



**MAHDOLLISUUS
LAPSELLE**



TERVETULOA HARRASTAMAAN -OPAS
syksy 2026



Sisällys

Mahdollisuus lapselle ry	3
Tästä oppaasta.....	4
Tärkeimmät muistettavat!	4
Harrastukset	4
Kunnon Huoneen harrastusryhmät	4
Toiminnan Huoneen harrastusryhmät.....	6
Ilmaisun Huoneen harrastusryhmät	7
ANTOISA	7
Oma Sävy -klubi	7
Yksilöllinen tuki.....	8
Avustaja	8
Yhteiset tapahtumat	8
Näin saavut paikalle – tärkeää tietoa osallistujille	11
Osoite- ja yhteystiedot.....	13
Tiedotus ja viestintä.....	14
Yhdistys.....	15
Muut palvelut tukevat harrastamista.....	16
Muiden järjestöjen toiminta	17



Mahdollisuus lapselle ry

Mahdollisuus lapselle ry tarjoaa erityistä tukea tarvitseville lapsille, nuorille ja nuorille aikuisille harrastuksia ja vapaa-ajan toimintaa Helsingissä. Toimintaan voi osallistua ilman lähetettä tai diagnoosia – oma kokemus tuen tarpeesta riittää.

Yhdistys on perustettu vuonna 1992 edistämään osallisuutta, hyvinvointia ja mahdollisuuksia kehittyä omien vahvuuksien mukaan.

Arvomme: rohkea, varma ja kannustava.

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

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.

Ryhmissä 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!

Seuraa viestintäämme sähköpostitse ja tekstiviestillä, varmista yhteystietojesi ajantasaisuus ja ilmoita poissaolosta aina ohjaajalle.

Vakuutusturva

Kaikki osallistujat ovat vakuutettuja toimintamme aikana.

Turvallisuusohjeet

Ryhmät alkavat ja päättyvät ajallaan. Huolehdi, että osallistuja saapuu ajoissa ja lähtee turvallisesti. Ilmoita ohjaajalle, jos osallistuja saapuu taksilla tai liikkuu itsenäisesti. Täytä perustietolomake ryhmän alkaessa ja pidä tiedot ajan tasalla.

Harrastukset

Kunnon Huoneen harrastusryhmät

Kuntosali

Ota mukaan liikuntavaatteet, sisäkengät ja juomapullo. Harjoittelemme kuntosalilla turvallisesti voimaa, kestävyyttä, liikkuvuutta ja tasapainoa osallistujan tason mukaan.

Kuntosaliryhmiä järjestetään maanantaista lauantaihin. Suurin osa ryhmistä kokoontuu tiloissamme Konalantiellä. Keskiviikkoisin kaksi ryhmää kokoontuu Kalasatamassa (Capellan Puistotie 7, Helsinki)

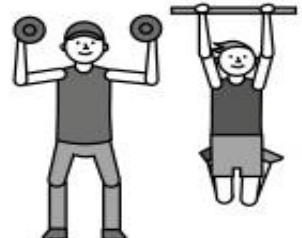
“Oma treeni” -ryhmät kokoontuvat lauantaisin tiloissamme Konalassa. Ryhmässä on yksi ohjaaja paikalla.

Uinti

Ota mukaan uimapuku, pyyhe ja pesutarvikkeet. Muista käydä suihkussa ennen uintia. Harjoittelemme vedessä olemista, uinnin alkeita ja tekniikoita osallistujan taitotason mukaan.

Uintia järjestämme kolmessa altaassa Helsingissä:

- tiistaisin Valteri-koululla (Tenholantie 15)
- perjantaisin Metropolian Myllypuron kampuksella (Myllypurontie 1)
- perheuintit Sydänliiton altaalla (Oltermannintie 8)





Metropolia (Myllypuro)

Allas sijaitsee B-talon K-kerroksessa, jossa ovat myös pukuhuoneet. Kaapit toimivat sähkölukituksella (esim. bussikortilla). Tilassa on suihkut ja sauna. Allas on 120–170 cm syvä, sinne kuljetaan liuskaa pitkin ja vesi on noin 30 °C.

Valteri-koulu

Sisään pääset soittamalla ovikelloa ("uimahalli"), ohjaaja avaa oven. Pukuhuoneet ja allas ovat lähellä sisäänkäyntiä. Kengät jätetään telineeseen ennen pukuhuonetta. Saunatila on yhteinen, joten käytä pyyhettä tai uimapukua. Allas on terapia-allas, syvyys 110–160 cm ja veden lämpö noin 32 °C.

Sydänliitto (Oltermannintie)

Altaalle pääsee ovikoodilla, joka lähetetään ennen aloitusta. Allas on noin 28 °C vesijumppa-allas. Parkkipaikkoja on pihalla.

Tarvittaessa ota avustaja mukaan puku- ja pesutiloihin. Toivomme avustajan olevan samaa sukupuolta kuin avustettava.

Huomioithan muut tilojen käyttäjät, toimimme yhdessä kaikkia kunnioittaen. Poikkeustilanteista sovitaan tapauskohtaisesti.

