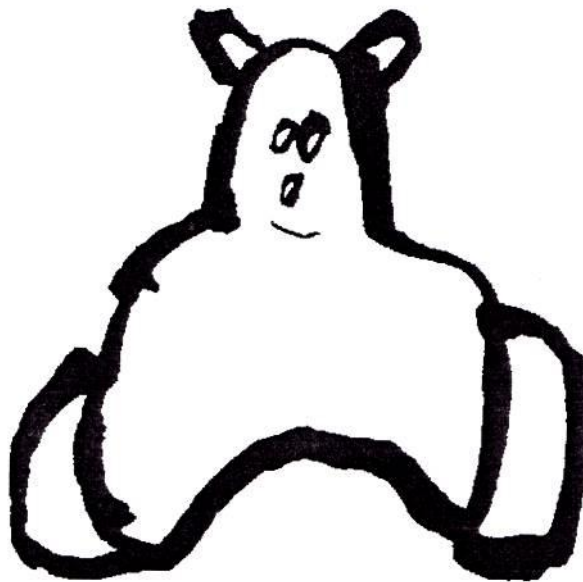


Vapaa-ajantoiminta

2011-2012

Kerhot - Kurssit - Ryhmät



Sisältö

Tietoja kerholaisille ja lähihenkilöille	2
Ilmoittautuminen	3
LIIKUNTAA.....	4
Aikuisten ryhmät.....	4
Lasten ryhmät.....	5
Perheuinti.....	6
Sovellettu judo.....	6
MUSIIKKIA	7
LUOVAA TOIMINTAA, TAIDETTA JA KÄDENTAITOJA.....	8
KESKUSTELUA JA OPISKELUA	10
Kangaskukkulan kerhotoiminta	11
Seurakuntien toimintaa.....	13
Muita vapaa-ajan asioita	15
Kerhojen toimintakaudet ja lomat.....	16

Tietoja kerholaisille ja lähihenkilöille

Tämä esite sisältää tietoa Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry:n ja eri yhteisöjen tarjoamista vapaa-ajantoiminnoista Lahden seudun kehitysvammaisille henkilöille.

Ikärajat

Ikärajat on merkitty jokaisen kerhon kohdalle. Ikäraja aikuisten ryhmiin on 16 vuotta.

Tapaturmavakuutus

Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry on vakuuttanut kaikki kerholaiset niissä kerhoissa, joissa Lahden Seudun KVT ry on järjestäjänä. Kerholaiset eivät ole vakuutettuja esimerkiksi työväenopiston järjestämissä toiminnoissa.

Hinnat

Kerhot jotka ovat maksullisia, hinta on merkitty kerhon kohdalla.

Muutokset

Esitteessä oleviin tietoihin voi tulla muutoksia.

Ilmoittautuminen

Kerhoihin ilmoittaudutaan allekirjoitetulla ilmoittautumislomakkeella. Lomakkeet tulee toimittaa Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry:n toimistoon **20.8.2011 mennessä**.

Poikkeavat ilmoittautumisajat on mainittu erikseen kerhon kohdalla.

Lomakkeita saa lisää joko tulostamalla yhdistyksen kotisivuilta

www.neuvokas.org/yhdistys/kehitysvammaistentuki/ kohdasta Lomakkeet tai tilaamalla toimistolta.

Lähetä lomake postitse osoitteella: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry
Lahdenkatu 15 A 6, 15110 LAHTI

HUOM! Puhelimitse tai sähköpostitse ei voi ilmoittautua!

Kerhopaikan vahvistaminen

Jos ilmoittautuneita on enemmän kuin kerhoon mahtuu, valitaan sopiva ryhmä. Uudet hakijat ovat etusijalla.

Otamme yhteyttä jos ET sovi toivomaasi kerhoon, mikäli emme ilmoita mitään, tällöin olet tervetullut kerhoon.

HUOM! Jos kerhoon on liian vähän ilmoittautuneita, joudumme perumaan kerhon.

