



Hämeenlinnan Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Jäsentiedote 1/2021



Hei,

tätä kirjoittaessa Suomen hallitus miettii, miltä tuleva kevät ja kesä tulee näyttämään koronarajoitusten osalta. Odotamme kaikki varmasti jo aikaa, jolloin pääsee taas liikkumaan turvallisesti, harrastamaan ja tapaamaan tuttuja. Tähän tiedotteeseen olemme jälleen koonneet sekä menneitä tapahtumia että tulevia ja suunnitteilla olevia juttuja.

Vielä ei tarkkaan tiedetä, voiko syksyllä jo harrastaa normaalisti. Saatikka koska päästään seuraavan kerran risteilyille tai discoihin. Sitä ennen on kiva kumminkin haaveilla ja suunnitella ja Tukiyhdistys onkin tosi kiinnostunut kuulemaan, mitä juuri Sinä haluaisit tehdä ja kokea taas, kun se on turvallista.

Onko mielessäsi jokin urheilulaji, mitä haluaisit päästä kokeilemaan? Vai kaipaatko yhteistä retkeä? Onko kaikki tukiasiat kunnossa, mietityttääkö läheisen palveluissa jokin? Olisitko kiinnostunut kuulemaan lisää osa-aikatöistä? Oletko yksinäinen ja kaipaat muiden samanikäisten seuraa?

Ole rohkeasti yhteydessä yhdistyskoordinaattori Tuija Jaukkariin tai lähetä vaikka Facebookin kautta viestiä. Keksitään yhdessä toimintoja, mitä kaikkea Tukiyhdistys voi jäsenilleen tarjota. Olet myös erittäin tervetullut vuosikokoukseen!

Ollaan yhteyksissä!

Minna Kolari
Puheenjohtaja



Hämeenlinnan Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Suomen Kasarmi 2, tsto 306
13100 Hämeenlinna
Rek.nro. 101.090
Y-tunnus 707679-6
www.hmlkvtuki.net
hmlkvtuki@gmail.com

Tiedotus

Tulevista tapahtumista tiedotetaan edelleen enemmän yhdistyksen nettisivuilla, facebookissa ja sähköpostilla, painetun kevät- ja syyskaudella ilmestyvän jäsentiedotteen lisäksi. Sähköpostiosoite kannattaa edelleen ilmoittaa yhdistykselle. Ovathan yhtystietosi ajantasalla? Kuvat ja juttuvinkit tervetulleita!

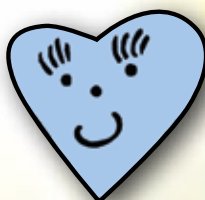
Hämeenlinnan Seudun Kehitysvammaisten Tukiyhdistyksen hallitus 2021



Varsinaiset jäsenet	Varajäsenet
<p>Minna Kolari, puheenjohtaja Eveliina Honkajuuri-Salokannas Mari Vuorio-Markkanen Marika Heiskanen Anne Soittila, rahastonhoitaja Minna Juuri-Oja-Salo Saara Väinölä Arja Nikkilä, sihteeri Jaana Hautaniemi, varapuheenjohtaja</p>	<p>Päivi Tolvanen Soili Niemelä Maija Kuossari Joanna Terävä-Karhinen Venla Hyvärinen Laura-Tuulia Pekkanen Jaana Osara Elina Sorvali</p>

Yhdistys kiittää yhteistyöstä kaikkia toimintaansa tukeneita tahoja ja kaikkia tapahtumissa mukana olleita vapaaehtoisesta työpanoksestaan ja

hyvästä yhteistyöstä. Jokaisen vapaaehtoisen työpanos ja osallistuminen on aina yhtä tärkeää ja arvokasta yhdistyksen toiminnalle.



Vuosikokous

Torstaina 27.5.2021 klo 18 Virvelinrannassa

Osoite Ansarikuja 1, 13100 Hämeenlinna. Kahvitarjoilu klo 17.30

Hämeenlinna Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry

Kokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntömääräiset kokousasiat.

Tervetuloa!

Tervehdys Tukiliitosta!