Pallopelit

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

Ryhmä kokoontuu Konalan ala-asteella. (osoite Riihipellonkuja 2, 00390 Helsinki)

Perhehulinat

Perhehulinat kokoontuvat Strömbergin ala-asteen liikuntasalissa, Pitäjänmäellä Helsingissä. Koulun parkkipaikkoja saa käyttää Perhehulinoitten aikana. Koululle pääset kävelemällä raidejokerin pysäkillä, sekä Takomotien bussipysäkillä, 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 10 minuuttia koululle.

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

MOTOLIikka toteutuu yhteistyössä Helsingin kaupungin 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

Kokkisryhmässä harjoittelemme ruoanlaiton perustaitoja ja yhdessä tekemistä turvallisessa ympäristössä. Valmistamme ruokaa yhdessä ja syömme lopuksi yhdessä. 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 rakennetaan luovasti yksin ja yhdessä. Harjoittelemme yhteistyötä, ohjeiden seuraamista ja oman idean toteuttamista.

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

D.I.Y. eli Tee se itse -ryhmä

DIY-ryhmässä tehdään itse, opetellaan korjaamaan ja tuunaamaan pieniä arkisia tavaroita kierrätyshengessä.

Kaikki tarvikkeet löytyvät meiltä. Jollekin ryhmäkerralle voi tarvita esimerkiksi oman vaatteen, jota haluaa tuunata. Kerromme tästä erikseen etukäteen. Ryhmä kokoontuu neuvotteluhuoneessa Konalantien toimitiloissamme.

Harrastuskerho Skaala

Skaala on harrastuskerho, jossa kokeillaan yhdessä erilaisia harrastuksia matalalla kynnyksellä. Skaala on suunnattu 12-15-vuotiaille teineille, joilla on autismi-, ADHD- tai muita nepsyipiirteitä. Et tarvitse omia tarvikkeita tai mitään erityistä mukaasi.

Ryhmä kokoontuu neuvotteluhuoneessa Konalan toimitiloissamme.

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



Ilmaisun Huoneen harrastusryhmät

Ilmaisun Huoneen ryhmissä harjoitellaan vuorovaikutus- ja sosiaalisia taitoja yhteisen tekemisen kautta turvallisessa ilmapiirissä.

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.

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.

ANTOISA

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.

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.

Syksyn 2026 taideryhmät:

Nuorille:

- Taideryhmä maanantaisin 7.9.–7.12. Kello 17.00–18.30
- DIY-ryhmä tiistaisin 20.10.–10.11. Kello. 17.00–18.30
- Lapsille:
- Hahmokurssi tiistaisin 6.10.–10.11. Kello 15.00–16.30
- Toiveryhmä tiistaisin 1.–29.9. klo 17:30–19.00
- Iltapäiväklubi keskiviikkoisin 26.8.–9.12. kello 14–16.

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 syksyn 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 vanhemmillla.

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.

Malaryn Iltamat

Ilmaisun Huone järjestää kerran kuussa maksuttoman vapaamuotoisen iltaman nuorille aikuisille.

Malaryn Iltamat toimivat paikkana, jossa voit tuetusti tutustua uusiin ihmisiin ja viettää aikaa kavereiden kanssa. Ohjaajat ovat paikalla tukemassa ja kannustamassa nuoria vuorovaikutustilanteissa. Tarjolla pientä naposteltavaa ja ohjattua toimintaa. Toimintoihin saa ja kannattaa osallistua, mutta paikalle voit tulla vain hengaillemaan. Iltamilla on aina joku teema.

Malaryn iltamat

- perjantai 18.9. klo 17.00-19.30, leffailta yhteistyössä Crip cine
- perjantai 30.10. klo 17.00-19.30, Halloween
- perjantai 20.11. klo 17.00-19.30, Peli-ilta
- perjantai 11.12. klo 17.00-19.30, Pikkujoulut

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

Kitin luontoretket 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 hengaillee muiden nuorten kanssa. Ja kuten hyviin retkiin kuuluu, vietämme yhdessä eväshetken ja me tarjoamme eväsjuoman.

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



Tervetuloa mukaan kivaan porukkaan!

Malaryn menot

Malaryn menot on uusi retkiporukka, joka tekee retkiä kulttuuritapahtumiin noin kerran kuussa. Menojen päivä ja aika vaihtelee nuoria kiinnostavien tapahtumien mukaan. Menot on suunnattu n. 13-20-vuotiaille. Ikäsuositus saattaa vaihdella kohteen mukaan

Ilmoittaudu jokaiselle retkelle erikseen laittamalla viesti osoitteeseen: info@malary.fi. Retket maksavat kohteesta riippuen 15–25 €. Kohteen mahdollinen sisäänpääsymaksu sisältyy hintaan.

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, holkäten, juosten tai pyörätuolilla kelaan. Vietämme yhdessä iloista ja liikunnallista iltaa 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 kiekkoapaikkoja.

Metropolian Myllypurossa lähistöllä on maksuttomia pysäköintipaikkoja kadunvarsilla ja lähialueen liikuntahallien yhteydessä. Maksullista pysäköintiä löytyy Liikuntamyllyn 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 myöntämillä 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 oloaika. 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
 - Ilmaisun ja Toiminnan Huone Konala 050 544 4611 tai 050 547 8291
- 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**.