LIIKUNTAA

Aikuisten ryhmät



Kehitysvammaisten aikuisten liikuntakerho

Paikka: Urheilukeskus, Mäkikatsomo
 Aika: Maanantai 5.9. – 5.12.2011 ja 16.1. – 23.4. klo 17–18
 Ohjaajat: ei vielä tiedossa
 Hinta: syksy 30 euroa, kevät 30 euroa
 Ohjelma: vaihtelevaa liikuntaa
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Keilakerho

Paikka: Lahden Keilahalli, Launeenkatu 5, Lahti
 Aika: joka toinen tiistai 13.9. – 20.12.2011 ja 17.1. – 24.4. klo 19–20.30
 Ohjaajat: Teppo Heinonen
 Hinta: syksy 65 euroa, kevät 65 euroa
 Ohjelma: vapaata yhdessä keilailua ja tarvittaessa alkeiden opetusta
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Nastolan liikuntakerho

Paikka: Kirkonkylän koulu, Hoitokodintie 10, Nastola
 Aika: maanantai 5.9. – 5.12.2011 ja 16.1. – 23.4. klo 18.00 – 19.00
 Ohjaajat: ei vielä tiedossa
 Hinta: syksy 20 euroa, kevät 20 euroa
 Ohjelma: jumppaa, pelejä, kisailua
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Lasten ryhmät



Kiveriön ala-aste ikäisten liikuntakerho

Paikka: Lounaanpuiston koulu
 Aika: torstai 8.9. – 8.12.2011 ja 19.1. – 26.4. klo 12–12.45
 Ohjaajat: ei vielä tiedossa
 Hinta: syksy 30 euroa, kevät 30 euroa
 Ohjelma: jumppaa, pelejä, ulkoliikuntaa
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Kiveriön nuorten liikuntakerho

Paikka: Lounaanpuiston koulu
 Aika: joka toinen keskiviikko 7.9. – 8.12.2011 ja 19.1. – 26.4. klo 14–16
 Ohjaajat: ei vielä tiedossa
 Hinta: syksy 30 euroa, kevät 30 euroa
 Ohjelma: ulkoliikuntaa, pelejä, tanssia
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Ali-juhakkalan liikuntakerho

Paikka: Ali-juhakkalan koulu
 Aika: torstai 8.9. – 8.12.2011 ja 19.1. – 26.4. klo 14.15–15
 Ohjaajat: ei vielä tiedossa
 Hinta: syksy 30 euroa, kevät 30 euroa
 Ohjelma: jumppaa, tanssia, pelejä
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Perheuinti

(ei tarvitse ennakoilmoittautumista, hinta maksetaan Uimahallin kassaan)

Paikka: Saksalan uimahalli, Saarnikatu 3, Lahti
 Aika: sunnuntai 5.9. – 11.12.2011 ja 9.1.–15.5.2012 klo 18–19.15 (allasaika)
 Ohjaajat: Leena Kulovuori, Aleksi Nikkinen
 Hinta: 5 euroa /Lahden Seudun KVT ry ja
 20€/henki/lukukausi tai 30€/perhe/lukukausi/ Uimahalli
 Ohjelma: vapaata uintia
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry



Sovellettu judo

Paikka: Lahden judoseura ry, Suurmäenkatu 5, Lahti
 Aika: 1.9.2011–31.8.2012 Torstai klo 18–19.30 ja Perjantai klo 17–18
 Ohjaajat: Ilkka Valtasaari 1.dan ja Hannu Outakivi 3.kyu
 Hinta: 120 euroa /kausi ilman pukua
 Ohjelma: Sovelletun judon on todettu niin Suomessa kuin monissa muissakin maissa olevan erityisen hyvä liikunta- ja kuntoilumuoto kehitysvammaisille. Judo on lisännyt monien kehitysvammaisten itsevarmuutta ja omatoimisuutta ja tuonut ennen kaikkea uusia ystäviä ja mielenkiintoista toimintaa.
 Järjestäjä: Lahden judoseura ry
 Ilmoittautuminen ja lisätietoja: Lahden judoseura ry,
<http://www.lahdenjudoseura.net>, p. (044) 554 6560, ilkka.valtasaari@phnet.fi



MUSIIKKIA

Muskari

Paikka: Perhetupa, Loviisankatu 14, Lahti

Aika: tiistai 6.9. – 29.11.2011 klo 18–19

(poikkeuksina ti 20.9. tunti pidetään ke 21.9. ja ti 22.11. tunti pidetään ke 23.11.)

