

NOUSIAISTEN Vapaa-aika

NUORISOTYÖ & LIIKUNTA

kevät–kesä 2025



Ota haaste
vastaan ja lähde
seikkailemaan!

The Incredible Race, s. 6

Poluille,
pyöräteille,
mailan varteen...

Löydä kesäksi itsellesi
mieluisa tapa liikkua!

s. 18–19

5 Nousiaisten Päiviä on
vietetty jo 40 vuoden ajan!

Nyt suunnitellaan juhlatviikonlopun sisältö.



NOUSIAINEN

Kevät- terveiset



Lyhyen ja haastavan talven jälkeen on aika esittää nöyrä kiitos Paijulan, Kirkonpiirin sekä Valperin jääkenttien ylläpitäjille. Teidän avullanne saatiin näinkin haasteellisena talvena tarjottua luisteluolosuhteet kuntalaisille. Ilman teitä talvesta olisi tullut vieläkin lyhyempi. Kiitos ahkeruudestanne!

Falkinkosken uusi sauna on tätä kirjoitettaessa jo harjakorkeudessa ja sisätyöt ovat alkaneet. Tarkka ajankohta uuden saunan käyttöönotolle on vielä auki, mutta varovainen toive on, että kesäksi sauna valmistuu ja saadaan käyttöön.

Yhtenäiskoulu ja tuleva monitoimisali ovat saaneet seinät ja katon ylleen. Syksyllä 2026 käyttöön tuleva sali viimeistelee ensiluokkaisen liikuntakesittymän mm. yhtenäiskoulun tarpeisiin. Nouste Areenalla keskitytään opetuksessa palloilulajeihin ja uudessa monitoimisalissa toteutetaan erityisesti motoristen taitojen opetus. Salin volttimonttu + lattiatrampoliini, boulderointiseinä sekä hyvä telinevoimis-

teluvälineistö mahdollistavat laadukkaan liikunnanopetuksen olosuhteet. Pian ovat historiaa ajat, kun Nummen salin pienestä varastosta piti liikuntatunneiksi kaivaa esiin voimisteluvälineet. Ensimmäin otettiin kaikki maalit ja pallokorit salin puolelle ja sen jälkeen vasta päästiin käsiksi voimisteluvälineistöihin. Liikuntatuntien valmistelut nopeutuvat huomattavasti, kun uusi monitoimisali valmistuu.

Talven ohjatut jumpat jatkavat toukuulle saakka, jonka jälkeen starttaavat kesätoiminnot. Paljon kivaa tekemistä kaiken ikäisille on tarjolla, joten poimi tarjonnastamme juuri sinulle sopiva toiminto ja lähe liikkeelle. Liike on lääke!

JOUNI KANGASNIEMI
vapaa-aikatoimen päällikkö

” *Liike on lääke!*

Sisältö

RETKET, LEIRIT JA TAPAHTUMAT 4–11

LAPSET JA NUORET 12–17

- Nuorten kesätyö 2025 12
- Harrastamisen Suomen malli 13
- Nuorisotilat, koulunuorisotyö, Nuorten Paikka, synttärit 14
- Netari, Nuorisovaltuusto 15
- Etsivä nuorisotyö 16
- Nuorten työpaja 17

LIIKUNTA 18–27

- Liikuntalukujärjestys 18–19
- Lasten ja nuorten liikunta 20–21
- Ryhmäliikunta 22
- LiikU haastepöytäily, Polkuretket 2025 23
- Uimarannat 24
- Kuntosali, maksuvälineet 25
- Ikäihmisten liikunta 26
- Liikuntaystäväksi tai vertaisohjaajaksi ryhmään, saattajakortti 27

VANHUSTYÖ 28

EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ 29

Liikunta- ja ulkoiluapaikat 30–31



26

Mölkkyä
ja hyvää
senioriseuraa



Rannalla on lupa hengailla!

Tapahtumat sivuilla 4–11. Tietoa uimarannoista sivulla 24.

RETKET, LEIRIT JA TAPAHTUMAT

VANHEMMUUDEN VIIKKO – VK 17

Valpperin sählykerhoihin vanhemmat mukaan tiistaina 22.4.

Vanhemmuuden viikolla lasten vanhemmat tervetulleita pelailemaan sählyä yhdessä lasten kanssa Valpperin sählykerhoon.

