

**MAHDOLLISUUS
LAPSELLE**

TERVETULOA HARRASTAMAAN -OPAS

kevät 2026





Sisällys

Mahdollisuus lapselle ry	3
Tästä oppaasta.....	4
Tärkeimmät muistettavat!	4
Kunnon Huoneen harrastusryhmät	5
Toiminnan Huoneen harrastusryhmät.....	7
Ilmaisun Huoneen harrastusryhmät	8
ANTOISAn toiminta autismikirjon nuorille	9
Oma Sävy -klubi	9
Yksilöllinen tuki.....	10
Avustaja	10
Yhteiset tapahtumat	10
Näin saavut paikalle – tärkeää tietoa osallistujille	13
Osoite- ja yhteystiedot	16
Tiedotus ja viestintä.....	17
Yhdistys.....	18
Muut palvelut tukevat harrastamista.....	20
Henkilökohtainen apu	20
Kuljetuspalvelut harrastuksen tueksi.....	20
Toimeentulotuki harrastuksen tukena	21
Muiden järjestöjen toiminta	21
Suomen Paralympiakomitea Valtti-ohjelma	21
SOS-Lapsikylän Unelmista totta -harrastustuen avulla harrastamaan	22
Hope ry	22
Tukilinjan apuraha	22
DUV Mellersta Nyland ry	22



Mahdollisuus lapselle ry

Tarjoamme erityislapsille ja -nuorille sekä nuorille -aikuisille monipuolisesti harrastuksia ja vapaa-ajantoimintaa Helsingissä. Kaikki meidän harrastusryhmämme on tarkoitettu vain erityistä tukea tarvitseville. Kausiryhmien lisäksi meillä on erilaisia tapahtumia lapsille, nuorille ja nuorille aikuisille sekä perheille ja muille tukijoukoille. Aloittaa voi milloin vain kesken kauden. Tervetuloa mukaan! Seuraa kaikkia tapahtumiamme [verkkosivuiltamme](#).

Lasten vanhemmat perustivat yhdistyksen 1992. Tarkoituksenamme on edistää erityistä tukea tarvitsevien lasten, nuorten ja nuorten aikuisten elämänlaatua sekä tukea heidän mahdollisuuksiaan kehittyä kykyjensä mukaan. Toiminnallamme haluamme tukea lasten, nuorten ja nuorten aikuisten sekä heidän vanhempiansa osallisuutta yhteiskunnassa. Lähetettä tai diagnoosia ei tarvita, oma kokemus tuen tarpeesta riittää.

Yhdistyksen omistama [Malary Oy](#) myy hyvinvointia edistäviä palveluja, joissa on huomioitu erityisen tarve monipuolisesti.

Arvomme: ROHKEA, VARMA JA KANNUSTAVA

Harrastustoimintamme jakautuu kolmeen kokonaisuuteen:

Kunnon Huoneella kaikki saavat liikkua omalla tavallaan!

Tarjoamme monipuolista liikuntaa: kuntosaliharjoittelua, kiipeilyä, uintia sekä erilaisia pallopelejä, kuten sählyä ja koripalloa. Huomioimme aina jokaisen osallistujan yksilölliset tarpeet ja toiveet.

Toiminnan Huoneella opimme elämän taitoja yhdessä.

Harrastusryhmissämme harjoittelemme arjen perustaitoja ja vietämme mukavaa aikaa yhdessä. Toiminta tukee itsenäistymistä ja tarjoaa mielekästä tekemistä turvallisessa ympäristössä.

Ilmaisun Huoneella vahvistamme vuorovaikutustaitoja.

Ryhmässä keskitytään sosiaalisten taitojen kehittämiseen yhteisen tekemisen kautta. Ilmaisun Huoneella vuorovaikutustaitoja ja sosiaalisia taitoja edistetään harrastuksen kautta.

Liity yhdistyksemme jäseneksi

Yhdistyksemme jäsenenä tuet erityistä tukea tarvitsevien osallisuutta ja yhdenvertaisia mahdollisuuksia harrastaa ja viettää vapaa-aikaa! Jäsenenä saat harrastuksista ja tilavuokrista alennusta. Lue lisää jäsenyydestä ja liity [täällä](#).

Tervetuloa mukaan!

Mahdollisuus lapselle ry:n väki

Toimisto info@malary.fi

Verkkosivut malary.fi



Tästä oppaasta

Oppaasta löydät ohjeita ja tietoja, joiden avulla varmistamme, että harrastaminen sujuu mahdollisimman sujuvasti. Lue opas huolella. Aluksi kerromme, mitä ja missä meillä voi harrastaa. Annamme tarkat harrastuskohtaiset ohjeet. Lopuksi annamme tärkeitä käytännön ohjeita.

Tärkeimmät muistettavat!

- Saat tärkeät ja akuutit viestit jäsenrekisteristämme sähköpostilla tai tekstiviestillä.
- Lue meiltä saapuvat viestit. Kurkkaa roskaposti.
- Varmista, että meillä on oikeat yhteystiedot käytössämme akuutteja tilanteita varten.
- **Ilmoita poissaolostasi ohjaajillesi aina!**
- Mikäli ryhmä peruuntuu meidän puoleltamme, ilmoitamme siitä viimeistään kello 12 saman päivän aikana. Saman päivän peruutuksista lähetämme tekstiviestin.

Tärkeää tietoa turvallisuudesta ja osallistumisesta

Vakuutusturva

Kaikki osallistujat ovat vakuutettuja toimintamme aikana.

Turvallisuusohjeet

Konalan toimitilojen aulassa on esillä poistumissuunnitelma. Muissa toimipisteissä on omat suunnitelmat akuutteja tilanteita varten. Kaikki vakituiset ohjaajamme ovat ensiapukoulutettuja. Lisäksi jokaisella ohjaajalla on puhelimessaan Suomen Punaisen Ristin ensiapusovellus, joka sisältää ohjeet erilaisiin hätätilanteisiin.