Onko apua ja tukea tarvitsevan läheisesi tai lapsesi asioissa tullut eteen tilanne, ettet tiedä kuinka toimia? Tarvitsisit tietoa palveluista ja niiden vaihtoehdoista tai vaikuttamisen mahdollisuuksista tai kenties kielteisen päätöksen valittamisesta, etkä oikein tiedä mistä apua saisi? Muistathan, että yhdistyksesi taustalla on Tukiliitto – valtakunnallinen järjestö – joka on myös Sinua varten!

Tukiliitossa on erilaista kehitysvamma-alan asiantuntijuutta ja valtakunnallista näkemystä asioihin. Tukiliittona olemme mukana valtakunnallisessa vaikuttamisessa lainsäädäntövalmisteluihin mm. aktiivisessa vaiheessa olevaan vammaispalveluiden lainsäädäntömuutokseen. Näin ollen meillä on sekä ajantasaista tietoa niin kuntatason palveluista kuin erilaisista oikeudellisista ratkaisuista tai lain soveltamisesta. Kaikkia palveleva lakineuvonta auttaa ma, ti ja to klo 10-14 ja ke klo 12-15.

Uusi numero on 040 177 3771.

Sekä sähköpostitse lakineuvonta@tukiliitto.fi

Tukiliiton tuki on myös yhdistystänne varten. Jos yhdistyksen jäsenet tai hallitus kaipaa apua esim. yhdistystoiminnan kehittämiseen tai tietoa yhdistystoiminnan substanssialaan tai lainsäädäntöön, olemme käytettävissä. Tukiliitolla on noin 170 jäsenyhdistystä. Yhdistyksenne on yksi Tukiliiton jäsenyhdistyksistämme ja yksi minun työalueeni yhdistyksistä. Olen Aluekoordinaattorina väkirikkaan Etelä-Suomen alueella. Toimistoni on Hämeenlinnan Reskan kulmalla Kasarmikadulla, samaisessa huoneessa, jossa aikoinaan oli yhdistyksenne toimisto. Alueellinen vastuualueeni on Etelä-Suomi eli Kanta- ja Päijät-Häme, Uusimaa ja Varsinais-Suomi. Yhdistyksiä vastuualueellani on 33, joista kolme (3) on alueellista tukipiiriä.

Yhdistystoiminnan lisäksi valtakunnallinen vastuullani yhdistystoiminnassa on erityisesti lapsiperheiden sosiaaliturva ja -palvelut sekä vammaispalveluihin liittyvät kysymykset. Olen yhdistysten käytettävissä myös alueelliseen vaikuttamiseen ja tuleviin sote/hyvinvointialueisiin liittyvissä asioissa. Minuun voi olla reilusti ja matalalla kynnyksellä kaikissa yllä mainitsemissani asioissa yhteydessä, tarvittaessa ohjaan eteenpäin, jos joku muu tietää asiasta enemmän.

Tykkään työstäni, mikään työpäivä ei ole asiasisällöllisesti samanlainen – paitsi nyt korona-aikana fyysisesti oltu jo vuosi etätöissä, enkä ole päässyt tapaamaan yhdistysväkeä. Jäsenistö, yhdistystoimijat ja yhteistyökumppanit tekevät työstäni arvokasta ja kohtaamista rikastuttavia. Nyt poikkeusaikana on Tukiliitossa panostettu verkkokohtaamisiin, -keskusteluihin ja -koulutuksiin. Kannattaa seurata Tukiliiton tapahtumakalenteria <https://www.tukiliitto.fi/toiminta/tapahtumat/>.

Tervetuloa mukaan! Ruudun takaa kohtaamisilla ei voi millään tavalla korvata kasvokkain kohtaamista. Näitä kohtaamisia odotellessa ja kesää kohti toivorikkaana tervehdin teitä lämpimästi täältä Hämeenlinnan Ruununmyllyn etätöimistöltä. Olkaa tarvittaessa matalalla kynnyksellä yhteyksissä.



**Kehitysvammaisten
Tukiliitto ry**

Aurinkoisten kevätpäivien terveisin,
Salla Pyykkönen
Aluekoordinaattori
salla.pyykkonen@tukiliitto.fi
Puh. 050 5288392



Tule mukaan!

