

# TERVETULOA HARRASTAMAAN -OPAS

Kevät 2023





## Sisällys

Mahdollisuus lapselle ry .....	3
Oppaasta.....	4
Tiedot .....	4
Tärkeimmät muistettavat! .....	4
Kyyti toimintaamme .....	5
Tilat .....	7
Turvallisuus .....	7
Kunnon Huone .....	7
Toiminnan Huone .....	8
Ilmaisun Huone .....	9
Yksilöohjaus .....	10
Yhteiset tapahtumat .....	11
Tiedotus .....	11
Yhdistys.....	12
Muut palvelut tukevat harrastamista.....	13
Henkilökohtainen apu .....	13
Kuljetuspalvelut harrastuksen tueksi.....	13
Toimeentulotuki harrastuksen tukena .....	14
Järjestöjen tarjoamat tuet.....	14
Suomen Paralympiakomitea Valtti-ohjelma .....	14
SOS-Lapsikylän Unelmista totta -harrastustuen avulla harrastamaan .....	15
Hope ry:n tuki .....	15
Tukiliitto myöntää apurahoja kehitysvammaisille nuorille ja aikuisille .....	15
Tukilinjan apuraha .....	16



# Mahdollisuus lapselle ry

Tarjoamme erityislapsille ja -nuorille monipuolista harrastustoimintaa Helsingin Konalassa, ja sen lisäksi lääkinällistä kuntoutusta sekä NUOTTI-valmennusta. Lasten vanhemmat perustivat yhdistyksen 1992. Tarkoituksenamme on edistää erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten elämänlaatua sekä tukea heidän mahdollisuuksiensa kehittyä kykyjensä mukaan. Toiminnan avulla haluamme tukea lasten ja nuorten sekä heidän vanhempiensa osallisuutta yhteiskunnassa.

*Meille tärkeää on jakaa tietoa ja ohjausta, joka auttaa rakentamaan omannäköisen arjen sekä juhlan.*

Kunnon Huoneen liikuntaryhmissä lapset ja nuoret saavat liikkua kuntosalilla, kiipeillä, uida sekä pelata erilaisia pallopelejä, kuten sählyä ja koripalloa. Toimintaamme voi osallistua ryhmissä tai tulla yksilöohjaukseen – otamme kaikkien erityistarpeet ja toiveet huomioon.

Toiminnan Huoneen harrastusryhmissä lapset ja nuoret voivat harjoitella itsenäisen elämän perustaitoja kuten ruoanlaittoa, luonnossa ja kaupungilla liikkumista. Lisäksi lapsi voi tulla rakentamaan legoja tai nuori tulla pohtimaan itseään kasvamassa naiseksi tai mieheksi.

Ilmaisun Huoneella ryhmissä vahvistuvat vuorovaikutustaidot. Sisältö opettaa uusia keinoja ilmaista itseään. Erilaiset kommunikoinnin apuvälineet auttavat tulemaan ymmärretyksi.

Yhdistyksemme on vanhempainyhdistys, joten toivotamme kaikki vanhemmat mukaan kehittämään toimintaamme.

## **Tervetuloa mukaan!**

Mahdollisuus lapselle ry:n väki

### *Lisätietoa:*

Kunnon Huone	<a href="mailto:kunnonhuone@malary.fi">kunnonhuone@malary.fi</a>
Toiminnan Huone	<a href="mailto:toiminnanhuone@malary.fi">toiminnanhuone@malary.fi</a>
Ilmaisun Huone	<a href="mailto:ilmaisunhuone@malary.fi">ilmaisunhuone@malary.fi</a>
Toimisto	<a href="mailto:info@malary.fi">info@malary.fi</a>
Verkkosivut	<a href="http://malary.fi">malary.fi</a>



## Oppaasta

Tähän oppaaseen on koottu ohjeita ja tietoja, joiden avulla varmistamme, että harrastus sujuisi mahdollisimman sujuvasti. Luethan tämän huolella.

Opas löytyy aina osoitteesta <http://www.malary.fi/harrastustoimintaa-erityislapsille-nuorille-ja-nuorille-aikuisille/>. Otamme mielellämme palautetta oppaasta: [info@malary.fi](mailto:info@malary.fi).

## Tiedot

Yhdistyksen yhteinen sähköposti on [info@malary.fi](mailto:info@malary.fi) ja henkilökunnan sähköpostit etunimi@malary.fi

Yhdistyksen osoite on Konalantie 47 B, 2. krs., 00390 Helsinki.

Konalantien toimipaikassamme on henkilökuntaa arkisin klo 10.00 alkaen. Muissa toimipisteissä ohjaajat ovat paikalla ryhmien aikataulujen mukaan. Ryhmiämme ohjaa vakituisen henkilökunnan lisäksi tuntiohjaajia.

<b>KUNNON HUONE</b>	<b>TOIMINNAN HUONE</b>	<b>ILMAISUN HUONE</b>
Teemu Luodekari 050 522 1488	Susanna Åhlberg 050 547 8291	Tuuli Ahonen 050 544 4611
Roosa Vacker 045 602 6090	Sara Lipponen 050 421 0318	
Rolf Roschier 040 511 4392	Petra Jauni-Colley 045 605 6165	
<b>Puheenjohtaja</b>	<b>Toiminnanjohtaja</b>	<b>Toimisto</b>
Petri Sämpi <a href="mailto:pete@malary.fi">pete@malary.fi</a>	Anna-Mari Laitila 045 874 6746	<a href="mailto:info@malary.fi">info@malary.fi</a>

## Tärkeimmät muistettavat!

- Lähetämme tärkeät ja akuutit viestit jäsenrekisteristämme sähköpostilla.
- Lue meiltä saapuvat viestit. Kurkkaa myös roskaposti.
- Varmista, että meillä on oikeat yhteystiedot käytössä akuutteja tilanteita varten.
- *Ilmoita poissaolostasi aina!*
- Mikäli ryhmä peruuntuu meidän puolestamme, ilmoitamme siitä viimeistään klo 12 mennessä saman päivän aikana. Saman päivän aikana peruuttaessa, lähetämme myös tekstiviestin.