Käytännön ohjeita osallistumiseen:

- Ilmoitathan ohjaajille, jos osallistuja ei pääse tulemaan ryhmään.
- Ryhmät alkavat ja päättyvät ajallaan. Olethan ajoissa paikalla ja noutamassa osallistujan kotiin.
- Ennen ja jälkeen ryhmän ei ole automaattisesti ohjaajaa paikalla. Huomioi tämän osallistujan saapumisessa ja lähdössä.
- Jos osallistuja käyttää taksikuljetusta, ilmoita siitä ohjaajille. Näin voimme olla vastassa ja varmistaa turvallisen siirtymisen.
- Jos osallistuja saapuu ja lähtee itsenäisesti, kerro siitä ohjaajille, jotta voimme ohjata turvallisesti kotimatkalle.
- Täytä perustietolomake uuden ryhmän alkaessa. Ilmoita mahdolliset muutokset yhteystiedoissa sähköpostitse: info@malary.fi. Perustietolomakkeen voit täyttää [sähköisesti](#).



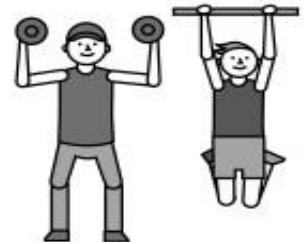
Harrastukset

Kunnon Huoneen harrastusryhmät

Kuntosali

Ota kuntosalille mukaan liikuntavaatteet, sisäkengät ja juomapullo. Jätä ulkokengät eteiseen. Vaatteet voit vaihtaa pukuhuoneissa, joista löytyvät kaapit tavaroiden säilytystä varten. Voit ottaa pyyhkeen mukaan ja käydä tunnin jälkeen suihkussa.

Kuntosalilla harjoittelemme turvallisesti eri laitteilla ja välineillä kestävyyttä, voimaa, liikkuvuutta, koordinaatiota ja tasapainoa. Suunnittelemme ohjelman ryhmäkohtaisesti osallistujien tason mukaan.



Uinti

Ota uintiin mukaan uimapuku, pyyhe, uimalasit, tarvittaessa uimalakki ja haluamasi pesutarvikkeet. Myös omia kellukkeita saa ottaa mukaan. Käy aina suihkussa ennen tuntia, ja kastele suihkussa myös hiukset. Myös avustajien tulee käydä suihkussa ennen tuntia. Pitkät hiukset pidetään kiinni altaassa ollessa, tai käytetään uimalakkia. Näin pidämme yhdessä altaan puhtaana.

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

Uintia järjestämme kolmella altaalla Helsingissä:

Uintiryhmät kokoontuvat tiistaisin Valteri-koulun tiloissa osoitteessa Tenholantie 15 ja perjantaisin Myllypurossa Metropolian kampuksella osoitteessa Myllypurontie 1. Perheuinnin järjestämme Sydänliiton tiloissa Metsälässä osoitteessa Oltermannintie 8.

Metropolian allas sijaitsee rakennuksen B-talon K-kerroksessa. K-kerroksesta löytyvät tyttöjen ja poikien pukuhuoneet. Pukuhuoneiden kaapit toimivat sähkölukituksella, jonka saat lukittua esim. omalla bussikortilla. Pesutilasta löydät suihkut ja saunatilan. Allas on 120–170 cm syvä ja sinne kuljetaan liuskaa pitkin. Vesi on noin 30-asteista.

Valteri-koululla pääset sisään, kun soitat ovikellosta "uimahalli" painiketta. Ohjaaja avaa oven sinulle ovipuhelimen kautta altaalta käsin. Pukuhuoneet ja allas löytyvät melko läheltä koulun sisäänkäyntiä. Jätä kengät telineeseen ennen pukuhuoneeseen menemistä. Saunatila on yhteinen miehille ja naisille, joten saunassa tulee käydä pyyhe päällä tai huolellisen suihkuttelun jälkeen uimapuku päällä. Allas on melko iso terapia-allas, jonka syvyys on 110–160 cm ja vesi on 32 astetta lämmintä.

Oltermannintiellä altaalle pääset ovikoodilla, jonka saat ennen uintien alkua sähköpostilla. Allas on noin 28 asteinen vesijumppa-allas. Parkkipaikkoja löytyy kiinteistön pihalta.



Tarvittaessa ota oma **avustaja** mukaan puku- ja suihkuhuoneeseen. Toivomme, että avustajat olisivat pääsääntöisesti samaa sukupuolta avustettavansa kanssa.

Huomioi, että tiloissa voi olla samaan aikaan erilaisia ihmisiä, ja otamme yhdessä kaikki huomioon. Poikkeustilanteista sovimme erikseen, ja tapauskohtaisesti luomme koko ryhmän kannalta toimivan käytännön.

Pallopelit

Ota mukaan sisäpelikengät, urheilulliset vaatteet ja juomapullo. Pelaamme erilaisia pallopelejä rennolla otteella ja opettelemme yhteisiä pelisääntöjä sekä muiden huomioon ottamista.

Perhehulinat

Perhehulinat kokoontuvat Strömbergin ala-asteen liikuntasalissa, Pitäjänmäellä Helsingissä. Koulun parkkipaikkoja saa käyttää Perhehulinoiden aikana. Koululle pääset kävelemällä raidejokerin pysäkiltä, sekä Takomotien bussipysäkiltä, jossa pysähtyvät seuraavat Bussit: 54, 200, 30, 59 ja 25. Valimon juna-asema on noin 10 minuutin kävelymatkan päässä koululta.

Ota mukaan tunnille liikuntavaatteet, juomapullo sekä pitävät jalkineet liukastumisten välttämiseksi (kengät, tossut, jarrusukat). Lapsi osallistuu tunnille oman aikuisen kanssa.