Hämeenlinna-Vanajan seurakunta järjestää monipuolista toimintaa kaikenikäisille. Tarjolla on säännöllistä ryhmätoimintaa, kuten kerhoja, päiväpiirejä ja raamattupiirejä, partiota sekä aktiivisia kuoroja. Kokoonnumme myös erilaisten tapahtumien, konserttien, kurssien, luentojen, hartauksien, messujen ja leirien merkeissä.

Toimintaa ja tapahtumia vammaisille perheineen

Kehitysvammaisille järjestetään selkomessuja, juhlia, retkiä ja leirejä. Lisäksi pidetään hartauksia asumisyksiköissä ja päivätoiminnassa. Hartauksia pidetään tällä hetkellä pihahartauksina. Keväiset säät alkavat taas suosia pihahartauksien pitoa, vaikka talvellakin niitä on pidetty muutamissa paikoissa. Kaikkiin seurakunnan tapahtumiin voi tulla mukaan esimerkiksi oman avustajan kanssa.

Ota yhteyttä

Henna Helminen
Diakoniatyöntekijä
henna.helminen@evl.fi
Puh. 040 804 9336
Hämeenlinna-Vanajan seurakunta
Rauhankatu 14
PL 65, 13100 Hämeenlinna
hameenlinna-vanajan.seurakunta@evl.fi



Asumisyksiköt voivat olla myös suoraan seurakuntaan yhteydessä, jos heillä on toiveita pihahartauksien tai esimerkiksi leirin järjestämisestä.

Erityisliikuntaa!

Erityisliikunnanohjaaja toimii osaltaan tukena liikunta- sekä hyvinvointiasioissa. Teen luentoja liikunnasta/ravinnosta sekä erilaisia vierailuja toivomuksien sekä mahdollisuuksien mukaan. Järjestän tapahtumapäiviä sekä erityisliikunnan ohjauksia. Tarvittaessa teen erilaisia fyysisen kunnon testauksia. Teen yhteistyötä erilaisissa verkostoissa.

Palvelut sekä tarjonnat

SPORTTIKERHO (Toiminta jatkuu 1.9.2021 alkaen)
Suunnattu 5 – 15 vuotiaille. Ryhmä on tarkoitettu koululaisille, joilla on ongelmia esim. motoriikassa, liikkumisessa tai kommunikoinnissa. Oma avustaja tarvittaessa mukaan.

Tiedustelut

Mikko Koski
ts. Erityisliikunnanohjaaja
mikko.koski@liikuntahallit.fi
Puh. (03) 621 5912



Yhdistyksemme järjestämää vapaa-ajan toimintaa

RISTEILYT

Risteilyt pyritään aloittamaan jälleen syksyllä ja niistä tiedotetaan tarkemmin yhdistyksen netti- ja facebook-sivuilla.



LIIKUNTAPÄIVÄ

Kaikenikäisille kaikkea kivaa liikunnan muodossa.

Suunnitteilla yhdessä erityisliikuntaohjaajan kanssa liikuntapäivä koronatilanteen salliessa. Liikuntapäivästä tiedotetaan tarkemmin yhdistyksen netti- ja facebook-sivuilla.



MUSIIKKIKERHOT ASUMISYKSIKÖISSÄ

Musiikkikerhot alkavat jälleen elokuussa koronatilanteen niin salliessa.

Järjestämme musiikkikerhoja Mäyränkodin ja Juteinikodin asukkaille noin kaksi kertaa kuukaudessa. Musiikkikerhoissa lauletaan ja soitetaan sekä liikutaan ja rentoudutaan musiikin tunnelmia kuunnellen. Kerhoja vetää musiikkiterapeutti ja viulunsoitonopettaja Sari Vuoristo.

Ilmoittautumiset ja tiedustelut
Puh. 050-573 4533.



DISKO

Diskoilut aloitetaan jälleen syksyllä koronatilanteen niin salliessa.

