Ryhmään osallistuakseen ei tarvitse olla virallinen omaishoitaja. Linkin ryhmään saat Heiniltä tai Tuulikilta.

Somalinkielisten omaishoitajien ryhmä

Aika: torstaina 27.8, 24.9., 29.10.
ja 26.11. kello 17–19.30

Paikka: Itäkadun perhekeskus,
Tallinnanaukio 1, Helsinki

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: ei tarvitse ilmoittautua etukäteen

Lisätietoja: Aino Raike ja Heini Lahtinen

Kehitysvammatuki 57 ry:n vapaa-ajan kerho-, ryhmä- ja kurssitarjonta syyskaudella 2026



Maanantai		Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Musiikki 	Villiklubi joka kuukauden 4. maanantai klo 18-21 Seniorimuskari klo 14-15	Brahiksen musa- ja karaokekerho klo 15.30-16.30 Vuosaaren musiikkikerho klo 18-19.30 Musiikki ja ilmaisutaito klo 18-19 Järvenpään Villiklubi klo 17-19.30 (4krt/kausi)	Levyraatikerho (Vantaalla) klo 17.30-19.00 Brahiksen musiikkikerho 2 klo 18.15-19.15	Brahiksen musiikkikerho 3 klo 18.15-19.15			
			Värikästä taiteilua klo 16.00-18.30	Askartelu- ja taidekerho klo 18.15-19.15 Tunneteatteri klo 12.30-15.00			
	Malmin taidekerho klo 18.15-19.15 Sateenkaareva taideryhmä klo 15.30-18.30.						
	Vekkarin Hyvinvointiryhmä klo 17.00-18.30 Sateenkaaren alla -tapaamiset klo 17-18.30	Ystävien iltapäivä senioreille joka toinen tiistai klo 12.15-13.15 Senioriklubi	Ystävätupa klo 14-19 Vekkarin Taidekeskiviikko klo 17.00-18.30	Sateen-kaariklubi klo 16.00-17.30 kolme kertaa kaudessa Vekkarin	Vekkarin Toimintaryhmä klo 17-19 Sururyhmä klo 16.30-18	Kokkaus-kurssi klo 10-13 ja 13.30-16.30 Lukemisen ja kirjoittamisen	Ystävä-tupa klo 13-16

Yhdessä oloa ja oppimista 	joka toinen tiistai klo 12–14 Leidien klubi klo 18–19 Luontokerho klo 18–19	Aikamatka senioreille klo 10.30–11.30	Leffaryhmä klo 17.30–19.30 Vekkarin Digitutkiryhmä (Espoossa) klo 18–20	Senioreiden Helsinki-kurssi klo 13–14	kurssi klo 10.00–11.30 Kaupunki-seikkailijat klo 12.30–13.30	
Liikunta 	Vekkarin Biljardi Pingviinit klo 16–17	Liikuntakerho klo 18.00–19.30 Keilaus (kaksi ryhmää) klo 16–17 ja 17.15–18.15 Nykytanssikerho klo 17.00–17.45 Nykytanssikerho esiintymisestä kiinnostuneille klo 18.00–18.45	Jooga (kaksi ryhmää) klo 16.45–17.45 ja 18.15–19.15 Senioreiden luova tanssi klo 12.45–14	Kuntorykkely klo 19.30–20.30 Tanssikerho klo 18.00–19.30 Sporttikerho klo 17.15–18.45 Vekkarin tanssi-ryhmä rokkaa klo 17–18 Vekkarin Tanssiryhmä rokkaa klo 17–18 Vesiliikunta klo 15–16	Vanhemman ja lapsen uimakoulu klo 12.30–13.30	Salibandy klo 12–13
Lapsille ja nuorille	Luistelukerho klo 18.30–19.30				EtäTeinari joka toinen lauantai klo 13.00–14.30 Teinari joka toinen lauantai klo 13–16	

Hae kerhoihin ja ryhmiin viimeistään 16.8. osoitteessa tapahtumat.kvtuki57.fi.

Tarkista kokoontumiskerrat ja paikka vapaa-ajan toiminnan esitteestä.

Muutokset tietoihin mahdollisia. Muutoksista ilmoitetaan verkkosivuilla sekä sähköpostitse ilmoittautuneille.

Kuvat: Papunetin kuvapankki, papunet.net, SCLERA

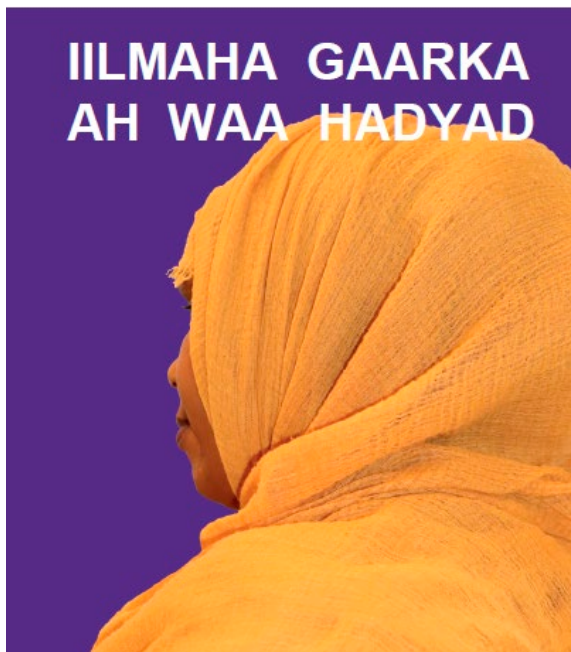
Kerhot helsinkiläisille
(musta teksti),
vantaalaisille
(punainen teksti)

Avoimet klubit

Vekkarin ryhmät Helsingissä
(valkoinen teksti), **Vantaalla**
(punainen teksti) ja **Espoossa**
(sininen teksti)

Perheiden vertaistukitoiminta

Ilmaha gaarka ah waa hadiyad – kooxda loogu talagalay hooyooyinka afka soomaaliga ku hadla. Ryhmä on tarkoitettu erityislasten äideille. Osallistuminen ei edellytä omaishoidontuen sopimusta. Yhteistyössä Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry:n kanssa. Jos tarvitset välttämättä lastenhoitajaa ryhmään osallistuaksesi, niin ole yhteydessä Heiniin.



Albaniankielisten vertaisryhmä

Aika: keskiviikkona 23.9., 21.10., 18.11. ja 16.12. kello 17–19

Paikka: Entressen kirjasto, Siltakatu 11, 02770 Espoo

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: Ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, mutta voit halutessasi kertoa tulostasi: Tuulikki Hakala, Polli ry, puh. 046 922 35 90 tai Heini Lahtinen 040 707 9967.