## Kyyti toimintaamme

Harrastusryhmiin ja yksilöohjauksiin saavutaan julkisilla kulkuvälineillä, omalla kyydillä tai viranomaisen myöntämällä kuljetuspalvelulla eli taksikyydillä. Luethan tämän kappaleen tarkkaan, jotta kyyti on toimintaamme mahdollisimman mukava ja sujuu ilman ongelmia.



Ohjaajat ovat paikalla viimeistään 15 minuuttia ennen ryhmän alkua.  
*Ethän tule aikaisemmin paikalle.* Voit joutua muuten odottamaan ulkona.

## Parkkipaikat

Konalantien ympärillä on pääasiassa parkkikiekkopaikkoja. Paikkoja löytyy kiinteistön edestä ja Kyttäläntieltä. Kiinteistön takapihalla parkkipaikan perällä on vieraspaikkoja, jotka saattavat olla vapaina ilta-aikaan. Ristikon kauppakeskuksessa on mahdollisuus paikoitukseen.

Metropolian Myllypurossa (uinit) lähistöllä on maksuttomia pysäköintipaikkoja kadunvarsilla ja lähialueen liikuntahallien yhteydessä. Maksullista pysäköintiä löytyy Liikuntamylyn takaa ja Myllypuron ostoskeskuksen alta.

## Julkiset kulkuvälineet

### **Konalantien toimipisteeseemme pääsee helposti seuraavilla busseilla:**

36 Pirkkola – Malminkartano  
30 Eira – Myyrmäki  
59 Sompasaari – Malminkartano

Lisäksi voit käyttää busseja, jotka tulevat Vihdintietä:

300 Elielinaukio – Myyrmäki, Vantaa  
37 Kamppi – Myyrmäki, Vantaa  
321 Elielinaukio – Vanhakartano, Espoo  
345 Elielinaukio – Rinnekoti, Espoo

### **Metropolia ammattikorkeakoulu Myllypuron kampus**

Metro Mellunmäen suuntaan

Bussit:

54 Pitäjänmäki – Itäkeskus  
506 Invalidisäätiö – Myllypuro  
561 Lentoasema – Itäkeskus

### **Pikku Huopalahden yhteiskerhotila Terassitalo, Punamäenpolku 1**

Lähin pysäkki on Ruskeasuon pysäkki, josta on muutaman minuutin kävelymatka kerhotilaan.

### **Malminkartanon harrastushalli, Ruosilantie 18**

30 Eira – Myyrmäki  
300 Elielinaukio - Myyrmäki  
37 Kamppi – Myyrmäki



59 Sompasaari – Malminkartano  
321 Elielinaukio – Vanhakartano

### **Sydänliiton uima-allas, Oltermannintie 8**

53 Arabianranta – Uusmäki  
64 Rautatientori – Lukupolku  
69 Kamppi - Jakomäki

## **Kuljetuspalvelut**

Toimintaamme saavutaan joko kunnan tai Kelan myöntämällä kuljetuksilla. Noudatathan tarkkaan kyydin myöntäneen tahon ohjeita kuljetuksista. Kuljetuspalvelujen kyyti kannattaa tilata ”perillä-ajalla”, jolloin kyydin ollessa etuajassa saa ryhmäläinen odottaa autossa. Autosta pitää poistua kymmenen minuuttia ennen virallista perillä olo -aikaa. Taksin ei kannata tulla paikalle ennen kerran päättymistä. Ryhmien tietoihin on merkitty hyvä taksin saapumisaika.

### ***Muista muuttaa tai perua tilaus, kun tulee muutoksia!***

Anna tilauksen yhteydessä tarkat tiedot:

- Kyytipäivä ja tarkat kellonajat tuotaessa sekä haettaessa
- Vastaanottavan tahon puhelinnumero:
  - Kunnan Huone Konala 045 602 6090 tai 050 522 1488
  - Kunnan Huone uinti 045 602 6090
  - Toiminnan Huone Konala 050 547 8291
  - Ilmaisun Huone 050 544 4611
- Toimipisteen tarkka sijainti:
  - Mahdollisuus lapselle ry Konalantie 47 B, 2. kerros
  - Uinti: Metropolia Myllypuron kampus Myllypurontie 1
  - Tanssi: Pikku Huopalahden yhteiskerhotila Terassitalo, Punamäenpolku 1
  - Malminkartanon harrastushalli Ruosilantie 18
- Osallistujan avustuksen tarve kyydin aikana

Mikäli kyydeissä on hankaluuksia, anna palautetta. *Palautetta voi antaa vain kyydin tilannut taho.* Tästä syystä yhdistys ilmoittaa läheisille, mikäli kyydeissä on ongelmia. Ota yhteyttä seuraavissa tilanteissa kuljetuspalveluihin:

- Kyyti on myöhässä.
- Taksikuski ei ole noudattanut avustamiseen liittyviä velvoitteita.
- Kyyti ei ole saapunut laisinkaan.
- Palvelu on epäkohteliasta.

Helsingin kaupungin kuljetuspalvelua koskevan kirjallisen palautteen voitte antaa Helsingin Matkapalvelun internet- sivujen kautta.

<https://palaute.helsinginmatkapalvelu.fi/reitityspalaute/palmia/palaute/fi/> Osoite löytyy myös <https://www.hel.fi/palvelukeskus/matkapalvelu-fi>, neuvonta ja palaute osio ja valitse sieltä palautekysely -linkki. Palautetta voi antaa soittamalla matkapalvelukeskuksen numeroon (09) 231 230 02. Asiakkaat, joilla ei ole mahdollisuuksia antaa palautetta Helsingin Matkapalvelun internet-sivujen kautta, voivat käyttää sähköpostiosoitetta [helsinginmatkapalvelu@hel.fi](mailto:helsinginmatkapalvelu@hel.fi).

Espoon kaupungin kuljetuspalveluista asiakaspalautetta voi antaa soittamalla 09 231 216 60 (paikallisverkkomaksu/matkapuhelinmaksu), netissä, [webropol-lomakkeella](https://webropol-lomakkeella), tekstiviestillä 045 7397 5631



tai sähköpostilla [palaute@lu-kulkukeskus.fi](mailto:palaute@lu-kulkukeskus.fi). Ilmoita ongelmista aina mahdollisimman pian Kulkukeskukseen. Kerro kenen asiakkaan kuljetuksesta on kyse ja mikä on kuljetuksen ajankohta.

