

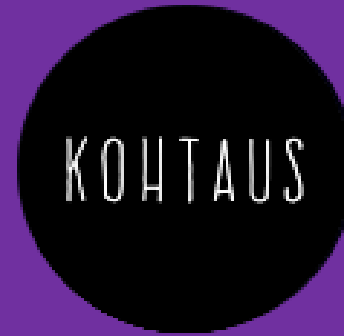
OLEN KOHTA 30 - MITÄ TEEN?

Vantaa

Onneksi olkoon, täytät pyöreitä! Vaikka Vantaan nuorten aikuisten palvelut tarjoavat toimintaa vain 18-29-vuotiaille, et jää tyhjän päälle. Tässä vinkkejä nuorille aikuisille, jotka valmistautuvat elämään kolmekymppisinä :)



Kaupunkiolohuone Kohtaus



Puoluepoliittisesti ja uskonnollisesti
sitoutumatonta ja päihteetöntä
kaupunkiolohuonetoimintaa Malmilla 18—35-
vuotiaille nuorille aikuisille.

Ohjelmistoon kuuluu olohuonemaista hengailua
sisältävä Salakahvila, uusia taitoja tai tekemisiä
kokeileva Sekalaiset sekä vaihtuvia diippejä
aiheita läpikäyvä Syvikset.

Lue lisää osoitteesta: *kohtaus.info*



Jiippi-hanke

Jiippi on seikkailukasvatusta, retkeilyä ja paljon muuta! Jiippi on kehityshanke, jossa vahvistetaan nuorten aikuisten yhteiskunnallista osallisuutta.

Jiipissä seikkaillaan merellä ja metsissä, tutustutaan uusiin ihmisiin. Osallistujille tarjotaan yksilöllistä tukea opintopolkujen etsintään ja kartoitetaan parhaita väyliä kohti työelämää.

Pääkaupunkiseudulla asuville nuorille aikuisille (18-35 v.), jotka ovat vailla työ- tai opiskelupaikkaa tai joilla on muutoin kasautuneita haasteita.

Lue lisää osoitteesta: jiippi.net



Kulttuuripaja Kide

Kulttuuripajalle voit tulla toteuttamaan itseäsi tai löytämään uutta tekemistä ja tuttavuuksia. Toimintamme on vapaaehtoista ja maksutonta perustuen koulutettujen vertaisohjaajien ohjaamiin ryhmiin.

Ryhmissä esimerkiksi taiteillaan, kirjoitetaan, musisoidaan, valokuvataan, pelataan ja liikutaan. Vertaisryhmiemme sisältö ja aiheet nousevat vertaisohjaajien ja kävijöiden mielenkiinnonkohteista.

Vertaisohjaajakoulutuksia järjestetään kaksi kertaa vuodessa. Koulutus antaa sinulle valmiudet oman ryhmän ohjaamiseen. Pajan kävijät ovat 18-35-vuotiaita ja koulutetut vertaisohjaajat voivat olla myös tätä vanhempia.

Työntekijät ovat mahdollistamassa pajan toimintaa ja ovat vertaisohjaajien tukena.

Horsmakuja 8 A 5 (3. krs). Tikkurila.

Lue lisää osoitteesta: kulttuuripajakide.fi



Roso-tuotanto

Roso on verkossa toimiva 18–35-vuotiaille suunnattu luova yhteisö. Osallistuminen Roson toimintaan on maksutonta.

Roson yhteisöllisissä projekteissa ja työpajoissa syntyneitä teoksia ja tuotantoja julkaistaan Roson medioissa ja Roso Records -levymerkin alla.

Roson kanavilla saa myös hengailla, puuhastella omia juttuja tai seurata muiden projekteja. Olet tervetullut sellaisena kuin olet!

Roson löydät esimerkiksi Discordista, Instagramista, Twitchistä, TikTokista ja YouTubesta.

"Roson yhteisö elää Discordissa. Täällä tehdään yhdessä, järjestetään työpajoja, jutellaan ja hengaillaan. Täältä löydät ihmiset ja ideat!"



Tiksin nuoret aikuiset (Tikkurilan seurakunta)

Tikkurilan seurakunnan nuorten aikuisten toiminta on suunnattu kaikille 18–40-vuotiaille sekä kaikille niille, jotka itsensä nuoreksi aikuiseksi mieltävät.

Kaikesta toiminnasta voi kysyä Anna Merikaiholta (050 310 6824 anna.merikaiho@evl.fi) ja ohjelma löytyy myös nuorten aikuisten Facebook-sivuilta.

Tikkurilan seurakunta järjestää nuorille esimerkiksi olkkari-iltoja, lautapeli-iltoja ja retkiä.

Lisätietoa: vantaanseurakunnat.fi/tikkurilan-seurakunta/nuoret-aikuiset

**TIKSIN
NUORET
AIKUISET**



TIKKURILAN SEURAKUNTA
VANTAAN SEURAKUNNAT

Vantaan asukastilat

Asukastiloihin voi aukioloaikojen puitteissa piipahtaa koska tahansa vaikka kahville, juttelemaan muiden kanssa tai kysymään neuvoa. Asukastiloissa järjestetään monenlaista harraste-, kerho- ja virkistystoimintaa. Asukastilan toiminta on aina maksutonta.