Lasersotaa perheille tiistaina 22.4.

Perheiden yhteinen lasersota Piispanristin Huvilupa-areenalla tiistai 22.4. klo 18.30–20.00. Peliin voivat osallistua yli 10-vuotiaat yhdessä vanhemman kanssa. Pelimaksu 10 €/hlö, jokainen hoitaa matkat itsenäisesti. Peli-ilta toteutuu, mikäli osallistujia on vähintään 10.



● Ilmoittautumiset 12.4. mennessä: nousiainen.fi/tapahtumat



**Tervetuloa maksuttomaan
webinaariin!**



● Liity kokoukseen vierisellä QR-koodilla. Löydät linkin myös kunnan verkkosivuilta Tapahtumat-osiosta.

Mitä nuorten arkeen kuuluu? -verkkovanhempainilta torstaina 24.4.

Vanhemmuuden viikkoa vietetään 21.–27.4.2025. Teemaviikon kunniaksi Turun kaupunki järjestää yhteistyössä Raision kaupungin, Nousiasten kunnan ja Varsinais-Suomen hyvinvointialueen kanssa 24.4. klo. 17.30–19.30 verkossa toteutettavan "Mitä nuorten arkeen kuuluu?"-vanhempainillan 10–17-vuotiaiden nuorten huoltajille ja muille aiheesta kiinnostuneille.

Tilaisuudesta ei tehdä tallennetta.

Ohjelma:

- klo 17.30 Nuorten Omahelpperi.fi – Vinkit ja palvelusuositukset nuorille (Elisa Jyllikoski & Sini Eräpuro, Varhan sähköinen perhekeskus). Kuulet, miten maksuton Omahelpperi tarjoaa nuorille luotettavaa, kiinnostavaa tietoa ja käytännön tukea heidän arkeensa. Samalla saat käytännön vinkkejä siitä, kuinka vanhempana voit tukea nuorta hyödyntämään Omahelpperin tarjoamia palveluja, esim. opiskeluihin, ihmissuhteisiin ja itsenäistymiseen liittyen.
- klo 18.00 Nuorten päihteidenkäyttö ja ajankohtaiset ilmiöt (ylikonstaapeli Janne Aro-Heinilä Lounais-Suomen poliisi). Ajankohtaista tietoa nuorten häiriökäyttäytymisestä, päihteiden käytöstä sekä muista ilmiöistä.
- klo 18.30 Koulun ja vanhempien yhteistyö (ankkuriopettaja Mikko Selin). Puheenvuoro kodin ja koulun välisen yhteistyön merkityksestä nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi.
- klo 19–19.30 Aikaa kysymyksille ja keskustelulle

Retkeilytapahtuma Topoisten laavulla lauantaina 26.4.

Koko perheen avoin retkeilytapahtuma klo 13–15 Topoisten laavulla (Topoistentie 11).

Ohjelmassa on mm. yhteislaulua sekä luontobingoa. Osallistujille on myös tarjolla hernekeittoa sekä mehua ja kahvia. Tarjoilujen järjestämiseksi ilmoittautuminen sähköpostilla kuhankuono@gmail.com

Tervetuloa! Tapahtuman järjestää Kuhankuonon latu ja polku ry.



Perhekätköilyä

17.4.-31.5.2025

Nousiaisten kunnan alueelle on piilotettu 17.4.-31.5. välisenä aikana 10 kätköä. Perheillä on mahdollisuus etsiä niistä yksittäisiä tai halutessaan vaikkapa kaikki kätköt. Luvassa on tutustumista kotiseutuun, seikkailua ja mukavaa yhdessä tekemistä.

Vihjeet perhekätköjen sijainneista julkaistaan 17.4.2025 kunnan verkkosivuilla nousiainen.fi/nuorisio. Osallistuneiden ja löydettyjen kätköjen tiedot 31.5. mennessä palauttaneiden perheiden kesken arvotaan palkintoja!

Lähtekää yhdessä mukaan seikkailuun!



Nousiaisten Päivät 40 vuotta -viikonloppua vietetään 15.-17.8.

Ohjelma päivittyy kevään ja kesän aikana. Seuraa Nousiaisten kunnan verkkosivujen tapahtumat-osiota!