Lisätietoja: Aino Raike tai Heini Lahtinen

Ryhmä albaniankielisille vanhemmille, joilla on erityistä tukea tarvitseva lapsi tai nuori. Ryhmässä on mukana tulkki. Ryh-

mässä saat tietoa eri aiheista ja voit jakaa kokemuksia muiden kanssa. Ryhmään osallistuakseen ei tarvitse olla virallinen omaishoitaja.

Harvinaisten päivä Jaatisen majalla

Aika: lauantaina 19.9. kello 14–17

Paikka: Vammaisperheyhdistys Jaatinen ry, Nordenskiöldinkatu 18, Helsinki

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: katso tapahtumakalenteri

Lisätietoja: Aino Raike ja Heini Lahtinen

Onko alle 20-vuotiaalla lapsellasi harvinaisen diagnoosi (sairaus, oireyhtymä, vamma) tai epäily siitä? Tule viettämään päivää yhdessä muiden kanssa.

Päivän aikana on tarjolla kivaa tekemistä lapsille/nuorille, vertaista seuraa ja pientä syötävää. Mukana on perheiden tuen tiimin työntekijä. Tapahtuma on maksuton. Ilmoittaudu mukaan! Tapahtuma järjestetään yhteistyössä Vammaisperheyhdistys Jaatinen ry:n, Harvinaiskeskus Norion ja Maliken kanssa.

Tapaaminen täysi-ikäisten lasten vanhemmille

Aika: maanantaina 5.10. kello 17–19

Paikka: Ystävätupa, Läntinen Brahenkatu 2, 4.krs., Helsinki

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: 1.10. mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Aino Raike

Tervetuloa tapaamaan muita täysi-ikäisten lasten vanhempia kahvin/teen ja iltapalan merkeissä. Keskustellaan esiin nousevista asioista. Paikalla perheiden tuen tiimin työntekijä.

Erityislasten isovanhempien vertaistapaaminen

Aika: maanantaina 26.10. kello 17–19

Paikka: Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry, Kirstinkatu 3, 00530 Helsinki

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: 16.10. mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Aino Raike

Lapsenlapsen kehitysvamma ja/tai sairaus yhdistää isovanhemmat saman pöydän äärelle. Illan aikana keskustellaan vapaamuotoisesti mielen päällä olevista asioista vertaisessa seurassa ja nautitaan kahvitarjoilusta.

Mukaan ovat tervetulleita kaikki pääkaupunkiseudulla asuvat isovanhemmat, isotädit, -sedät, bonusmummit ja -vaarit, joskus aiemmin vastaavissa tapaamisissa mukana olleet sekä ensi kertaa osallistuvat. Tapaaminen järjestetään yhteistyössä Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry:n kanssa.

VIRKISTYSTÄ PERHEILLE

Ilonhetket vanhemmille

Aika: perjantaisin kello 12–12.30

Paikka: Zoom, linkki löytyy tapahtumakalenterista

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: ei tarvitse ilmoittautua etukäteen

Lisätietoja: Aino Raike

Joukko vanhempia kokoontuu hetkeksi latautumaan hassujen pelien ja virkistävien kehoharjoitteiden pariin kotoa käsin. Ei tarvitse ilmoittautua, sitoutua eikä valmistautua. Voit osallistua mistä päin Suomea tahansa!



Perheiden luontokerho Uutelassa

Aika: lauantaina 26.9., 24.10. ja 28.11. kello 10–13

Paikka: Uutelan kota, Särkkäniemi, Helsinki

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: viikkoa ennen tapahtumaa tapahtumakalenterin kautta

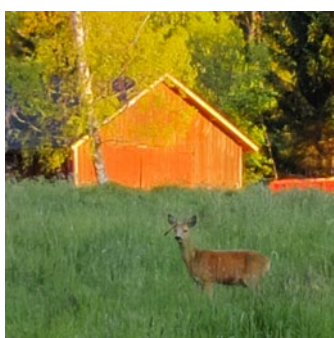
Lisätietoja: Aino Raike tai Heini Lahtinen

Perheiden luontokerhossa tutkimme ja ihmettelemme yhdessä luontoa sekä sen moninaisuutta. Kerho kokoontuu Uutelan

Perheiden vertaistukitoiminta

ulkoilualueella ja joka kerralla on oma teema. Käytössämme on Uutelan kota, jossa grillaamme makkaraa.

Luontokerhon vetäjänä on luonto- ja eräopas Jouni. Vastuu lapsista on vanhemmilla. Tapahtuma on tarkoitettu pääkaupunkiseudun perheille. Luontokerho järjestetään yhteistyössä Mahdollisuus lapselle ry:n ja Pääkaupunkiseudun Autismiyhdistys PAUT ry:n kanssa.



Elokuvanäytös pääkaupunkiseudun perheille Kino Kulttuurimyllyssä: Unohdettu saari (S)

Aika: maanantaina 12.10. kello 13–14.45

Paikka: Kino Kulttuurimylly, Myllypuro, Helsinki

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: 4.10. mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Aino Raike ja Heini Lahtinen

Syyslomalle puuhaa! Tervetuloa elokuviin Kino Kulttuurimyllyyn. Perheille on varattu yksityisnäytös Feeniks -saliin ja elokuvana on lokakuussa ensi-iltaan tuleva Unohdettu saari (S), kesto noin 1h 40 min.

Jos et tiedä viihtyykö lapsesi elokuvissa, niin tämä on hyvä tilaisuus kokeilla. Sa-

lissa saa liikkua tai poistua välillä kesken näytöksen. Tarjolla popcornia ja mehua. Paikkoja on reilusti, mutta rajallisesti. Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Tapahtuma kustannetaan lahjoitusvaroilla.



Perheiden syyslomaretki Korkeasaaren eläintarhaan

Aika: torstaina 15.10. kello 13–15

Paikka: Korkeasaari

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: 4.10. mennessä tapahtumakalenteri kautta

Lisätietoja: Aino Raike ja Heini Lahtinen

Perheiden retki Korkeasaareen!
Tapahtuma on tarkoitettu pääkaupunkiseudun perheille, jossa on koulujen syyslomaa viettävä erityistä tukea tarvitseva lapsi tai nuori. Sisarukset ovat tervetulleita mukaan! Lapset ovat vanhempiensa vastuulla. Yhdistys kustantaa sisäänkäsyn lahjoitusvaroilla. Tapahtumassa on säävaraus.

Teatteri-ilta pääkaupunkiseudun vanhemmille: Gutenberg! –musikaali

Aika: keskiviikkona 2.12. kello 18.15

Paikka: Musiikkiteatteri Kapsäkki, Hämeentie 68, Helsinki

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: 27.9. mennessä.
Ilmoittautuminen on sitova.

