



# ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVIEN LASTEN JA NUORTEN HARRASTEMAHDOLLISUUDET HYVINKÄÄN SAIRAANHOITOALUEELLA

Lapsen ja nuoren hyvän  
kuntoutuksen toteutuminen  
palveluverkostossa – projektin koulutus  
2009 – 2010  
Kehittämissyö  
fysioterapeutti  
Anu Vähä-Jaakkola

---

*”Jokaisella lapsella on oikeus rikkaaseen ja iloiseen elämään, ja joka ikinen vanhempi haluaa, että oma lapsi voisi saada iloisen lapsuuden ja tehdä monenlaisia asioita, sellaisia asioita, joita siinä perheessä pidetään tärkeänä.” (Malike 2006).*

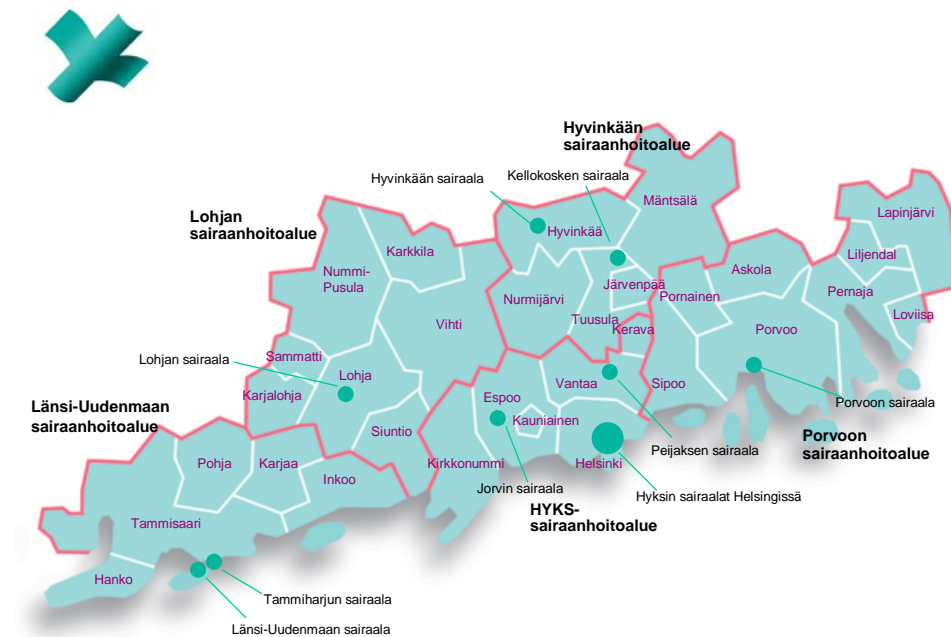


## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVA LAPSI JA NUORI	3
3	ERITYISRYHMIEN HARRASTEMAHDOLLISUUDET	6
4	HARRASTEMAHDOLLISUUKSIEN KUVAUS SAIRAANHOITOALUEELLA	
	4.1. Aineiston hankinta	7
	4.2. Tulokset	8
5	POHDINTA	17
	LÄHTEET	19
	LIITTEET 1 - 2	

## 1 JOHDANTO

Tämän työn tarkoituksena on kuvata Hyvinkään Sairaanhoitoalueen kuntien tarjoamat harrastemahdollisuudet erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille. Hyvinkään sairaanhoitoalue koostuu 5 kunnasta (Ks. kuvio 1.); Hyvinkää, Järvenpää, Nurmijärvi, Mäntsälä ja Tuusula. Hyvinkään sairaanhoitoalue on osa Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiriä.



KUVIO 1. (Hyvinkään sairaanhoitoalueen esittely 2009.)

0-16 -vuotiaiden lasten osuus sairaanhoitoalueella on yhteensä 42 142 kun koko väestö on 180 119 asukasta.

Koivikko ja Sipari ovat kirjassaan Lapsen ja nuoren hyvä kuntoutus tarkastelleet lasten ja nuorten tarpeita kuntoutuksen ja muiden tukitoimenpiteiden mukaan seuraavasti;

### Ryhmä 1

**1 / 50 000 lasta:** Pitkäaikainen/pysyvä vaativa sairaalahoidon tarve. Elämän ja osallistumisen mahdollisuudet rajoittuvat hoitoympäristöön.

### Ryhmä 2

**1 / 5 000 lasta:** Vaativa hoidon tarve, kotihoito vahvasti tuettuna. Vaativa hoito rajaa vahvasti elämämpiiriä.

**Ryhmä 3**

**1 /500 lasta:** Kotihoito vaatii paljon. Päivähoidossa ja koulussa tarvitaan huomattavia erityisjärjestelyitä. Osallistumisen ja tasa-arvoisen asumisen tuottaminen on hyvin haastavaa.

**Ryhmä 4**

**1 / 50 lasta:** Huomattavia vaikeuksia päivittäisessä elämässä. Erityiset tukitoimet ovat tärkeitä. Omaehtoinen toiminta on mahdollista tuettuna.

**Ryhmä 5**

**1 / 5 lasta:** Tukitoimina esim. pienryhmät, kiertävät erityisopettajat. Syrjäytymisriski.

**Ryhmä 6**

**4 / 5 lasta:** Normaalit ja yleiset palvelut joihin sisältyy laaja yksilöllinen vaihtelu. Hyvin järjestetyt normaalipalvelut ovat välttämätön runko ja tausta kaikille erityispalveluille.

Tämän jaottelun mukaan erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten harrastepalvelut kohdentuisi ryhmän 3-5 lapsiin ja nuoriin. Tämän jaottelun mukaan kunnat pystyvät arvioimaan erityistuen tarpeen lasten ja nuorten kohdalla sekä suunnittelemaan toimintaa ja palvelutarjontaa sekä kuntoutusta vuosittain. (Koivikko – Sipari 2006: 128.)

Työn tarkoituksena on helpottaa perheitä löytämään yhdessä lapsen ja nuoren kanssa hänelle parhaiten soveltuva harrastusmuoto. Tarkoituksena on koota harrastemahdollisuuksista paperi-esite sekä sähköinen versio sairaanhoitoalueen www-sivuille ja Potilasoppimiskeskus Sopen www-sivuille. Tietojen päivittäminen tapahtuisi kerran vuodessa syksyisin.

