**Oulun seudun kehitysvammaisten tuki ry**

Kansankatu 53, 90100 Oulu

Puh. 040 163 2282

[www.oketuki.fi](http://www.oketuki.fi)

**KERHOTIEDOTE SYKSY 2025-KEVÄT 2026**

Tärkeää tietoa tulevan syksyn harrastetoiminnasta!

Osa liikuntakerhoista (lasten ja aikuisten salibandy ja soveltava liikunta) jatkaa syksystä 2025 alkaen Vuolle -opiston kautta, yhteistyössä mukana Oketuki ja Oulun kaupungin erityisliikunta.

Salibandykerhot jatkavat tutussa paikassa Raatissa: lasten salibandy torstaisin klo 17 ja aikuisten salibandy lauantaisin klo 10. Soveltavan liikunnan ryhmä jatkaa myös lauantaisin klo 11.30, paikkana Vuolle -Opiston liikuntasali, Pikku-Iikankatu 6.

Vuolle -opiston kerhotoimintaan ilmoittautuminen on käynnissä. Pääset ilmoittautumaan kerhoihin alla olevista linkeistä:

[Ilmoittaudu mukaan Tanssia, rytmiä ja liikunnan riemua - soveltavan liikunnan ryhmä Vuolle-talo](https://uusi.opistopalvelut.fi/oulunkansalaisopisto/fi/course/20847/?expiry=2025-05-21T20%3A59%3A59.999Z&preview=true&reqid=312d16ca-0563-48ba-a20e-fac222a37885&unlistedid=20847&hmac=4924669224f04d7bb670ab6530baecd44d28a6aca47c72bd157488938522c322)

[Ilmoittaudu mukaan Erityisen kiva salibandy lapset ja nuoret Raati](https://uusi.opistopalvelut.fi/oulunkansalaisopisto/fi/course/20849/?expiry=2025-05-21T20%3A59%3A59.999Z&preview=true&reqid=b58cc2d6-2c1c-4fa0-b150-8f12667c050b&unlistedid=20849&hmac=a512146e5bc018faabf0dc06119537f5804d151f3ad2adf7e7640926dc12a722)

 [Ilmoittaudu mukaan Erityisen kiva salibandy aikuiset Raati](https://uusi.opistopalvelut.fi/oulunkansalaisopisto/fi/course/20848/?expiry=2025-05-21T20%3A59%3A59.999Z&preview=true&reqid=9e4f1936-20d6-49f1-92ce-cb3ceec8ad02&unlistedid=20848&hmac=808b402d4630aa1d4b90a1f8b5a9795261c84790aae6d0b3ea909d4a2f222378)

**OKETUKI SYYSKAUSI 2025 – KEVÄTKAUSI 2026**



**Maanantai**

**Menojengi**

Menojengi on tarkoitettu kehitysvammaisille, itsenäisesti liikkuville yli 18-vuotiaille aikuisille. Ryhmä kokoontuu joka toinen viikko maanantaisin klo 17–19, Kumppanuuskeskuksella. Kokoontumispaikat ja aiheet yhdistyksen tapahtumakalenterissa [www.oketuki.fi/tapahtumakalenteri/](http://www.oketuki.fi/tapahtumakalenteri/)

Menojengi on yhteinen kohtaamispaikka ja tutustumista sekä yhteistä tekemistä. Satunnaisesti Menojengi liikkuu muualla, joten seuraa yhdistyksen tapahtumakalenteria. Menojengillä on Facebookissa oma ryhmä, Menojengi Oulu - pyydä liittymistä. Menojengillä on myös Whatsapp-ryhmä. Pyydä kerhossa ohjaajalta liittymistä.

Erillistä ilmoittautumista ei ole, ja voit tulla myös avustajasi kanssa. Avustaja on välttämätön, mikäli tarvitset apua esim. liikkumisessa, wc- käynneissä tai ryhmätoimintaan osallistumisessa. Menojengi toteutetaan Pohteen järjestöavustuksella.