Ohjaajat: Merja-Elisa Kutvonen

Hinta: syksy 35 euroa

Ohjelma: Tavoitteena on mm. vuorovaikutuksen ja kommunikation edistäminen, motoriikan kehittäminen sekä oman kehon hahmottaminen. Ensimmäisellä kerhokerralla vanhemmat mukaan.

Osallistujat: kerho on tarkoitettu 5- 12 -vuotiaille

Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry



LUOVAA TOIMINTAA, TAIDETTA JA KÄDENTAITOJA

Nuokku

Paikka: Kasisali, Sammonkatu 8, Lahti
 Aika: torstai 8.9. – 8.12.2011 klo 17–19
 Ohjaajat: Teppo Heinonen, Elina Rantalainen ja Tiina Luttinen
 Hinta: syksy 40 euroa, kahvimaksu 1 euroa/ kerta
 Ohjelma: ohjelma muodostuu kerholaisten omista ideoista, askartelua, karaokea, elokuvia ym.
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Taidekerho 1

Paikka: Harjulan kansanopisto, Lounaankatu 3, Lahti
 Aika: lauantai 10.9. – 3.12.2011 ja 14.1.–21.4.2012 klo 9–11.30 (ei tunteja 5.11.)
 Ohjaajat: Sari Koivu
 Hinta: syksy 10 euroa /Lahden Seudun KVT ry ja 67 euroa/ Harjula
 Ohjelma: Alkeisryhmä kuvataiteista kiinnostuneille kehitysvammaisille.
 Järjestäjä: Harjulan setlementti ja Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry
 Ilmoittautuminen: muistathan ilmoittautua myös Harjulaan

Taidekerho 2

Paikka: Harjulan kansanopisto, Lounaankatu 3, Lahti
 Aika: lauantai 10.9. – 3.12.2011 ja 14.1.–21.4.2012 klo 12–14.30 (ei tunteja 5.11.)
 Ohjaajat: Sari Koivu
 Hinta: syksy 10 euroa /Lahden Seudun KVT ry ja 67 euroa/ Harjula
 Ohjelma: Hieman vaativampi ryhmä, joka sopii taiteen tekemiseen jo aiemmin tutustuneille itsenäisesti työskenteleville kehitysvammaisille.
 Järjestäjä: Harjulan setlementti ja Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry
 Ilmoittautuminen: muistathan ilmoittautua myös Harjulaan

Vaikeavammaisten kerho

Paikka: Paikka vaihtuva, jokaiselle osallistujalle tulee erillinen kirje jossa paikat ja tapaamiskerran teema
 Aika: keskiviikko 6.9. – 7.12.2011 klo 17.30–18.30
 Ohjaajat: Eeva Väänänen,
 Hinta: syksy 36 euroa
 Ohjelma: ratsastusta, uintia, taidetta ja musiikkia
 Osallistujat: tälle kerholle ei ikärajaa
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Autististen Taidekerho

Paikka: Invakeskuksen tiloissa Hämeenk. 26 3.krs.
 Aika: syksyllä 11.9., 16.10., 6.11. ja 11.12.
 Ohjaajat: Satu Loukkola
 Osallistujat: Ikärajoja ei ole,
 Hinta: parin euron materiaalimaksu kerätään paikan päällä.
 Ilmoittautuminen ja lisätietoja: puh. (040) 830 8423 tai (040) 080 7224,
info@autas.fi
 Järjestäjä: Päijät-Hämeen Autismi- ja Asperger ry

Asperger-lasten/nuorten vanhempien keskusteluryhmä

Paikka: Invakeskuksen tiloissa Hämeenk. 26 3.krs.
 Aika: syksyllä 11.9., 16.10., 6.11. ja 11.12. klo 12.30–15
 Ilmoittautuminen ja lisätietoja: puh. (040) 830 8423 tai (040) 080 7224,
info@autas.fi
 Järjestäjä: Päijät-Hämeen Autismi- ja Asperger ry

