



© Heli Lastikka

Erityistä tukea tarvitsevien
lasten ja nuorten
harrastemahdollisuudet
Hyvinkään Sairaanhoidoalueella
2010

Hyvinkää

Hyvinkään kaupungin tarjoamat erityisryhmienliikunta palvelut:

Uimakoulu, Sveitsin Uimalassa uimataidottomille yli 5-vuotiaille erityislapsille vuosittain toukokuussa.

Liikuntakerho Pyörähdys, Ruotsalaisen koulun salissa on tarkoitettu 5-7v. ja 8-12v. vähän liikkuville, kömpelöille, aroille tai ylipainoisille lapsille jotka eivät pärjää isoissa esimerkiksi urheiluseurojen ryhmissä.

Yhteydenotot Liikuntas sihteeri Minna Kalmarille puh. 0400 268 173 tai minna.kalmari@hyvinkaa.fi.

Hyvinkään kansalaisopisto tarjoaa (yli 16 vuotta täyttäneille):

Kehitysvammaisten opintoryhmä, Kansalaisopistossa. Tavoitteena on antaa valmiuksia selviytyä keskustelu- ja vuorovaikutustilanteissa, ryhmätyöskentelyssä ja itsenäisessä elämässä.

Kuvataidekerho, Työkeskuksessa Tämä kurssi on kehitysvammaisille suunnattu taidepaja, jossa kehitetään omaa ilmaisua monipuolisesti kokeillen eri tekniikoita: piirtämistä, maalaamista, muovailua ja rakentelua.

Yhteydenotot Hyvinkään Kansalaisopisto puh. 019 459 2580

Hyvinkään Kehitysvammaisten Tuki ry (edellyttää jäseneksi liittymistä):

Koululaisten musiikkikerho, Hakalan erityiskoulun tiloissa

Tanssikerho, Hyvinkään tanssikerhon tiloissa.

Kehitysvammaisten seurakuntakerho kokoontuu Martin seurakuntatalolla kerran kuukaudessa.

Yhteydenotot Pirkitta Hyvönen puh. 045 132 0367 tai pirkitta@elisanet.fi.

Mäntsälä

Futuuri-liikuntakerho, ala-asteikäisille erityislapsille. Kerho toimii Mäntsälän NMKY:n ja Mannerheimin lastensuojeluliiton vapaaehtoisvoimin yhteistyössä kunnan kanssa.

Yhteydenotot fysioterapeutti Heini Gustafsson puh. 050 3575288

Mäntsälän kansalaisopisto:

Erityisesti tanssien, Mäntsälän seurojentalo. Tanssikurssi kehitysvammaisille ja kaikille erityistä tukea vaativille henkilöille.

Vesselikerho, Ohkolan nuorisotalolla. Lauluja ja leikkejä alle kouluikäisille lapsille. Ohjaajana lasten kuntoutukseen erikoistunut fysioterapeutti Eija Hynninen.

Yhteydenotot Petra Kangas puh. 040 3145202 tai petra.kangas@mantsala.fi.

Nurmijärvi

Nurmijärven kunnan tarjoamat erityisryhmienliikunta palvelut:

Erityisvesijumppa, Rajamäen Uimahalli tai Kissankello, Klaukkala

Erityislasten uinninopetus, Rajamäen Uimahalli. Uinninopetus on tarkoitettu erityislapsille, 4-vuotista alkaen. Uimarilla tulee olla avustaja.

Erityislasten ja -nuorten uintiryhmä, Rajamäen Uimahalli.

Uinninopetus on tarkoitettu erityislapsille ja -nuorille, jotka osaavat uida vähintään 15m.

Uimareilla tulee olla avustaja. Ryhmä toimii isossa altaassa.

Erityislasten ja nuorten liikuntakerho, Kivenpuiston koulu.

Ryhmä on tarkoitettu lähinnä kouluikäisille liikunta- ja kehitysvammaisille lapsille ja nuorille.

Kehitysvammaisten nuorten ja aikuisten liikuntakerho, Lukkarin koulu.

Kehitysvammaisten liikunta- ja peli-ilta, Isoniitun koulu.

Soveltava luistelu, Klaukkalan Jäähalli

Kahdessa ryhmässä, toinen ryhmä on tarkoitettu alle kouluikäisille ja toinen kouluikäisille.

Futuurikerho, syksyisin. Saliliikuntaa motoriikassa tukea tarvitseville 5 -12-vuotiaille lapsille.

Yhteydenotot Riitta Hämäläinen puh 040 317 2047 tai riitta.hamalainen@nurmijarvi.fi. Luistelu ja futuurikerhon osalta myös Laura Einistö puh. 050 533 3840 tai laura.einisto@klafy.fi.

Ratsastusta, syksyisin. Erityistä tukea tarvitseville lapsille. Ryhmä on tarkoitettu 3-10-vuotiaille. Kriteerinä ryhmään pääsyyn on liikuntavammaisuus (hahmotusvaikeus, kömpelyyttä), ainoa mahdolline harrastus, diplegia, CP-vamma yhdessä motorisen ongelman kanssa.