Diskon aukeamisesta lisätietoa yhdistyksen netti- ja facebook-sivuilla. Disko pidetään klo 14-16.30 Virvelinrannan päivätoimintarakennuksessa ja siellä liikuntasalissa, kahvio on ruokalassa. Sisäänkäynti 3,00 euroa. Luvassa supersuosittua karaokea, diskomusaa ja myös perinteisempää tanssimusiikkia. Puffetista voi ostaa kahvia, limua ja pientä purtavaa. Sisäänkäynti keltaisen seinien välissä olevasta pääovesta. Tervetuloa bilettämään ja hengaillemaan tuttuja kanssa heti rajoitusten poistuttua!

Virvelinrannan liikuntasali
Ansarinukuja 1
13100 Hämeenlinna

KEILARYHMÄ

Keilaus jatkuu torstaisin toukokuun loppuun (Helatorstaina 13.5. ei keilausta)
ja mahdollisesti pidempäänkin josta tiedotetaan erikseen.

Torstaisin klo 18-19, Hämeenlinnan keilahalli, Keilakatu 2
Ilmoittautumiset ja tiedustelut ohjaaja Tommi Salo
Puh. 050-566 3329 tai salotommi77@hotmail.com

Tervetuloa mukaan!



KEILAPAITOJEN LUOVUTUSTILAISUUS

Pitkään ja hartaasti odotetut keilapaidat luovutettiin 1.10.2020 Hämeenlinnan keilahallilla. Keilapaitojen hankinnan mahdollistivat Lähi-Tapiola Loimi-Hämeen ja Hauhon Säästöpankkisäätiön lahjoitukset.

Hämeenlinnan Seudun Kehitysvammaisten tuki ry:n keilaryhmän riemu repesi kattoon kun 1.10. heille luovutettiin omalla nimellä varustetut MIKÄ RATA? keilapaidat. Hämeenlinnan keilahallilla oli keilaajien, läheisten ja yhdistyksen toimijoiden lisäksi myös paitojen lahjoittajien edustajat Ulla Teittinen LähiTapiola Loimi-Hämeestä, sekä Jukka Kuivaniemi Hauhon Säästöpankkisäätiöltä jotka luovuttivat paidat pelaajille raikuvien ablodien säestyksellä. Luovutuksen ja tarjoilujen jälkeen suunnattiin, minnekäs muualle kuin radalle!

Keilaryhmä on toiminut yli 20 vuotta, ja ollut hyvin suosittu harrastusmuoto. Hämeenlinnan Seudun Kehitysvammaisten tuki ry:n vuoro on kerran viikossa torstaisin 18-19. Ryhmän ohjaajana toimii Tommi Salo.



Yläkuvassa vasemmalla Jukka Kuivaniemi Hauhon Säästöpankkisäätiöltä. Vieressä Ulla Teittinen LähiTapiola Loimi-Hämeestä. Ohjaaja Tommi Salon vieressä on keilaaja Vesa Suvanto, jolle paita luovutetaan.

Yhdistyksemme järjestämää vapaa-ajan toimintaa

KESÄAAMU AHVENISTON MAAUIMALASSA 7.7.2020

Yhdistyksen järjestämä Ahveniston maaiumala -tapahtuma keräsi paikalle mukavasti innokkaita uimareita ja polskijoita.

Altaalla oli mahdollisuus tutustua myös ilmalla täytettyihin SuperWibit-vesihuvipuistolaitteisiin. Altaan vesi oli lämmitetty 26-asteiseksi ja siellä olisi viihtynyt pidempäänkin. Tapahtuma oli avoin kaikille mukaan ilmoittautuneille ja aiotaan toteuttaa myös tänä kesänä uudelleen.



Tervetuloa mukaan myös tänä kesänä!



TEATTERIESITYS ”VIIRUN JOULU” 28.11.2020

Hämeenlinnan teatteri / Kehitysvammaisten viikko



Yhdistys tarjosi jäsenilleen tuttuun tapaan mahdollisuuden nauttia teatterielämyksestä Kehitysvammaisten viikon yhteydessä.

Kävimme porukalla katsomassa Hämeenlinnan Teatterin päänäyttämöllä ihanaa Viirun joulu näytelmää, jonka myötä oli mukava laskeutua joulun odotukseen.