**Syyskausi 2025:** 8.9.–15.12.2025, kokoontumispaikat ja aiheet löydät kotisivuiltamme Tapahtumakalenterista

**Alustava! Kevätkausi 2026:** 12.1.-18.5.2026 (kevään toteutus varmistuu rahoituspäätösten mukaan)

Kokoontumispaikat ja aiheet löydät Tapahtumakalenterista

Aika: Klo 17.00–19.00.

Paikka: Kumppanuuskeskus, Os. Kansankatu 53, Oulu tai sopimuksen mukaan muualla.

Maksu: Ilmainen

**Digiryhmä**

Nuorille aikuisille ja työikäisille suunnattu digiryhmä kokoontuu joka toinen viikko. Digiryhmässä käsitellään mm. turvallisia digitaitoja, opetellaan digilaitteiden käyttöä ja selvitellään eteen tulleita digipulmia. Digiryhmä toteutetaan Pohteen järjestöavustuksella.

**Syyskausi 2025:** 1.9.2025-8.12.2025

Aika: klo 17.15–18.30

Paikka: Tiketti, Kumppanuuskeskus, Os. Kansankatu 53, Oulu sekä Teams-alusta (linkki [www.oketuki.fi/tapahtumakalenteri/](http://www.oketuki.fi/tapahtumakalenteri/))

Maksu: Ilmainen

**Alustava! Kevätkausi 2026:** 19.1.-25.5.2026 (kevään toteutus varmistuu rahoituspäätösten mukaan)

**Tiistai**

**Vauhtivarpaat-lastenkerho pienemmille erityislapsille**

Vauhtivarpaat on alle kouluikäisille ja alakouluikäisille kehitysvammaisille lapsille tarkoitettu leikkiliikuntaryhmä. Ryhmän toiminta perustuu toiminnallisuuteen, liikkumisen riemuun ja perheitä yhdistävään toimintaan. Ohjaaja ja vanhempi/muu lähiaikuinen yhdessä ohjaavat lapsia liikkumaan ja touhuamaan turvallisesti yhdessä. Vanhemmat saavat tutustua toisiin perheisiin ja oppivat ohjatussa toiminnassa kannustamaan lastaan liikkumiseen. Kerho toimii myös erityislapsen ja vanhemman vuorovaikutuksen tukijana. Vauhtivarpaat kokoontuu joka viikko tiistaisin. Toiminta toteutetaan syyskaudella 2025 Oulun kaupungin järjestölähtöisen ehkäisevän toiminnan rahoituksella.

**Syyskausi** **2025:** 2.9.-8.12.2025

**Alustava!** **Kevätkausi 2026:** 13.1.-12.5.2026 (kevään toteutus varmistuu rahoituspäätösten mukaan)

Aika: klo 17.30–18.30

Paikka: Kajaanintullin koulu, Os. Koulukatu 16, Oulu

Kausimaksu: Ilmainen

**Keskiviikko**

**Keilauskurssit SYYSKAUSI 2025**

Keilakurssi on kaksi erillistä kuuden (6) kerran kurssia keskiviikkoisin. Toimintaa tukee Oulun kaupungin erityisliikunta.

**Keilauskurssi 1:** 10.9.-15.10.2025

**Keilauskurssi 2:** 29.10.-4.12.2025

**Keilauskurssit KEVÄTKAUSI 2026**

Keilakurssi on kaksi erillistä kuuden (6) kerran kurssia keskiviikkoisin.

**Keilauskurssi 1:** 21.1.-25.2.2026 (alustava)

**Keilauskurssi 2:** 11.3.-15.4.2026 (alustava)

Yhdelle kurssille mahtuu 8 osallistujaa!

Aika: Keskiviikkoisin klo 18.00–19.00

Paikka: Oulun keilahalli, os. Isokatu 97, Oulu

Kurssimaksu: 60 €

KEILAUSKURSSI 2:LLE ETUSIJALLA OVAT NE OSALLISTUJAT, JOTKA EIVÄT OLLEET MUKANA KEILAUSKURSSI 1:LLÄ.