Yhteydenotot Pirkko Einistö puh. 050 321 1182 tai pirkko.einisto@klafy.fi.

Nurmijärven kansalaisopisto:

Kehitysvammaisten musiikki, Heikkarin toimintakeskus.

Kehitysvammaisten askartelu, Maaniitun koulu.

Yhteydenotot Tarja Pietikäinen puh. 040 580 1816.

Järvenpää

Järvenpään kaupungin tarjoamat erityisryhmienliikunta palvelut:

Kehitysvammaisten nuorten tanssi, liikuntakeskus Pirosen peilisali. Tanssitunti on tarkoitettu kehitysvammaisille yli 12-vuotiaille tytöille ja pojille. Tunnilla syvennyttään kehötietoisuuteen tanssin keinoin. Yhteydenotot Keski-Uudenmaan tanssiopisto puh. 050 435 4120.

Erityisryhmien ratsastus, Järvenpään ratsastusseuran sekä Kellokosken Pikkupihjalan tallilla. Ryhmiä lapsille yli 5-vuotiaista alkaen ja nuorille kehitys- ja liikuntavammaisille.

teydenotot Järvenpään liikuntatoimi Tiina Inkinen puh. 09 2719 2725 tai Tuusulan Liikuntapalvelut Marja Rönkkö puh. 09 8718 2222.

Futuuri- liikuntakerho, Keravan Areena. Vauhdikas ja monipuolinen liikuntakerho kouluikäisille 7-10-vuotiaille lapsille. Tarkoitettu lievästi liikuntavammaisille ja kömpelöille sekä dysfaatikoille. Tavoitteena kehittää erityisesti motoriikkaa kuten tasapainoa, koordinaatiota, kehon tuntemusta, rytmitajua ja ryhmätoimintaa.

Yhteydenotot Keravan Liikuntatoimi Minna Malinen puh. 09 2949 2489.

Kehitys- ja liikuntavammaisten nuorten uintikerho, Keravan uimahalli. Hyvän uimataidon omaaville (vähintään 25m) yli 15-vuotiaille nuorille.

Yhteydenotot Keravan Uimarit Minna Keränen puh 040 534 7069.

Sählykerho kehitysvammaisille nuorille, Tuusulanjärven ammattiopisto, Hyrylä.

Yhteydenotot Tuusulan liikuntapalvelut puh. 09 8718 2222.

Liikuntakerho kehitysvammaisille nuorille, Tuusulanjärven ammattiopisto, Hyrylä.

Yhteydenotot Tuusulan liikuntapalvelut puh. 09 8718 2222.

Futuuri-luistelu, Tuusulan jäähalli. Erityisryhmien luistelukoulu yli 5-vuotiaille lapsille. Luistelu kehittää monipuolisesti motoriikkaa ja tasapainoa.

Yhteydenotot Tuusulan liikuntapalvelut puh. 09 8718 2222.

Futuuri-uinti, Tuusulan uimahallin terapia-allas. Lapsille joilla oma avustaja vedessä.

Yhteydenotot Tuusulan liikuntapalvelut puh 09 8718 2222.

Futuuri-uinti, Keravan uimahalli. Veteen totuttelua, vesileikkejä, rentous-, sekä alkeisuintiharjoituksia uimarien omien kykyjen mukaan. Oma avustaja mukana.

Yhteydenotot Keravan liikuntatoimi Minna Malinen puh. 09 2949 2489.

Futuuti-uimakoulu, Keravan uimahalli. Tekniikka harjoituksia alkeet jo osaville lapsille ja nuorille.

Järvenpään Työväenopisto:

Erityisryhmän Bändikerho, Työ- ja Toimintakeskuksessa. Leppoosaa musisointia mukavassa seurassa.

Kehitysvammaisten tanhut, Nummiverstas. Yksinkertaisia tanhuja ja piirileikkejä. Tavoitteena oppia oman kehon hallintaa rytmisin keinoin ja toimimaan ryhmässä.

Yhteydenotot Järvenpään Työväenopisto puh. 09 2719 2498

Tuusula

Tuusulan kunnan tarjoamat erityisryhmienliikunta palvelut:

Liikuntarata, perhepäivähoitajien lapsille Uimahallin alakerta.

Yhteydenotot puh. 09 8718 2222.

Liikkarikerho, Mikkolan koulu. Liikkarikerho on liikuntakerho, joka on tarkoitettu 9 - 12 -vuotiaille lapsille, joilla ei ole ennestään säännöllistä liikuntaharrastusta. Kerhossa kokeillaan eri liikuntalajeja, ohjelmassa on mm telinevoimistelua, salibandy, koripallo, jalkapallo, pehmoletentis, pesäpallo, yleisurheilu jne.

Sählykerho kehitysvammaisille nuorille, Hyökkälän yläkoulun liikuntasali.

Liikuntakerho kehitysvammaisille nuorille, Keuda Tuusula.

Uintikerho, Tuusulan Uimahalli. Erityisryhmiin kuuluville uimataitoisille nuorille, harjoittelu isossa altaassa.