Ahveniston maaumalassa on liikuntarajoitteisille tarkoitetut esteettömät pukuhuoneet sekä wc-tilat sekä hissi. Uima-altaalle on myös esteetön pääsy allashissillä käyttäen. Ahveniston maaumalalan henkilökunta avustaa allashissin käytössä.



Kehitysvammaisille läheisineen ja opiskelujen tai työn puolesta aiheista kiinnostuneille.

VERKKORYHMÄT

Yhdistyksemme on järjestänyt kevään aikana kolme eri aiheista verkkotapaamista. Tapaamisten tarkoituksena on tuoda erilaisten arkeen ja vapaa-aikaan liittyvien teemojen kautta yhteistyökumppaniemme toimintaa teille tutuksi!

Olemme kuulleet Sosiaalipsykologi ja kokemusasiantuntija Ulla Anttilan luennon hänen uuteen kirjaansa ”Erityislapsen vanhempana - Voimavaroja hyvään elämään!” liittyen.

Diakoni Henna Helminen Hämeenlinna-Vanajan seurakunnasta on kertonut seurakunnan tarjoamista palveluista ja tapahtumista kehitysvammaisille, sekä heidän perheilleen.

Palvelupäällikkö Irmeli Isokivijärvi Hämeenlinnan pääkirjastosta oli huhtikuussa kertomassa mitä kaikkea kivaa voi remontoidussa kirjastossa tehdä vapaa-ajalla! Toimintaa ja tapahtumia on runsaasti myös perinteisen kirjojen lainauksen lisäksi!

Verkkoryhmissä käytämme helppokäyttöistä Jitsi Meet verkkosovellusta, joka ei vaadi erikseen latauksia tai salasanoja. Näin haluamme varmistaa, että teillä kaikilla on mahdollisuus osallistua halutessanne verkkotapaamisiin!



Tulevat verkkoryhmätapaamiset

Keskiviikko 26.5. klo 18.00 - 19.30

Omaishoitaja Katja Grönberg FinFami - Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry kertoo FinFamin toiminnasta sekä mitä tukea ja apua heillä on tarjota, kun olet huolissasi läheisen ihmisen psyykkisestä oireilusta tai päihteidenkäytöstä.

Keskiviikko 9.6. klo 18.00 - 19.30

Aluekoordinaattori Salla Pyykkönen Kehitysvammaisten Tukiliitosta kertoo erilaisista palveluista, eduista ja tuki mahdollisuuksista.

VOIT VIELÄ VAIKUTTAA VERKKOTAPAAMISTEN SISÄLTÖÖN! Laita toiveesi ilmoittautumisen yhteydessä!

Ilmoittaudu Kirsi Koskelalle, niin saat linkin Jitsi Meetiin, sekä helpon video-ohjeen!
Puh. 046 887 5010 tai hmlkvt.ryhmat@gmail.com



- ruoka
- kulttuuri
- muu vapaa-aika

Tervetuloa maksuttomaan, nuorten aikuisten osallistavaan ARKI HALTUUN -ryhmään!

Aloitamme keskiviikkona 4.8. klo 17.30 - 19.30.

Tarkemman tiedot ja ohjeet saat ilmoittautumisen yhteydessä! Tervetuloa mukaan! Yhteydenotot 14.6 mennessä!
Kirsi Koskela, p. 046 887 5010 tai hmlkvt.ryhmat@gmail.com

Saat ryhmän hakulomakkeen sähköisesti tai halutessasi postitamme sinulle paperisen hakulomakkeen. Hakulomakkeella kysytään vain ryhmän toiminnan kannalta oleelliset tiedot. Tietoja käsittelee vain Arki Haltuun ryhmän työntekijä, eikä niitä käytetä muussa yhteydessä.

Uutta elokuussa!

Vertaistukitoiminta

PERHEKAHVILA HELMI

Helmi-kahvila on aloittanut toimintansa vuonna 2005. Kahvilan toiminta on hyvin vapaamuotoista ja se on tarkoitettu kaikille erityistä tukea tarvitsevien lasten perheille. Kahvilan motto onkin 'vammasta viis'!