MOToliikka

MOToliikka kokoontuu Haagan ala-asteen liikuntasalissa, Helsingissä (osoite: Isonnevantie 16 C). Liikuntasaliin kuljetaan sisään koulun G-rapun kautta. Koulun ovet ovat ilta-aikaan lukossa, ohjaaja tulee avaamaan ovea 5 minuuttia ennen tunnin alkua. Parkkipaikkoja löytyy koulun sekä Haagan kirjaston pihalta, sekä Isonnevantien varresta. Lähelle pääsee kulkemaan myös Raidejokerilla, sekä busseilla. Huopalahden juna-asemalta kävelee noin 10minuuttia koululle.

Ota mukaan tunnille liikuntavaatteet, juomapullo sekä pitävät jalkineet liukastumisten välttämiseksi (kengät, tossut, jarrusukat). Lapsi osallistuu tunnille oman aikuisen kanssa.

MOToliikka toteutuu yhteistyössä Urlus-säätiön kanssa.

Lajikokeilut

Kunnon Huone järjestää kauden aikana lajikokeiluja mahdollisuuksien mukaan. Lajikokeiluista lisätietoja saat seuraamalla uutiskirjettä, sähköpostia ja tapahtumakalenteria nettisivuillamme malary.fi. Lajikokeiluissa on mukana aina tuttu Kunnon Huoneen ohjaaja.

Kunnon Huoneen harrastuksista löydät lisää tietoa [täältä](#).



Toiminnan Huoneen harrastusryhmät

Kokkis

Kokkisryhmissä harjoittelempa ruoanlaittamisen perustaitoja, yhdessä tekemistä, ohjeiden mukaan toimimista, vuorottelua ja mittayksiköitä, turvallisessa ja mielekkäässä ympäristössä. Valmistamme eri ruokalajeja yhdessä koko ryhmän voimin. Lopuksi siivoamme keittiön siistiksi ja syömmme maukkaat tuotokset yhdessä pöydän ääressä.

Ota mukaan rennot vaatteet, jotka voivat likaantua ja reipas mieli.

Kaikki työvälineet, essut sekä valmistamiseen tarvittavat ainekset löytyvät meiltä. Kokkikset pidämme tilavassa ja hyvin varustellussa opetuskeittiössä Konalantien toimitiloissamme.



Legoryhmä

Legoryhmässä rakennamme legoilla luovasti sekä itsenäisesti, että yhdessä muiden kanssa. Jokaisella ryhmäkerralla on oma teema, johon liittyvän rakennelman teemme oman mielikuvituksen tai valmiiden ohjeiden mukaan. Teeman lisäksi rakennamme täysin vapaasti omia Legoluomuksia. Kauden viimeisellä kerralla puramme kaikki omat rakennelmamme. Harjoittelempa ryhmässä yhdessä tekemistä, ohjeiden seuraamista sekä mielikuvituksen käyttöä ja oman vision toteuttamista.

Legot löytyvät meiltä, et tarvitse mukaan omia legoja tai muita varusteita. Ryhmä kokoontuu neuvotteluhuoneessa Konalantien toimitiloissamme.

Peliryhmä

Peliryhmä on nuorille suunnattu ryhmä, jossa pelaamme yhdessä kortti-, lauta- ja konsolipelejä. Aiempaa kokemusta pelaamisesta ei tarvitse olla. Opettelemme ryhmässä pelien sääntöjä ja käyttöä yhdessä ohjaajien johdolla.

Ryhmä kokoontuu meidän toimitiloissamme Konalassa. Et tarvitse mukaasi mitään erityistä. Voit tuoda oman pelin mukaan.

Kaikista Toiminnan Huoneen harrastuksista voit lukea lisää [täältä](#).





Ilmaisun Huoneen harrastusryhmät

Nuorten tulevaisuus

Nuorten tulevaisuus on aikuisuuden kynnyksellä oleville nuorille tarkoitettu ryhmä. Teemme retkiä, osallistumme tapahtumiin ja käymme läpi kaikenlaisia aikuisuuteen ja itsenäistymiseen liittyviä asioita. Ryhmän teemat päätetään yhdessä ryhmäläisten kanssa aina kauden alussa. Viime vuosina olemme jutelleet ja käsitelleet mm. äänestämistä, vaikuttamista, sosiaalista mediaa, ekologisuutta ja ihmissuhteita. Retkiä olemme tehneet Heurekaan, keikoille, Hulluille päiville ja ravintolaan.



Ryhmä kokoontuu parillisina viikkoina Konalan toimitiloissamme tai muualla tapahtumien merkeissä.

Ilmaisun Huoneella on käytössä tabletteja, joita saat käyttää. Ryhmällä on käytössä oma WhatsApp-ryhmä, jossa keskustelemme vapaasti ja sovimme tapaamisiin liittyvistä asioista. Lue lisää Nuorten tulevaisuus -ryhmästä [täältä](#).

Leikkiryhmä

Leikkiryhmässä saa olla vapaasti lapsi. Leikkimisen lisäksi keskitymme leikkitaitojen, sosiaalisten taitojen sekä omatoimisuuden harjoitteluun. Ryhmään kuuluu sekä ohjattu että vapaa leikki. Lapset valitsevat leikit ja aikuiset liittyvät niihin tukien ja kannustaen lapsia leikin seuraavalle tasolle siirtymisessä, kun sen aika on. Ohjaaja tukee muiden kanssa syntyneitä yhteisiä leikkejä vuorovaikutusta vahvistaen ja onnistumisista iloiten.

Ryhmä kokoontuu terapiatilassamme Konalassa. Et tarvitse mitään erityistä mukaasi.

Mimmit -ryhmä

Vertaistuellinen ryhmä 12-vuotta täyttäneille nuorille tytöille. Pohdimme, mitä naiseuteen ja kaverisuhteisiin kuuluu. Puhumme ystävydestä, unelmista ja itsenäistymisestä. Teemme yhdessä kivoja ja voimaannuttavia juttuja, esimerkiksi käsitöitä ja kuvataiteita. Tavoitteena on vahvistaa osallistujien itsetuntoa ja minäkuvaakin sekä keskinäisiä kaverisuhteita. Ryhmä on pieni ja luottamuksellinen, joten muistathan, ettei toisten asioista puhuta ryhmän ulkopuolisille.