Anna kuljetuspalveluihin liittyvä palaute ensisijaisesti hyvinvointialueen tai Helsingin Matkapalvelun palautekanavan kautta. Kiireellisissä tilanteissa voit olla yhteydessä myös kuljetuksen tilaajaan tai asiakaspalveluun.

Helsingin Matkapalvelu

Anna palaute: <https://palvelukeskus.hel.fi/fi/helsingin-matkapalvelu/anna-meille-palautetta>
Voit antaa palautetta myös puhelimitse tai sähköpostilla.

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue

Anna palaute: <https://asiointi.digiloikka.fi/formpro/eservices/luvn/AnonyymiHakemus/Aloita/Palaute>
Palautetta voi antaa myös puhelimitse, sähköpostilla tai kuljetuspalvelun kautta.

Vantaan ja Keravan hyvinvointialue

Anna palaute: <https://vakehyva.fi/fi/anna-palautetta>
Kuljetuspalveluihin liittyvä palaute annetaan yleisen palautelomakkeen kautta.



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, ILMAISUN HUONE ja Antoisia Tuuli Ahonen 050 544 4611 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 verkkosivuiltamme.

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, Maarit Kuoppala 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.

Lisätietoa

Lisätietoa eri tukimuodoista löydät myös:

- THL:n sivuilta: <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja>
- Kelan sivuilta: <https://www.kela.fi>
- sekä kysymällä ohjaajiltamme

Kaikilla on oikeus harrastaa!

Henkilökohtainen apu tukee osallistumista harrastuksiin ja itsenäistymistä.

Sitä voi saada, jos lapsi tai nuori tarvitsee toisen henkilön apua vapaa-ajalla selviytymiseen.

Palvelu on lakisääteinen, ja hyvinvointialueen tulee järjestää sitä siihen oikeutetuille – myös harrastuksia varten. Henkilökohtainen apu auttaa lasta tai nuorta vahvistamaan omia taitojaan ja toimimaan itsenäisemmin.

Jos arjessa tai harrastuksissa tarvitaan tukea, apua kannattaa hakea rohkeasti.

Ota yhteyttä oman hyvinvointialueesi vammaispalveluihin ja kysy lisää.

Kuljetuspalvelut tukevat osallistumista harrastuksiin ja arkeen.

Voit saada kuljetuspalvelua, jos liikkuminen itsenäisesti on haastavaa tai tarvitset apua matkustamiseen.

Palvelu on lakisääteinen, ja hyvinvointialueen tulee järjestää sitä siihen oikeutetuille – myös vapaa-ajan matkoihin. Tarvittaessa mukaan voidaan myöntää myös saattajapalvelu.

Kuljetuspalvelut auttavat liikkumaan sujuvasti ja mahdollistavat osallistumisen harrastuksiin, tapahtumiin ja muihin tärkeisiin arjen menoihin.

Jos liikkuminen vaatii tukea, palvelua kannattaa hakea rohkeasti.

Ota yhteyttä oman hyvinvointialueesi vammaispalveluihin ja kysy lisää.

Toimeentulotuki voi auttaa harrastamisen kustannuksissa.

Jos perheen rahat eivät riitä kaikkiin menoihin, harrastuksiin voi saada tukea Kelasta ja hyvinvointialueelta.

Perustoimeentulotukea haetaan Kelasta, ja tarvittaessa harrastuskuluihin voidaan myöntää myös täydentävää tai ehkäisevää toimeentulotukea hyvinvointialueelta.

Tukea kannattaa hakea, jos harrastus jää muuten toteutumatta.

Hakemuksen yhteydessä voit esittää harrastukseen liittyvät kulut, ja ne arvioidaan yksilöllisesti.

Ota tarvittaessa yhteyttä Kelaan tai oman hyvinvointialueesi sosiaalipalveluihin ja kysy lisää.



Muiden järjestöjen toiminta

Suomen Paralympiakomitean Valtti-ohjelma

Auttaa erityistä tukea tarvitsevia lapsia ja nuoria löytämään sopivan liikuntaharrastuksen. Haku järjestetään vuosittain.

Lisätietoa: <https://www.paralympia.fi/liikunta/lapset-ja-nuoret/valtti>

SOS-Lapsikylä – Unelmista totta -harrastustuki

Tarkoitettu 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille.

Tukea haetaan palvelussa: <https://www.unelmista.fi>

Hope ry

Tarjoaa harrastustukea ja välineitä vähävaraisille perheille.

Lisätietoa: <https://hopeyhdistys.fi/tarvitsen-apua/>

Tukilinja-säätiö

Myöntää apurahoja harrastamiseen toimintarajoitteisille henkilöille.

Hae tukea: <https://tukilinja.fi/apurahat/>

DUV Mellersta Nyland ry

Tarjoaa ruotsinkielistä vapaa-ajan toimintaa ja tukea harrastuksiin.

Lisätietoa: <https://mellerstanyland.duv.fi/sv/start/>