



TAMPEREEN KEHITYSVAMMAISTEN TUKI RY

TIETOA, TUKEA JA TOIMINTAA VUODESTA 1961 LÄHTIEN

Infokirje 2/2025

Lyhyesti yhdistyksen kuulumisia

Kesä alkaa kierähtää syksyn puolelle. Yhdistys on toiminut pian puolisen vuotta Ahlmanin väistötiloissa. Meillä ei ole vielä tietoa mahdollisista uusista pysyvistä tiloista - vanhan toimiston rakennetutkimukset ovat edelleen kesken. Tähän hetkeen Ahlmanin tilat ovat kuitenkin toimivat ja olimme onnekkaita, kun saimme yhdistykselle selkeän hermokeskuksen täyden etätyön sijaan.

Kesän leirit ovat takanapäin. Leiriläisiä oli kaikkiaan 85 ja uusi leiripaikka Ahlmanilla keräsi kiitosta erityisesti tilojensa puolensa: olihan kaikilla leiriläisillä ja ohjaajilla omat huoneet. Sää oli heinäkuussa poikkeuksellisen kuumat ja ukkonen ylisi, mikä toi hieman omaa makuaan leireille. Kuuslahdessa toteutettiin perinteisemmät leirit, jotka saivat tuttuun tapaan kiitosta. Weturin leirit toteutettiin lyhyempinä leireinä. Tänä vuonna kokeiltiin hieman aiempaa hieman lyhyempiä leirejä (olimme aiemmin saaneet palautteita liian pitkistä leireistä). Tämä jakoi mielipiteitä omaispalautteiden mukaan. Leirien palautteiden tarkempi koonti on vielä kesken, mutta syksyn mittaan palautteetkin saadaan pakettiin ja niistä evästyksiä ensi vuoden leiriasioihin.

Heinäkuussa toimi myös ihkaensimmäistä kertaa Musapaja, joka toteutettiin yksityishenkilön antaman lahjoituksen varassa. Musapajalle toivottiin kovasti pajalaisten toimesta jatkoa. Toivottavasti pystymme tätä toimintaa jatkamaan - selvitämme ensi vuoden mahdollisuuksia.

Syksyn harrastekurssit käynnistyvät syyskuun lopussa. Kokkiklubi tulee järjestämään Ahlmanilla. Myös eläinystävät kokoontuvat Ahlmanin tiloissa syksyllä. Aika luonnollinen siirtyä, kun lehmät laiduntavat vastapäätä. Muuten harrastekurssit toteutetaan tutusti Onkiniemen kerhotilalla, Tukena Weturin tiloissa ja liikuntaryhmät Kanjonin koulutalolla. Harrastekurssien haku avautuu 25.8. nettisivuillamme ja tässä kirjeessä on lisätietoa heti seuraavalla sivulla harrastekurssien syksystä.

Tätä kirjoittaessani keskustelu kaavailluista sotejärjestöjen avustusleikkauksista käy erittäin kuumana. Sotejärjestöjen STEA-rahoitukseen kaavaillaan kymmenien miljoonien eurojen leikkauksia. Leikkauksilla olisi valtava vaikutus yhdistysten mahdollisuuksiin järjestää toimintaa. Tukiyhdistyksemme ei ole STEA-rahoituksen leikkauslistalla, koska

rahoituksemme ei tule STEA:lta, kuin hyvin pienin osin. Tämä osuutemme tulee Tukiliiton kautta. Moneen kehitysvamma-alan järjestöön mahdolliset STEA-leikkaukset kuitenkin vaikuttavat voimakkaasti. Pitäkää siis ääntä ja osallistukaa julkiseen keskusteluun!

Vaikka STEA-leikkaukset eivät suoraan vaikuta meidän yhdistyksemme tämän hetken toimintaan, myös yhdistyksen kannalta on rahoituksen epävarmuutta tiedossa. Tampereen kaupunki on suurin rahoittajamme. Tampereen kaupunki on ilmoittanut YT-neuvotteluista ja kaupungilla on runsaasti talouspainetta. Tässä vaiheessa on epäselvää, miten paineet vaikuttavat yleishyödyllisten yhdistysten avustuksiin. Oletus on, että vaikutuksia tulee. Ja mikäli STEA-rahoitusta radikaalisti vähennetään, muut yhdistykset todennäköisesti hakevat enemmän myös kaupunkien avustuksia. Pienemmälle määrälle on enemmän jakajia. Yhdistyksessä pidetään taloutta ja rahoitusmahdollisuuksia kuitenkin tarkasti silmällä.

Mutta nyt katse tulevaan! Loppukesä ja alkusyksy on täynnä myös mukavaa toimintaa! Tässä infokirjeessä kerromme yhdistyksen ja muiden toimijoiden alkusyksyn tapahtumista ja toiminnoista.

Jos tapahtumiin tai uusiin harrastuksiin osallistuminen pohdituttaa tai jännittää ja tarvitset tukea, voit aina ottaa yhteyttä yhdistyksen virikeohjaaja Minttuun. Suunnitellaan yhdessä, miten pääset mukaan harrastamaan. Mintun puhelinnumeron löydät tämän kirjeen lopusta.