Lisätietoja: Aino Raike

Parhaat kaverit Bud (Juha Pulli) ja Doug (Joel Mäkinen) ovat kaksi innokasta käsikirjoittajaa, joiden haaveena on saada heidän käsikirjoittamansa Gutenberg! -musikaali Broadwaylle. Mitä tapahtuu, kun heille tarjoutuu tilaisuus esitellä musikaalinsa Broadway-tuottajille? Tässä naurun- täyteisessä musikaalissa roolit ja hatut vaihtuvat hurjalla tahdilla!

Liput kustannetaan lahjoitusvaroista. Paikkoja on rajallinen määrä ja ne täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Huomaa, että ilmoittautuminen päättyy jo syyskuussa.

Karting Mini-GP kisa pääkaupunkiseudun isille

Aika: tiistaina 15.12. kello 17.45

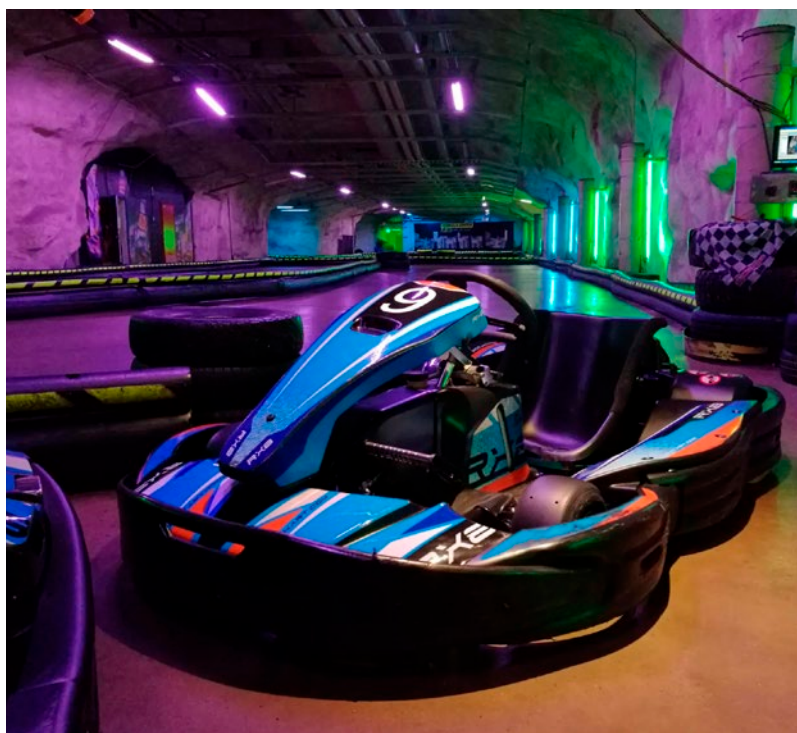
Paikka: Formula Center Helsinki, Myllypuro

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: 6.12. mennessä
tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Aino Raike

Tule kisaamaan ja kokemaan Mini-GP! Kisa sisältää aika-ajon 10min sekä finaalin 10min. Kisan jälkeen tarjolla pientä naposteltavaa ja juomaa. Tapahtuma on suunnattu isille, joiden lapsella on kehitysvamma tai vastaava laaja-alaisen tuen tarve. Tapahtuma kustannetaan lahjoitusvaroista.



VIKKONLOPPUKURSSIT

Viikonloppu pääkaupunkiseudun vanhemmille

Aika: 14.11.–15.11.

Paikka: Hotel Jollasranta, Helsinki

Hinta: 40 €/henkilö

Ilmoittautuminen: haku 27.9. mennessä
tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Aino Raike tai Heini Lahtinen

Oletko samassa taloudessa asuvan kehitysvammaisen tai vastaavaa laaja-alaista

tukea tarvitsevan lapsesi omaishoitaja tai omaishoitajan kaltaisessa tilanteessa oleva vanhempi? Hae mukaan vanhempien viikonloppukurssille, jossa sinulla on mahdollisuus jutella muiden samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien vanhempien kanssa.

Tule rentoutumaan, ulkoilemaan, saunaamaan ja syömään rauhassa. Kerää voimia arkeen! Jokaiselle osallistujalle tai pariskunnalle on oma huone. Viikonloppu sisältää useamman aterian. Haku päättyy 27.9. ja valinnat kurssille tehdään tämän jälkeen.



Parkkitoiminta

Parkkitoiminta on kehitysvammaisten ja vastaavaa laaja-alaista tukea tarvitsevien lasten ja nuorten sekä heidän sisarustensa hoitoon ja ohjaukseen perehtynyttä toimintaa. Toiminta on suunnattu Helsingissä, Vantaalla, Espoossa, Kauniaisissa, Kirkkonummella, Keravalla, Tuusulassa ja Sipoossa asuville samassa taloudessa vanhemman kanssa asuville lapsille ja nuorille, joilla on kehitysvamma tai vastaava laaja-alainen tuen tarve, sekä heidän sisaruksilleen. Huomioimme perheen yksilölliset tarpeet ja ohjaajien määrä räätälöidään jokaiseen tapahtumaan erikseen.

Toiminta jakautuu lasten teemapäiviin, erilaisiin toimintaparkkeihin sekä sisarustoimintaan. Sisarustoiminta (Sisarusten oma päivä) on suunnattu ainoastaan erityistä tukea tarvitsevien lasten sisarukille. Huomioimme myös kotona asuvat aikuistuvat sisarukset.

Vahvistetun osallistumisen voi perua veloituksetta 12 tuntia ennen alkamisajan kohtaa. Lyhyemmällä aikavälillä ilman terveydenhuollon todistusta peruutetusta ilmoittautumisesta veloitetaan osallistumismaksu.

Lasten teemapäivät (perjantai- ja lauantaiparkit)

Lasten teemapäivät on tarkoitettu alle 18-vuotiaille kehitysvammaisille tai vastaavaa laaja-alaista tukea tarvitseville lapsille ja heidän sisaruksilleen. Teemapäivissä toimitaan valitun teeman ympärillä ja tutustutaan uusiin ihmisiin sekä vieteään hyviä hetkiä vertaisessa seurassa.

Lapset osallistuvat teemapäiviin pääsääntöisesti ilman vanhempia, mutta halutesaan lapsi voi tulla yhdessä vanhemman tai oman avustajan kanssa. Osallistumismaksu sisältää lämpimän ruoan tai välipalan. Mukaan mahtuu rajallinen määrä lapsia ja valinnat tehdään ilmoittautumisajan päätyttyä.

Liikuteltavat toimintaparkit

Liikuteltava toimintaparkki on nimensä mukaisesti liikkuva kohtaamispaikka, joka toteutuu ennalta sovituissa kohteissa ja tarjoaa monipuolista tekemistä hoitajan tuella.