Vantaan kaupungin ohjaa antamaan palautteen suoraan taksitarkastajalle. Kysymyksiä, palautetta ja ideoita voi lähettää sähköpostitse osoitteeseen: [kuljetuspalvelut@vantaa.fi](mailto:kuljetuspalvelut@vantaa.fi).

Huomioitahan, että tiedoissa saattaa tapahtua muutoksia uusien hyvinvointialueiden takia.

## Tilat

Konalassa sijaitsemme kiinteistön toisessa kerroksessa. Tiloissa sijaitsee odotusaula, jonne voi tulla tekemään läksyjä, somettamaan ja muuten hengaamaan ystävien kanssa. Saavu paikalle viimeistään kymmenen minuuttia ennen ryhmän alkua, jotta ehdit valmistautua ryhmään ohjeiden mukaan. Käy vaihtamassa toimintaan sopivat vaatteet. Jää odottamaan ryhmän alkua. Anna edelliselle ryhmälle työrauha.

Vanhemmat ja läheiset voivat odottaa aulassa tai käydä asioilla alueen lähipalveluissa. Toiminta tarjoaa myös tilat, jotka mahdollistavat kohtaamiset toisten vanhempien, läheisten ja sisarusten kanssa. Tiloista löytyvät esteetön wc-tila sekä suihku ja pukuhuoneet.

## Turvallisuus

Kaikki toiminnoissamme käyvät osallistujat ovat vakuutettuja toiminnan ajalta paitsi Oltermannin uintiryhmissä käyvien osalta. Muistathan varmistaa oman vakuutusturvasi!



Konalantien ilmoitustaululta löydät poistumissuunnitelman. Muissa toimipisteissä tapahtuvissa ryhmissä on erikseen suunnitelmat akuutteja tapahtumia varten. Kaikki vakituiset ohjaajat ovat ensiapukoulutettuja. Lisäksi jokaisella ohjaajalla on puhelimessaan Suomen Punaisen Ristin sovellus, joka sisältää ensiapuohjeet erilaisiin hätätilanteisiin. Hygienian osalta noudatamme tarkkaan viranomaisten ohjeita, miten varmistaa jokaisen terveys ryhmässä ja tiloissamme.

- Muista olla yhteydessä ohjaajiin tai toimistoon, jos osallistuja on estynyt osallistumaan ryhmään.
- Varmista hyvissä ajoin ennen kauden alkua paikka ryhmässä.
- Ryhmät alkavat ja päättyvät ajallaan. On tärkeää olla ajoissa paikalla ja noutamassa kotiin.
- Ennen ryhmää ja ryhmän jälkeen ei ole automaattisesti ohjaajaa seurana, joten ota tämän huomioon osallistujan saapuessa/lähtiessä ryhmästä.
- Mikäli osallistuja kulkee taksilla, niin välitä tieto ohjaajille. Tällöin osaamme olla vastassa ja varmistamme lähtötilanteessa taksiin pääseminen.
- Ilmoita aina ohjaajille, jos osallistuja tulee ryhmään itsenäisesti, jotta osaamme ohjata turvallisesti kotimatalle.
- Täytä perustietolomake uuden ryhmän alkaessa ja ilmoita muuttuneet yhteystiedot s-postitse [info@malary.fi](mailto:info@malary.fi).
- Ilmoita ne tiedot, jotka ryhmänohjaajien on tärkeä tietää (esim. terveyteen ja itsenäiseen elämään liittyvät tiedot).
- Jätä kengät eteistilaan.
- Pukeudu toimintakohtaisesti (esim. kuntosaliryhmään liikunnalliset vaatteet).

## Kunnon Huone

Jos tarvitset jatkuvaa ohjausta ja avustamista pukuhuoneessa, pesutilassa ja/tai altaassa, ota mukaasi avustaja. Avustaja voi





olla myös oma vanhempi tai muu henkilö, joka pystyy avustamaan sinua.

## Kuntosali

Kuntosalille ota mukaan liikuntavaatteet, sisäkengät ja juomapullo. Ulkokengät jätetään eteiseen. Vaatteet voi vaihtaa pukuhuoneissa, joista löytyvät myös kaapit tavaroiden säilytystä varten. Halutessasi voit ottaa pyyhkeen mukaan ja käydä tunnin jälkeen suihkussa. Suihku sijaitsee pukuhuoneista erikseen, joten ota pyyhe ja vaihtovaatteet suihkutilaan mukaan. Kuntosalilla harjoitellaan turvallisesti eri laitteilla ja välineillä kestävyyttä, voimaa, liikkuvuutta, koordinaatiota ja tasapainoa. Suunnittelemme ohjelman ryhmäkohtaisesti osallistujien tason mukaan.

## Uinti

Uintiryhmät järjestetään Myllypurossa Metropolian kampuksella osoitteessa Myllypurontie 1 ja Sydänliiton tiloissa Metsälässä Oltermannintie 8.



Metropolian allas sijaitsee rakennuksen B-talon K-kerroksessa. K-kerroksesta löytyvät tyttöjen ja poikien pukuhuoneet. Pukuhuoneiden kaapit toimivat sähkölukituksella, jonka saa lukittua esim. omalla bussikortilla. Pesutilasta löytyvät suihkut ja saunatila. Allas on 120–170 cm syvä ja sinne kuljetaan liuskaa pitkin.

Oltermannin tiellä käyville lähetetään sähköpostitse ohjeet saapumisesta kiinteistöön.

Uintiin tarvitset mukaan oman uimapuvun, pyyhkeen ja haluamasi pesutarvikkeet. Omia kellukkeita saa ottaa mukaan, jos niitä tarvitsee uimisen tukena.

Uinnissa harjoitellaan osallistujien taitotason ja kiinnostuksen mukaisia juttuja. Voit tulla totuttelemaan vedessä olemiseen, opettelemaan uinnin alkeita, hiomaan eri uintitekniikoita ja ennen kaikkea pitämään hauskaa.