Hyvää syksyn alkua toivottaen

toiminnanjohtaja Elise

Yhdistyksen omat ja yhteistyössä järjestetyt tapahtumat

Uusien ja vanhojen vapaaehtoisten ilta to 21.8.

Uusien ja vanhojen vapaaehtoisten ilta to 21.8. klo 17.30–19.30 Ahlmannin toimistolla osoitteessa Hallilantie 24 (toimisto sijaitsee B-rakennuksen takana Hallilantien suunnasta katsottuna).

Vietetään iltaa yhdessä: kiitetään menneestä, pohditaan tulevaa, tutustutaan toisiimme ja uusiin tiloihin. Paikalla yhdistykseltä toiminnanjohtaja Elise ja toimintakoordinaattori Iida. Tarjolla pientä suolaista ja makeaa!

Tampereen Kehitysvammaisten Tuen syksyn harrastekurssit

Tukiyhdistyksen harrastekursseille hakeminen on auki ma 25.8.-ti 2.9.

[Linkki harrastekurssi-sivulle](#)

HARRASTEKURSSIT

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
	Ukkometsot 1 Onkiniemen kerhotila klo 17:30–19:30	Ukkometsot 2 Onkiniemen kerhotila klo 17:30–19:30	Kimallus Onkiniemen kerhotila klo 17:30–19:30			
	Supernaiset Onkiniemen kerhotila klo 17:30–19:30	Matkalla maailmalle Onkiniemen kerhotila klo 17:30–19:30	Eläinystävät Ahlmännin kerhotila klo 17:30–19:30			
	Kokki klubi Ahlmännin kerhotila klo 17:30–20	Kamukulma Weturi klo 17:30–19:30	Tanssikamut Kanjonin koulutalo klo 17–18:30			
	Keilaus Kaupin keilahalli klo 18–19	Hupitupa Weturi klo 17:30–19:30	Palloilukamut Kanjonin koulutalo klo 18:30–20			

Lähes kaikki viime harrastekurssikaudelta tutut kurssit jatkuvat. Tanssikamut ja Palloilukamut ovat jatkoa Tanssiliikalle ja Palloiluliikalle. Kurssien sisällöt pysyvät suunnilleen samoina. Harrastekursseilta ja leireiltä tutut ohjaajat jatkavat kursseilla ohjaajina. Muutamia uusiakin ohjaajia on tulossa joukkoon mukaan.

Hyvällä mielellä -kurssi la 25.10. ja la 1.11.

Kehitysvammaisten Tukiliiton ja tukiyhdistyksen yhdessä järjestämän Hyvällä mielellä -kurssin teemana on mielen hyvinvointi eli hyvä mielenterveys. Käymme läpi kurssilla asioita, jotka vaikuttavat mielenterveyteemme ja suojaavat sitä. Ilmoittautuminen kurssille alkaa lähempänä, mutta voit laittaa päivät jo nyt kalenteriin.

Kylpyläretki lauantaina 8.11. klo 13–15, Tampereen Kehräämö

Tukiyhdistys kutsuu sinut mukaan kylpyläretkelle Tampereen Kehräämöö lauantaina 8.11. klo 13–15. Ohjelmassa on uimista ja saunomista kylpylän lämmössä sekä pientä välipalaa allasluolassa mukavassa vertaisseurassa. Retki sopii hyvin kaikenikäisille, myös pikkulapsiperheille.

Ilmoittautuminen on käynnissä 24.9.–8.10.2025 välisen ajan. Löydät sähköisen ilmoittautumislomakkeen 24.9. alkaen nettisivujemme etusivulta ja ajankohtaista-sivulta ([linkki ajankohtaista-sivulle](#)). Ilmoitamme kaikille lomakkeen täyttäneille ilmoittautumisaajan jälkeen, pääsetkö mukaan retkelle. Kylpyläretki toteutetaan avustusvaroin, ja etusijalla ovat vähävaraiset henkilöt sekä he, jotka eivät ole tänä vuonna päässeet mukaan muille yhdistyksen tuetuille retkille.

Retken omavastuuhinta on 2 euroa/hlö. Omavastuumaksu maksetaan käteisellä tai kortilla yhdistyksen työntekijälle kylpylään saavuttaessa. Palkatut henkilökohtaiset avustajat pääsevät EU:n vammaiskortilla kylpylään ilmaiseksi (avustajille ei kuulu välipala yhdistyksen puolesta). Kylpylään tullaan omin kyydein.

Olet lämpimästi tervetullut mukaan!

Meidän Jamit

Meidän Jamit on Tampereen Kehitysvammaisten Tuki ry:n ja Tukena-säätiön yhteistyössä toteuttama kohtaamispaikka.

Osallistuminen on maksutonta. Ei ennakkoilmoittautumista.

Kyseessä ei ole kahvila, mutta halutessasi voit ostaa pientä naposteltavaa.

Meidän Jamit kokoontuu Tulppaanitalolla osoitteessa Pinninkatu 51 kerran kuussa maanantaisin klo 17–19.30.