Ryhmä kokoontuu parittomina viikkoina Konalassa, neuvotteluhuoneessa.

Luova ryhmä UUSI!

Ryhmässä ei ole ikärajaa, se on tarkoitettu kaikille luoville tyypeille. Jokaisella kerralla on ohjattu tehtävä, johon voit halutessasi osallistua. Vaihtuvien tehtävien avulla opit eri tapoja olla luova. Tässä ryhmässä voit siis tehdä itsekseen omia projekteja ja/tai osallistua yhteisiin tehtäviin. Ohjaaja tukee niin yhteisessä tekemisessä, että osallistujien omissa projekteissa.

Ryhmään kannattaa laittaa vaatteet, jotka voivat likaantua. Ryhmä kokoontuu parillisina viikkoina Konalan tiloissa, neuvotteluhuoneessa.

Harrastusryhmien lisäksi Ilmaisun Huone järjestää kerran kuussa maksuttoman **Nuorten illan** Konalassa. Lisätietoa kaikista Ilmaisun Huoneen harrastuksista löydät [täältä](#).



ANTOISAn toiminta autismikirjon nuorille

ANTOISA järjestää maksutonta vapaa-ajan toimintaa 16–29-vuotiaille autismikirjon nuorille, joilla ei ole kehitysvammaa. Hanke järjestää olohuonetoimintaa Olkkaria kerran viikossa.

Olkkari on avoin olohuone, joissa on vaihtuvan teeman mukaan ohjattua toimintaa, kuten kokkaamista tai yhteinen lautapeli. Ohjattuun toimintaan osallistuminen on vapaaehtoista, voit tulla paikalle hengaillemaan ja juttelemaan muiden kanssa, vaikka ohjelma ei kiinnosta.

Olkkariin voit tulla yksin, kaverin tai saattajan kanssa ja tulla ja lähteä kun haluat. Osallistumiseen ei tarvita ilmoittautumista tai diagnoosia.

Olkkarit keväällä 2026

Keskiviikkoisin kello 17.30–20.30

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry:n tiloissa (HERO), Mannerheimintie 44 A 5–6, 3. kerros

Hiihtolomaviikolla 8 Olkkarissa ei ole toimintaa.

Lisäksi ANTOISA tekee maksuttomia retkiä kerran kuussa. Lisätietoja retkistä ja Olkkarista löydät nettisivuiltamme: malary.fi/antoisa/.

Oma Sävy -klubi

Oma Sävy -klubi on uusi harrastus 9–18-vuotiaille maahanmuuttajataustaisille tytöille.

Toimintamme klubilla on inklusiivista, mutta ensisijaisesti suunniteltu vammaisille ja neurokirjon tytöille. Meidän ryhmissämme pääsee mukaan taideharrastukseen, jossa voi tavata saman henkisiä tyttöjä. Eikä haittaa, vaikka ei ole harrastanut taiteita tai ei ole hyvä piirtämään. Opettelemme yhdessä, rennossa ympäristössä ja ohjaajien tuella.

Hankkeen ydintoimintana ovat viikoittaiset pienryhmät taiteen parissa. Oma sävy -klubin taideryhmissä teemme monipuolisesti taidetta ja kokeilemme yhdessä uutta: maalaus, piirtäminen, muovailu, kirjoittaminen ja valokuvaus. Ryhmäläiset saavat toivoa, mitä kauden aikana haluavat tehdä ja oppia.

Oma Sävy -klubin harrastusryhmät ovat pieniä. Mukaan mahtuu korkeintaan 10 osallistujaa ja ohjaajia on kaksi. Osallistujat saavat taiteen tekemiseen, ryhmään osallistumiseen sekä sosiaalisiin tilanteisiin enemmän tukea ja apua. Käytämme selkeää suomea, sekä kuvia. Tarvittaessa ohjaamme englanniksi ja käytämme tukiviittomia. Ryhmiä ohjaa taidepedagogi ja toimintaterapeutti.

Kevään 2026 taideryhmät:

Kenelle: 9–18-vuotiaille maahanmuuttajataustaisille helsinkiläisille tytöille, jotka tarvitsevat enemmän tukea harrastuksissa

Milloin: Torstaisin 12.3.–30.4.

Aika: Kello 14–16

Missä: Mahdollisuus lapselle ry:n tiloissa Konalassa, osoite Konalantie 47 B, 2.kerros (hissi)

Hinta: Taideryhmä ei maksa mitään. Tarjoamme välipalaa kaikille, sekin on maksutonta.



Voit tulla kaikille kerroille, tai vain niille kerroille, mitkä sinulle sopivat. Ei tarvitse ilmoittautua. Vain tytöille. Lue lisää Oma Sävy -klubista [täältä](#) ja tule mukaan!

Yksilöllinen tuki

Yksilöllinen tuki on tarkoitettu lapsille, nuorille ja nuorille aikuisille, jotka hyötyvät harrastustuokiosta kaksin ohjaajan kanssa. Tämä tuki on muutaman kerran tapaaminen ohjaajan kanssa. Tavoitteena on siirtyä ryhmään osallistujaksi. Kysy lisää: info@malary.fi.

Avustaja

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

Yhteiset tapahtumat

Toivotamme kaikki läheiset ja tukihenkilöt tervetulleiksi koko perheen ja muiden tukijoukkojen yhteisiin tapahtumiin.

Omien tapahtumiemme lisäksi olemme mukana järjestämässä perheille ja läheisille suunnattuja tapahtumia yhteistyössä muiden järjestöjen kanssa.

Löydät ajantasaisimmat tiedot kaikista tapahtumistamme nettisivuilta [tapahtumakalenterista](#).

Seuraamme aktiivisesti tapahtumia, joihin voimme osallistua yhdessä. Otamme mielellämme ideoita vastaan yhteisistä koko perheelle suunnatuista hetkistä. Ota yhteyttä: info@malary.fi

Tervetuloa mukaan kevään 2026 tapahtumiimme

Perheiden luontokerho

Luontokerho on koko perheen maksuton tapahtuma kerran kuussa lauantaisin. Tervetuloa tutkimaan ja ihmettelemään yhdessä luontoa ja sen moninaisuutta Uutelan ulkoilualueelle.