## Pallopeli

Pallopeliryhmä kokoontuu Malminkartanon harrastushallissa osoitteessa Ruosilantie 18. Pallopeliryhmään ota mukaan sisäpelikengät, urheilulliset vaatteet ja juomapullo. Ryhmässä pelataan erilaisia pallopelejä rennolla otteella ja opetellaan yhteisiä pelisääntöjä sekä muiden huomioon ottamista.



## Toiminnan Huone

### Kokkisryhmä

Kokkisryhmässä harjoitellaan eri ruoanlaittamisen perustaitoja, yhdessä tekemistä, ohjeiden mukaan toimimista, vuorottelua ja mittayksiköitä turvallisessa ja mielekkäässä ympäristössä. Ryhmässä valmistetaan eri ruokalajeja yhdessä koko ryhmän voimin ja lopuksi syödään maukkaita tuotokset pöydän ääressä sekä siivotaan keittiö siistiksi.



Ota mukaan rennot vaatteet, jotka voivat likaantua ja reipas mieli. Kaikki työvälineet sekä valmistamiseen tarvittavat ainekset löytyvät meidän keittiöstämme.

## Kaupunkiryhmä





Kaupunkiryhmät alkavat ja loppuvat Rautatieaseman pääovilla Kaivokadun puolella. Paikalle voi tulla klo 9.45. Lähdemme liikkeelle sieltä klo 10. Ota mukaan sään mukaiset vaatteet. Ryhmässä liikumme kaupunkiympäristössä sekä julkisen liikenteen välineissä. Mukaan ei tarvitse ottaa omaa matkakorttia. Yhdistys maksaa matkat sekä sisäänpääsymaksut kohteisiin. Palaamme takaisin lähtöpisteeseen klo 13.00.

Kaupunkiryhmässä harjoitellaan kaupunkiympäristössä sekä julkisissa kulkuvälineissä liikkumista turvallisesti. Opettelemme, miten käytämme reittiopasta ja aikatauluja. Käymme tutustumassa eri museoihin sekä kulttuuri- ja luontokohteisiin. Tärkeimpänä tavoitteena on pitää hauskaa ryhmässä ja saada uusia kokemuksia.

## Legoryhmä

Legoryhmässä harjoittelemme omien visioiden toteuttamista rakentelemalla sekä ohjeiden seuraamista omatoimisesti sekä ryhmässä.

## Luontoryhmä

Luontoryhmässä liikutaan kaupunkiluonnossa ja tutustutaan lähialueen luontokohteisiin. Ryhmä alkaa ja loppuu toimipisteeltämme Konalantie 47 B, 2. kerros. Mikäli kuljemme julkisilla kulkuvälineillä, yhdistys tarjoaa matkaliput.

## Ilmaisun Huone

Ota kommunikaatiomenetelmäsi mukaan. Tule paikalle ajoissa. Ilmoita aina, jos et pääse tulemaan. Jos harrastat Konalassa, jätä ulkovaatteet eteiseen ja odota ryhmän alkua aulassa. Ilmaisun Huoneen ryhmät toimivat Konalantiellä, Keskustakirjasto Oodissa sekä Pikku Huopalahdessa kerhotilassa.



## Digitaitoja yhteiskunnassa

Aikuisuuden kynnyksellä oleville nuorille tarkoitettu ryhmä. Ryhmässä harjoitellaan somen sekä digilaitteiden käyttöä, itseilmaisua ja aikuisuuteen ja itsenäistymiseen liittyviä taitoja. Mietimme ja kokeilemme esimerkiksi, miten verkossa asioidaan ja miten sieltä etsitään tietoa. Saatamme ryhmän kanssa käydä tutustumassa alueen palveluihin ja käydä esimerkiksi kahvilla.

Ilmaisun Huoneella on käytössä tabletteja, joita saa käyttää ohjaajan luvalla. Toimintaan saa ottaa mukaan myös oman laitteen ryhmiin. Pyydämme, että laitteet pidetään pois ryhmän muun toiminnan ajan.

## Tanssi

Ryhmä kokoontuu Pikku-Huopalahdessa. Tanssiin voit osallistua sukkasiltaan tai sisäkengillä. Laita päälle vaatteet, joilla on hyvä liikkua ja mukava tanssia. Vaatteet voit vaihtaa myös paikan päällä vessassa. Ota oma vesipullo mukaan, tanssiessa tulee kuuma! Ohjaaja tulee paikan päälle noin 15 minuuttia ennen ryhmää, paikalle ei siis kannata tulla ennen sitä.

## Pelailu



Jos pidät yhdessä pelaamisesta, niin tämä ryhmä on sinulle. Tässä ryhmässä pelataan erilaisia lauta- ja seurapelejä. Peliin ohella keskitytään sosiaalisten taitojen harjoittamiseen. Omalla vuorollasi voit tuoda oman pelin kotoa mukaan, jos haluat. Kohtele pelejä hyvin ja laita tavarat aina takaisin paikoilleen.

### Taideryhmät

Ryhmässä pääset toteuttamaan itseäsi monenlaisin eri keinoin, toiminnan vaihtuessa joka toinen viikko. Ryhmässä kehitetään itseilmaisua, itsetuntemusta sekä vuorovaikutteisuutta luovalla tavalla. Ryhmä kokoontuu Konalantiella neuvotteluhuoneessa. Toiminnan mukaan vaatteet saattavat likaantua, joten otathan sen huomioon. Joskus saatamme mennä Konalantien ulkopuolelle erilaisiin toimintoihin tutustumaan tai luontoon valokuvaamaan. Silloin pukeudu sään mukaan ja ota HSL matkakorttisi mukaan, mikäli sinulla sellainen on.

### Leikki tutuksi

Leikkiryhmässä saa olla vapaasti lapsi. Keskitymme leikkitaitojen, kommunikaatiotaitojen sekä omatoimisuuden harjoitteluun. Ryhmä kokoontuu terapiatilassa. Et tarvitse mitään erityistä mukaasi.

*Viikoittaisten harrastusryhmien lisäksi Ilmaisun Huone järjestää kerran kuussa kokoontuvat Nuorten illat sekä perhehulinat Pitäjänmäellä.*

### Yksilöohjaus

Yksilöohjaus on tarkoitettu lapsille ja nuorille, jotka hyötyvät harrastustuokiosta vain ohjaajan kanssa.