Seuraavat Jamit:

Ma 22.9.2025

Ma 20.10.2025

Ma 10.11.2025

Ma 1.12. 2025

Disko

Monitoimitalo 13:ssa klo 13–15

Osoite: Pellavatehtaankatu 4, Tampere.

Diskon sisäänpääsy on 4 euroa (avustajille maksuton).

La 20.09.2025

La 18.10.2025

La 15.11.2025

La 13.12.2025

La 24.01.2026

La 21.02.2026

La 21.03.2026

La 18.04.2026

La 16.05.2026

Vertaistuki

Yhdistyksellä järjestetään vertaistukitoimintaa tarpeen mukaan. Tällä hetkellä aktiivisesti kokoontuu Down-lasten vanhempien vertaistukiryhmä. Ryhmän tapaamiset ovat avoimia ja niistä viestitään yhdistyksen kanavissa. Jos olet kiinnostunut tapaamisista: vertaisryhmällä on suljettu Facebook-ryhmä "Tampereen Down-lasten tapaamiset", johon voi laittaa liittymispyynnön tai vastaavasti voi laittaa viestiä toiselle vertaisvetäjistä (Sallamaari 040 5451863).

Syksylle on suunnitteilla toiminnallinen vertaistukiryhmä erityislasten vanhemmille. Seuraa somekanaviamme sekä nettisivujamme, niin kuulet kun ryhmä aloittaa.

Ole yhteydessä yhdistyksen toimintakoordinaattoriin (yhteystiedot alempana), jos olisit kiinnostunut uuden vertaisryhmän vetämisestä tai kaipaisit vertaistukitoimintaa. Kehitämme vertaistukitoimintaa tarpeen mukaan.

Virikeohjaus

Syksy on loistavaa aikaa aloittaa uusi harrastus tai löytää muuta kivaa tekemistä arkeen. Kun kaipaat tukea vapaa-ajallesi tai harrastuksiin, ole yhteydessä yhdistyksen virikeohjaajaan Minttuun. Mintun kalenterissa on tällä hetkellä hyvin tilaa myös uusille asiakkaille. Virikeohjaaja tukee monenlaisissa vapaa-ajan tavoitteissa, lähtee mukaan tutustumaan harrastuksiin tai kohtaamispaikkoihin sekä esimerkiksi auttaa sosiaalisten suhteiden muodostamisessa.

Toiminta on tarkoitettu lapsuudenkodissa tai itsenäisesti asuville ihmisille, joilla on kehitysvamma tai vastaavanlaista tuen tarvetta oppimisen ja ymmärtämisen alueella. Myös esimerkiksi perhehoidossa asuvat tai tuetun asumisen asiakkaat voivat hyödyntää virikeohjausta. Virikeohjaajan palvelu maksaa 2 euroa tunnilta. Lisätietoja löydät nettisivujemme Viriketoiminta-välilehdeltä.

Virikeohjaajana toimivan Minttu Roivaisen tavoitat seuraavasti:

roivainen@kvtukitampere.fi

puh. 050 3903857

Ollaan yhteyksissä! <3

Yhdistyksen työntekijöiden yhteystiedot

Elise Kuismanen	Iida Uronen	Minttu Roivainen
Toiminnanjohtaja	Toimintakoordinaattori	Virikeohjaaja ja toimistotyöntekijä
050 3886144	050 5523400	050 3903857
kuismanen@kvtukitampere.fi	uronen@kvtukitampere.fi	roivainen@kvtukitampere.fi



Muiden toimijoiden toimintaa

SETLEMENTTI TAMPERE

Voimavirta

Kohtaamispaikka Olkkari

Olkkari on auki tiistaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin klo 14–18.

Olkkari on suljettu 27.8., 29.8. ja 24.10.

Olkkari on nuorten ja nuorten aikuisten avoin ja maksuton kohtaamispaikka, jossa voi viettää vapaa-aikaa: voit tavata kavereita, tutustua uusiin ihmisiin, hengaila ja rentoutua, pelata lautapelejä ja biljardia, katsella elokuvia yms.

Lauantai-Olkkari

Lauantai-Olkkari on auki kerran kuukaudessa.

23.8.; 20.9.; 18.10., 15.11. ja 13.12 klo 11–16.

Keittolounas on tarjolla klo 11–13

Mitä kuuluu? - Tule tutustumaan yksilötyöhön

Kerran viikossa noin klo 14.30–17

Mitä kuuluu? -toiminnassa voit tavata yksilöohjaajaa. Katso Voimavirran somesta ja kalenterista tarkempi sisältö: Instagramissa @voimavirta ja Facebookissa @Voimavirta.

Liikutaan yhdessä

Kerran viikossa noin klo 15 alkaen

Liikutaan yhdessä ohjatusti mm. käydään kävelyllä, voimaillaan, venytellään, tanssitaan, jne. Katso Voimavirran somesta ja kalenterista tarkempi sisältö: Instagramissa @voimavirta ja Facebookissa @Voimavirta.

Syyslomaviikon toiminta

Viikko 42: 14–17.9. (tiistai, keskiviikko ja perjantai) klo 14–18. Sekä lauantai 18.9 klo 11–16.