Työskentelen Hyvinkään sairaalan lastenneurologian poliklinikalla fysioterapeuttina. Päivittäin törmään työssäni vanhempien kysymyksiin. Mitä lapseni voisi harrastaa? Millaista tarjontaa on olemassa? Mistä saa tietoa?

Vajaaliikkeisten Kunto ry (VLK) on toiminut jo 50 -vuotta tehden työtä lasten ja nuorten tasa-arvoisen kuntoutuksen toteutumiseksi koko maassa. VLK:n työ on tullut enemmän esille viime vuosina kun Matti Koivikko ja Salla Sipari lähtivät kartoittamaan lapsen ja nuoren hyvä kuntoutus -projektin myötä kuntoutusta koko maassa. Sen tuotoksena syntyi ns. vihreä kirjanen ”lapsen ja nuoren hyvä kuntoutus”. Kirjan tarkoituksena on kuvata miten kuntoutus parhaiten tulisi järjestää koko maassa. VLK:n projektityö jatkui

vihreän kirjaseen jälkeen siten, että järjestettiin koulutusta jonka tarkoituksena on tuottaa omille alueille ns. hyviä käytäntöjä lasten ja nuorten kuntoutuksen tukemiseksi. Näin ollen projektikoulutus tarjosi minulle hyvän pohjan lähteä kuvaan lasten ja nuorten hyvän kuntoutuksen palveluverkoston ns. 3. sektorin toimintaa VLK:n ja Metropolian koulun yhteishankkeena.

Aivan samanlaisia opinnäyte/kehittämistöitä ei tullut hakutulokseksi, missä olisi koottu yhteen jonkun sairaanhoitoalueen erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten harrastamahdollisuudet. Seuraavat opinnäytetyöt olivat lähimpänä omaa aihettani.

Laura Kujansuu on Satakunnan ammattikorkeakoulun hoitotyön koulutusohjelman opinnäytetyönä tehnyt oppaan erityislasten vanhemmille. Oppaan tarkoituksena on antaa tietoa liikunnan terveydellisistä eduista ja liikkumattomuuden aiheuttamista haitoista erityislasten vanhemmille.

(Kujansuu 2007.)

Miia Päiviö ja Soili Sallinen on Porin Diakoni - Ammattikorkeakoulun opinnäytetyössään selvittänyt mitä Porin kaupungin Kallelan erityiskoulun 4. – 6. luokkalaiset lapset harrastavat. Lapset harrastivat monipuolisesti. Perheen sekä ohjaajien tuki ja kannustaminen koettiin hyvin tärkeäksi. Vanhemmat ja ohjaajat korostivat lapsen harrastamisen positiivisia vaikutuksia hänen itsetuntoon ja ystävyyssuhteisiin.

(Päiviö, Sallinen 2002.)

## 2 ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVA LAPSI JA NUORI

Erityistä tukea tarvitseva lapsi ja nuori - käsitettä voi tarkastella joko lääketieteellisen tai sosiaalisen mallin kautta. Lääketieteellisessä mallissa yksilön toimintakykyä arvioidaan lähinnä toimintakyvyn rajoitusten kautta, ja pyritään vaikuttamaan niihin suoraan kuntoutuksellisin menetelmin. Pelkistetysti voidaan sanoa, että lääketieteellisessä mallissa rajoitteet nähdään toimintaa estävänä tai haittaavana asiana. Yksilö luokitellaan tiettyjen määritelmien eli diagnoosien perusteella tiettyyn ryhmään kuuluvaksi. Sosiaalisessa mallissa nähdään yksilöt hyvin erilaisessa maailmassa. Sosiaalisessa mallissa peilataan kuntoutujaa suhteessa ympäröivään yhteiskuntaan, ja nähdään rajoitteiden tulevan yksilön ulkopuolelta. Painopiste

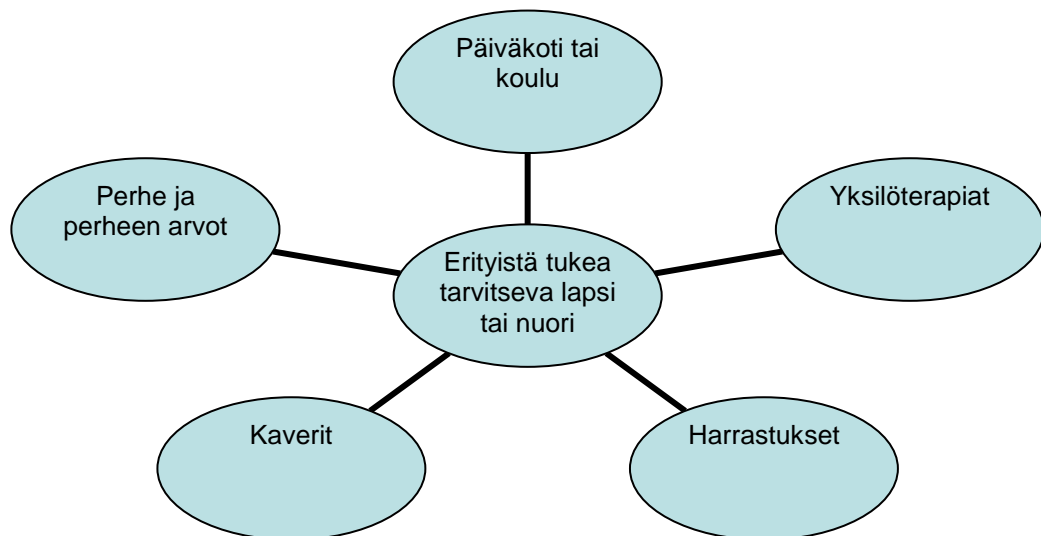
sosiaalisessa mallissa onkin se, että miten paljon yhteiskunta ”vammauttaa” tai asettaa rajoituksia ihmisten toiminnalle. (Suikkanen & Lindh 2003,48–49.)