Seuraava markkinatoimikunta kokoontuu ke 23.4. klo 18 kunnanvirastolla.

Kaikki ovat tervetulleita suunnittelemaan tulevaa kotiseututapahtumaa. Ideoita tapahtumaan vastaanottavat Jouni & Leena.



HENRIKIN MARKKINAT 16.8.

Ohjelmassa mm. markkina-myyntiä Nouste Arenalla sekä ilahduttavia esityksiä, kuten tänä vuonna lastenmusabändi Rokki-Kokki ja Ti-Ti Nalle.

Tule mukaan iloiseen tapahtumaan ja varaa nyt myyntipaikkasi:

SATU ANTILLA, 040 554 7778, henrikin.markkinapaikat@gmail.com

Markkina-
paikka
alk. 30 €

Katso lisää: www.nousiainen.fi



SM Red Devil Länsirannikon Ralli – Ensimmäinen erikoiskoe Nousiaisissa!

Rallin huumaa Turun seudulla 23.–24.5.2025!

Suomen huippukuskit ja Viron mestaruussarjan kilpailijat ottavat mittaa toisistaan vauhdikkailla erikoiskokeilla. Ensimmäinen EK käynnistyy perjantai-iltana Nousiaisissa Halisojantiellä – tätä et halua missata.

Kupittaalla koko perheen kisa-huumaa

Kilpailukeskus ja huoltoparkki sijaitsevat Kupittaalla, jossa lauantaina luvassa elämyksiä koko perheelle – myös perheen pienimmät huomioiden!

Liput & lisätiedot: www.lansirannikonralli.fi

VIP-TILAISUUS –
RALLIELÄMYS
PARHAIMMILLA PAIKOILLA

Nauti rallista tyylillä!
VIP-paketti sisältää:

- Eksklusiiviset katselupaikat
- Hyvää ruokaa & juomaa
- Juontaja & live-musiikkia tilaisuudessa
- Kuljettajien takaista tunnelmaa rallitiimien parissa
- Bussikuljetus Kupittaalta Nousiaisisiin ja takaisin – matkan varrelta pääsee myös kyytiin!



Vip-tilaisuuden liput & lisätiedot:

Laura Suvanto, p. 040 578 0265 /
suvanto.laura@gmail.com



RALLI ON PARASTA
PAIKAN PÄÄLLÄ –
TERVETULOJA MUKAAN!

KUVA: AKK / TANELI NIINIMÄKI

  Seuraa meitä myös somessa Länsirannikonralli



**THE INCREDIBLE
RACE
NOUSIAINEN**

24.5.2025
🕒 **12-18**

**HUIMAAVATKO KORKEAT PAIKAT?
MENEKÖ PÄÄ HELPOSTI SEKAISIN?
OLETKO NOKKELA, KETTERÄ, SITKEÄ VAI NOPEA?**

**HAASTA ITSESI JA KAVERISI, KERÄÄ OMA
JOUKKUEESI JA LÄHDE MUKAAN SEIKKAILUUN!**



TAPAHTUMA KOKO NOUSIAISTEN ALUEELLA JA LIIKKUMINEN KISASSA OMATOIMISESTI.
KASAA JOUKKUEESEEN 4 INNOKASTA NUORTA TAI AIKUISTA KISAAJAA.
ALAIKÄSUOSITUS ON 11 VUOTTA.

Osallistumismaksu 50€ joukkue.

ILMOITTAUDU 11.5.2025 MENNESSÄ.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: www.nousiainen.fi/tapahtuma

LINNANMÄELLE

29.5.2025

Lähde mukaan huvittelemaan perinteiselle huvipuistoretkelle Linnanmäelle helatorstaina.

Lähtö klo 11.00 ja paluulähtö Linnanmäeltä klo 19. Retkihinta 60€ sisältää kuljetuksen ja hupirannekkeen. Pelkkä kuljetus 15€. 12 vuotiaat ja vanhemmat nuoret itsenäisesti matkaan, nuoremmille huoltaja mukaan.

Sitovat ilmoittautumiset 14.5. mennessä www.nousiainen.fi/tapahtuma.

PAKOHUONE 10.–12.6.

Henrikin yhtenäiskoululla.