Olkkari on auki syyslomaviikolla normaaliin tapaan. Villiklubi järjestetään lomaviikolla 16.10 klo 17–20.

Villiklubi K-18

Torstaina 14.8., 11.9.; 16.10.; 13.11. ja 4.12. klo 17–20

Turvallinen karaokeilta, paikalla tuttuja ohjaajia ja hyvää seuraa.

Ilmainen sisäänpääsy. Bar Ihku, Hämeenkatu 23

Voimailta K-18

TORSTAINA 4.9. ja 6.11. klo 17–19.30

Live-musiikin ilta, vaihtuvilla artisteilla Tampereen legendaarisella Vastavirta-klubilla!

Ilmoitamme somessa tarkemmin ohjelmasta. Pääsymaksu 5 €, vain käteismaksu!

Voit lukea lisää Voimaillasta täältä: [Voimailta - Setlementti Tampere](#)

Vastavirta-klubi, Pispalan valtatie 39

Bilisryhmä

Joka toinen maanantai: 18.8. alkaen klo 18–19.30 (viimeinen kerta 22.12.)

Kaupin keilahallilla osoitteessa: Keilakuja 1. Maksu 5 € käteinen. Ilmoittaudu ryhmään ohjaajille puh: 0400772044 / 0400977836.

Kokkiryhmä

Torstaina: 28.8.; 18.9.; 9.10.; 15.11 ja 13.12. klo. 15.30–18.00

Tehdään ruokaa yhdessä Omapolun tiloissa, Yliopistonkatu 58 B 3krs. Mukaan mahtuu 10 henk.

Materiaalimaksu 5 € käteinen. Ilmoittaudu ryhmään ohjaajille voimavirta@setlementtitampere.fi

Yksilötyö

Voimavirrassa on tarjolla yksilötukea, joka tarkoittaa kahdenkeskistä keskustelua ohjaajan kanssa. Voit keskustella luottamuksellisesti niin elämän iloista kuin suruistakin. Yksilöaikoja voi varata etukäteen ohjaajilta.

Ota yhteyttä ja varaa aika suoraan ohjaajilta sähköpostilla!

voimavirta@setlementtitampere.fi

Vanhempien vertaistuki

Voimavirta tarjoaa vanhemmille ohjausta ja keskustelutukea erityisen henkilön elämään liittyvissä asioissa, kuten tuki- ja asumisasiat. Tarpeiden mukaan etsitään yhdessä sopiva yhteistyötaho. Tapaamisia voidaan järjestää puhelimitse tai paikan päällä.

Vapaaehtoiseksi Voimavirtaan!

Voimavirta tarjoaa hienon mahdollisuuden tehdä vapaaehtoistyötä kohderyhmämme nuorten ja nuorten aikuisten parissa joko Omakaverina tai tulemalla mukaan avoimeen toimintaamme Olkkariin, erilaisiin harrasteryhmiin tai tapahtumiin ohjaajan rinnalle.

Ota yhteyttä! voimavirta@setlementtitampere.fi

Hyvinvointiryhmä

Vetäjinä terveydenhoitajaopiskelijat

1. Ti. 2.9. klo 16–17.30 Liikunta arjessa ja sen teoria
2. Ti. 9.9 klo 16–17.30 Ruokavalio
3. Ti. 16.9. klo 16–17.30 Hygienia/seksuaalisuus (naispuolisille)
4. Ti 23.9. klo 16–17.30 Hygienia/seksuaalisuus (miespuolisille)
5. Ti. 30.0. klo 16–17.30 Hyvinvoiva minä

Tutustu Korean kulttuuriin - Discover Korean Culture

Oletko kiinnostunut Korean kulttuurista ja K-popista? Tiedätkö, mitä ovat *hangeul* ja korealainen ruoka?

Tässä harrastusryhmässä pääset tutkimaan sekä Korean perinteitä että nykypäivän ilmiöitä viikoittain vaihtuvien teemojen kautta. Kokeile korealaista käsityötä, kalligrafiaa ja paljon muuta – aiempaa kokemusta ei tarvita!

Paikka: Olkkari (Yliopistonkatu 58 B 3. kerros)
Ajankohta: tiistaisin 7.10.–16.12. klo 15.30–17 (ei opetusta vko 42)
Opettaja: Mirim Lee (Tampereen King Sejong -instituutti/Vimmart)
Opetuskieli: englanti (Olkkarin ohjaajat suomentavat)

TAMPERE MISSIO

IltaIinjalla – kansalaisten kohtaamispaikka

IltaIinjalla on uusi osoite: toimimme nyt osoitteessa Rongankatu 8!

IltaIinjalla – kansalaisten kohtaamispaikka on **kehitysvammaisille ja erityistä tukea tarvitseville nuorille ja aikuisille tarkoitettu matalan kynnyksen toimitila**. IltaIinja on auki kävijöille joka ma-pe klo 17:00-19:30 (poikkeuksena retkipäivät, jolloin IltaIinja on kiinni. Tiedot retkistä ja erilaisista viikoittaisista ryhmistä sekä viikko-ohjelman löytää IltaIinjan nettisivuilta <https://tamperemissio.fi/iltaIinjalla/>. Välillä tulee myös EtäIinjan livestream-lähetys. Live-lähetykset katsottavissa IltaIinjan Facebook-sivuilta.