Lapset ja nuoret ovat ainutlaatuisia ja heillä on yksilölliset kyvyt toimia. Vamma ei saa olla lapsen tärkein ominaisuus vaan jokainen erityislapsi ja -nuori on ensisijaisesti lapsi tai nuori. Lapsilla ja nuorilla tulee olla mahdollisuus osallistua yhteiseen toimintaa ja jokaiselle parhaaksi katsotulla tavalla ja tarkoituksenmukaisella tuella. Erityislusten ja – nuorten on tärkeä osallistua yhteiseen toimintaan, sillä tasa-arvoa tulisi korostaa. Erillään toimiminen edistää syrjäytymistä ja leimautumista. Jokainen lapsi ja nuori on erilainen, jolla tarkoitetaan sitä, että ihmisen arvo ei ole kiinni toimintakyvystä, vaan jokaisella on oikeus olla osa yhteisöä. (Alanko, Remahl, Saari 2004, 2-6.)

Lapsen liikunnalla ja harrastamisella on tärkeä merkitys fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kehittymisen edesauttajana (Mälkiä & Rintala 2002, 6). Liikunta ja harrastaminen vaikuttavat myönteisesti hyvinvointiin ja toimintakykyyn. Harrastuksen mukana tuoma ystäväpiiri antaa turvallisuutta ja toisaalta hieman etäisyyttä vanhempiin, jota nuori tarvitsee itsenäistyäkseen. (Ivanoff, Risku, Kitinoja, Vuori, Palo 2001, 79–80.)

Lasten ja nuorten harrastukset antavat rohkeutta, lisäävät itsevarmuutta, kasvattavat luonnetta ja vahvistavat itsetuntoa. Harrastaminen pitää olla hauskaa ja sen avulla oppii myös kestämään epäonnistumisia ja antamaan arvoa vastustajan taidoille. (Miettinen 1999, 125–126.)

Usein erityistä tukea tarvitseva lapsi tai nuori voi saada jossain elämänvaiheessa kuntoutusta (puhe-, toiminta ja/tai fysioterapiaa). Terapiaa ei saa mieltää lapsen ja nuoren harrastukseksi vaan harrastus tulisi olla omaa toimintaa jolla ei olo samanlaisia tavoitteita kuin terapiassa. Harrastamisen on osa lapsen ja nuoren elämää, perheen arvoja ja valintoja kunnioittavaa. Terapian tavoitteena voi olla esimerkiksi itsenäisen harrastamisen aloittaminen. Terapia voi näin tukea ja saatella lasta tai nuorta uuden harrastuksen pariin (Ks. kuvio 2.)



KUVIO 2. Erityistä tukea tarvitsevan lapsen ja nuoren elämän pilareita.

Lasten ja nuorten toimintakykyä edistävät tukitoimet perinteisen käsityksen mukaan voidaan myös esittää ICF:n ajatusmallin mukaan (Ks. kuvio 3.) Nykykäytännön mukaan ei voida käyttää näin karkeaa lokerointia vaan pyritään toimimaan yli rajojen. Painotukset voivat muuttua eri elämänvaiheissa lapsilla ja nuorilla. Osallistumisen osuus on yhä enemmän se alue jota pitäisi miettiä yhdessä lapsen ja nuoren, perheen ja ns. hoitavien tahojen kanssa; miten tuemme lasta ja nuorta osallistumaan yhteiskunnan toimintaan tasa-arvoisena jäsenenä.

#### ICF toimintakyvyn osa-alueet:

***Kehon toiminnot***

***Suoritus***

***Osallistuminen***

#### Perinteinen työnjako ja esimerkkejä menetelmistä

Lääketiede lääkkeet, leikkaus

Terapiat; passiiviset ja aktiiviset harjoitukset, terapeuttinen harjoittelu ja toiminnalliset harjoitteet

Elämänpiirin kasvatustoiminnot, erityisryhmien harrastustoimintaa

KUVIO 3. ICF:n toimintakyvyn osa-alueet ja työnjako (Koivikko – Sipari 2006: 124.)



### 3 ERITYISRYHMIEN HARRASTEMAHDOLLISUUDET

Vammaisjärjestöt ja eri sairausryhmien omat yhdistykset, sosiaali- ja terveydenhuollon laitokset, kansalais- ja työväenopistot ovat isossa asemassa järjestämässä lasten ja nuorten erilaista harrastetoimintaa kunnissa ja kaupungeissa. Toiminta tapahtuu osittain yli kuntarajojen. Ainostaan liikuntalaki ohjaa ja velvoittaa kuntia järjestämään erityisryhmien liikuntaa. Muuten harrastusten järjestäminen perustuu vapaaehtoisuuteen.

Erytisryhmien liikunnalla tarkoitetaan sellaisten henkilöiden liikuntaa, jolla on vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen tai sosiaalisen tilanteen vuoksi vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan ja joiden liikunta vaatii soveltamista ja erityisosaamista (Mälkiä, Rintala 2002, 6.). Erytisryhmien liikunnasta voidaan käyttää myös termiä soveltava liikunta.

Liikuntalaki ohjaa kuntien liikuntatoimintaa. Se sisältää kunnille selkeän toimintavelvoitteen: kunnan tulee luoda edellytykset kuntalaisten liikunnalle kehittämällä paikallista ja alueellista yhteistyötä sekä terveyttä edistävää liikuntaa, tukemalla kansalaistoimintaa, tarjoamalla liikuntapaikkoja sekä järjestämällä liikuntaa ottaen huomioon myös erityisryhmät. Liikuntalain tarkoituksena on edistää väestön terveyttä ja tukea lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä liikunnan alueella. Oikeus liikuntaan on kansalaisten peruspalveluita.

Kokonaisuutta ohjaa opetusministeriön erityisliikunnan jaosto. Kuntien erityisliikunnan kehittämishankkeita ja erityisliikunnan ammattilaisten täydennyskoulutusta koordinoi Liikuntatieteellinen Seura. (Liikunnan asema lainsäädännössä.)

Soveltava Liikunta SoveLi ry on laaja-alainen 16 valtakunnallisen kansanterveys-, vammais- ja liikuntajärjestöjen yhteinen yhdistys. Sen toiminta on alkanut vuonna 1993 erityisliikunnan yhdistyksenä. Nimenmuutos tapahtui vuonna 2004. Sen tarkoituksena on edistää soveltavan liikunnan asemaa kunnissa ja kaupungeissa erilaisin projektein niin, että pitkäaikaissairaiden ja vammaisten ihmisten mahdollisuudet terveyttä edistävään liikuntaan ja aktiiviseen elämäntapaan paranevat. (SoveLi 2004.)