Asukastilojen yhteisökahveille ovat kaikki tervetulleita. Siellä tullaan tutuiksi ja kehitetään yhdessä asukastilan yhteisöllisiä pajoja ja tapahtumia.

Asukastiloissa järjestetään aukiolon puitteissa sovittuina päivinä yhteisölounaita, jonne ovat kaikki asukkaat tervetulleita. Yhteisölounailla hyödynnetään Yhteisen pöydän kautta tulevaa ruokahävikkiä.

Asukastilat toimivat kaikille vantaalaisille yhteisinä olohuoneina. Ne tarjoavat mahdollisuuden kohtaamiseen, yhdessä tekemiseen ja osallistumiseen!

Lue lisää: vantaa.fi/asukastilat



Vantaan asukastilat

Tikkurilan asukastila

Tikkurilan asukastila toimii kaikille vantaalaisille yhteisenä olohuoneena. Tikkurilan asukastiloissa on myös varattavissa erinäisiä tiloja eri tarkoitukseen. Perjantaisin Tikkurilan asukastilassa järjestetään yhteisöaamiainen. Tikkurilan asukastila sijaitsee monitoimitalo liidossa, osoitteessa Lummetie 2 A ja on auki Ti-Pe 9:00-15:00

Koivukylän asukastila

Koivukylän asukastila on avointa kohtaamista varten auki arkisin. Asukastilassa järjestetään Yhteisölounaita ja toimintoja, joihin kaikki ovat tervetulleita. Digiasiointia varten on 9 asiakastietokonetta ja digitukea saa viranomaisasiointiin, tulostamiseen ja kopioimiseen. Koivukylän asukastila on auki Ma-Pe 9:00-15:00 ja sijaitsee osoitteessa Hakopolku 2.

Myyrmäen asukastila

Myyrmäen asukastila sijaitsee Myyrmäkitalossa ja toimii kaikille vantaalaisille yhteisenä olohuoneena. Asukastilaan voi tulla nauttimaan kahvit, lukea päivän lehdet, käyttää asiakaskonetta sekä katsella televisiota Ma-Pe kello 9:00-15:00. Asukastilalla on äänentoistolaiteet, videotykki sekä kaksi tietokonetta asiakaskäyttöön. Myyrmäen asukastila sijaitsee Myyrmäkitalossa osoitteessa Paalutori 3.

Lue lisää: vantaa.fi/asukastilat



Tikkurilan asukastila

Tikkurilan asukastilalla on avointa ja maksutonta toimintaa aikuisille. Tikkurilan asukastila sijaitsee Lummetie 2 A, samassa talossa kuin monitoimitila Liito, tämän neljännessä kerroksessa.

Asukastilalla on paljon erilaista toimintaa kuten karaokea, käsityöpajaa ja erilaista liikuntaa. Tikkurilan asukastilalle saa tulla myös vapaasti oleskelemaan ja sosialisoitumaan muiden Vantaalaisten kanssa.

Tikkurilan asukastilalla on Facebook sivut jotka kannattaa käydä katsastamassa: facebook.com/tikkurilanasukastila/. Tikkurilan asukastilalla on olkkari tyylistä toimintaa Ti-Pe 9:00-15:00.



YMCA Vantaa

YMCA Vantaa eli Vantaan NMKY tarjoaa monipuolisia liikuntamahdollisuuksia kaiken ikäisille.

Vantaan NMKY aikuisten liikunnan kausimaksi on 80€ X 2/vuosi.

Tarjolla on aikuisten lentopalloa tiistaisin klo 20-21.30 Lehtikuusen koulun salissa. Torstaisin on aikuisille suunnattua matalan kynnyksen koripalloa Rajakylässä 20:30-22:00.

Vantaan NMKY:llä on myös 5 divisioonan salibandy joukkue. Tarjolla on myös futsalia.

Lisätietoja: ymcavantaa.fi/harrastaminen/nuoret/



Vantaan kaupunki

Vantaan kaupunki tarjoaa monipuolisia harrastusmahdollisuuksia aikuisille. Toimintaa on paljon erilaista, maksutonta sekä edullista. Suurimmasta osasta harrastuksista saa myös alennusta esimerkiksi työttömänä.

Vantaan kaupungin tarjoamia harrastuksia on esimerkiksi erilaiset liikuntaharrastukset kuten kuntonyrkkeily, salibandy, jalkapallo sekä luistelu. Tarjolla on myös erilaisia tanssikursseja sekä uimakursseja. Myös erilaisia kädentaitoja ja musiikkia pystyy harrastamaan vantaan kaupungin aikuisille suunnatussa harrastustoiminnassa. Muutakin toimintaa on tarjolla ja kannattaakin itse käydä katsastamassa tarjonta!

Lisätietoja: harrastukset.vantaa.fi

The logo for Vantaa is a stylized diamond shape composed of three overlapping layers. The outermost layer is dark blue, the middle layer is medium blue, and the innermost layer is light blue. The word "Vantaa" is written in white, bold, sans-serif capital letters across the center of the light blue diamond.

Vantaa