VIMMART

Aloita musiikkiharrastus Vimmartissa!

20-vuotista taivaltaan juhliiva Vimmart – yhdenvertaisen taiteen oppilaitos tarjoaa kaikille tasavertaisen mahdollisuuden taiteen ja kulttuurin opiskeluun. Tampereella toimiva taidekoulu tarjoaa musiikinopetusta taiteen perusopetuksen yleisen oppimäärän mukaisesti kaikenikäisille, oppilaan tuen tarpeen ja toiveet huomioiden. Musiikinopetuksen lisäksi Vimmart järjestää kursseja ja koulutuksia taiteen eri aloilta sekä toteuttaa erilaisia kulttuurihankkeita. Tervetuloa Vimmalla mukaan toimintaamme!

Syyslukukausi on käynnistynyt 18.8. alkaen, mutta musiikkikouluun on jatkuva haku!

Jos sinua kiinnostaa aloittaa musiikkiharrastus, oppilaspaikkaa voi hakea osoitteessa: <https://uusi.pilvikanava.fi/vimmart/fi/course/702/>.

Voit ottaa myös yhteyttä Vimmartin rehtori Jarmo Sköniin osoitteessa: info.vimmart@gmail.com

Musiikkikoulun opetustiloina toimivat yhteistyökumppanimme toimintakeskus Wärjäämön musiikkiluokat. Lisäksi toimimme eri hankkeiden osalta yhteistyökumppaneidemme tiloissa. Musiikkikoulun osoite: Hämeenpuisto 44, 33200 Tampere (1. kerros).

Vimmartin nettisivut: www.vimmart.fi

Muista seurata meitä myös somessa! Facebook ja Instagram: @vimm_art

Vimmartin KSI Tampere -hanke jatkuu syksyllä 2025

KSI Tampere tarjoaa myös syksyllä 2025 mahdollisuuden tutustua korean kieleen ja kulttuuriin! KSI Tampere eli Tampereen King Sejong -instituutti on vuonna 2022 käynnistynyt Tampereella toimiva kulttuurikeskus -hanke, joka tarjoaa laadukasta ja saavutettavaa korean kielen ja kulttuurin opetusta Suomessa sekä rakentaa uutta kulttuurista yhteistyötä Suomen ja Korean välillä. Toimintaa valvoo ja ylläpitää Korean

kulttuuriministeriön ylläpitämä King Sejong Institute Foundation (KSIF). KSIF:n alla toimii tällä hetkellä lähes 250 King Sejong -instituuttia yli 80 eri maassa. KSI Tampereen arvoja ovat yhdenvertaisuus, moninaisuus ja yhteistyö. KSI Tampereen virallisina yhteistyökumppaneina toimivat Vimmart -yhdenvertaisen taiteen oppilaitos (Suomi) ja Wonkwang Digital University (Etelä-Korea). Yhteistyötä tehdään myös mm. ACCAC Finlandin (Suomi), Tampereen kaupungin, Setlementti Tampereen ja Pirkanmaan hyvinvointialueen kanssa.

Lisätietoja: www.vimmart.fi/ksitampere tai Facebook & Instagram: @ksitampere

Kurssi-ilmoittautumiset: <https://uusi.pilvikanava.fi/vimmart/fi/>

Save the date – Korean päivä Tampereella su 5.10.2025

Ilolla ilmoitamme, että Korean päivä palaa jälleen sunnuntaina 5.10. Kumppanuustalo Artteliin Tampereelle!

Tämä jo kolmatta kertaa järjestettävä korealaisen kulttuurin juhla tarjoaa tänäkin vuonna monipuolista ohjelmaa: luvassa on mm. k-pop-tanssia, korealaista nukketeatteria, hanbok-muotinäytös, kalligrafiaa – ja paljon muuta koettavaa.

Virallinen ohjelma julkaistaan syyskuussa, mutta päivä kannattaa merkitä kalenteriin jo nyt!

Tapahtuman toteuttaa yhteistyössä Vimmart ja ACCAC Finland. Jos olet kiinnostunut yhteistyöstä tapahtuman tiimoilta, ota rohkeasti yhteyttä.

TUKENA

Kohti elämän iltaa -seminaari

Tule mukaan keskustelemaan tukea tarvitsevan läheisesti ikääntymisen kokemuksista, toiveista ja tavoitteista.

Kohti elämän iltaa -tilaisuus on tarkoitettu tukea tarvitsevien ihmisten vanhemmille, sisaruksille, ystäville ja sukulaisille sekä kaikille elämässä tärkeille ihmisille. Kohti elämän iltaa -seminaari: torstai 16.10.2025 klo 9–15

Kaikki tilaisuudet ovat maksuttomia.

Paikka:

Tulppaanitalo 1 krs. Pinninkatu 51, 33100 Tampere tai Teams -verkkoalusta, osallistua voi siis joko paikan päällä tai verkossa.

