

Hei jäsenet ja muut yhdistyksen toiminnasta kiinnostuneet!

Tämä on Tampereen Kehitysvammaisten Tuki ry:n Infokirje. Kuten paperisessa jäsenkirjeessä totesimme: yhdistyksen syyskokouksessa 2024 päätettiin, että paperisia jäsenkirjeitä vähennetään taloudellisista syistä. Lähetämme niitä jatkossa 1–2 kertaa vuodessa ja näitä sähköisiä Infokirjeitä tarpeen mukaan. Tässä Infokirjeessä kerromme yhdistyksen ja yhteistyökumppaneiden kesäajan toiminnasta sekä syksyn tärkeistä päivämääristä.

Jäsenet, vammaisalan toimijat (järjestöt, asumisyksiköt yms.) ja muut toiminnasta kiinnostuneet voivat tilata Infokirjeen sähköpostiinsa laittamalla viestiä osoitteeseen toimisto@kvtukitampere.fi

Toimisto on kiinni 23.6.–1.8.

Otathan etukäteen yhteyttä, jos haluat tavata ja tulla toimistolle. Ihanaa kesää kaikille! <3

Kesäaikana yhdistyksen leirit ja Musapaja toimivat suunnitellusti. Virikeohjaaja Minttu lomailee 21.7.–1.8.2025, joten voit varata virikeohjaajan tapaamisia myös kesäajalle heinäkuun lomajaksoa lukuunottamatta.

Tekstiilipesuri

Yhdistyksellä on arvokas tekstiilipesuri, jossa on monenlaisia suuttimia. Pesurilla voit pestä monenlaisia tekstiilejä esim. hankalapesuisia huonekaluja kuten sohvia. Yhdistys vuokraa pesuria hintaan 20 eur/vrk, 40 eur/vklp pe-su. Jos haluat vuokrata pesuria, ota yhteyttä toimistolle.

Katsaus yhdistyksen syksyyn:

Harrastekursseille hakeminen on auki ma 25.8.-ti 2.9.

Meidän Jamit kokoontuu Tulppaanitalolla osoitteessa Pinninkatu 51 syksyllä 18.8., 22.9., 20.10., 10.11. sekä 1.12. klo 17.00–19.30.

Juhani Viidan bussiretki lauantaina 30.8. Ilmoittautuminen retkelle on käynnissä ja ilmoittautumisia on tullut jo mukavasti. Bussissa on vielä jonkin verran paikkoja vapaana, joten jos haluaisit mukaan retkelle, ilmoittaudu mahdollisimman pian Mintulle roivainen@kvtukitampere.fi. Lisätietoja retkestä löydät nettisivujemme Ajankohtaista-osiosta ja jäsenkirjeestä.

Diskoristeily 13.-15.9. Viking Line Gabriellalla on vielä muutamia paikkoja jäljellä. Ilmoittautumaan pääsee meidän etusivulta ja tämän linkin kautta: <https://www.kvtukitampere.fi/uutiset/ilmoittaudu-tasta-diskoristeilylle/>

Kehitysvammaisten Tukiliiton ja tukiyhdistyksen yhdessä järjestämä **Hyvällä mielellä -kurssi la 25.10. ja la 1.11.** Ilmoittautuminen kurssille alkaa lähempänä, mutta voit laittaa päivät jo nyt kalenteriin.

Kylpyläretki lauantaina 8.11. klo 13–15, Tampereen Kehräämö. Tapahtumakutsu ilmoittautumisohjeineen julkaistaan nettisivuillamme ja seuraavassa jäsenkirjeessä syksyllä. Voit laittaa kuitenkin päivämäärän itsellesi jo ylös kalenteriin. :)

Diskon päivämäärät syksy 2025 - kevät 2026

Monitoimitalo 13:ssa klo 13–15.

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

Yhdistyksen työntekijöiden yhteystiedot:

Elise Kuismanen

Toiminnanjohtaja

050 3886144

kuismanen@kvtukitampere.fi

Lomalla 23.6.–11.7.

Iida Uronen

Toimintakoordinaattori

050 5523400

uronen@kvtukitampere.fi

Lomalla 14.7.–1.8.

Minttu Roivainen

Virikeohjaaja ja toimistotyöntekijä

050 3903857

roivainen@kvtukitampere.fi

Lomalla 21.7.–1.8.

Katariina Lahti

Leirivastaava

050 3004985

leirivastaava@kvtukitampere.fi

Kesätöissä yhdistyksellä 31.7. asti

Muiden toimijoiden asiaa:

VOIMAVIRTA (Setlementti Tampere)

Voimavirta Olkkari on auki seuraavasti kesällä:

1.–11.7. Olkkari auki ti-pe klo 13–17.

14.7.–1.8. Vaihtuvaa kesätekemistä. Seuraa somea!

Olkari palaa perinteiseen rytmiin tiistai-, keskiviikko- ja perjantai- aukioloilla 12.8. eteenpäin.