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry on vammaisurheilujärjestöjen yhdistymisen myötä syntynyt uusi yhteinen järjestö. VAU:n pyrkimyksenä on lisätä

paikallista yhteistyötä yhdistysten, seurojen ja kuntien hallinnon sekä muiden aktiivisten liikuntaa järjestävien tahojen välillä. Valtakunnallisesti SoVeLi ry ja VAU ry toimivat rinnakkain. (Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry.)

Kuntien ja kaupunkien sekä seurakuntien nuorisopalveluiden yhtenä keskeisenä työmuotona on erityisnuorisotyö, jonka kohderyhmänä ovat erityistä tukea tarvitsevat nuoret sekä heidän perheensä. Työskentely tapahtuu yhteistyössä kodin, koulun sekä moniammatillisen verkoston kanssa. Erityisnuorisotyöntekijät tekevät pienryhmä- ja yksilötyötä nuorten kanssa, auttaen ja tukien nuorta erilaisissa elämäntilanteissa

#### 4 HARRASTEMAHDOLLISUUKSIEN KUVAUS SAIRAANHOITOALUEELLA

##### 4.1. aineiston hankinta

Aineiston hankkimiseksi lähestyin sähköpostitse (ks. liite 1) kuntien erityisryhmien liikuntavastaavia, eri vammaisjärjestöjen, kansalaisopistojen ja seurakuntien yhteyshenkilöitä marras-joulukuun vaihteessa. Sähköpostikyselyn lähetin 20 eri vastuuhenkilölle Vastaukset pyysin lähettämään 29.1.2010 mennessä sähköpostilla. Yhteyshenkilöiden sähköpostiosoitteet sain kuntien ja kaupunkien omilta www-sivuilta, etsimällä eri sairaus – ja vammaryhmien omista jäsenlehdistä sekä kyselemällä lasten ja nuorten vanhemmilta sekä kuntouttavilta fysioterapeuteilta tietoja jotta aineistosta tulisi mahdollisimman laaja ja kattava.

Vastauksia sain määräpäivään mennessä erityisryhmien liikuntavastaavilta, kansalais- ja työväenopistojen yhteyshenkilöitä, kuntouttavilta terapeuteilta ja muutamalta vammaisjärjestöltä. Yhteensä vastauksia tuli 10. Mäntsälän kunnan erityisryhmien liikuntavastaava, seurakuntien erityisnuorisotyöntekijät ja osa vammaisjärjestöistä ei vastannut ollenkaan kyselyyn. Kyselyyn vastanneet olivat niitä tahoja joilla on ns. toiminnan järjestämisvelvollisuus lain nojalla kuten erityisryhmienliikuntapalvelut muuten toiminnan järjestäminen perustuu vapaaehtoisuuteen ja näin ollen tarjontaa on vähemmän.

Oma suuntaukseni lastenneurologiaan varmaan osalta vaikutti vammais – ja sairausjärjestöiltä saatuun tietoon koska kyselyä ei lähetetty ollenkaan esim. allergia- ja astmayhdistyksille.

## 4.2. Tulokset

Seuraavassa osiossa on koottuna erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten harrastemahdollisuudet Hyvinkään sairaanhoitoalueen kunnittain aakkosjärjestyksessä ja yhteyshenkilöittäin.

## HYVINKÄÄ

Hyvinkään kaupungin tarjoamat erityisryhmienliikunta palvelut:

[http://www.hyvinkaa.fi/Kulttuuri-ja-vapaa-aika/Liikunta/Ajankohtaista-  
/Liikuntapalvelujen-ohjausryhmat-2009-2010/](http://www.hyvinkaa.fi/Kulttuuri-ja-vapaa-aika/Liikunta/Ajankohtaista-/Liikuntapalvelujen-ohjausryhmat-2009-2010/)

**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 Liikuntasihteri Minna Kalmarille puh. 0400 268 173 tai [minna.kalmari@hyvinkaa.fi](mailto:minna.kalmari@hyvinkaa.fi).

Hyvinkään kansalaisopisto tarjoaa (yli 16 vuotta täyttäneille):

<http://www.hyvinkaa.fi/Opetus-ja-koulutus/Kansalaisopisto>

**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):

<http://www.hyvinkaankvt.net/>

**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](mailto:pirkitta@elisanet.fi).

Hyvinkään kaupungin erityisnuorisotyö:

Erityisnuorisotyöntekijät: Sami Liuha puh. 040 549 7196 ja Noomi Inkiläinen puh. 040 160 1860

## JÄRVENPÄÄ

Järvenpään kaupungin tarjoamat erityisryhmienliikunta palvelut:

[http://www.jarvenpaa.fi/sivu/index.tmpl?sivu\\_id=1181](http://www.jarvenpaa.fi/sivu/index.tmpl?sivu_id=1181)

**Kehitysvammaisten nuorten tanssi**, liikuntakeskus Pirosen peilisali. Tanssitunti on tarkoitettu kehitysvammaisille yli 12-vuotialille tytöille ja pojille. Tunnilla syvennyttään kehotietoisuuteen 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.

Yhteydenotot 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 Tanja Pirtamo puh. 09 2949 2489.

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

Yhteydenotot Keravan Uimarit Minna Keränen puh 040 534 7069.

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

Yhteydenotot Keravan liikuntatoimi Tanja Pirtamo puh. 09 2949 2489.

**Futuuri-luistelu**, Tuusulan jäähalli. Erityisryhmien luistelukoulu yli 5-vuotialille 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.

Tuusulan ryhmiin voivat osallistua myös Järvenpääläiset ja keravalaiset , jos ryhmissä on tilaa.