Joka kerralla on oma teemansa. Uutelan grillikota on käytössämme ja vietämme yhdessä eväshetken, jossa on tarjolla pientä purtavaa. Luontokerhon vetäjänä on luonto- ja eräopas Jouni Viitala. Mukana on Kehitysvammatuki 57:n perheiden tuen tiimin työntekijä ja Mahdollisuus lapselle ry:n ohjaaja. Vastuu lapsista luontokerhon aikana on vanhemmilla.

Perheiden luontokerho on tarkoitettu pääkaupunkiseudun perheille, joissa on erityistä tukea tarvitseva lapsi tai nuori. Tervetulleita ovat myös täysi-ikäiset lapset yhdessä vanhemman kanssa.

Aika: lauantaina kerran kuukaudessa, ajankohdat löydät meidän verkkosivuiltamme [tapahtumakalenterista](#)

Paikka: Uutelan kota, Särkkäniemi, Helsinki



Muistathan ilmoittautua luontokerhoon Kehitysvammatuki 57 ry:n [tapahtumakalenterin](#) kautta. Järjestämme luontokerhon yhteistyössä Kehitysvammatuki 57 ry:n kanssa.

Nuorten illat

Ilmaisun Huone järjestää kerran kuussa maksuttoman vapaamuotoisen nuorten illan. Tervetulleita ovat kaikki nuoret ja nuoret aikuiset, joilla on erityisen tuen tarpeita.

Nuorten illat toimivat paikkana, jossa voit tuetusti tutustua uusiin ihmisiin ja viettää aikaa kavereiden kanssa. Ohjaajat ovat paikalla tukemassa ja kannustamassa nuoria vuorovaikutustilanteissa. Toimintoihin saa ja kannattaa osallistua, mutta paikalle voit tulla vain hengailemaan. Illoissa on tarjolla pientä naposteltavaa.

Nuorten illat:

- Pe 23.1. Hengailuilta
- Pe 13.2. Ystävänpäivä
- Pe 13.3. Peli-Ilta
- La 25.4. Vappubileet
- Pe 22.5. Toiveilta

Tarkkaa ikärajaa ei ole. Nuorten iltaan mahtuu mukaan n. 20, ohjaajia on paikalla kaksi. Huomioitathan, että tuki illoissa on matalampi kuin harrastusryhmissämme. Muistathan ilmoittautua mukaan: info@malary.fi

Malaryn retket nuorille

Toiminnan Huone järjestää kerran kuussa nuorille ja nuorenmielisille retken. Tutustumme turvallisen ohjaajan johdolla nuoria kiinnostaviin kohteisiin, joissa nuoret voivat käydä itsenäisesti tutustumisen jälkeen. Nuori saa uusia kokemuksia, ehkä uusia ystäviä ja hengailee muiden nuorten kanssa. Ja kuten hyviin retkiin kuuluu, vietämme yhdessä eväshetken ja me tarjoamme eväsjuoman.

- [17.1. Annantalon näyttelyt nuorille ja Äänikävely Helsingin keskustassa](#)
- [7.2. LUX Nuuksio, tuikkupolku ja tulishow](#)
- [18.4. Seurasaari tai muu luontoretkekohde](#)
- [16.5. Maailma kylässä -festarit Lasipalatsikorttelissa Helsingin keskustassa](#)

Voit lukea lisää jokaisesta retkestä klikkaamalla yläpuolella olevien retkien nimiä.

Ilmoittaudu jokaiselle retkelle erikseen laittamalla viesti osoitteeseen: info@malary.fi. Mahdollinen sisäänpääsymaksu ja eväsjuoma kuuluvat retkien hintaan, 15–25 €.

Tervetuloa mukaan kivaan porukkaan!



Malaryn matka lauantaina 26.9.

Malaryn matka on saavutettava hyvän mielen liikuntatapahtuma erityistä tukea tarvitseville lapsille, nuorille ja nuorille aikuisille tukijoukkoineen.

Tervetuloa haastamaan itseäsi matalan kynnyksen matkoilla oman kuntosi ja tyylisi mukaan kävellen, hölkkäen, juosten tai pyörätuolilla kelaten. Vietämme yhdessä iloista ja liikunnallista iltapäivää Malaryn matkalla tänä vuonna jo viidettä kertaa. Fiilis on ollut korkealla ja seuraavaa kertaa on jääty odottamaan innolla. **Tästä linkistä** voit katsoa videolla aiempia kisatunnelmia.

Malaryn matka järjestetään lauantaina 26.9.2026 iltapäivällä. [Tästä linkistä](#) pääset lukemaan lisää.
Tervetuloa mukaan ihan kaikki kiinnostuneet!

Tässä on vain osa tapahtumistamme, kaikki tapahtumat löydät [Tapahtumakalenterista](#) nettisivuiltamme.



Yhteinen tila kohtaamisille

Avarat toimitilamme Konalassa sijaitsevat kiinteistön toisessa kerroksessa. Pääset sinne hissillä. Tiloissa on viihtyisä odotusaula, jonne voit tulla tekemään töitä tai läksyjä, juomaan kahvia tai teetä, somettamaan ja muuten hengaamaan sohvilla ystävien kanssa.

Kun tulet harrastamaan

- Käy vaihtamassa toimintaan sopivat vaatteet.
- Jää odottamaan ryhmän alkua.
- Anna edelliselle ryhmälle työrauha.

Vanhemmat ja läheiset voivat odottaa mukavasti aulassa tai käydä asioilla lähipalveluissa. Tilat mahdollistavat kohtaamiset toisten vanhempien, läheisten ja sisarusten kanssa. Käytössäsi on esteetön wc-tila sekä suihku ja pukuhuoneet.