Osallistuminen edellyttää ennakkoilmoittautumista tapahtumakalenterin kautta. Valinnat tehdään ilmoittautumisajan päätyttyä. Osallistumismaksu sisältää tarvittavan tuen sekä ohjauksen ja määräytyy toiminnan sisällön ja keston mukaan. Osa liikuteltavista toimintaparkkeista on suunnattu 18 vuotta täyttäneille, joten tarkistathan ikärajan tapahtumakalenterista.

Pystymme joidenkin kohdalla auttamaan toimintaparkkiin tuomisessa tai hakemisessa. Huomioi, että tämä vaikuttaa osallistumismaksun suuruuteen. Ensimmäisellä osallistumiskerralla lapsen tai nuoren tulee kuitenkin aina saapua ja lähteä lähihenkilön saattamana.

Seuraa tapahtumakalenteristamme liikuteltavia toimintaparkkeja ja löydä juuri teille sopiva ajankohta ja paikka – tai ota yhteyttä parkkitoiminnan koordinaattoriin Heidi Rinta-Lusaan ja ehdota lähialueellenne liikuteltavaa toimintaparkkia!

Parkkitoiminta

Perjantaiparkki – Goes Sea Life

Aika: perjantai 21.8. kello 16–19

Paikka: Ystävätupa,
Läntinen Brahenkatu 2, 4. krs

Hinta: 10 €

Osallistumisikä: alle 18-vuotiaat

Ilmoittautuminen: sunnuntaina 9.8.
mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Heidi Rinta-Lusa ja
Heini Lahtinen

Lauantaiparkki – Goes Heureka

Aika: lauantai 5.9. kello 11–15

Paikka: Tiedekeskus Heureka,
Tiedepuisto 1, 01300 Vantaa

Hinta: 20 €

Osallistumisikä: alle 18-vuotiaat

Ilmoittautuminen: sunnuntaina 23.8.
mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Heidi Rinta-Lusa ja
Heini Lahtinen



Perjantaiparkki – Kissa vieköön!

Aika: perjantai 11.9. kello 17–20

Paikka: Ystävätupa,
Läntinen Brahenkatu 2, 4. krs

Hinta: 10 €

Osallistumisikä: alle 18-vuotiaat

Ilmoittautuminen: tiistaina 1.9. mennessä
tapahtumakalenterin

Lisätietoja: Heidi Rinta-Lusa ja
Heini Lahtinen



Sisarusten oma päivä – SuperPark Vantaa

Aika: lauantai 26.9. kello 11–17

Paikka: Ystävätupa, Läntinen
Brahenkatu 2, 4. krs

Hinta: 20 €

Osallistumisikä: yli 7-vuotiaat

Ilmoittautuminen: tiistaina 15.9.
mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Heidi Rinta-Lusa ja
Heini Lahtinen



Liikuteltava toimintaparkki – Leikkiluola

Aika: perjantai 2.10. kello 17–19.30

Paikka: Leikkiluola, Miina Sillapään katu 2, 00530 Helsinki

Hinta: 10 €

Osallistumisikä: alle 20-vuotiaat

Ilmoittautuminen: tiistaina 22.9. mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Heidi Rinta-Lusa ja Heini Lahtinen



Perjantaiparkki – Kuutamodisko

Aika: perjantai 9.10. kello 17–20

Paikka: Ystävätupa, Läntinen Brahenkatu 2, 4. krs

Hinta: 10 €

Osallistumisikä: alle 18-vuotiaat

Ilmoittautuminen: sunnuntaina 27.9. mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Heidi Rinta-Lusa ja Heini Lahtinen

Liikuteltava toimintaparkki – Leikkiluola

Aika: perjantai 2.10. kello 17–19.30

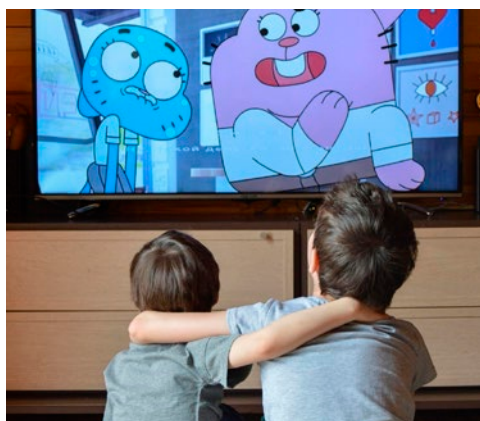
Paikka: Leikkiluola, Miina Sillapään katu 2, 00530 Helsinki

Hinta: 10 €

Osallistumisikä: alle 20-vuotiaat

Ilmoittautuminen: tiistaina 22.9. mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Heidi Rinta-Lusa ja Heini Lahtinen



Perjantaiparkki – Leffailta Ystävätuvalla

Aika: perjantai 13.11. kello 17–20

Paikka: Ystävätupa, Läntinen Brahenkatu 2, 4. krs

Parkkitoiminta

Hinta: 10 €

Osallistumisikä: alle 18-vuotiaat

Ilmoittautuminen: sunnuntaina 1.11.
mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Heidi Rinta-Lusa ja
Heini Lahtinen

Liikuteltava toimintaparkki – Leikkiluola

Aika: perjantai 27.11. kello 17–19.30

Paikka: Leikkiluola, Miina Sillapään katu 2,
00530 Helsinki

Hinta: 10 €

Osallistumisikä: alle 20-vuotiaat

Ilmoittautuminen: tiistaina 17.11.
mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Heidi Rinta-Lusa ja
Heini Lahtinen

Lauantaiparkki – Tonttuparkki

Aika: lauantai 12.12. kello 10–15

Paikka: Ystävätupa, Läntinen
Brahenskatu 2, 4. krs

Hinta: 20 €

Osallistumisikä: alle 18-vuotiaat

Ilmoittautuminen: sunnuntaina 29.11.
mennessä tapahtumakalenterin kautta

Lisätietoja: Heidi Rinta-Lusa ja
Heini Lahtinen



Ystävätupatoiminta

Ystävätupatoiminta on avointa toimintaa. Se on suunnattu sinulle, jolla on kehitysvamma tai vastaava laaja-alaisen tuen tarve. Ystävätupatoiminta on vapaa-ajan toimintaa, johon ei tarvitse ilmoittautua etukäteen ja jossa voit piipahtaa tai olla pidemmän aikaa.

Avoin toiminta sisältää aikuisten kohtaamispaikka Ystävätuvan eli Ystiksen, nuorten kohtaamispaikat Teinarin ja Etäteinarin sekä eläkeikäisten oman Senioriklubin. Toimintaan kuuluvat myös Sateenkaariklubi, joka on kohtaamispaikka seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluville henkilöille sekä hyvän mielen ravintolailta Villiklubi eli Villis, jonne kaikki täysi-ikäiset ovat tervetulleita.

Ystävätupatoiminnassa on vierailijoita ja sieltä tehdään joskus retkiä. Niistä ilmoitetaan Tapahtumakalenterissa. Tervetuloa Ystävätupatoimintaan!