Kuntosalille ota mukaan liikuntavaatteet, sisäkengät ja juomapullo.

Ulkokengät jätetään eteiseen. Yksilöohjaukseen tullessa ohjaaja avustaa tarvittaessa myös pukuhuoneitoiminnoissa. Halutessasi voit ottaa pyyhkeet mukaan ja nauttia tervin jälkeen suihkussa. Suihku sijaitsee pukuhuoneista erikseen, joten ota pyyhe ja vaihtovaatteet suihkutilaan mukaan.



Kuntosalilla harjoitellaan turvallisesti eri laitteilla ja välineillä kestävyyttä, voimaa, liikkuvuutta, koordinaatiota ja tasapainoa. Suunnittelemme ohjelman osallistujan tavoitteiden ja tason mukaan. Yksilöohjausta tarjotaan myös muissa toiminnoissamme. Ota yhteyttä ohjaajiimme, jos mielenkiintosi heräsi!

### Kesäleirit

Kesäkuun alussa järjestämme kaksi leiriä eri teemoilla. Teemat päätämme kevään aikana lasten ja nuorten kiinnostuksen mukaan. Lisäksi Ilmaisun Huone järjestää taideleirin elokuun ensimmäisellä viikolla. Ilmoitamme leireistä erikseen maaliskuun aikana.





## Yhteiset tapahtumat

Joka kausi järjestämme koko perheen yhteisiä tapahtumia, joihin toivotamme kaikki tervetulleiksi mukaan. Syksyllä päätämme kauden glögi-illalla. Lisäksi järjestämme omia sekä yhteistyössä muiden järjestöjen kanssa perheille suunnattuja tapahtumia. Seuraamme aktiivisesti muita tapahtumia, joihin voimme osallistua yhdessä. Otamme mielellämme ideoita vastaan yhteisistä koko perheelle suunnatuista hetkistä.

### Koko perheen luontokerho

Keväällä 2023 luontokerho kokoontuu ensimmäisen kerran la 28.1. ja seuraavat kerrat ovat 25.2., 25.3., 29.4. sekä 27.5. Tutkimme ja ihmettelemme yhdessä luontoa ja sen moninaisuutta. Tapahtuma järjestetään ulkona ja jokaisella kerralla on oma teemansa ja pientä syötävää (makkaraa, keksiä, kahvia/teetä ja mehua). Sisätilana käytössämme on Uutelan grillikota.

Ilmoittautuminen tapahtumaan Kehitysvammatuki 57 ry:n tapahtumakalenterin kautta.

Luontokerho järjestetään yhteistyössä Autismiyhdistys PAUT ry:n ja Kehitysvammatuki 57 ry:n kanssa

### Ystäväviikko 13.-17.2.2023

Ystäväviikolla kutsumme ystävät mukaan ryhmään. Voit ottaa mukaasi yhden läheisen, joka tulee kanssasi treenaamaan, kokkaamaan, leikkimään tai tanssimaan. Ohjaajat antavat lisäohjeita lähempänä viikkoa. Ystäväviikko huipentuu nuorten diskoon perjantaina 17.2. klo 17.30–20.00.

### Kesäjuhla 30.6.2023 klo 16–19

Tervetuloa viettämään kesäistä iltaa kanssamme. Mukaan ovat tervetulleita kaikki kevätkauden osallistujat läheisineen. Tiedotamme lisää kevään aikana. Laita jo nyt kalenteriin.

## Tiedotus

Tiedotamme toiminnasta eri viestintävälineillä. Kaikille osallistujille ja yhdistyksen jäsenille lähetämme noin kerran kuukaudessa uutiskirjeen. Lisäksi ajankohtaiset asiat julkaistaan internet-sivuillamme sekä sosiaalisessa mediassa. Akuuteissa muutoksissa lähetämme sähköpostia, tekstiviestejä sekä tarvittaessa soittamme osallistumiseen liittyvistä muutoksista. Seuraathan tiedotustamme aktiivisesti.

Yhdistyksen nettisivut: [malary.fi](http://malary.fi)

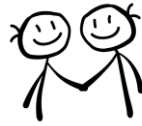
Sosiaalinen media:

- Facebook [facebook.com/mahdollisuuslapselle/](https://facebook.com/mahdollisuuslapselle/)
- Instagram [instagram.com/mahdollisuuslapselle/](https://instagram.com/mahdollisuuslapselle/)

Valokuvaamme satunnaisesti tapahtumissa ja yhdistyksen tiloissa. Kuvia voidaan käyttää yhdistyksen markkinoinnissa tai sosiaalisessa mediassa. Kunnioitamme jokaisen yksityisyyttä ja pyydämme aina erikseen suostumuksen kuvissa esiintymiseen.