Yhteydenotot Tuusulan ryhmistä Marja Rönkkö puh. 040 314 2222 tai [marja.ronkko@tuusula](mailto:marja.ronkko@tuusula)

Järvenpään Työväenopisto:

[http://www.jarvenpaa.fi/sivu/index.tmpl?sivu\\_id=177](http://www.jarvenpaa.fi/sivu/index.tmpl?sivu_id=177)

**Erityisryhmän Bändikerho**, Työ- ja Toimintakeskuksessa. Leppoisaa 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

Järvenpään kaupungin erityisnuorisotyö:

Erityistyöntekijät: Maarit Laurell, puh. 040 315 2032, Eliisa Ahlstedt puh. 040 315 2759 ja Riitta Leskinen puh. 09 2719 3002

## MÄNTSÄLÄ

<http://www.mantsala.fi/muut-palvelut/liikunta-ja-ulkoilu/liikuntatoimi>

**Futuuri-liikuntakerho**, ala-asteikäisille erityislapsille. Kerho toimii Mäntsälän NMKY:n ja Mannerheimin lastensuojeluliiton vapaaehtoisvoimin yhteistyössä kunnan kanssa. Yhteydenotot fysioterapeutti Heini Gustafsson puh. 050 357 5288

Mäntsälän kansalaisopisto:

<http://www.mantsalanopisto.fi/>

**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 3145 202 tai [petra.kangas@mantsala.fi](mailto:petra.kangas@mantsala.fi).

Mäntsälän kunnan erityisnuorisotyö:

Karoliina Sipilä, erityisnuorisotyöntekijä puh. 040 3145 394

## NURMIJÄRVI

Nurmijärven kunnan tarjoamat erityisryhmienliikunta palvelut:

[http://www.nurmijarvi.fi/palvelut/liikunta/erityisliikunta/fi\\_FI/erityisliikunta/](http://www.nurmijarvi.fi/palvelut/liikunta/erityisliikunta/fi_FI/erityisliikunta/)

**Erityisvesijumppa**, Rajamäen Uimahalli tai Kissankello, Klaukkala

**Erityislasten uinninopetus**, Rajamäen Uimahalli. Uinninopetus on tarkoitettu erityislapsille, 4-vuotasta 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](mailto:riitta.hamalainen@nurmijarvi.fi).

Luistelu ja futuurikerhon osalta myös Laura Einistö puh. 050 533 3840 tai

[laura.einisto@klafy.fi](mailto:laura.einisto@klafy.fi).

**Ratsastusta**, syksyisin. Erityistä tukea tarvitseville lapsille. Ryhmä on tarkoitettu 3-10-vuotiaille. Kriteerinä ryhmään pääsyyn on liikuntavammaisuus (hahmotusvaikeus,

kömpelyyttä), ainoa mahdollinen harrastus, diplegia, CP-vamma yhdessä motorisen ongelman kanssa.

Yhteydenotot Pirkko Einistö puh. 050 321 1182 tai [pirkko.einisto@klafy.fi](mailto:pirkko.einisto@klafy.fi).

Nurmijärven kansalaisopisto Jukola:

<http://www.kansalaisopistojukola.fi/>

**Kehitysvammaisten musiikki**, Heikkarin toimintakeskus.

**Kehitysvammaisten askartelu**, Maaniitun koulu.

Yhteydenotot Tarja Pietikäinen puh. 040 580 1816.

Nurmijärven kunnan erityisnuorisotyö:

Sari Rauta, erityisnuorisotyöntekijä, puh. 040 317 2286

Sähköpostiosoite muotoa [etunimi.sukunimi@nurmijarvi.fi](mailto:etunimi.sukunimi@nurmijarvi.fi)

## TUUSULA

Tuusulan kunnan tarjoamat erityisryhmienliikunta palvelut:

<http://www.tuusula.fi/teksti.tmp?id=270;numero=51446016>

**Liikuntarata**, perhepäivähoitajien lapsille Uimahallin alakerta.

Yhteydenotot puh. 09 8718 2222.

**Liikkarikerho**, Mikkolan koulu. Liikkari 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, pehmolentis, 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 dysfaatikoille.

**Futuuri-uintikerho**, Tuusulan Uimahallin terapia-allas. Lapsille, jotka tarvitsevat liikunta- tai kehitysvamman vuoksi oman avustajan vedessä. Veteen totuttelua, vesileikkejä, rentoutus-, sekä alkeisuintaharjoituksia 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](mailto:marja.ronkko@tuusula.fi).

**Erityisryhmien ratsastus**, Järvenpään ratsastusseuran sekä Kellokosken Pikkupihjalan tallilla. Ryhmiä lapsille yli 5vuotiaista alkaen ja nuorille kehitys- ja liikuntavammaisille.  
Yhteydenotot Järvenpään liikuntatoimi Tiina Inkinen puh. 09 2719 2725 tai Tuusulan Liikuntapalvelut Marja Rönkkö puh. 09 8718 2222

Tuusulan ryhmiin voivat osallistua myös Järvenpääläiset ja keravalaiset, jos ryhmissä on tilaa.

Yhteydenotot Tuusulan ryhmistä Marja Rönkkö puh. 040 314 2222 tai [marja.ronkko@tuusula](mailto:marja.ronkko@tuusula)

Tuusulan kunnan erityisnuorisotyö:

Etelä-Tuusulan alueella:

Aija Kylmänen puh. 040 314 2216, Johanna Kivelä puh. 040 314 4409

Pohjois-Tuusulan alueella:

Jaana Kellosalmi puh. 040 314 2217, Juho Outvaara puh. 040 314 4405 (Jokela)

Tuulia Pajunpää puh. 040 314 4408 (Kellokoski)

## **ERI JÄRJESTÖJEN JA YHDISTYSTEN TARJOAMIA HARRASTEMAHDOLLISUUKSIA** (edellyttää jäseneksi liittymistä)

**Keski-Uudenmaan Kehitysvammaisten tuki ry** järjestää vapaa-ajan toimintoja mm. tanssia Keravan Spurtissa, Järvenpään tanssi keilahallin yläkerrassa tanssiopisto Ketolan järjestämänä.

Yhteydenotot Arja Kanerva puh. 09 242 8971.

**Helsingin Epilepsiyhdistys** 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. Aluetoimintaa 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](mailto:lahtiadhd@gmail.com). ja Pääkaupunkiseudun yhdistys Arja Havilo puh. 050 436 7708 tai [info@pks-adhd.fi](mailto: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](mailto: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](mailto:kati.rissanen@uvps.fi).