Linkki tapahtumasivulle ja ilmoittautuminen:

[Kohti elämän iltaa -Ikääntyvän läheiseni tukena](#)

Rajat rikki -hanke

Yksilötyö toimii nuoren tukena

Rajat rikki -hanke tarjoaa mahdollisuuden yksilötyöskentelyyn tukea tarvitsevalle nuorelle tai nuorelle aikuiselle, joka oireilee väkivallalla tai muulla rajoja rikkovalla käytöksellä. Nuorella voi olla kehitysvamma, neuropsykiatrisia piirteitä tai samankaltaisia oppimisen ja ymmärtämisen haasteita.

Yksilötyöskentelyyn pääsee nopeallakin aikataululla, tällä hetkellä on hyvin tilaa elokuusta eteenpäin. Toimintamme on luottamuksellista. Ota rohkeasti yhteyttä yhteydenottolomakkeella: <https://link.webropol-surveys.com/S/BB82DCE257581A08>

Yhteyttä voi ottaa myös suoraan Rajat rikki -hankkeen työntekijöihin, joiden yhteystiedot löytyvät alemmasta.

Ryhmätoiminta nuoren tukena

Rajat rikki -hankkeelta voi tilata tunnetaito- ja vertaisryhmätoimintaa nuorten tueksi kohti väkivallatonta tulevaisuutta. Ryhmässä tuetaan ja ohjataan nuoria vastuulliseen toimintaan, tunnesäätelyyn ja itsetuntemukseen. Nuoret saavat tukea ja keinoja sosiaaliin taitoihin ja tilanteisiin, tunteiden hallintaan sekä itsehillinnän ja väkivallan kysymyksiin. Ryhmätoiminnassa hyödynnetään yhdessä tekemistä ja toiminnallisia menetelmiä. Yhdessä tekemällä osallistujat rakentavat omaa osaamistaan yhdessä muiden nuorten kanssa. Ryhmien ohjausta toteutetaan Pirkanmaan alueella esimerkiksi koululla yläasteikäisille nuorille tai työ- ja päivätoimintayksikössä nuorille ja aikuisille. Ryhmän tapaamiskertoja voi olla 5–8, ja ne voivat olla kestoltaan 1–2 tuntia. Syksyllä 2025 voidaan ottaa kaksi ja keväälle 2026 neljä ryhmää. Jos olette kiinnostuneet hankkeen maksuttomasta ryhmäkohtaisesta ohjauksesta, niin ottakaa yhteyttä: Markku Vellas, p. 050 5613 228, markku.vellas@tukena.fi

Kuppi nurin-verkkokahvit syyskuussa 2025

Kuppi nurin -verkkokahvit on tarkoitettu yli 18-vuotiaille tukea tarvitseville nuorille ja nuorille aikuisille, jotka kokevat tarvitsevänsä tukea tunteiden käsittelyssä, ihmissuhteissa tai muussa arjenhallinnassa. Kuppi nurin -verkkokahveilla keskustellaan tunteista, tunnetiloista ja ennen kaikkea siitä miten omia tunteenpurkauksia kuten hermostumista, kiukkua ja suuttumista voisi oppia hallitsemaan paremmin. Miten tunnetaidot tukevat ihmissuhteita? Miten tunnistamme, tiedostamme ja toimimme tunteiden kanssa? Millaisissa arkitilanteissa tunteet nousevat pintaan? Joskus arjessa kuohuu ja läikkyä. Suuttumus on osa jokaisen ihmisen elämää. Tärkeintä onkin se, miten reagoimme suuttumuksen tunteeseen ja miten oma toimintamme heijastuu muihin

ihmisiin. Verkkokahvilan auttaa sanoittamaan ja käsittelemään tunteita, joita hävetään tai ei kehdeta tai uskalleta sanoa ääneen. Kuppi nurin -verkkokahvit toteutetaan Teams-tapaamisina syyskuussa kolmena torstaina 11.9., 18.9. ja 25.9. klo 16.30–17.30. Verkkokahveille voi osallistua yksin tai ryhmänä. Ryhmänä osallistuessa kannustamme työntekijän läsnäoloon ryhmäläisten taustatueksi. Osallistua voi yhdelle tai jokaiselle kolmelle kerralle. Jokaisella tapaamisella on oma teema.

Kuppi nurin -verkkokahvien teemat:

- 11.9. Tunteet ja tunnetaidot
- 18.9. Tunteet ja ihmissuhteet
- 25.9. Tunteet ja arki

Verkkokahveille 11.9. ilmoittautuminen 10.9. klo 16 mennessä:
<https://lyyti.events/p/kuppi-nurin--verkkokahvit>

Verkkokahveille 18.9. ilmoittautuminen 17.9. klo 16 mennessä:
<https://lyyti.events/p/kuppi-nurin-verkkokahvit-18-9-2025>

Verkkokahveille 25.9. ilmoittautuminen 24.9. klo 16 mennessä:
<https://lyyti.events/p/kuppi-nurin-verkkokahvit-25-9-2025>