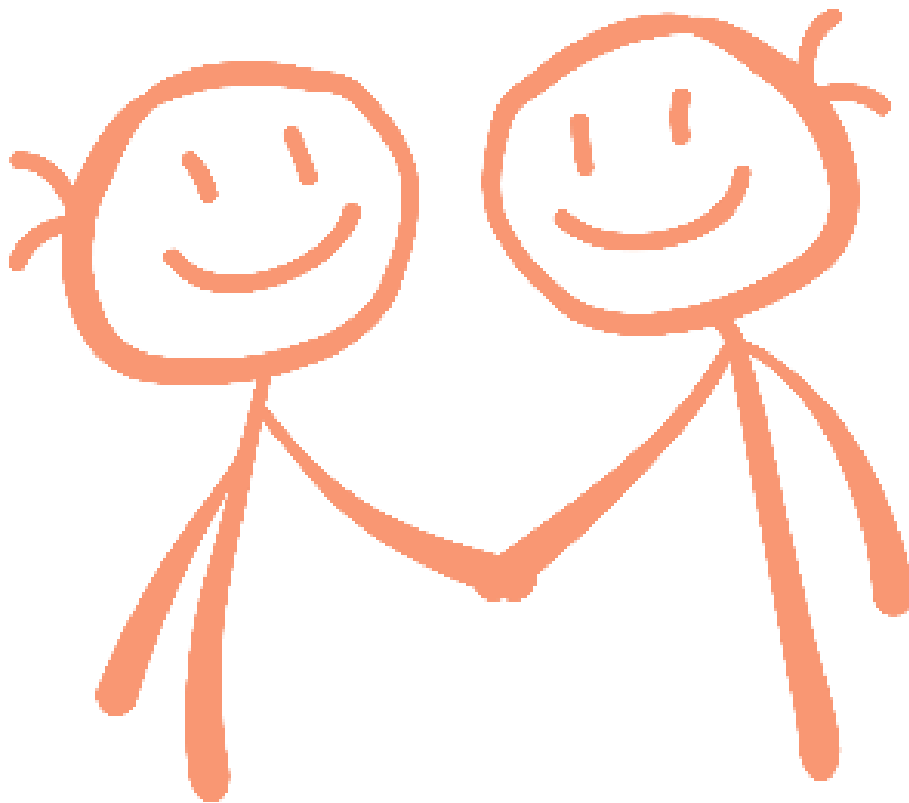
Kun jaat kuviasi somessa, hyödynnäthän omissa julkaisuissa oheisia hashtageja: #mahdollisuuslapselle #kunnanhuone #toiminnanhuone #ilmaisunhuone.

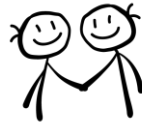
Otathan kuvissa huomioon muut harrastajat, kunnioitetaan toistemme yksityisyyttä.



## Yhdistys

Yhdistyksen toimintaa ohjaa hallitus, jonka jäseniä ovat Petri Sämpi (pj), Sonja Takkunen (varapj), Selda Demirtas, Heikki Jungman, Terhi Mustonen, ja Anu Wacklin. Yhdistyksen vuosikokous on keväisin. Yhdistyksen harrastustoiminnan rahoittaa STEA (Sosiaali- ja terveysalan avustamiskeskus) Veikkaus Oy:n varoilla. Lisäksi yhdistyksellä on NUOTTI-valmennusta ja lääkinällistä kuntoutusta, johon voi saada lähetteen terveydenhuollosta tai sitä voi ostaa, mikäli kaipaa läheiselleen apua toimintakyvyn haasteisiin. Yhdistys ottaa vastaan mielellään toimintaan soveltuvia välineitä lahjoituksina.





## Muut palvelut tukevat harrastamista

Harrastustoiminta on elämänlaadun, hyvinvoinnin ja ihmisoikeuksien kannalta tärkeä palvelu. Tästä syystä eri tahot voivat avullaan tukea harrastuksen toteutumista. Tietoa löydät THL:n [Vammaispalvelujen käsikirjasta](#) ja [Kelan verkkosivuilta](#).

Yhdistyksen henkilökunta auttaa tarvittaessa palvelun löytymisessä. Lisäksi eri järjestöt tarjoavat tukea, jota voi hakea. *Kaikilla on oikeus harrastaa!*

### Henkilökohtainen apu

Henkilökohtaisen avun tarkoitus tukea lapsen tai nuoren itsenäistä elämää ja osallisuutta yhteiskunnassa. Henkilökohtaista apua vapaa-ajan toimintoihin voi saada vaikeavammaisen henkilö. Vaikeavammaisuus perustuu ajatukseen, että ihminen tarvitsee välttämättä ja toistuvasti toisen henkilön apua suoriutuakseen vapaa-ajan toiminnoista. Erityistukea tarvitsevalla lapsella/nuorella on oltava voimavaroja määritellä avun sisältö ja toimintatapa. Vanhemmat otetaan keskusteluun mukaan, mutta lapsen oma mielipide on tärkein.

Kunnan on järjestettävä henkilökohtaista apua siihen oikeutetuille lapselle tai nuorelle arjen toimintojen turvaamiseksi myös harrastuksia varten. Henkilökohtainen apu auttaa osallistumaan yhteiskunnan palveluihin ja pitämään yllä vuorovaikutusta muiden ihmisten kanssa. Henkilökohtaista apua pitää myöntää myös ihmiselle, joka ei ilmaise itseään puhumalla. Hän saa ilmaista mielipiteensä käyttämällä vaihtoehtoisia kommunikaatiokeinoja.

Kunnan on myönnettävä henkilökohtainen apu, kun lapsi on siihen oikeutettu. Määrärahat eivät saa vaikuttaa kunnan päätökseen. Kun arvioidaan sitä, minkä ikäinen lapsi tarvitsee henkilökohtaista apua vapaa-ajalle, verrataan tilannetta sellaiseen lapseen, jolla ei ole toimintakyvyssä haasteita. Lapsen kehitykseen kuuluu olennaisena osana vähittäinen irtautuminen vanhemmista. Henkilökohtainen apu mahdollistaa myös vaikeavammaisen lapsen kehityksen kohti itsenäistä elämää.

Henkilökohtaista apua on järjestettävä harrastuksia, yhteiskunnallista osallistumista ja sosiaalisen vuorovaikutuksen ylläpitämistä varten. Keskeistä on, että asiakkaalla säilyy itsemääräämisoikeus ja valinnanvapaus avustamisen sisällön, ajankohdan ja avustavan henkilön suhteen. Päätöksenteossa on muistettava, että kunnan viranhaltijalla on velvollisuus aina pyrkiä asiakkaan edun kannalta parhaaseen ratkaisuun.

### Kuljetuspalvelut harrastuksen tueksi

Kuljetuspalvelu on keskeinen vammaisten ihmisten omatoimista suoriutumista auttava palvelu. Harrastukset edellyttävät mahdollisuutta liikkua. Vammaispalvelulain mukaisilla kuljetuspalveluilla turvataan vaikeimmin vammaisille henkilöille kohtuulliset liikkumismahdollisuudet samoin kustannuksin kuin muille kansalaisille.

Vammaispalvelulain mukaan kunnan on järjestettävä vaikeavammaiselle henkilölle kohtuulliset kuljetuspalvelut niihin liittyvine saattajapalveluineen. Kuljetuspalvelua on järjestettävä vaikeavammaiselle henkilölle määrärahoista riippumatta, kun hakijan kriteerit täyttävät laissa määrätyt kohdat.