Ajat varattavissa klo 9–15 osoitteessa: nousiainen.fi/tapahtuma

Pakohuone 12-vuotiaasta ylöspäin. Saavu paikalle, vaikka koko perheen voimin. Joukkueiden koko 2–4 henkeä.

Tervetuloa pakohuoneeseen, jossa suuntaat kohti kesäloman vapautta – mutta matka ei olekaan aivan tavallinen! Tehtävänäsi on vapauttaa koulunuorisotyöntekijä, joka on jäänyt vangiksi salaperäiseen huoneeseen. Jotta pääset pakenemaan ja viettämään ansaittua kesälomaa, sinun on ratkaistava arvoituksia, löydettävä piilossa olevia vihjeitä ja toimittava tiiminä. Aikaa on rajallisesti, ja jokainen ratkaisu vie sinut lähemmäksi lomatumunelmaa!

Onko teillä rohkeutta ja älyä pelastaa nuorisotyöntekijä ja päästä lomalle? Ota haaste vastaan ja koe jännittävä pakomatka täynnä yllättäviä käännteitä ja pulmia!

NUORTEN BITSIREISSU

Pohjoismaiden upeimmalle hiekkarannalle Yyteriin 16.6.

Retki järjestetään maanantaina 16.6. ja on suunnattu 12-vuotiaille (2013 synt.) ja sitä vanhemmille nuorille. Lähtö klo 10 ja paluulähtö noin klo 16–17.

Retkipäivän ohjelmassa on vapaata hengailua rannalla, uimista, rentoa ja rantapeliä pelailua. Halutessasi omakustanteista aktiviteettia Yyterissä, esim. Huikee seikkailupuisto, Pako Yyteriin -seikkailu, fatbike-vuokraus, minigolf tai kylpylä.

Lisätietoja: www.visitpori.fi/yyteri/

Retkihinta 20 €, sisältää bussikuljetuksen sekä pientä piknik-evästä. Mukaan kannattaa varata myös omia eväitä tai rahaa ruokaostoksiin.

● Ilmoittautumiset 1.6. mennessä nousiainen.fi/tapahtuma.

Retki järjestetään yhteistyössä Maskun hyvinvointipalveluiden kanssa ja se toteutuu, mikäli lähtijöitä on vähintään 25.

KESÄN TOIMINTAPÄIVÄT lapsille ja nuorille



Maanantai 9.6. **NOUSTE SPOTTING** **KAUPUNKISUUNNISTUSKILPAILU**

Lähtö Nouse Areenalta klo 10–14 välisenä aikana. Kerää pisteitä vastaamalla rastipisteisiin liittyviin kysymyksiin oikein yhden tunnin aikana. Kilpailuun voi osallistua yksin tai parin kanssa. Alaikäraja 12 vuotta. Ei ennakoilmoittautumista.

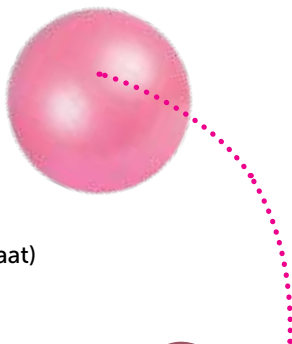
Tiistai 10.6. & 17.6.

NORSUPALLO

Koljolan kenttä

Klo 10 (7–12-vuotiaat)

Klo 12 (13-vuotiaat ja vanhemmat)



Keskiviikko 11.6. & 18.6.

KUPLAFUTIS

Koljolan kenttä. Klo 10 (7–12-vuotiaat)

Klo 12 (13-vuotiaat ja vanhemmat)

Perjantai 13.6.

POLIISI & ROSVO

Nouse Areena. Klo 10–12.30. Yli 13-vuotiaille.

Ilmoittautumiset: nousiainen.fi/tapahtuma



Etsivä nuorisotyö

let's go
laavulle

ETSIVÄ
NUORISOTYÖ

25.6. klo 13–18.00
Topoisten laavu (Topoistentie 11).
Säävaraus. Nähdään laavulla!

KESÄN PÄIVÄLEIRIT ALAKOULUIKÄISILLE

viikot 23–26, klo 8–16

● **Viikko 23, ma–pe 2.–6.6.**

Kirkonpiirin koulu ja Koljolan kenttä

Kentälajeihin ja peleihin tutustumista, pyöräretki ja toimintaa koulun salissa ja sen ympäristössä.