Ystävätupa – "Ystis"

Aika: 19.8.–9.12. keskiviikkoisin klo 14–19 ja sunnuntaisin klo 13–16 (Ystistä ei ole 14.10 ja 18.10.)

Paikka: Läntinen Brahenkatu 2, 4. krs, Helsinki

Hinta: 0 €

Puhelin: 0400 413 478 (aukioloaikoina)

Lisätietoja: Mari Salovaara

Ystävätupa, eli Ystis, on matalan kynnyksen avoin kohtaamispaikka. Ystiksellä voit tutustua uusiin ihmisiin ja tavata vanhoja tuttuja, sekä pelata konsoli- tai lautapelejä sekä laulaa karaokea tai tehdä käden töitä. Sinun ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Ystiksellä on joskus vierailijoita ja välillä tehdään retkiä. Niistä ilmoitetaan tapahtumakalenterissa.

Myytävänä juomia ja pientä syötävää. Paikalla on kaksi vastuuohjaajaa, jotka huolehtivat yleisestä viihtyvyydestä. Mikäli tarvitset vahvempaa tukea tai henkilökohtaista apua, olet tervetullut oman avustajan kanssa.



Teinari

Aika: 22.8.–28.11. joka toinen lauantai klo 13–16

Paikka: Ystävätupa, Läntinen Brahenkatu 2, 4. kerros

Hinta: 0 €

Puhelin: 0400 413 478 (aukioloaikoina)

Lisätietoja: Mari Salovaara

Teinari on noin 13–29-vuotiaille nuorille suunnattu matalan kynnyksen avoin kohtaamispaikka. Nuorisotalo-henkiseen Teinariin ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Teinarilla voit mm. pelata konsoli- tai lautapelejä ja laulaa karaokea tai tehdä

käden töitä. Myytävänä juomia ja pientä syötävää. Paikalla on kaksi vastuuhjajaa, jotka huolehtivat yleisestä viihtyvyydestä. Mikäli tarvitset vahvempaa tukea tai henkilökohtaista apua, olet tervetullut oman avustajan kanssa. Teinarista tehdään joskus retkiä, joista ilmoitetaan Tapahtumakalenterissa.



Etäteinari

Aika: 1.8.–19.12. joka toinen lauantai ja 1.8.

Paikka: Discord

Hinta: 0 €

Lisätietoja: Mari Salovaara

Etäteinari on 13–29-vuotiaille nuorille suunnattu kohtaamispaikka, joka toimii netissä. Etäteinarissa voi tavata uusia kavereita, jutella tai kirjoitella mukavista asioista, pelailla tai vain kuunnella muiden juttuja – vaikka ihan omalta kotisohvalta. Se järjestetään Discord-sovelluksella ja mukana on aina kaksi työntekijää. Etäteinari on turvallinen tapa olla yhteydessä muihin ihmisiin. Ohjaajat moderoivat keskustelua ja Discordissa noudatetaan turvallisemman tilan periaatteita.

Voit osallistua tapaamiseen halutessasi nimimerkillä ja ilman kamerayhteyttä. Etäteinarissa saa olla sen aikaa, kun haluaa. Tule rohkeasti mukaan!

Etäteinariin liitytään Tapahtumakalenterissa ja nettisivuilla olevalla Discord-linkillä.



Senioriklubi

Aika: 18.8.–8.12. joka toinen tiistai klo 12–14

Paikka: Läntinen Brahenkatu 2, 4. kerros

Hinta: 0 €

Lisätietoja: Mari Salovaara

Senioriklubi on suunnattu seniori-ikäisille. Senioriklubilla on mukavaa yhdessäoloa ja toimintaa. Myytävänä on juomia ja pientä syötävää. Jos tarvitset henkilökohtaista apua tai vahvempaa tukea, olet tervetullut Senioriklubille oman avustajan kanssa. Senioriklubille ei tarvitse ilmoittautua etukäteen.



Sateenkaariklubi

Aika: 24.9., 22.10. ja 19.11. torstaisin klo 16.00–17.30

Paikka: Läntinen Brahenkatu 2, 4. kerros

Lisätietoja: Mari Salovaara

Sateenkaariklubi on matalan kynnyksen kohtaamispaikka seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluville. Klubilla voit keskustella ja jakaa kokemuksia vertaisessa seurassa. Klubille ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Seurana klubilla ovat myös Helsingin kaupungin Vammaispalvelujen seksuaalineuvoja Kirsimaria Örö ja Tuisku. Ilmoita Marille, jos haluat osallistua etäyhteydellä.



Villiklubi

Mahtavaa meininkiä hyvän musiikin ja ystävien sekä uusien tuttavuuksien parissa! Villiklubi on avoinna kaikille. Ikäraja 18 v.

Helsingin Villiklubi

Aika: 24.8., 28.9., 26.10. ja
23.11. maanantaisin klo 18–21

Hinta: 0 €

Paikka: Bar & Restaurant Feltbay Pikku Huopalahdessa, Tilkanvierto 7, 00300 Helsinki

Lisätietoja: Mari Salovaara

Helsingin Villiklubilla on vaihtuvia esiintyjiä, joista kerrotaan Villiklubin Facebook-sivulla. Villiklubi järjestetään yhdessä Helsingin kaupungin vammais- palveluiden kanssa.

Järvenpään Karaoke-Villiklubi

Aika: 8.9., 13.10., 10.11. ja
8.12. tiistaisin klo 17.00–19.30

Paikka: Eikan Pankki, Sibeliuksenkatu 16, 04400 Järvenpää.

Hinta: 0 €

Lisätietoja: Mari Salovaara

Järvenpään Villiklubilla pääset lavalle laulamaan karaokea kannustavan yleisön edessä! Jos tulet esimerkiksi Helsingistä, pääset R-junalla. Matka kestää vain puoli tuntia. Tarvitset ABCD-vyöhykelipun tai lisävyöhykelipun matkakorttiin, jossa on ladattuna kautta. Järvenpään asemalta on lyhyt kävelymatka.

TULOSSA SYKSYLLÄ....

Pikkuporukan retki Johannevikin taide- ja luontotalolle Porkkalanniemeen ja Sururyhmä, joka on terapeutti ryhmä sinulle, joka olet kohdannut läheisesi kuoleman tai jonkun muun surun. Seuraa Tapahtumakalenteria ja Somea!

Turvataidot mielen hyvinvoinnin tukena

Turvataidot -hankkeen tavoitteena on vahvistaa kehitysvammaisten ja vastaavaa laaja-alaista tukea tarvitsevien ihmisten turvataitoja. Turvataidoilla tarkoitetaan ihmisen valmiuksia määritellä ja puolustaa omia rajoja. Ne auttavat myös tunnistamaan tilanteita, joissa saattaa joutua henkisen tai fyysisen häirinnän kohteeksi. Turvataitojen hallinta ja itsesuojelutaidot auttavat löytämään omia voimavaroja ja korostamaan omaa tahtoa.