### **Uudenmaan CP- yhdistys**

puh. 09 466 033 tai [uudenmaan.cp-yhdistys@kolumbus.fi](mailto: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](mailto:vuorikuu@dlc.fi) tai Annika Sarvela puh. 050 355 2398, [annika.sarvela@jippii.fi](mailto:annika.sarvela@jippii.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](mailto: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](mailto: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.

Tiedot löytyvät myös sähköisesti seuraavista linkeistä:

- Intra: <http://intra.hus.fi/subfrontpage2.aspx?path=11464,14203,154934>
- Netti: [HUS Internet - Etusivu »Potilaat ja läheiset » Hoitopaikat » Sairaalat » Hyvinkään sairaala »Potilaille ja läheisille »Poliklinikat »Lastenneurologian poliklinikka](#)
- Soppi: <http://www.soppi.info/>

## 5 POHDINTA

Harrasteaineiston kokoaminen yhteen on saanut kollegoilta, lasten ja nuorten vanhemmilta hyvää palautetta. Tieto on nyt helposti löydettävissä ja ajan tasalla olevaa. Kuntien omilta www-sivuilta tiedon löytäminen on haasteellista. Itse olin yllättynyt, että on niin vähän niin eri harrastemahdollisuus vaihtoehtoja. Positiivinen piirre oli Tuusula-Järvenpää akselilla, että he tekevät toimintaa yli kuntarajojen mikä mielekästä resurssien yhteiskäyttöä.

Harrastemahdollisuuksia on eniten liikunnan parista. Aiemmin jo todettu, että se on ainoa ns. lakiin pohjautuva kunnan velvollisuus toiminnan järjestämisestä. Myös kansalais- ja työväenopistoista löytyi musiikin ja tanssin parista toimintaa. Kokonaan jäi puuttumaan erilaiset kädentaidon ryhmät esim. 4H-toiminta tai ns. kokkiryhvät. Voi olla myös, että erityistä tukevien lasten ja nuorten vanhempien keskuudesta ei ole luotu painetta eri järjestäjätahoille uuden toiminnan järjestämisestä.

Saadun tiedon pohjalta voi todeta, että Mäntsälän kunnan tarjonta erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille on vähäisintä. Kuviossa 4. on koottu yhteen harrastemahdollisuudet kunnittain ja sen mukaan miten järjestäjä taho on ilmaissut kenelle toiminta on tarkoitettu. Erityistä tukea tarvitseva sanaa oli vain muutamissa ryhmissä tarkennuksena kenelle ryhmä on tarkennettu. Usein ryhmä kohdentui liikunta- ja/tai kehitysvammaisille, kömpelöille ja dysfaatikoille. Tämä jaottelu ei ole kovin selkeää ja vaatii minusta aina yhteydenoton järjestävään tahoan ja näin tarkentuu onko kyseinen ryhmä sopiva kyseiselle lapselle ja nuorelle.

(Ks. kuvio 4.)

	Uinti	Jumppa	Tanssi	Luistelu	Ratsastus	Musiikki	Muu
Järvenpää	K, L, E	L, D, E	K	E	E, K, L	E	
Tuusula	E, L, K	E, K, D		E, K	E, K, L,		K
Nurmijärvi	E	K, E, L		K, E, D	L, D	K	K
Hyvinkää	E	E, K	K			E, K	K
Mäntsälä		E	K, E				

**K=** KEHITYSVAMMA, **L=** LIIKUNTAVAMMA, **D=** DYSFASIA, KÖMPELYYS YM.,  
**E=** ERITYISLAPSI JA-NUORI

KUVIO 4. Harrastemahdollisuudet kunnittain.

Järvenpään ja Tuusulan toimintamallia yli kuntarajojen ulottuvaan toimintaan voisi laajentaa koko sairaanhoitoalueen kuntiin, jotta harrasteryhmien tarjonta säilyisi monipuolisena ja pystyttäisiin hyödyntämään eri ihmisten ammattitaitoa. Näin myös lapsille ja nuorille tuli mahdollisuus harrastaa monipuolisemmin kunnasta välittämättä. Jatkotyön aiheena voisi olla koota kaikki erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille järjestävät harrastetoiminnan vetäjät yhteen ja lähteä miettimään toiminnan yhdistämistä ja monipuolistamista yli kuntarajojen.

## LÄHTEET

Alanko, R., Remahl, V. Saari, A. 2004. Ota minut mukaan. Erityistukea tarvitseva lapsi leikissä ja liikunnassa. Suomen Invalidien Urheiluliitto ry. Helsinki.

Hyvinkään sairaanhoitoalueen esittely 2009. Verkkodokumentti.

[http://intra.hus.fi/content\\_list.aspx?path=11464,14197,14304,40339](http://intra.hus.fi/content_list.aspx?path=11464,14197,14304,40339)

Luettu 19.2.2010.

Ivanoff, P., Risku, A., Kitinoja, H., Vuori, A. Palo, R. 2001. Hoidatko minua? Lapsen, nuoren ja perheen hoitotyö. Helsinki. WSOY.

Koivikko, M., Sipari, S. 2006 Lapsen ja nuoren hyvä kuntoutus. Vajaaliikkeisten Kunto ry.

Kujansuu, L. 2007. Opas erityislasten vanhemmille liikunnallisesta terveyden edistämisestä. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Verkkodokumentti.

[https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/646/2007\\_kujansuu\\_laura.pdf?sequence=1](https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/646/2007_kujansuu_laura.pdf?sequence=1)

Luettu 11.3.2010.

Liikunnan asema lainsäädännössä. Verkkodokumentti.

[http://www.kunnat.net/k\\_perussivu.asp?path=1;29;351;536;31767;31754](http://www.kunnat.net/k_perussivu.asp?path=1;29;351;536;31767;31754)

Luettu 26.3.2010.

Malike Liikkeelle 2006. Matkalle, liikkeelle, keskelle elämää erityistä tukea tarvitsevan lapsen ja nuoren kanssa. Forssa: Kirjapaino Auranen.

Mälkiä, E. Rintala, P. 2002. Uusi erityisliikunta – liikunnan sovellukset erityisryhmille. Tampere: Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu nro 154.

Soveltava Liikunta SoveLi ry. 2004. Verkkodokumentti.

[http://www.soveli.fi/sovelin\\_esittely/](http://www.soveli.fi/sovelin_esittely/)

Luettu 28.2.2010.