● **Viikko 24, ma–pe 9.–13.6.**

Nousten nuokkari ja keskustan alue

Viikon aikana toimintaa nuokkarilla ja keskustassa, palloilua Nouse Areenalla ja pyöräilläään retkelle keskustan ulkopuolelle.

● **Viikko 25, ma–to 16.–19.6.**

Valpperin koulu ja urheilukeskus

Luontoaiheista toimintaa ja tekemistä. Liikuntaa urheilukeskuksen maastossa ja urheilutalolla.

UUTTA!

Valpperin päiväleirille toteutetaan kuljetus Nummelta. Lähtö klo 8 Nouse Areenen P-alue (Koljolantie 34). Paluukuljetus Nouse Areenalla klo 16.20.

● **Viikko 26, ma–pe 23.–27.6.**

Nousten nuokkari ja keskustan alue

Yhden leiriviikon hinta 70 € (sisarhinta 50 €)
sis. leiriohjelman retkineen, ruokailun ja välipalan.

Ilmoittautumiset 16.5. mennessä:
jouni.kangasniemi@nousiainen.fi

Ilmoita nimi, ikä, osoite, mille vkolle/viikoille osallistuu, huoltajan yhteystiedot/laskutusosoite, mahdolliset allergiat ja lääkkitykset yms.

Kukin päiväleiri tarvitsee vähintään viisi (5) ilmoittautunutta, jotta ko leiri toteutuu.

Kaikilla päiväleiriviikoilla tarjotaan mahdollisuuksia pelata, leikkiä ja liikkua myös ohjatun toiminnan ohella.

Pyöräretki Ahvenanmaalle

Pumppaa pyörän renkaat, pakkaa kamat ja lähde 9.-12.6. seikkailulle Ahvenanmaan saaristoon!

Pyöräretki on suunnattu 12-17-vuotiaille (2008-2013 syntyneet) nousiaislaisille, maskulaisille, naantalilaisille ja raisiolaisille nuorille. Päivittäinen pyöräilymatka on n.30 km ja matkatavarat kulkevat huoltoautossa. Retkellä luvassa huikeita maisemia, uusia kavereita sekä elämyksiä. Matkan varrella vierailaan mm. Taffelin tehtailla, Bomarsundin linnoituksen raunioilla, Kastelholman linnassa, Smakby-ravintolassa ja lisäksi mahdollisuus uida, sauna, pelata minigolfia...

Retken hinta 250€
(ulkopaikkakuntalaiset, jos tilaa jää, 300€) sisältäen matkat (bussikuljetuksen Kustaviin, lauttamatkat saaristossa sekä Viking Linen paluumatkan Turkuun), yöpymiset mökeissä, kaikki ruokailut ja ohjelmaan kuuluvat aktiviteetit.

ILMOITTAUDU 8.5. MENNESSÄ!
nousiainen.fi/tapahtuma





Luvassa myös
unohtumattomia
illanviettoja, disco
sekä itsensä
ylittämistä!



16.–18.6.

SPORTTI-LEIRI

Varalan
urheiluopistolla

Kaksi liikunnallista leiriä 8–12-vuotiaille
sekä 13–16-vuotiaille pojille ja tytöille.

Leiri järjestetään yhteistyössä Maskun ja
Mynämäen nuorisotoimien kanssa.

Leirin hinta: 205 €, sisältäen kuljetuksen
Nousiaisista (lähtö klo 9.45). Majoitus
2–4 hengen huoneissa täysihoidolla,
sisältäen monia lajikokeiluja. Leirimaksu
suoritetaan ilmoittautumisen yhteydessä.
Ilmoittautuminen sitova (peruuttaminen
vain lääkärintodistuksella).

Leireillä on mahdollisuus osallistua
myös lisämaksusta Särkänniemi-retkeen
(Särkänniemen ranneke +41 €/maksetaan
Varalan urheiluopistolla). Mikäli huvilait-
teet eivät innosta, opistolla on tarjolla
myös omaa ohjelmaa.