Hanke järjestää koulutuksia, sekä kehittää materiaaleja, joiden kautta saat lisää tietoa turvataidoista sekä vinkkejä niiden harjoitteluun.

Tule vaikuttamaan: valitaan yhdessä parhaat iskulauseet!

Aika: Keskiviikko 26.8. kello 15–16

Paikka: Ystävätupa, Läntinen
Brahenkatu 2, 4. krs

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: tapahtumakalenterin kautta

Lisätiedot: Veera Hietanen

Tule kahville Turvataidot-hankkeen Vee-
ran ja Aadan kanssa. Testataan samalla
Turvataidot-hankkeen iskulauseita. Isku-
lause on lyhyt lause, joka välittää viestin
tai ajatuksen. Tapahtumassa arvioidaan
iskulauseita ja kerätään niistä mielipiteitä.
Iskulauseita voidaan myöhemmin käyttää
esimerkiksi Turvataidot-hankkeen tarrois-
sa, pinsseissä tai avainnauhoissa.

Minun kehoni, minun rajani

Aika: Senioriklubi tiistai 1.9. kello 12–14

Paikka: Ystävätupa, Läntinen
Brahenkatu 2, 4. krs

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: tapahtumakalenterin
kautta

Lisätiedot: Veera Hietanen

Tule mukaan Senioriklubille pysähtymään
oman kehon äärelle Turvataidot-hank-
keen kanssa!

Tapaamisessa harjoitellaan huomaa-
maan, miltä omassa kehossa tuntuu.
Kun kuuntelemme kehoamme, voimme
tunnistaa paremmin myös omia tuntei-
tamme, tarpeitamme ja rajojamme.

Keskustelemme ja teemme yhdessä
lempeää taukojumppaa. Kuuntelemalla
omaa kehoamme voimme vahvistaa
tunnetta siitä, että oma kehomme kuuluu
meille ja siitä saa pitää hyvää huolta.

Voit osallistua juuri sinulle sopivalla ta-
valla. Liikkeet voi tehdä omien voimien ja
oman tilanteen mukaan.

Tervetuloa mukaan vahvistamaan hyvin-
vointia ja pitämään huolta itsestäsi!

Mielen huollon kurssi

Aika: Keskiviikot 9.9., 30.9., 21.10. ja 11.11. kello 16–18

Paikka: Ystävätupa, Läntinen
Brahenkatu 2, 4. krs

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen:
tapahtumakalenterin kautta

Lisätiedot: Veera Hietanen

Tule mukaan vahvistamaan mielen hyvinvointia ja saamaan uusia näkökulmia arkeen. Tapaamme neljä kertaa syksyn aikana. Tapaamisissa käsitellään mielen hyvinvointiin liittyviä teemoja rennossa ja turvallisessa ilmapiirissä. Ilmoittautuminen koskee koko kurssia ja kaikkia neljää tapaamiskertaa.

Kurssi on maksuton.

Tapaamisten ajankohdat ja aiheet:

9.9. Itsetunto

30.9. Yksinäisyys

21.10. Mistä apua mielen huoliin ja riippuvuuksiin

11.11. Kevennetään kuormaa, ajatellaan myönteisesti

Lämpimästi tervetuloa mukaan!

Luennoijana on Pirkko Justander Sininauhaliitosta. Kurssi järjestetään Ystävätuvan ja Turvataidot-hankkeen yhteistyönä.



Vipinähetket

Vipinähetket

Vipinähetket tarjoaa maksutonta yksilöllistä liikkumisen valmennusta yli 55-vuotiaille. Tämän lisäksi syksyllä alkaa kolme koko kerhokauden kestävää kerhoa. Tarkkaile tapahtumakalenteria ja ajankohtaisia uutisia, sillä hanke houkuttelee ikään-tyneitä osallistumaan muiden toimijoiden kanssa järjestettyihin tempauksiin.

Ota yhteyttä Maija Rimpiläiseen, jos tiedät yli 55-vuotiaan kehitysvammaisen helsinkiläisen, joka hyötyy yksilöllisestä liikkumisen ja aktiivisuuden tukemisesta!

Seniorimuskari

Kenelle: yli 55-vuotiaat helsinkiläiset.

Aika: maanantaisin kello 14–15.

Syyskausi 17.8.-5.9.2026.,
kevätkausi 18.1.-8.3.2027.

Paikka: Kulttuurimylly
Jauhokuja 3 A1 / C

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: 9.8. mennessä
tapahtumakalenterin kautta.

Lisätiedot: Maija Rimpiläinen

Musiikki virkistää kehoa ja mieltä, tuo hyvää oloa ja mukavaa yhdessäoloa.

Ota mukaasi leikkimieltyä, uteliaisuutta ja tule tutustumaan uusiin ihmisiin! Tervetuloa muskariin! Kurssin ohjaaja on Matti Halonen.

Senioreiden luova tanssi

Kenelle: yli 55-vuotiaat helsinkiläiset.

Aika: torstaisin kello 12.45–14.

Syyskausi 8.10.-26.11.2026,
kevätkausi 21.1.-11.3.2027.

Paikka: Ystävätupa,
Läntinen Brahenkatu 2, 4. krs.

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: 9.8. mennessä
tapahtumakalenterin kautta.

Lisätiedot: Maija Rimpiläinen

Kurssilla tanssitaan ja liikutaan luovasti ja käytetään erilaisia välineitä ja musiikkia.

Kurssilla on tärkeää tanssin ilo, kannustava ilmapiiri ja yhdessä tanssiminen.

Jokainen osallistuu omien taitojensa ja mahdollisuuksiensa mukaan. Kurssin ohjaajat ovat tanssi- ja yhteisötaiteilijat Kati Raatikainen ja Annika Sarvela

Seniorien Helsinki-kurssi

Kenelle: yli 55-vuotiaat helsinkiläiset.

Aika: perjantaisin kello 13–14.

Syyskauden tapaamiset 28.8., 4.9., 25.9., 9.10., 23.10., 6.11., 20.11. ja 4.12.

Paikka: Malmitalo, Ala-Malmin tori 1, 2.kerros

Hinta: 0 €

Ilmoittautuminen: 9.8. mennessä tapahtumakalenterin kautta.

Lisätiedot: Maija Rimpiläinen

Missä sijaitsee Rööperi tai mitä tapahtui Kolmannella linjalla? Seniorien Helsinki-kurssilla tutustutaan pääkaupungin katuihin ja rakennuksiin tarinoiden, valokuvien karttojen ja videoiden avulla. Kurssilla jokainen osallistuja pääsee muistelevaan omia tärkeitä paikkoja ja tapahtumia, sekä tekemään ne eläviksi omien valokuvien ja muistoesineiden avulla.