Rajat rikki tunnetaitoryhmä 13–17-vuotiaille

Maksuton ja suljettu tunnetaitoryhmä 13–17-vuotiaille nuorille, jotka oireilevat epäsovinnalla ja rajoja rikkovalla käytöksellä, ja jotka kokevat tarvitsevansa apua tunteiden- ja stressinsäätelyyn. Onko sinun vaikeaa irrottautua voimakkaista tunnetiloista? Tunteiden tunnistaminen ja niistä puhuminen voivat helpottaa oloa. Tunnetaitoryhmä on paikka, missä omalle itselle on aikaa ja missä omat jutut tulevat kuulluiksi. Ryhmässä tunnistamme tunteitamme, oivallamme asioita ja merkityksiä itsestämme ja elämästämme. Tapaamisilla opitaan tunnistamaan toimimattomia ajattelutapoja, saadaan uusia näkökulmia tunteiden ja stressin säätelyyn. Ryhmässä käsitellään tunnetiloja tehtävien ja keskustelujen kautta sekä tehdään taitoharjoittelua. Nuorten ryhmä kokoontuu Tampereella Tulppaanitalolla (Pinninkatu 51) viisi kertaa keskiviikkoisin 17.9.–22.10. klo 16.00–17.30, ryhmätapaamista ei ole syyslomaviikolla (15.10.). Nuori voi myös tarvittaessa varata erillisen yksilöllisen tapaamisajan ohjaajalle ennen ryhmätapaamisia ja/tai ryhmätapaamisten jälkeen. Ryhmässä on 4–6 nuorta ja ohjaajia kaksi. Lisätietoja ja ilmoittautuminen 8.9. mennessä: https://www.lyyti.fi/reg/Tunnetaidot_13-17-vuotiaille_nuorille Jos sinulla on kysyttävää tai haluat ilmoittautua sähköpostilla tai puhelimella, ota yhteyttä: Minna Kraft, p. 050 3449 749, minna.kraft@setlementtitampere.fi tai Markku Vellas, p. 050 5613 228, markku.vellas@tukena.fi

Rajat rikki tunnetaitoryhmä 18–29-vuotiaille nuorille aikuisille

Onko sinun vaikeaa irrottautua voimakkaista tunnetiloista? Tunteiden tunnistaminen ja niistä puhuminen voivat helpottaa oloa. Maksuton ja suljettu tunnetaitoryhmä 18–29-

vuotiaille nuorille aikuisille, jotka oireilevat epäsovinnalla ja rajoja rikkovalla käytöksellä. Ryhmässä käsitellään tunteiden tunnistamista, nimeämistä, ymmärtämistä, säätelyä ja ilmaisua. Nuorten aikuisten ryhmä kokoontuu Tampereella Tulppaanitalolla (Pinninkatu 51) viisi kertaa lokakuussa joka torstai 2.10.–30.10. välillä klo 16.30–18.00. Ryhmässä on 4–6 nuorta ja ohjaajia kaksi. Nuori voi myös tarvittaessa varata erillisen yksilöllisen tapaamisajan ohjaajalle ennen ryhmätapaamisia ja/tai ryhmätapaamisten jälkeen. Lisätietoja ja ilmoittautuminen 19.9. mennessä: https://www.lyyti.fi/reg/Tunnetaitoryhma_18-29-vuotiaille

Nuori ja aggressio- vertaisryhmä vanhemmille 8.9.-6.10.2025

Väkivallalla oireilevien nuorten vanhemmille suunnattu maksuton vertaisryhmä, jossa vanhempi pääsee yksityisyyttä kunnioittaen ja luottamuksellisesti pysähtymään omien tunteiden ja kokemusten äärelle yhdessä muiden samankaltaisia kokemuksia omassa vanhemmuudessa läpikäyneiden vanhempien kanssa. Vertaisryhmä kokoontuu Tampereella Tulppaanitalolla (Pinninkatu 51) viisi kertaa maanantaisin klo 17.30–19.30 aikavälillä 8.9.-6.10.2025. Toiminnan keskeisenä tavoitteena on vanhempien selviytymiskeinojen ja voimavarojen tunnistaminen, vahvistaminen sekä uusien näkökulmien löytäminen. Lisätietoja ja ilmoittautuminen 31.8. mennessä: https://www.lyyti.fi/reg/Vertaisryhma_vanhemmille

Koko perheen tunnetaitopäivä lauantaina 8.11.2025

Meneekö joskus kuppi nurin kotiväen kanssa? Kiukuttaako? Miten hillitä raivoa? Mitä jos suutun, miten saan mieleni rauhoittumaan? Miten kokea haastavat tunteet vuorovaikutustilanteissa? Miten puhua myönteisesti vaikeissa arkitilanteissa? Tapahtuma on tarkoitettu perheille, joissa on erityistä tukea tarvitseva nuori tai nuori aikuinen. Tapahtumaan toivotaan mahdollisuuksien mukaan koko perheen osallistumista. Ohjelmassa on huomioitu omat toimintapajat tukea tarvitseville nuorille, heidän sisaruksilleen ja vanhemmille. Tapahtuma on osallistujille maksuton, sisältää lounaan ja kahvit. Tapahtumassa eri tilanteita kuvataan sosiaalisin tarinoin, joiden avulla pohditaan sopivaa ja epäsovinnvaa käytöstä hahmottamaan ja ymmärtämään sekä omia että toisen henkilön tunteita ja reaktioita. Sosiaalinen tarina rakentuu selkeistä teksteistä ja kuvista, joilla käsitellään muun muassa yhteentörmäystilanteiden toimintatapoja arjessa. Tunnetaitopäivä järjestetään Tampereella Tulppaanitalolla (Pinninkatu 51) lauantaina 8.11. klo 11–15. Lisätietoja ja ilmoittautuminen 31.10. mennessä: https://www.lyyti.fi/reg/Koko_perheen_tunnetaitopaiva_8_11_2025 Yhdellä ilmoittautumisella voi ilmoittautua koko perhe tai yksittäisenä osallistujana.