Muuta huomioitavaa:

Villiklubi 14.8.

Bilis-ryhmä alkaa 18.8.

Lauantai Olkkari 23.8.

Kokkiryhmä 28.8.

Julkaisemme oman uutiskirjeen heinäkuun aikana, jossa kerromme tarkemmin koko syksyn ohjelman!

ILTALINJALLA – kansalaisten kohtaamispaikka (Tampere Missio)

Iltalinjalla on uusi osoite! Toimimme nyt osoitteessa Rongankatu 8!

Iltalinja on auki kävijöille joka ma-pe klo 17:00-19:30 (poikkeuksena retkipäivät, jolloin Iltalinja on kiinni. Tiedot retkistä löytyy Iltalinjan nettisivuilta <https://tamperemissio.fi/iltalinjalla/> .

Välillä tulee myös Etälinjan livestream-lähetys. Live-lähetykset katsottavissa Iltalinjan Facebook-sivuilla.

Viikoittaiset ryhmät:

Terveellinen Maanantai

Iltalinjalla aloitetaan viikot terveys edellä! Liittykää seuraamme ja mietitään yhdessä ruokaa ja hyvinvointia. Välillä teemme terveellisiä ja helppoja välipaloja, katsomme ruoka- ja terveysaiheisia ohjelmia, keskustelemme unen merkityksestä, kokeilemme erilaisia urheilulajeja, käymme yhdessä kaupassa ja suunnittelemme Kokkikuutosille maukkaita ja

monipuolisia ruokia, joita haluaisitte valmistaa myös kotonanne! Teidänkin ideoita otamme ilolla vastaan! Iltalinja on kiinni bilisryhmä-maanantaisin!

Heinäkuun Terveelliset Maanantait:

Ma 7.7. ulkoilua

Ma 14.7. terveellinen välipala

Ma 21.7. ulkoilua

Ma 28.7. terveellinen välipala

Elokuun Terveelliset Maanantait:

Ma 4.8. menemme katsomaan jalkapalloa (Iltalinja kiinni)

Ma 11.8. terveellinen välipala

Ma 18.8. bilisryhmä (Iltalinja kiinni)

Ma 25.8. ulkoilua

Iltalinjan ja Voimavirran bilisryhmä

Iltalinjan ja Voimavirran bilisryhmä kokoontuu Kaupin Keilahallilla joka toinen maanantai kello 18:00-19:30! Alamme syyskuussa käymään kaksi kertaa kuussa pelaamassa oikeilla pöydillä biljardia. Tavoitteena on rento kehittyminen biljardin pelaajana ja biljardikisoihin harjoittelu. Joka toinen maanantai kello 18:00-19:30! Seuraavat bilisryhmät: bilisryhmä jatkuu kesätauon jälkeen ma 18.8.

Laji: 8-pallo

Pöytämaksu: 4 €/kerta käteisellä

Paikka: Kaupin Keilahalli, os. Keilakuja 1, 33520 Tampere

Iltalinja on kiinni bilisryhmä-maanantaisin!

Villiklubi

Tampereen Villiklubi kerran kuussa torstaisin Bar Ihkussa kello 17.00-20.00, tule messiin! Tampereen Villiklubilla meinaan nääs pääset: TAPAAMAAN YSTÄVIÄ – niin vanhoja kuin uusiakin! LAULAMAAN KARAOKEA – laaja valikoima tuttuja lauluja ja kannustava yleisö! Jos haluat lähteä Iltalinjan ohjaajien kanssa yhtä matkaa Bar Ihkuun, lähdemme kävellen Iltalinjalta kohti Bar Ihkua kello 16.45. Iltalinja on siis Villiklubi-päivänä suljettu!

Seuraavat Villiklubit:

Heinäkuussa Villiklubi on kesätauolla

Elokuussa to 14.8. klo 17:00-20:00

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.webropolsurveys.com/S/BB82DCE257581A08>

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

RYHMÄTOIMINTA TOIMII NUORTEN 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 sosiaalisiin 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 kestoaltaan 1-2 tuntia. Syksyllä 2025 voidaan ottaa kaksi ja keväällä 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 tarvitsevansa 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 läikkyy. 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 NUORILLE Maksuton ja suljettu tunnetaitoryhmä 13-17-vuotiaille nuorille, jotka oireilevat epäsopivalla 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 puhelimitse, 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 epäsopivalla 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 epäsopivaa 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>

Teatteri La Stradan uusi produktio LA STRADA FINORA saa ensi-iltansa 26.7.2025

La Strada Finora – Tiemme tähän asti, kokoa 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.

Esityspäivät:

La 26.7. 16:00 Ensi-ilta

Ke 30.7. 18:00

Su 3.8. 16:00

To 7.8. 18:00 Tampereen Teatterikesän OFF -ohjelmiston esitys

Su 10.8. 16:00 Tampereen Teatterikesän OFF -ohjelmiston esitys

Ti 12.8. 18:00

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.

Lämpimästi tervetuloa!