**Torstai**

**Oketuki Olkkari**

Kaikille avoin kohtaamispaikka Kumppanuuskeskuksessa kerran kuukaudessa. Vapaata yhdessäoloa, toisinaan Olkkareissa myös ohjattua toimintaa, mm. Olkkarin bingot. Oketuki Olkkariin voivat tulla tutustumaan esim. uudet jäsenet, päivä- ja työtoiminnan ryhmät, ammattilaiset, Oulun seudun kehitysvammaiset ihmiset ja heidän läheisensä.

Aika syksyllä 2025: 23.9.2025, 28.10.2025, 12.11.2025, 9.12.2025, klo 12.30–14.00

Paikka: Kahvilatila, Kumppanuskeskus, Kansankatu 53.

Maksuton. Olkkaritoimintaa tukee Pohteen järjestöavustus. Olkkaritoiminnan kevään 2026 toteutus varmistuu rahoituspäätösten mukaan.

**Estottomat**

Torstaisin kokoontuvat Estottomat on iloinen ja rento musiikkiryhmä, jossa soitetaan ja lauletaan musiikkia laidasta laitaan. Toimintaa tukee Pohteen järjestöavustus.

**Syyskausi 2025:** 4.9.-11.12.2025

**Kevätkausi 2026:** 8.1.-7.5.2026 (kevään 2026 toteutus varmistuu rahoituspäätösten mukaan)

Aika: Estottomat 1 klo 17.15–18.15

Aika: Estottomat 2 klo 18.30–19.30

Paikka: Lämsänjärven leirikeskus, Hiihtomajantie 2, 90230 Oulu

Kausimaksu: 70 €/jäsen, 85 €/ei jäsen

**TERVETULOA HARRASTAMAAN JA VIRKISTYMÄÄN HYVÄN HARRASTUKSEN PARISSA!**

**HUOM! Kerhotoiminnan toteutuminen varmistuu kausittain haettujen rahoituksen varmistuttua. Seuraa ilmoitteluamme!**

**Muuta huomioitavaa:** Kerhotoiminta on tauolla yleisinä koulujen loma-aikoina ja pyhäpäivinä: syyslomalla 20.10.-26.10.2025, talvilomalla 2.3.-8.3.2026, pääsiäisenä pe-ma 3.4.-6.4.2026. Aikataulumuutokset ovat mahdollisia, ajantasaiset tiedot ovat kotisivuillamme.

Huomioithan, että mikäli kerholainen tarvitsee apua esim. siirtymisissä, pukeutumisessa, ruokailussa, wc käynneissä tai lääkkeiden ottamisessa, mukana on oltava oma avustaja, joka avustaa myös kerhotoiminnan aikana!

Lisätietoja kaikista kerhoista ja muusta toiminnasta löytyy kotisivuiltamme [www.oketuki.fi](http://www.oketuki.fi). Olemme myös Facebookissa ja Instagramissa. Voit myös olla yhteydessä toimistollemme puhelimitse tai sähköpostilla! Kerromme mielellämme lisää eri kerhojen toiminnasta.

**Yhdistyksen kaikessa toiminnassa noudatetaan turvallisemman tilan periaatteita:**

* Pidetään ilmapiiri avoimena. Kunnioitetaan toisten rajoja, toiveita ja omaa tahtoa. Kunnioitetaan toisten mielipiteitä. Ethän tee oletuksia, vaan kommunikoi, kysy ja varmista.
* Varmistetaan myös lupa toisen koskettamiseen.
* Yritä käyttää kieltä, joka on ymmärrettävää kaikille osallistujille.
* Muuta käytöstäsi, jos toinen sitä pyytää.
* Mikäli näet tai koet itse syrjintää, häirintää tai epäasiallista käytöstä, käänny rohkeasti ja matalalla kynnyksellä kenen tahansa lähellä olevan työntekijän puoleen tai ole yhteydessä toimistolle.