Jokapäiväiseen elämään kuuluvat kuljetukset, jotka liittyvät yhteiskunnalliseen osallistumiseen ja virkistykseen. Niiden katsotaan olevan vaikeavammaisen ihmisen perusoikeuksia. Palvelun myöntäminen ei ole riippuvainen henkilön varallisuudesta, iästä tai diagnoosista.



Kunta voi järjestää kuljetuspalvelut parhaaksi katsomallaan tavalla. Edellytyksenä on, että kunta ei rajoita vammaisen henkilön yksilöllistä oikeutta saada hänelle sopivia palveluja ja tukitoimia. Kuljetuspalvelut järjestetään tällöin niin, että hänen yksilöllisen tarpeensa otetaan huomioon.

Asiointi- ja vapaa-ajan matkat korvataan yleensä vammaispalvelulain nojalla. Harrastusluonteista opiskelua ei voida pitää kuljetuspalveluihin oikeuttavina opiskeluun liittyvinä matkoina, vaan näihin matkoihin tulee käyttää vapaa-ajan matkoja.

Vammaispalvelulain mukaan kunnan on järjestettävä vaikeavammaiselle henkilölle tarvittaessa kuljetuspalveluihin liittyvät saattajapalvelut. Saattajapalvelun sisältöä ei ole määritelty tarkemmin lainsäädännössä. Saattajapalvelun voidaan katsoa tarkoitettavan välittömästi ennen matkaa, matkan aikana ja välittömästi matkan jälkeen tapahtuvaa avustamista. Saattajapalvelusta ei voida periä maksua. Saattajapalvelun tarkoituksena on mahdollistaa kuljetuspalvelujen käyttö.

## Toimeentulotuki harrastuksen tukena

Toimeentulotukea voi hakea Kelasta, kun perheen varat eivät riitä kattamaan peruselämisen kuluja. Harrastuskustannusten katsotaan kuuluvan jokapäiväisiin välttämättömiin menoihin, joita toimeentulotuki kattaa. Harrastuskulut kuuluvat kuitenkin kunnan täydentävän ja ehkäisevän toimeentulotuen piiriin. Jos sinulla on sellaisia erityisiä menoja, joita perustoimeentulotuki ei kata, kunnan sosiaalitoimisto voi harkintansa mukaan myöntää täydentävää ja ehkäisevää toimeentulotukea.

Täydentävää toimeentulotukea voidaan myöntää menoihin, jotka aiheutuvat sinun tai perheesi erityisistä tarpeista tai olosuhteista, jotka katsotaan tarpeellisiksi toimeentulon turvaamiseksi tai itsenäisen suoriutumisen edistämiseksi. Ehkäisevä toimeentulotuki on kunnan myöntämä toimeentulotuen osa, joka liittyy usein sosiaalityöhön. Kunta myöntää sitä päättämiensä perusteiden mukaan edistääkseen sinun tai perheesi sosiaalista turvallisuutta ja omatoimista suoriutumista sekä ehkäistäkseen syrjäytymistä. Ehkäisevää toimeentulotukea voidaan myöntää edistämään muulla tavoin itsenäistä elämääsi.

Voit hakea harrastuskuluja myös Kelasta toimeentulotukihakemuksessa, joka siirtää kulut kunnan päätettäväksi sähköisen järjestelmän kautta. Voit myös hakea harkinnanvaraista toimeentulotukea suoraan kunnalta. Täydentävästä ja ehkäisevästä toimeentulotuesta saat lisätietoa kunnan sosiaalitoimistosta.

## Järjestöjen tarjoamat tuet

### Suomen Paralympiakomitea Valtti-ohjelma

Valtti-ohjelmassa pyritään löytämään erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille liikuntaharrastus. Valtti-ohjelmaan voivat hakea mukaan 6–23-vuotiaat erityistä tukea tarvitsevat. Etusijalla ovat lapset ja nuoret, joilla ei ole vielä liikuntaharrastusta, tai jotka eivät tiedä mitä voi harrastaa tai mikä liikuntamuoto sopii omalle toimintakyvylle. Valtit ovat mm. liikunta-, kasvatus-, kuntoutus- tai sosiaalialan opiskelijoita, jotka auttavat harrastuksen löytämisessä. Valtti toimii ohjattavansa liikuntakaverina neljän liikuntakokeilukerran ajan. Haku aika ohjelmaan maaliskuussa. Liikuntakokeilut toteutetaan pääasiassa syksyisin. Mahdollisuus lapselle ry tekee aktiivisesti yhteistyötä ohjelman kanssa.

Lue lisää: [www.paralympia.fi/liikunta/lapset-ja-nuoret/valtti](http://www.paralympia.fi/liikunta/lapset-ja-nuoret/valtti)

Paralympiakomitean voit löytää seuroja, jotka ottavat toiminnassaan huomioon erityisen tuen tarpeet. Oman seurasi löydät tästä linkistä: [www.paralympia.fi/palvelut/loyda-oma-seura](http://www.paralympia.fi/palvelut/loyda-oma-seura).



Paralympiakomitean ja Tukilinja-säätiön Startti-stipendijärjestelmällä tuetaan harrastamisen alkuvaiheen paraurheilu- ja soveltavan liikunnan toimintaa. Yksilöhakijoina Startti-stipendiä voivat hakea omassa urheilulajissaan alkutaipaleella olevat mutta harrastuksessaan tavoitteelliset vammaiset liikunnan harrastajat ja urheilijat iästä riippumatta. [www.paralympia.fi/palvelut/apurahat-ja-tuet](http://www.paralympia.fi/palvelut/apurahat-ja-tuet)

*Suomen Paralympiakomitea on valtakunnallinen urheilu- ja liikuntajärjestö liikunta-, näkö- ja kehitysvammaisille sekä elinsiirron saaneille ja dialyysissä oleville henkilöille. Paralympiakomitean tehtävänä on kehittää ja koordinoida suomalaista vammaisurheilua ja -liikuntaa matalan kynnyksen harrastamisesta aina kansainväliseen huippu-urheiluun saakka. Paralympiakomitea toimii vammaisten ja erityistä tukea tarvitsevien henkilöiden edunvalvojana kilpaurheilussa ja harrasteliikunnassa, mm. harrastamisolosuhteita ja harrastamisen edellytyksiä edistäen.*

## SOS-Lapsikylän Unelmista totta -harrastustuen avulla harrastamaan

SOS-Lapsikylän Unelmista totta -toimintamallin avulla mahdollistetaan mieluisa harrastus taloudellisesti haastavassa elämäntilanteessa olevien perheiden 7–17-vuotiaille lapsille, jotka eivät muuten pääsisi harrastamaan.