Kuvaporinat

Paikka: Avainsäätio, Saimaankatu 18 B, Lahti
 Aika: Tiistai klo 18–19 (alkaan 6.9.2011)
 Hinta: 150 euroa /lukukausi
 Ohjelma: Kerhossa harjoitellaan monipuolista kansion käyttöä yhdessä pelaten, leikkien, laulaen ja tarinoiden. Lapsi voi osallistua kerhoon yksin, avustajan kanssa tai tulkin kanssa.
 Osallistujat: alakouluikäisille (7-12 vuotiaat) kommunikaatiokansion käyttäjille. ryhmään otetaan 6 osallistujaa.
 Ilmoittautuminen ja lisätietoja: AAC-ohjaaja Virpi Hämäläinen (ilmoittautumiset 23.8.2011 mennessä)P. (050) 4(09) 7890, E-mail. virpi.hamalainen@avainsaatio.fi

KESKUSTELUA JA OPISKELUA

ATK-kerho

- Paikka: Harjula-keskus, ATK-luokka 3 krs.(Harjulankatu 7, 15150 LAHTI)
 Aika: joka toinen tiistai 6.9. – 13.12.2011 klo 17–19
 Ohjaajat: Risto Mikkola
 Hinta: syksy 36 euroa
 Ohjelma: opetellaan käyttämään eri tietokoneohjelmia, sähköpostia ja Internetiä. Tutustutaan tekstinkäsittelyyn.
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Seniorikerho

- Paikka: Merrasojan asuntolan kerhohuone, Lahti
 Aika: joka toinen tiistai 6.9. – 13.12.2011 klo 13–15
 Ohjaajat: Leila Nieminen
 Ohjelma: Ohjelma suunnitellaan yhdessä ensimmäisellä kerralla. Yhdessä keskustelua.
 Osallistujat: Kerho on tarkoitettu lähinnä yli 55 – vuotiaille kehitysvammaisille
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Kehitysvammaisten aikuisten vanhempien ryhmä

- Paikka: Tukiyhdistyksen toimisto, Lahdenkatu 15 A 6, Lahti
 Aika: kokoontumispäivät ovat 14.9., 12.10., 16.11. ja 14.12. klo 13–
 Ohjaajat: Sirkka Puolanne
 Ohjelma: Ryhmä toimii vertaistuellisena keskusteluryhmänä.
 Osallistujat: Ryhmä on tarkoitettu vanhemmille, joiden perheessä on aikuinen kehitysvammainen lapsi.
 Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Kangaskukkulan kerhotoiminta

(kerhot eivät vaadi ennakkoilmoittautumista)

Kangaskukkulan palvelukoti on vuonna 2009 valmistunut kehitysvammaisille tarkoitettu asumisyksikkö. Palvelukoti koostuu 28-paikkaisesta autetusta asumisesta ja 7-paikkaisesta ohjatusta asumisesta. Palvelukodissa on yksi tilapäisasumiseen tarkoitettu paikka.

Yhdistys järjestää kerho- ja harrastustoimintaa Kangaskukkulassa asuville kehitysvammaisille.

Musiikkikerho

Paikka: Kangaskukkula
Aika: maanantai klo 17.30–18.30
Ohjelma: musisointia, laulua
Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Liikuntakerho

Paikka: Kangaskukkula
Aika: tiistai ja torstai klo 17–19
Ohjaajat: Iiris Mäkinen ja Satu Jalokivi
Ohjelma: pelejä, jumppaa, leikkejä, tanssia
Järjestäjä: Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Vaikeavammaistenkerho

Paikka: Kangaskukkula
Aika: torstai klo 17–19
Ohjaajat: Eeva Väänänen
Ohjelma: luovaa toimintaa
Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Taidekerho

Paikka: Kangaskukkula
Aika: perjantai klo 14.30–15.30
Ohjaajat: Eeva Väänänen
Ohjelma: maalausta, piirustusta, askartelua
Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Kädentaidot / askartelu

Paikka: Kangaskukkula
Aika: sunnuntai klo 13–16
Ohjaajat: Eeva Väänänen
Ohjelma: askartelua, maalausta, piirtelyä
Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Seurakuntien toimintaa

Tietoja seurakuntien kehitysvammaustyöstä antavat:

Pastori Irja Piispanen, puh. (050) 5610 892, irja.piispanen@evl.fi

Diakoni Tarja Kallio, ke klo 9-12 puh. (03) 891 297 tai (044) 7191 297,
tarja.kallio@evl.fi

Seurakuntien kerhoihin ilmoittaudutaan ensimmäisellä kerhokerralla.