Bamlaatko stadin slangia? Lähe messiin, tutustut kliffaan jengiin, näät snygei mes-toi, pääset tsiigaa ja lysnaa mielenkiinnost proggist.

Kurssin ohjaaja on Maija Rimpiläinen.

Liikkumisvalmennus

Haluaisitko aloittaa uuden liikunnan, mutta et ole varma, mitä se voisi olla? Tai haluatko osallistua johonkin ryhmään, mutta et oikein uskalla mennä sinne yksin? Ota yhteyttä Maijaan ja tutkitaan yhdessä, miten asian voisi järjestää! Liikkumisvalmennus on maksutonta.

Liikuntatsemppari

Kenelle: yli 55-vuotiaat helsinkiläiset.

Aika ja paikka: sovitusti

Hinta: 0 €

Lisätiedot: Maija Rimpiläinen

Lähtisitkö liikkumaan yhdessä liikuntatsempparin kanssa? Liikuntatsempparit ovat nuoria, jotka auttavat ja opastavat liikkumaan turvallisesti ja hyvällä mielellä. Yhdessä liikkuminen voi olla niin tuolijumppaa kotona tai kävelylenkki lähiympäristössä. Tapaamisia järjestetään 10 kertaa, ja niissä saa liikkua aina itselle sopivaan tahtiin!

Liikuntatsemppareiden tapaamiset järjestetään yhteistyössä Pääkaupunkiseudun 4H:n kanssa. 4H on osa yhtä Suomen suurimmista nuorisjärjestöistä ja tärkeimpinä tehtävinä on nuorten työllistäminen ja yrittäjyyskasvatus. 4H:n tunnus tulee sanoista: Harkinta, Hyvyys, Hyvinvointi ja Harjaannus.



Vapaaehtoisille

Tulevat vapaaehtoistapahtumat

Oppaaksi Outsider-festivaaleille

- Tule oppaaksi festivaaleille, jossa on musiikkia, esittävää taidetta ja elokuvia.
- Aika: torstaina 20.8. kello 15.30–20.30 välillä
- Paikka: Töölönlahden ympäristö
- Yhteislähtö Ystävätuvalla
- Mahdollinen infotilaisuus ilmoitetaan elokuun alussa.
- Ilmoittaudu mukaan viimeistään 14.8.

Sporttipäivä

- Tehtävä tarkentuu elokuussa lähempänä tapahtumaa.
- Aika: perjantaina 21.8. kello 12.00–16.30
- Paikka: Eläintarhan kenttä, Vauhtitie 6, Helsinki
- Ilmoittaudu mukaan viimeistään 14.8.

Asunnottomien yö

- Tehtävät ja kellonaika tarkentuvat lähempänä tapahtumaa.
- Aika: lauantaina 17.10.
- Paikka: Kansalaistori, Helsinki
- Ilmoittaudu mukaan viimeistään 9.10.

Sirkus Magentan Säkenöivän

sirkuksen esitykset

- Tule opastamaan ja auttamaan yleisöä sirkusesityksiin.
- Pääset myös katsomaan itse esitystä.
- Vapaaehtoisvuorot:
 - keskiviikkona 18.11. kello 11.30–14.00
 - lauantaina 21.11. kello 16.30–19.00.
 - maanantaina 23.11. kello 11.30–14.00
- Paikka: Sirkus Magentan tilat, Itäkatu 7, Helsinki.
- Ilmoittaudu mukaan viimeistään 13.11.

Välittämisen päivän korttipaja

- Tule tekemään kortteja yksinäisille ikäihmisille.
- Aika: lauantai 28.11.
- kellonaika ja paikka tarkentuu lähempänä tapahtumaa.
- Ilmoittaudu mukaan viimeistään 20.11.

Joululaulukeikka Espoossa

- Haluatko laulaa joululauluja ikäihmisille?
- Ilmoita kiinnostuksestasi.
- Aika ja paikka tarkentuu lähempänä tapahtumaa
- Paikka: Mainiokoti Joutsen, Kipparinkatu 2, Espoo
- Ilmoittaudu mukaan viimeistään 20.11.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen vapaaehtoistoimintaan

Ilmoittaudu soittamalla 040 837 6273 tai lähettämällä sähköpostia osoitteeseen vapaaehtoistoiminta@kvtuki57.fi.

Tapahtumiin voi tulla muutoksia. Ilmoitamme muutoksista ilmoittautuneille.

Päivitämme tapahtumia nettisivuille osoitteeseen kvtuki57.fi/vapari.

Tällä palstalla kerrotaan vapaaehtoistoiminnan tapahtumista ja mahdollisuuksista nykyisille ja uusille vapaaehtoisille. Vapaaehtoisena voit tehdä hyvää juuri sinulle sopivalla tavalla.

Vapaa- ehtoisten koulutukset

Uusien vapaaehtoisten koulutus 24.8.

- Tule opiskelemaan tai kertaamaan vapaaehtoistoimintaan liittyviä asioita.
- Aika: maanantaina 24.8. kello 17–19
- Paikka: Ystävätupa
- Ilmoittaudu mukaan viimeistään 23.8. Tapahtumakalenterissa

Kaverivapaaehtoisten koulutus 23.9.

- Tule perehtymään, miten voisit alkaa vapaaehtoiskaveriksi tukea tarvitsevalle ihmiselle. Tehtävä on tarkoitettu sinulle, jolla ei ole erityisen tuen tarvetta.
- keskiviikkona 23.9. kello 17–20
- Paikka: Ystävätupa
- Ilmoittaudu mukaan viimeistään 22.8. Tapahtumakalenterissa

Uusien vapaaehtoisten koulutus 28.10.

- Tule opiskelemaan tai kertaamaan vapaaehtoistoimintaan liittyviä asioita.
- Aika: keskiviikkona 24.8. kello 17–19
- Paikka: Ystävätupa
- Ilmoittaudu mukaan viimeistään 27.10. Tapahtumakalenterissa

Vertaisvetäjien koulutus

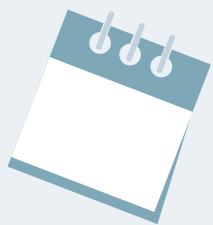
- Haluaisitko opetella ryhmän ohjaamiseen liittyviä taitoja? Koulutus antaa sinulle kaikki tarvittavat tiedot siihen.
- Koulutuksen jälkeen voit toimia vapaaehtoisena vertaisvetäjänä harrastusryhmässä, työpajoissa tai kerho-ohjaajan työparina.
- Koulutuskerrat:
 1. kerta:
tiistai 1.9. kello 16.30–19
 2. kerta:
lauantai 12.9.2026 klo 10.00–15.00
 3. kerta:
tiistai 22.9.2026 klo 16.30–19.00
 4. kerta:
tiistai 6.10.2026 klo 16.30–19.00
 5. kerta:
lauantai 10.10.2026 kello 10.00–15.00
- Paikka: Ystävätupa, Lätinen Brahenkatu 2, 4. kerros.
- Hae mukaan viimeistään 23.8. Tapahtumakalenterissa

Lue lisää osoitteesta

kvtuki57.fi/vapari

Lisätietoja: Maija Rimpiläinen,
Satu Timperi ja Maarika Suopanki.