Suikkanen, A. & Lindh, J. 2003. Kuntoutus kehossa -keho kuntoutuksessa. Teoksessa Kallanranta, T., Rissanen, P. & Vilkkumaa, I. (toim.) Kuntoutus. 1. painoksen muuttumaton jatkopainos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry. Verkkodokumentti.

<http://www.vammaisurheilu.fi/fin/vau/ajankohtaista/>

Luettu 4.3.2010.

Päiviö, M. Sallinen, S. 2002. Erityislasten harrastukset, Kallelan koulun 4.-6.-luokkalaiset. DIAK – Porin yksikkö. Verkkodokumentti.

[http://kirjastot.diak.fi/files/diak\\_lib/Pori2002/paivosallinen.pdf](http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Pori2002/paivosallinen.pdf)

Luettu 12.3.2010.

Kuvat: Heli Lastikka Hyvinkään sairaala

Hyvät yhteistyökumppanit!

Olen tekemässä kehittämistyötäni lapsen ja nuoren hyvän kuntoutuksen,  
Vajaaliikkeisten Kunto ry:n toiminnan parissa [www.vlkunto.fi](http://www.vlkunto.fi)

***Työni aihe on:***

***Erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten harrastemahdollisuudet Hyvinkään sairaanhoitoalueella***

Tarkoituksenani on koota yhteinen esite mitä harrastetarjontaan on tarjolla sekä www – linkki.

Nyt pyytäisin teiltä tietoa ja yhteistietoja mitä harrastetoimintaa teidän kunnassa, opistossa, järjestössä, seurakunnassa jne. on tarjolla erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille (taide, tanssi, liikunta, musiikki, postimerkkikeräily jne.)

Tiedot toivoisin saavani sähköpostilla 29.1.2010 mennessä

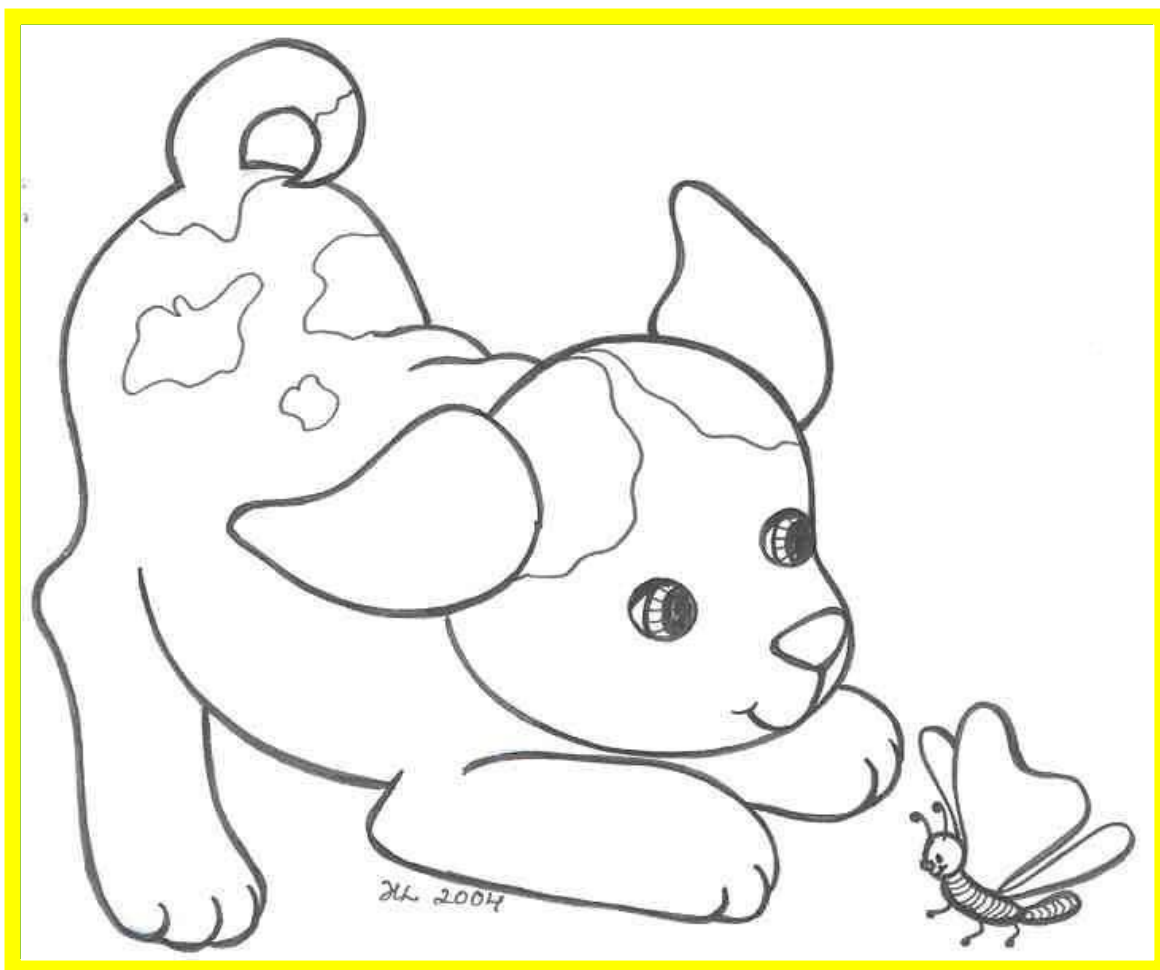
Terveisin Anu Vähä-Jaakkola

Anu Vähä-Jaakkola  
Fysioterapeutti, NDT, Bobath-vauvaterapeutti  
Hyvinkään sairaala  
Fysioterapia ja apuvälineet yksikkö  
Lastenneurologia

Sairaalankatu 1  
05850 Hyvinkää

puh 019 4587 2527  
email [anu.vaha-jaakkola@hus.f](mailto:anu.vaha-jaakkola@hus.f)





# Erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten harrastemahdollisuudet Hyvinkään Sairaanhoidoalueella

## HYVINKÄÄ

### **Hyvinkään kaupungin tarjoamat erityisryhmienliikunta palvelut:**

<http://www.hyvinkaa.fi/Kulttuuri-ja-vapaa-aika/Liikunta/Ajankohtaista-/Liikuntapalvelujen-ohjausryhmat-2009-2010/>

**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 Liikuntasihteerin Minna Kalmarille puh. 0400 268 173 tai [minna.kalmari@hyvinkaa.fi](mailto: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](mailto:pirkitta@elisanet.fi).