Kehitysvammaisten rippikoulu

Kehitysvammaisten rippikoulutiedusteluihin vastaa rovastikunnan kehitysvammaistyön pastori Irja Piispanen, puh. 050 5610 892 ja kehitysvammaistyöntekijä, puh. 044 7191 297.

Kehitysvammaisten musiikkikerho

Paikka: Kirkkokatu 5, juhlasali, 1 krs.

Aika: tiistai klo 17–18.30

Ohjaajat: Kerhoillan vetäjinä kehitysvammaistyöntekijän kanssa toimii kolme palkkiollista ohjaajaa.

Ohjelma: Soittaminen ja laulaminen on toimiva tapa ilmaista itseään ja kokea seurakuntayhteyttä hengellisten laulujen myötä. Tervetuloa laulamaan ja nauttimaan musiikin riemusta!

Lisätietoja: Tarja Kallio puh. (03) 891 297 tai (044) 7191 297

Kehitysvammaistyön vanhempainryhmä

Paikka: Marian Kammarissa kokoushuone Martassa, Mariankatu 16

Aika: torstai klo 13–14.30

Osallistujat: Ryhmä toimii vertaistukena ikääntyneille vanhemmille, joiden kehitysvammaiset lapset ovat jo aikuisiässä.

Lisätietoja: Tarja Kallio puh. (03) 891 297 tai (044) 7191 297

Adventtileiri

Paikka: Siikaniemi

Aika: 2-4.12.2011

Ohjaajat: Leirillä pastori Irja Piispanen sekä diakoniatyöntekijät Tarja Kallio ja Helena Palminen.

Osallistujat: kehitysvammaisille nuorille aikuisille.

Hinta: 32 euroa.

Lisätietoja: kehitysvammaistyöntekijältä p. 044 7191297.

Hakemukset 12.11 mennessä. Hakulomakkeita saa Diakoniakeskus Mariasta tai voit hakea myös nettisivujen kautta leirille napsauttamalla sivun alussa olevaa kohtaa "diakoniatyön leirit ja retket" /adventtileiri.



Muita vapaa-ajan asioita

Perhetupa ja kaverikerho

Paikka: Perhetupa, Loviisankatu 14, Lahti

Aika: 12.9., 26.9., 17.10., 31.10. ja 21.11. klo 17-19

Ohjaajat: Riitta Juntunen (riittaelisa.juntunen@gmail.com)

Ohjelma: Lapsille teemallista toimintaa sekä vanhemmille vertaistukea ja jutustelua. Ohjelman teemat ja aikataulut annetaan osallistujille ensimmäisellä kokoontumiskerralla.

Järjestäjä: Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Kerhojen toimintakaudet ja lomat

Syyskausi 2011

Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry:n kerhot	5.9. – 18.12.
Saksalan Uimahalli	5.9. – 11.12.
Harjulan setlementti	10.9. – 3.12.

Lomat

Syyslomaa vietetään 24.–30.10.2011. Saksalan uimahalli on poikkeuksellisesti kiinni 23.–29.10.2011, eli su 30.10. on perheuinti.

Kevätkausi 2012

Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry:n kerhot	9.1. – 27.4.
Saksalan Uimahalli	9.1. – 15.5.
Harjulan setlementti	14.1. – 3.4.

Lomat

Hiihtoloma on viikko 9 (27.2. – 4.3.). Saksalan uimahalli on suljettu ajalle 26.2. – 3.3., eli su 4.3. on perheuintia.

Huom! Kaikki muutokset koskien kerhoja ilmoitetaan jäsenkirjeessä sekä erikseen jokaisessa kerhossa.