Vuokraa tila meiltä

Voit vuokrata meidän tilojamme omiin tapahtumiisi edulliseen hintaan. Esimerkiksi syntymäpäiväjuhliin tai muihin perhejuhliin, oman porukan salitreeneihin, kokkailutreffeihin, vastaanottotiloiksi tai koulutus- ja kokoustiloiksi. Tutustu tiloihimme ja lue lisätietoa [täältä](#).

Näin saavut paikalle – tärkeää tietoa osallistujille

Harrastuksiin voit saapua julkisilla kulkuvälineillä, omalla kyydillä tai taksikyydillä.

Ohjaajat ovat paikalla viimeistään 15 minuuttia ennen ryhmän alkua. Ethän tule aikaisemmin paikalle. Voit joutua odottamaan ulkona, eikä apua ole tarvittaessa saatavilla.



Parkkipaikat

Konalantien toimitilojemme ympärillä on paljon parkkikiekkopaikkoja. Kadunvarsipaikkoja löytyy kiinteistön edestä ja Kyttäläntieltä. Kiinteistön takapihalla, alakerran autotallissa ja kauppakeskus Ristikossa on kahden tunnin kiekkopaikkoja.

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

Malminkartanon harrastushallin pihassa on parkkipaikkoja.

Valteri-koulun edessä on parkkikiekkopaikkoja kadunvarrella. Pihaan saa pysäköidä vapaille paikoille.

Kuljetuspalvelut

Toimintaamme voit saapua hyvinvointialueen myöntämällä kuljetuksilla. Noudata 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 oloaikaa. 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 Kotala 045 602 6090 tai 050 522 1488
 - Kunnan Huone uinti 045 602 6090
 - Ilmaisun ja Toiminnan Huone Kotala 050 544 4611
- Toimipisteen tarkka sijainti:
 - Mahdollisuus lapselle ry [Konalantie 47 B, 2. kerros](#)
 - Metropolia Myllypuron kampus [Myllypurontie 1](#)
 - Malminkartanon harrastushalli [Ruosilantie 18](#)
 - Kalasataman kuntosali: [Capellan puistotie 7](#)
 - Valteri-koulu [Tenholantie 15](#)
- Osallistujan avustuksen tarve kyydin aikana

Huom! Konalantien 47 osoite saattaa viedä väärään osoitteeseen. Joten käytä koko osoitetta: Konalantie 47 **B ja toinen kerros**.

Mikäli kyydeissä on hankaluuksia, anna palautetta. Palautetta voi antaa vain kyydin tilannut taho. Tästä syystä ilmoitamme 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 palautteen voit antaa Helsingin Matkapalvelun internet-sivujen kautta: <https://palvelukeskus.hel.fi/fi/helsingin-matkapalvelu/anna-meille-palautetta..>

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueelle kuljetuspalveluista asiakaspalaute: <https://www.luvn.fi/fi/meilla-asiakkaana/anna-palautetta>

Vantaan ja Keravan hyvinvointialue ohjaa nettisivuillaan antamaan palautteen suoraan palvelun tuottavalle taksiyhtiölle puhelimitse. Taksirytysten yhteystiedot löytyvät täältä: <https://vakehyva.fi/fi/palveluhakemisto/palvelu/vammaisten-liikkumista-tukevat-palvelut#tab-introduction>.



Julkiset kulkuvälineet

Konalantien toimipisteeseemme pääset helposti seuraavilla busseilla:

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

Lisäksi voit käyttää busseja, jotka tulevat Vihdintietä:

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

Metropolia ammattikorkeakoulu Myllypuron kampus

Metro Mellunmäen suuntaan

Bussit:

506 Invalidisäätiö – Myllypuro
54 Pitäjänmäki – Itäkeskus
561 Kivistö – Itäkeskus
562 Lentoasema – Itäkeskus
92 Itäkeskus – Myllypuro

Malminkartanon harrastushalli, Ruosilantie 18

30 Eira – Myyrmäki
300 Elielinaukio – Myyrmäki
321 Elielinaukio – Vanhakartano
345 Elielinaukio – Rinnekoti
346 Kamppi – Karkkila
36 Pirkkola – Konala
37 Kamppi – Myyrmäki
59 Sompasaari – Malminkartano

Sydänliiton uima-allas, Oltermannintie 8

53 Arabianranta – Uusmäki
64 Rautatientori – Itä-Pakila
69 Kamppi – Jakomäki

Valteri-koulu Ruskeasuon

506 Invalidisäätiö-Myllypuro
332, 321, 200, 345 Ruskeasuon pysäkki, Mannerheimintie
10 raitiovaunu Kirurgi-Pikku Huopalahti

Tarkista HSL:n reittioppaasta ajantasaiset tiedot!



Osoite- ja yhteystiedot

Yhteinen sähköpostimme on info@malary.fi. Henkilökunnan sähköpostit ovat muotoa: etunimi@malary.fi.

Yhdistyksen osoite on [Konalantie 47 B, 2. kerros, 00390 Helsinki](#).

Konalantien toimipaikassamme on henkilökuntaa arkisin kello 10.00 alkaen. Muissa toimipisteissä ohjaajat ovat paikalla ryhmien aikataulujen mukaan.

Kun käytät karttahakua, Konalantie 47 -osoite saattaa joskus viedä väärään osoitteeseen. Käytä hakiessasi koko osoitetta: Konalantie 47 B.

Järjestämme toimintaa myös muissa toimipaikoissa. Näiden tiedot löydät verkkosivuiltamme.