## MÄNTSÄLÄ

<http://www.mantsala.fi/muut-palvelut/liikunta-ja-ulkoilu/liikuntatoimi>

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

Yhteydenotot fysioterapeutti Heini Gustafsson puh. 050 357 5288

### **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. 040 314 5202 tai [petra.kangas@mantsala.fi](mailto:petra.kangas@mantsala.fi).

## NURMIJÄRVI

### **Nurmijärven kunnan tarjoamat erityisryhmienliikunta palvelut:**

[http://www.nurmijarvi.fi/palvelut/liikunta/erityisliikunta/fi\\_FI/erityisliikunta/](http://www.nurmijarvi.fi/palvelut/liikunta/erityisliikunta/fi_FI/erityisliikunta/)

**Erityisvesijumppa**, Rajamäen Uimahalli tai Kissankello, Klaukkala

**Erityislusten uinninopetus**, Rajamäen Uimahalli. Uinninopetus on tarkoitettu erityislapsille, 4-vuotasta alkaen. Uimarilla tulee olla avustaja.

**Erityislusten ja – nuorten uintiryhmä**, Rajamäen Uimahalli.

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

Uimareilla tulee olla avustaja. Ryhmä toimii isossa altaassa.

**Erityislusten 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](mailto:riitta.hamalainen@nurmijarvi.fi). Luistelu ja futuurikerhon osalta myös Laura Einistö puh. 050 533 3840 tai [laura.einisto@klafy.fi](mailto:laura.einisto@klafy.fi).

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

Yhteydenotot Pirkko Einistö puh. 050 321 1182 tai [pirkko.einisto@klafy.fi](mailto: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:**

[http://www.jarvenpaa.fi/sivu/index.tpl?sivu\\_id=1181](http://www.jarvenpaa.fi/sivu/index.tpl?sivu_id=1181)

**Kehitysvammaisten nuorten tanssi,** liikuntakeskus Pirosen peilisali. Tanssitunti on tarkoitettu kehitysvammaisille yli 12-vuotiallille 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.

Yhteydenotot 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 Tanja Pirtamo puh. 09 2949 2489.

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

Yhteydenotot Keravan Uimarit Minna Keränen puh 040 534 7069.

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

Yhteydenotot Keravan liikuntatoimi Tanja Pirtamo puh. 09 2949 2489.

**Futuuri-luistelu,** Tuusulan jäähalli. Erityisryhmien luistelukoulu yli 5-vuotiallille 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.

Tuusulan ryhmiin voivat osallistua myös Järvenpääläiset ja keravalaiset, jos ryhmissä on tilaa.

Yhteydenotot Tuusulan ryhmistä Marja Rönkkö puh. 040 314 2222 tai [marja.ronkko@tuusula](mailto:marja.ronkko@tuusula)

### Järvenpään Työväenopisto:

**Erityisryhmän Bändikerho**, Työ- ja Toimintakeskuksessa. Leppoisaa 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:

<http://www.tuusula.fi/teksti.tpl?id=270;numero=51446016>

**Liikuntarata**, perhepäivähoitajien lapsille Uimahallin alakerta.

Yhteydenotot puh. 09 8718 2222.

**Liikkarikerho**, Mikkolan koulu. Liikkari 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, pehmolentis, 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 dysfaatikoille.

**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](mailto:marja.ronkko@tuusula.fi).

**Erityisryhmien ratsastus**, Järvenpään ratsastusseuran sekä Kellokosken Pikkupihjalan tallilla. Ryhmiä lapsille yli 5vuotiaista

alkaen ja nuorille kehitys -ja liikuntavammaisille.

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

Tuusulan ryhmiin voivat osallistua myös Järvenpääläiset ja keravalaiset, jos ryhmissä on tilaa.

Yhteydenotot Tuusulan ryhmistä Marja Rönkkö puh. 040 314 2222 tai [marja.ronkko@tuusula](mailto:marja.ronkko@tuusula)

### Tuusulan kunnan erityisnuorisotyö:

Etelä-Tuusulan alueella:

Aija Kylmänen puh. 040 314 2216, Johanna Kivelä puh. 040 314 4409

Pohjois-Tuusulan alueella:

Jaana Kellosalmi puh. 040 314 2217, Juho Outvaara puh. 040 314 4405 (Jokela)  
Tuulia Pajunpää puh. 040 314 4408 (Kellokoski)

### **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 Epilepsiayhdistys** 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 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](mailto:lahtiadhd@gmail.com). ja Pääkaupunkiseudun yhdistys Arja Havilo puh. 050 436 7708 tai [info@pks-adhd.fi](mailto: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](mailto: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](mailto:kati.rissanen@uvps.fi).

### **Uudenmaan CP- yhdistys**

puh. 09 466 033 tai [uudenmaan.cp-yhdistys@kolumbus.fi](mailto: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, Latokartanon tie 9, 00700 Hki. Pyörätuoli ei ole este, paikka esteetön.

Yhteydenotot tanssiopettaja Sanna Kuusisto puh. 09 272 6216/ilt., [vuorikuu@dlc.fi](mailto:vuorikuu@dlc.fi) tai

Annika Sarvela puh. 050 355 2398, [annika.sarvela@jippii.fi](mailto:annika.sarvela@jippii.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](mailto: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](mailto:vilja.jurvanen@iki.fi).

### **Koulujen toiminta**

Erityiskoulut; Martin ja Hakalan erityiskoulu Hyvinkäällä 1.8.2010 alkaen Hankalanpolun ja Martinikulman 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.

Tiedot löytyvät myös sähköisenä seuraavista linkeistä:

- Intran: <http://intra.hus.fi/subfrontpage2.aspx?path=11464,14203,154934>
- Netti: [HUS Internet - Etusivu »Potilaat ja läheiset » Hoitopaikat » Sairaalat » Hyvinkään sairaala »Potilaille ja läheisille »Poliklinikat »Lastenneurologian poliklinikka](#)
- <http://www.soppi.info/>