Furuuti-liikuntakerho, Keuda Tuusula. Monipuolista liikuntaa pienryhmässä 7 - 12 v. lapsille, joilla on vaikeuksia löytää liikuntaryhmää esim. liikuntarajoitteen, kehitysviiveen, -vamman tai kömpelyyden vuoksi, sopii myös dysfaattikoille.

Futuuri-uintikerho, Tuusulan Uimahallin terapia-allas.

Lapsille, jotka tarvitsevat liikunta- tai kehitysvamman vuoksi oman avustajan vedessä. Veteen totuttelua, vesileikkejä, rentoutus-, sekä alkeisuintiharjoituksia uimarin omien kykyjen mukaan.

Futuuri-luistelukoulu, Tuusulan jäähalli.

Erityisryhmien luistelukoulu yli 5 -vuotiaille lapsille. Luistelu kehittää monipuolisesti motoriikkaa ja tasapainoa.

Yhteydenotot Marja Rönkkö puh. 040 314 2222 tai marja.ronkko@tuusula.fi.

Eri järjestöjen ja yhdistysten tarjoamia harrastemahdollisuuksia Hyvinkään sairaanhoitoalueella

✚ Keski-Uudenmaan Kehitysvammaisten tuki ry järjestää vapaa-ajan toimintoja.

Yhteydenotot Arja Kanerva puh. 09 242 8971.

✚ Helsingin Epilepsiaiyhdistys järjestää joka kuukausi erilaisia tapahtumia niin liikunnan, ratsastuksen kuin leffailtoja parissa lapsille ja nuorille. Toiminnassa mukana oleminen edellyttää jäseneksi liittymistä. Yhteydenotot 09 587 6267 tai hepy.toimisto@kolumbus.fi. Alue toimintaa on pienimuotoisesti järjestetty myös Hyvinkäällä. Yhteydenotot Tuija Väskä puh. 040 779 7781.

✚ ADHD-liiton Lahden seudun ADHD-yhdistys ry ja Pääkaupunkiseudun ADHD-yhdistys ry järjestää joka kuukausi koko perheen toiminnallisia ryhmiä. Edellyttää jäseneksi liittymistä.

Yhteydenotot Lahden yhdistys; Marja Rinteelä puh. 040 415 0084 tai lahtiadhd@gmail.com. ja Pääkaupunkiseudun yhdistys Arja Havilo puh. 050 436 7708 tai info@pks-adhd.fi.

✚ Autismi- ja Aspergerliitto ry:n alueyhdistykset Helsingissä puh. 09 303 486, Vantaalla puh. 050 323 5030 ja Espoossa marja.heilimo@pp.inet.fi järjestävät erilaista harrastetoimintaa. Edellyttää jäseneksi liittymistä.

Keravalla kokoontuu AS-vertaisryhmä joka järjestää keilausta, Keravan keilahallilla.

Yhteydenotot Kati Rissanen puh. 020 762 7977 tai kati.rissanen@uvps.fi.

✚ Uudenmaan CP- yhdistys

puh. 09 466 033 tai uudenmaan.cp-yhdistys@kolumbus.fi.

Alkeisuinti

Ruskeasuon koulu, Tenholantie 15, 00280 Hki.

Jatkouinti

Malmin uimahalli, Pekanraitti 14, 00720 Hki.

Yhteydenotot uintiopettaja Päivi Mikkonen puh. 040 8285 227

Luova tanssi

Malmin virkistyskeskus, Latokartanontie 9, 00700 Hki. Pyörätuoli ei ole este, paikka esteetön.

Yhteydenotot tanssiopettaja Sanna Kuusisto puh. 09 272 6216/ilt., vuorikuu@dlc.fi tai

Annika Sarvela puh. 050 355 2398, annika.sarvela@iippii.fi.

Boccia

Meritorin koulu, Merivalkama 9, 02320 Espoo Pyörätuoli ei ole este, paikka esteetön.

Yhteydenotot Tuula Koivula puh. 09 510 2363/ilt. tai 040 7164539

tuula.koivula1@luukku.com.

Vapaamuotoinen nuorten ja aikuisten tapaaminen

EJY:n tilat Yhteisötupa Kauppamiehentie 6, 02100 Espoo
Yhteydenotot Arto Riekkinen puh. 041 530 6430 tai toimisto 09 466 033

Nuoret

Vapaata toimintaa esim. konsertteja ja leffa iltoja,

Yhteydenotot nuorisovastaava Vilja Jurvanen p. 040 593 9512 tai vilja.jurvanen@iki.fi.

Koulujen toiminta

Erityiskoulut; Martin ja Hakalan erityiskoulu Hyvinkäällä 1.8.2010 alkaen Hakalanpolun ja Martinkulman koulut, Juholan koulu ja Invalidiliiton koulutuskeskus Järvenpäässä, Heposuon koulu Mäntsälässä, Kivenpuiston koulu Nurmijärvellä ja Mikkolan koulu Tuusulassa sekä Keskuspuiston ammattiopiston toimipisteet Mäntsälässä, Järvenpäässä ja Hyvinkäällä järjestävät erilaista harrastustoimintaa koulun puitteissa koulun omille oppilaille ja niistä saa tarkempaa tietoa koulussa lukuvuosina kotiin jaettavista esitteistä.