KUNNON HUONE Teemu Luodekari 050 522 1488 Roosa Vacker 045 602 6090 Rolf Roschier 040 511 4392	TOIMINNAN HUONE ja ILMAISUN HUONE Tuuli Ahonen 050 544 4611 Peppi Hietanen 044 901 2849	ANTOISA-hanke Meri Aaltonen 050 547 8291 Oma Sävy -klubi Kaisa Tabell 050 310 0760 Tuuli Ahonen 050 544 4611
Puheenjohtaja Petri Sämpi pete@malary.fi	Toiminnanjohtaja Anna-Mari Laitila 045 874 6746	Toimisto ja viestintä Jaana Järvelä pääasiassa sähköpostilla: info@malary.fi 050 605 6165



Tiedotus ja viestintä

Toimintaamme osallistuvat, yhdistyksen jäsenet sekä uutiskirjeen tilanneet saavat noin kerran kuukaudessa **uutiskirjeen** sähköpostitse. Kun [tilaat tästä](#) uutiskirjeen, saat ajankohtaista tietoa ja vinkkejä erityistä tukea tarvitsevien harrastamisesta ja vapaa-ajan viettomahdollisuuksista meillä ja muualla. Voit perua uutiskirjeen helposti jokaisen uutiskirjeen lopussa olevasta linkistä. *

Nuoret voivat liittyä **nuorten oman WhatsApp -uutiskirjeen** tilaajiksi tästä linkistä: *

<https://chat.whatsapp.com/H5BRisz718xHnObw7uch3S>

* Pidämme huolta tietojesi turvallisuudesta ja käsittelemme niitä huolellisesti GDPR säädösten mukaisesti. Voit lukea lisää [tietosuojaselosteestamme](#).

Nettisivuilta voit lukea toimintamme periaatteista, kenelle toiminta sopii sekä millaisia harrastuksia ja vapaa-ajan toimintaa meiltä löytyy: malary.fi.

Löydät ajankohtaisia asioita nettisivujen lisäksi **sosiaalisesta mediasta**. Kannattaa ottaa meidät seurantaan somessa!

- Facebook facebook.com/mahdollisuuslapselle/
- Instagram instagram.com/mahdollisuuslapselle/

Akuuteissa osallistumiseen liittyvissä muutoksissa lähetämme sähköpostia, tekstiviestejä sekä tarvittaessa soittamme sinulle. On tärkeää, että meillä on ajantasaiset yhteystietosi. Seuraathan tiedotustamme aktiivisesti.

Kuvaaminen ja kuvauslupa

Pyydämme ilmoittautumisen yhteydessä kuvausluvan jokaiselta osallistujalta. Otamme toisinaan valokuvia harrastuksissa, tapahtumissa ja tiloissamme. Käytämme kuvia viestinnässämme. Kunnioitamme jokaisen yksityisyyttä. Kuvausluvan voit peruuttaa milloin vain viestillä osoitteeseen: info@malary.fi.

Huomioithan omissa kuvissasi muut harrastajat, kunnioitetaan toistemme yksityisyyttä! Kun jaat kuviasi somessa, hyödynnäthän omissa julkaisuissasi oheisia hashtagia:
#mahdollisuuslapselle #kunnonhuone #toiminnanhuone #ilmaisunhuone.



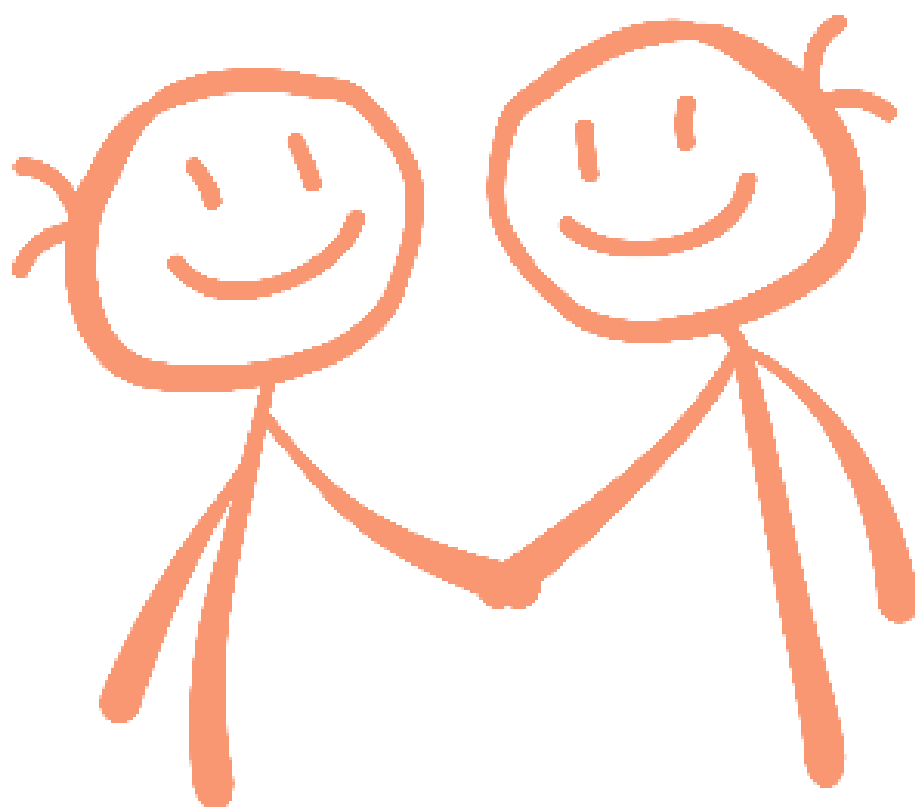
Yhdistys

Mahdollisuus lapselle ry:n toimintaa ohjaa hallitus, jonka jäseniä ovat Petri Sämpi (pj.), Sonja Takkunen (varapj.), Selda Demirtas, Heikki Jungman, Sara Lipponen ja Anu Wacklin. Yhdistyksen harrastustoiminnan rahoittaa STEA (Sosiaali- ja terveysalan avustamiskeskus) Veikkaus Oy:n varoilla.

Yhdistys omistaa Malary Oy:n, joka vastaa monipuolisista kuntoutuksen palveluista erityistä tukea tarvitseville. Malary Oy:lta voit ostaa fysio- ja toimintaterapiaa sekä muita kuntoutuksellisia palveluja: fysio-, toimintaterapiaa, neuropsykiatrista valmennusta, yksilöllisiä hyvinvointipalveluja ja erilaisia kuntoutuksen ryhmiä.