SOS-Lapsikylä on kehittänyt STEA-avustuksella Unelmista totta -hankkeessaan toimintamallin lasten harrastusunelmien mahdollistamiseen. Unelmista.fi -alusta saattaa yhteen tukea tarvitsevat perheet, harrastustoimijat sekä yksityiset ja yritysrahjoittajat. Alustan kautta tuetaan lasten ja nuorten säännöllistä ja ohjattua harrastamista harrastustuen avulla.

Unelmista.fi-alusta on käytössä Helsingissä, Espoossa, Varkaudessa, Kuopiossa ja toiminta laajentuu uusille paikkakunnille vaiheittain. Harrastustukea myönnetään ensisijaisesti koulukuraattorin kautta tulleisiin hakemuksiin. Lakisääteiset tuet ja harrastustoimijoiden tarjoamat alennukset ovat ensisijaisia tukimuotoja. Lahjoitusvaroista myönnettävä harrastustuki auttaa keventämään perheelle jäävää kustannusta lapsen harrastuksesta. Myönnetty harrastustuki ohjataan suoraan toimintaa järjestävälle taholle. Lue lisää [www.unelmista.fi](http://www.unelmista.fi) -sivulta.

SOS-Lapsikylä, Unelmista totta -hanke  
unelmista@sos-lapsikyla.fi, [www.unelmista.fi](http://www.unelmista.fi)

## Hope ry:n tuki

Hope ry toimii vapaaehtoisvoimin eri puolella Suomea. Yhdistyksen tavoitteena on, että lapsilla olisi tasa-arvoisemmat mahdollisuudet hyvään arkeen. Yhdistys jakaa vähävaraisille ja kriisin kokeneille perheille konkreettisia vaate- ja tavaralahjoituksia, sekä lapsille ja nuorille harrastustukea ja vapaa-ajan elämyksiä. Hope ry:n kautta voi hakea tukea lapsen harrastustoimintaan. Yhdistys kerää lahjoituksina käytettyjä urheiluvarusteita. Hope ry:n tukea varten on olemassa hakulomake. Tuki voi olla harrastusvälineitä, -vaatteita tai mahdollisia pääsylippuja tapahtumiin esim. kulttuuriharrastuksiin.

[Lisätiedot-linkki](#)

## Tukiliitto myöntää apurahoja kehitysvammaisille nuorille ja aikuisille

Kehitysvammaisten tukiliitto ry on ihmisoikeus- ja kansalaisjärjestö, joka puolustaa kehitysvammaisten ihmisten ja heidän läheistensä oikeuksia. Yksi tapa on Tukiliiton myöntämä apuraha, joka tukee kehitysvammaisten henkilöiden osallisuutta.

Ryhmä tai yksittäinen hakija voi hakea [apurahaa](#). Apurahaa voi hakea harrastuksiin tai tapahtumiin osallistumiseen. Apurahoja voi hakea syksyllä. Apurahaa voivat hakea kehitysvammaiset ihmiset, jotka



ovat täyttäneet 16 vuotta. Etusijalla hakijoista ovat ne, jotka eivät ole kahden viime vuoden aikana saaneet Tukiliiton apurahaa.

Yksittäisille ihmisille on oma hakulomake. Lomakkeen voi tilata Tukiliitosta. Sähköinen lomake on helppo tapa hakea apurahaa.

## Tukilinjan apuraha

Vammaisten koulutuksen ja työllistymisen tuki (VKTT) ry julkaisee vammaisalan erityisaikakauslehti Tukilinjaa. Lehden tuotolla jaetaan rahaa vammaisten ihmisten työllistymiseen, koulutukseen ja osallistumiseen yhteiskunnassa. Tuki jaetaan Tukilinja-säätiön kautta.

Kaikki pitkäaikaisesti toimintarajoitteiset henkilöt voivat hakea tukea. Tukilinja myöntää apurahaa harrastustoimintaan. Apurahaa haetaan sähköisellä lomakkeella, joka löytyy [Tukilinjan verkkosivuilta](#). Tukilinja pyytää sinulta tarkkaa kuvausta, miten harrastuksesi toteutuu.

Tukilinjan myöntämät harrastusvälineet ovat pääsääntöisesti hyvää harrastajatasoa. Mikäli tarvittavat ammattilaisitasoisia välineistöä, on Tukilinjalla siihen oma kohdistettu apuraha. Sen löytää Tukilinjan internetsivuilta. Tukilinja ottaa hakemuksia vastaan ympäri vuoden.

## DUV Mellersta Nyland ry

DUV on kehitysvammaisten ihmisten ja heidän omaisensa ruotsinkielinen yhdistys. Yhdistyksen tavoitteena on parantaa jäsentensä elämänlaatua. Yhdistys tarjoaa muun muassa mielekästä vapaa-ajan toimintaa kuten kerhoja ja tapahtumia, sekä myöntää stipendejä elämänlaatua vahvistavaan toimintaan kuten harrastukset. Yhdistyksellä on kaksi tilaa, toinen löytyy Arabiasta Helsingissä, ja toinen on Kauniaisissa. Lue lisää toiminnasta yhdistyksen [verkkosivuilta](#). Sivustolla voi liittyä jäseneksi täyttämällä lomakkeen.

Ota rohkeasti yhteyttä, jos sinulla on kysyttävää!

Jon Jakobsson: [jon.jakobsson@duv.fi](mailto:jon.jakobsson@duv.fi) tai 050 4328 703

Muluken Cederborg: [muluken.cederborg@duv.fi](mailto:muluken.cederborg@duv.fi) tai 040 0502 349