Tapahtumakalenteri

ELOKUU

- 1.8. Ilonhetket vanhemmille verkossa | s. 25
- 1.8. Etäteinari | s. 34
- 4.8. Uusien jäsenten ilta | s. 4
- 4.8. Äitikerho – äitien vertaisryhmä | s. 20
- 17.8. Seniorimuskari | s. 38
- 18.8. Senioriklubi | s. 34
- 19.8. Ystävätupa | s. 33
- 21.8. Perjantaidparkki – Goes Sea Life | s. 30
- 22.8. Teinari | s. 33
- 24.8. Helsingin Villiklubi | s. 35
- 26.8. Tule vaikuttamaan: valitaan yhdessä parhaat iskulauseet! | s. 36
- 26.8. Arabiankielisten omaishoitajien etävertaisryhmä | s. 21
- 27.8. Somalinkielisten omaishoitajien ryhmä | s. 22
- 28.8. Senioreiden Helsinki-kurssi | s. 39

SYYSKUU

- 1.9. Minun kehoni, minun rajani | s. 36
- 5.9. Lauantaidparkki – Goes Heureka | s. 30
- 8.9. Järvenpään Karaoke-Villiklubi | s. 35

- 9.9. Mielen huollon kurssi | s. 37
- 9.9. Erityislapsiperheiden ilta Koivukylän kohtaamispaikassa | s. 20
- 10.9. Lounastapaaminen pääkaupunkiseudun vanhemmille | s. 21
- 11.9. Perjantaidparkki – Kissa vieköön! | s. 30
- 18.9. Kaakon kammarin pitsaperjantai | s. 20
- 19.9. Harvinaisten päivä Jaatisen majalla | s. 24
- 23.9. Albaniankielisten vertaisryhmä | s. 24
- 24.9. Sateenkaariklubi | s. 34
- 25.9. Erityislapsiperheiden ilta Keravan Onnilassa | s. 21
- 26.9. Sisarusten oma päivä – SuperPark Vantaa | s. 30
- 26.9. Perheiden luontokerho Uutelassa | s. 25

LOKAKUU

- 2.10. Lauantaidparkki – Leikkiluola | s. 31
- 5.10. Tapaaminen täysi-ikäisten lasten vanhemmille | s. 24
- 8.10. Senioreiden luova tanssi | s. 38
- 9.10. Perjantaidparkki – Kuutamodisko | s. 31

Muutokset ovat mahdollisia.
Ajankohtaisin tieto on netissä
tapahtumat.kvtuki57.fi

- 12.10.** Elokuvanäytös pääkaupunkiseudun perheille Kino Kulttuurimyllyssä | **s. 26**
- 15.10.** Perheiden syyslomaretki Korkeasaaren eläintarhaan | **s. 26**
- 26.10.** Erityislasten isovanhempien vertaistapaaminen | **s. 25**

MARRASKUU

- 7.11.** Vaativan erityisen tuen koulutus messut IPI Kulmakuppilassa | **s. 19**
- 13.11.** Perjantaiparkki – Leffailta Ystävätuvalla | **s. 31**
- 14.11.** Viikonloppu pääkaupunkiseudun vanhemmille | **s. 28**
- 26.11.** Kehitysvammatuki 57 ry:n sääntömääräinen syyskokous | **s. 5**
- 27.11.** Liikuteltava toimintaparkki – Leikkiluola | **s. 31**

JOULUKUU

- 2.12.** Teatteri-ilta pääkaupunkiseudun vanhemmille | **s. 27**
- 12.12.** Lauantaiparkki – Tonttuparkki | **s. 32**
- 15.12.** Karting Mini-GP kisa pääkaupunkiseudun isille | **s. 27**

Kehitysvammatuki 57 ry:n hallitus

puheenjohtaja

Sari Sepponen

040 505 0530

sari.h.sepponen@gmail.com

Jäsenet

**Arto Hujanen, Vesa Tiilikka,
Sirpa Lempiäinen, Elina Toppari
Marja Herala, Petri Hallikainen**

Nettisivut: www.kvtuki57.fi

Sähköposti:

etunimi.sukunimi@kvtuki57.fi,

toimisto@kvtuki57.fi

Ystävätupa: 0400 413 478

Osoite: Läntinen Brahenkatu 2,
4. krs, 00510 Helsinki

SEURAA MEITÄ SOMESSA

Facebook: kehitysvammatuki57

LinkedIn: Kehitysvammatuki 57

Instagram: kvtuki57

YouTube: kvtuki57

YHTEYSTIEDOT

Nina Korventaival
040 835 3763
toimitusjohtaja

Mari Mononen
044 901 9447
kehittämisjohtaja

Elina Vienonen
044 779 3220
henkilöstö- ja
asiantuntijapalveluiden
johtaja

Katja Riikonen
044 741 6259
perheiden tuen johtaja

Maria Kuosma
0400 345 369
talouspäälikkö

Satu Valli
044 901 2357
palkanlaskija

Maija-Stiina Auvinen
040 160 9015
toimistos sihteeri

Mikko Apell
044 715 2067
viestintäkoordinaattori

Heidi Rinta-Lusa
044 493 8083
parkkitoiminnan
koordinaattori

Aino Raike
040 522 2138
perhetoiminnan
koordinaattori

Heini Lahtinen
040 707 9967
perhetyöntekijä

Mari Salovaara
040 521 0240
yhteisökoordinaattori

Severiina Winqvist
040 835 0395
vapaa-ajan toiminnan
koordinaattori

Petrus Koskimies
044 491 3661
vapaa-ajan toiminnan
koordinaattori

Maija Rimpiläinen
040 160 9017
hankekoordinaattori,
Vipinähetket-hanke

Satu Timperi
044 901 3213
asiantuntija

Maarika Suopanki
040 837 6273
vapaaehtoistoiminnan
koordinaattori

Heikki Oksanen
044 077 3275
viestintäassistentti

Veera Hietanen
044 740 6693
hankekoordinaattori
Turvataidot-hanke

Aada Björkman
044 506 5113
hanketyöntekijä
Turvataidot-hanke

VIISSEISKA OY
Elina Raike-Ojanen
0400 676 721
palvelujohtaja

Anne Wallenius
041 546 6838
asiakkuus-
ja laatujohtaja

Jenni Morottaja
044 755 5288
asiantuntija