Yhdistys ottaa vastaan mielellään toimintaan soveltuvia välineitä lahjoituksina.

Tämä opas löytyy aina nettisivuiltamme osoitteesta <https://www.malary.fi/harrastustoiminta/>.
Kuulemme mielellämme palautettanne oppaasta: info@malary.fi.





Muut palvelut tukevat harrastamista

Harrastustoiminta on elämänlaadun, hyvinvoinnin ja ihmisoikeuksien kannalta tärkeä palvelu. Tästä syystä eri tahot voivat avullaan tukea harrastuksen toteutumista.

Hyvä tietolähteitä eri tukimuotoihin saat THL:n [Vammaispalvelujen käsikirjasta](#) ja [Kelan verkkosivuilta](#).

Ohjaajamme auttavat sinua palvelun löytymisessä. Eri järjestöt tarjoavat tukia, joista voit lukea tästä alta.

Kaikilla on oikeus harrastaa!

Henkilökohtainen apu

Henkilökohtaisen avun on tarkoitus tukea lapsen tai nuoren itsenäistä elämää ja osallisuutta yhteiskunnassa. Henkilökohtaista apua vapaa-ajan toimintoihin voi saada vaikeavammainen henkilö. Vaikeavammaisuus perustuu ajatukseen, että ihminen tarvitsee välttämättä ja toistuvasti toisen henkilön apua suoriutuakseen vapaa-ajan toiminnoista.

Hyvinvointialueen on järjestettävä henkilökohtaista apua siihen oikeutetuille lapselle tai nuorelle arjen toimintojen turvaamiseksi myös harrastuksia varten. Määrärahat eivät saa vaikuttaa 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 vaikeavammaisen lapsen kehityksen kohti itsenäistä elämää. Päätöksenteossa on muistettava, että viranhaltijalla on velvollisuus aina pyrkiä asiakkaan edun kannalta parhaaseen ratkaisuun.

Henkilökohtaista apua myönnetään vammaispalvelulain perusteella. Ota yhteyttä oman kotikuntasi hyvinvointialueen vammaispalveluihin henkilökohtaisen avun saamiseksi.

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 hyvinvointialueen 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.

Vammaispalvelulain mukaan hyvinvointialueen on järjestettävä vaikeavammaiselle henkilölle tarvittaessa kuljetuspalveluihin liittyvät saattajapalvelut. Saattajapalvelun tarkoituksena on mahdollistaa



kuljetuspalvelujen käyttö.

Ota yhteyttä oman hyvinvointialueen vammaispalveluihin vapaa-ajanmatkoista.

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 hyvinvointialueen täydentävän ja ehkäisevän toimeentulotuen piiriin. Jos sinulla on sellaisia erityisiä menoja, joita perustoimeentulotuki ei kata, sosiaalityö voi harkintansa mukaan myöntää täydentävää ja ehkäisevää toimeentulotukea.

Voit hakea harrastuskuluja myös Kelasta toimeentulotukihakemuksessa, joka siirtää kulut hyvinvointialueen päätettäväksi sähköisen järjestelmän kautta. Voit myös hakea harkinnanvaraista toimeentulotukea suoraan hyvinvointialueelta. Täydentävästä ja ehkäisevästä toimeentulotuesta saat lisätietoa alueesi sosiaalipalveluista.

Muiden järjestöjen toiminta

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. Hakuaika ohjelmaan maaliskuussa. Liikuntakokeilut toteutetaan pääasiassa syksyisin. Mahdollisuus lapselle ry tekee aktiivisesti yhteistyötä ohjelman kanssa.

Lue lisää: www.paralympia.fi/liikunta/lapset-ja-nuoret/valtti

Paralympiakomitean sivuilta löydät seuroja, jotka ottavat toiminnassaan huomioon erityisen tuen tarpeet. Oman seurasi löydät tästä linkistä: www.paralympia.fi/palvelut/loyda-oma-seura.

Paralympiakomitean ja Tukilinja-säätiön Startti-stipendijärjestelmä tukee 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. <https://www.paurheilu.fi/fi/68/apurahat>

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 -harrastustuki on 7–17-vuotiaiden lasten ja nuorten ohjatun ja säännöllisen harrastamisen tukimuoto. Pienituloinen perhe voi hakea harrastustukea, mikäli lapsen harrastuksen aloittaminen tai jatkaminen ei olisi muuten mahdollista. Harrastustuki on tarkoitettu ensisijaisesti lapsille ja nuorille, joilla ei vielä ole omaa mielekästä harrastusta.

Unelmista.fi -sivu yhdistää taloudellista tukea tarvitsevat lapsiperheet, harrastustoimintaa järjestävät tahot ja lahjoittajat. Sivustolla voi hakea harrastustukea itsenäisesti tai esim. koulun kuraattorin kanssa SOS-Lapsikylän ehkäisevän työn yhteistyöpaikkakunnilla. Harrastustukea myönnetään lahjoitusvaroista mahdollisuuksien mukaan ja tuki on harkinnanvarainen ja osittainen harrastuksen osallistumismaksuihin.

Lisätietoa www.unelmista.fi -sivulta.

SOS-Lapsikylä, Unelmista totta -ohjelma: unelmista@sos-lapsikyla.fi

Hope ry

Hope ry toimii vapaaehtoisvoimin eri puolella Suomea. Yhdistyksen tavoitteena on, että lapsilla olisi tasavertaisemmat 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 urheiluvälineitä. Hope ry:n tukea varten on olemassa hakulomake. Tuki voi olla harrastusvälineitä, -vaatteita tai mahdollisia pääsylippuja tapahtumiin esim. Kulttuuriharrastuksiin.

Lue lisää: <https://hopeyhdistys.fi/tarvitsen-apua/>

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. Tukilinja ottaa hakemuksia vastaan ympäri vuoden.

DUV Mellersta Nyland ry

DUV on kehitysvammaisten ihmisten ja heidän omaistensa 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 tai 050 4328 703

Muluken Cederborg: muluken.cederborg@duv.fi tai 040 0502 349