Kahvilalla on mahdollisuus tavata muita erityistä tukea tarvitsevien lasten perheitä ja vaihtaa heidän kanssaan kokemuksia ja ajatuksia sitten kun siltä tuntuu tai tulla vain kahvittelemaan.

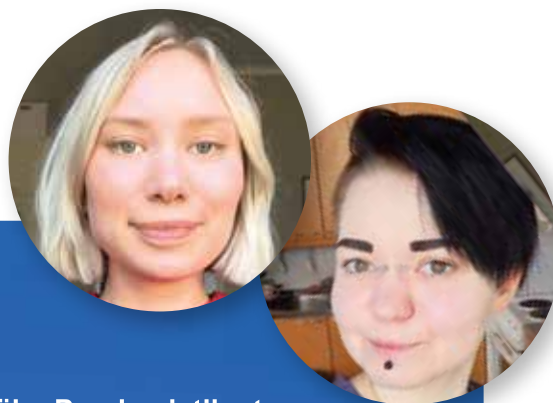
Helmi-kahvila on mahdollista käynnistää taas syksyllä, mikäli halukkaita kävijöitä löytyy.

ÄITIPIIRI

Äitiopiiri kokoontuu Kotipesän kerhohuoneella ennalta sovittuina maanantai-iltoina. Katso kotisivujen etusivun tulevista tapahtumista.

Äitiopiiri on aikuisten kehitysvammaisten lasten äitien vertaistukitoimintaa. Ryhmässä jaetaan kuulumiset iloiseen ja suruineen kahvittelun lomassa, sekä sovitaan muusta yhteisestä toiminnasta.

Ryhmään ovat tervetulleita kaikki aikuisten kehitysvammaisten lasten äidit.



Terveiset erityisnuokkarilta!

Kevätkausi tuntuu kulkeneen vauhdilla eteenpäin. Pandemiatilanteen sanelemana kerroistamme suurin osa on toteutettu etänuokkarina, sosiaalista mediaa hyödyntäen. Helmikuussa meitä onnisti, ja saimme muutamia kertoja nähdä nuoria liveinä, heidän toiveestaan vietimme mm. leffailtaa sekä laskimme hurjaa pulkkamäkeä Kaurialan urheilukentällä.

Tällä hetkellä nuokkarit toteutuvat vielä ainakin huhtikuun pelkästään somessa, missä erkanuokkarin kanssa meillä on tapana mm. soitella viikottainen videopuhelu, vaihtaa kuulumiset ja ehkä pelailla samalla jotakin sanapelejä tai visailuita.

Me ohjaajat odottelemme tällä hetkellä tietoa siitä, jatkuisiko erkanuokkari mahdollisesti vielä toukokuun verran. Haaveissamme olisi, että silloin saataisiin lupa ulkona toteutettavaan toimintaan. Suunnitelmissamme siintäisi ainakin jonkinlainen eväsretki Ahvenistolle. Pidetään peukkuja!

Aurinkoisin kevätterveisin,
Kerttu Karumaa & Sara Puro



Tervetuloa mukaan!



WhatsApp-RYHMÄTIEDOTTEET

Yhdistys tiedottaa tapahtumista, koulutuksista ja muista ajankoh-
taisista aiheista omilla kotisivuillaan, Facebookissa sekä jatkossa
myös WhatsApp-ryhmätiedotteilla. Viestejä tulee noin kerran kuu-
kaudessa ja ryhmä on tarkoitettu vain viestien vastaanottamiseen
eikä siellä voi keskustella.

Tilataksesi WhatsApp-tiedotteemme, toimi näin:

- 1 Lisää yhdistyksen numero **050-478 2118**
oman puhelimesi WhatsApp-vastaanottajiin.
- 2 Lähetä meille tilaus tiedotteesta:
TILAAN HMLKVT-TIEDOTE ja oma
ETUNIMESI JA SUKUNIMESI
- 3 Halutessasi voit päättää tiedotteen
tilaamisen milloin vain lähettämällä:
LOPETA TILAUS ja oma ETUNIMI JA SUKUNIMI