Nepsymessut verkossa -tapahtuma 12.-13.11.2025

Nepsymessut järjestetään jälleen marraskuussa 12.–13.11.2025. Tapahtuma toteutetaan kokonaan verkossa. Nepsymessujen teemana on yhdenvertaisuus ja osallisuus.

Jos sinulla on kysyttävää tai haluat ilmoittautua sähköpostilla tai puhelimella, ota yhteyttä: Minna Kraft, p. 050 3449 749, minna.kraft@setlementtitampere.fi tai Markku Vellas, p. 050 5613 228, markku.vellas@tukena.fi

Tukena-säätiön tapahtumakalenteria voi seurata verkkosivustolta: <https://tukena.fi/tapahtumakalenteri/> Kalenteri täydentyy pitkin vuotta erilaisilla ja monipuolisilla tapahtumilla! Tukena-säätiön uutiskirjeen voi tilata tästä linkistä: <http://eepurl.com/g8sZZf>

LA STRADA

Uusin produktio La Strada Finora – Tiemme tähän asti, kokoaa montaasimaisesti yhteen työryhmän ja yleisön rakastamia kohtauksia, tuokiokuvia aiemmista produktioista kuusitoistavuotisen matkan varrelta. Hahmoista lavalle astuvat muun muassa rakastetuiden klassikoiden Randle Patrick McMurphy (Ken Keseyn Yksi lensi yli käenpesän) ja Keijukuningatar Titania (William Shakespearen Kesäyön uni) sekä Poncia (Federico Garcia Lorcan Bernarda Alban Talo), unohtamatta mainioita Rummukaisen veljeksiä (Simo ”Aapeli” Puupposen Siunattu hulluus). Esitys kuljettaa katsojan läpi La Stradan tunnekylläisen ja musiikin siivittämän matkan aina vuodesta 2009 näihin päiviin saakka. Nyt liikutaan nostalgian ja tunteiden herkillä kartastolla! Produktiolla La Strada haluaa kunnioittaa teatterin edesmenneen taiteellisen johtajan, Anu Panulan (1956–2021) muistoa.

Näyttelijät Mari Heinilä, Kalle Bister, Markus Pieniluoma, Niko Pohja, Titta Sillman, Markus Malmi ja Leevi Paalanen ovat koostaneet käsikirjoituksen yhdessä toiminnanjohtaja-ohjaaja Miina Joseppiina Kahiluoto-Mutilan kanssa, joka on äitinsä Anu Panulan jalanjäljissä johtanut toimintaa vuodesta 2021 asti. Näyttelijöiden omat toiveet, oma ääni, jokaisen yksilöllinen ja karismaattinen ilmaisuvoima nousevat esityksen keskiöön: ”ME olemme Teatteri La Strada!”

Ohjaus: Miina Joseppiina Kahiluoto-Mutila.

Esityspaikkana tuttuun tapaan viihtyisä Ravintola Teerenpeli, os. Hämeenkatu 25, Tampere.

Seuraavat esityspäivät:

Su 24.8. 16:00

Ke 27.8. 18:00

Ke 3.9. 18:00

Ti 9.9. 18:00

Su 21.9. 16:00

Lippuvaraukset ja tiedustelut: lastrada.teatteri@gmail.com tai 045 310 2931.

Liput: Peruslippu: 25 €, Eläkeläinen/opiskelija: 20 €, Lastenlippu (alle 12-vuotiaat): 10 €, Vammaisen asiakkaan avustajan lippu: Maksuton

Maksutavat: Kortti, MobilePay ja käteinen

Esteettömyys: Esityspaikka on ravintolan alakerrassa, jonne kulku hissillä ravintolan henkilökunnan avustamana.

Yhdistyksen työntekijöiden yhteystiedot

Elise Kuismanen

Toiminnanjohtaja

050 3886144

kuismanen@kvtukitampere.fi

Iida Uronen

Toimintakoordinaattori

050 5523400

uronen@kvtukitampere.fi

Minttu Roivainen

Virikeohjaaja ja toimistotyöntekijä

050 3903857

roivainen@kvtukitampere.fi



Haluatko lopettaa infokirjeen tilauksen? Lähetä viesti toimistolle ja kerro viestissä nimesi. Napauta seuraavasta linkistä: [PERUUTA UUTISKIRJE / UNSUSCRIBE NEWSLETTER](#)