Ilmoittautumiset suoraan
Varalaan:
[https://www.lyyti.
in/87865_v_Sporttileiri_816v_
make_161862025_1685](https://www.lyyti.in/87865_v_Sporttileiri_816v_make_161862025_1685)



Lajeina parkour, akrobatia, melonta,
frisbeegolf, kuntonyrkkeily, futsi,
vesidisco, palloilu, kaupunkipoltti –
uintia ja saunomista unohtamatta!



NUORTEN KESÄTYÖ 2025

Bongaa itsellesi kesätyö
Nousten kesätyöseinalta:



kesaduunii_sulle

Ota seurantaan!

Haku:

nousiainen.fi/
kesatyot

Jeesiä kesätyönhakuun!

Jos kaipaat henkilökohtaista jeesiä kesätöiden haussa, työhakemusten tai vaikkapa CV:n kirjoittamisessa, etsivät auttavat! Ole yhteydessä etsiviin ja sovi oma aika tapaamiselle:

**etsivat@nousiainen.fi, 044 435 5363/
Vivica tai 044 435 5209/Maija.**

Nuorten Duuniviikko 2025

Duuniviikolla tehdään erilaisia kunnostustöitä yhden viikon ajan (ma–pe) 2.–8.6. välisenä aikana. Viikkotyöaika 35 h, päivittäin klo 8.30–15.30. Hakijana voi olla nousiaislainen 14–20-vuotias nuori. Nuoren tulee täyttää 14 vuotta vuoden loppuun mennessä. Duuniviikolle voi osallistua nuori, joka ei ole kesällä 2025 työllistynyt muuhun työhön. Etusijalla ne nuoret, jotka eivät ole aikaisempina vuosina työllistyneet Duuniviikolle. Palkka 215 €/vk.

Hakuaika 1.–30.4.2025. Hakulomake: www.nousiainen.fi/kesatyot
Hakijoiden joukosta arvotaan 20 nuorta työhaastatteluihin. Arvonta 5.5. ja työhaastattelut pidetään viikon 19 aikana. Duuniviikolle työllistyy 10 nuorta.

Lisätiedot: henna.isotalo@nousiainen.fi
tai 044 435 5305.

Kesätyötuki yrityksille

Nousiasten kunta myöntää kesätyötukea maaseutuyritykselle, yrityksille, järjestölle tai yhdistykselle 2011–2005 syntyneen nousiaislaisen (kotipaikka Nousiainen) nuoren palkkaamiseen. Kesätyötuki on 460 €/vähintään 4 viikon työsuhteeseen, 230 €/vähintään 2 viikon työsuhteeseen tai 4H-yrittäjänä itsensä kesäksi työllistäneelle nuorelle 250 €/4H-yritys.

Nuori etsii ja hankkii itsenäisesti kesätyöpaikan itselleen Nousiaisista tai muulta paikkakunnalta. Nuoren palkkaava yritys tai nuori itse voi hakea Nousiasten kunnalta yritystukea nuoren palkkaamiseen osoitteessa www.nousiainen.fi/kesatyot

Kesätyötuen hakuaika on 10.3.–30.5.2025.

Hakulomake avautuu 10.3. klo 9.00 ja se tulee täyttää 30.5. klo 23.59 mennessä. Hakemukset käsitellään ja yritystuki myönnetään saapumisjärjestyksessä. Kesätyötukea jaettavissa enintään 25 nuorelle.

Tarkemmat hakukriteerit ja myöntöperusteet löytyvät osoitteesta www.nousiainen.fi/kesatyot

Lisätiedot: henna.isotalo@nousiainen.fi,
044 435 5305 tai
leena.lemola@nousiainen.fi,
044 435 5361 (tukipäätökset ja maksatusasiat)

Oletko 13–28-vuotias nuori ja kiinnostunut perustamaan oman yrityksen?

Tuhannet nuoret ovat valinneet 4H-yrittäjyyden tavaksi tienata omaa rahaa ja saada työkokemusta.

Laita viestiä, jos kiinnostaa tietää lisää p. 050 331 9270.

Yhdistyksemme ajankohtaiset tiedot, yhteystiedot ja ilmoittautumislomakkeet löydät osoitteesta: www.meri-vakka.4h.fi

4H Meri-Vakka

HSM Harrastustoiminta

Nousiaisten kunta järjestää harrastamisen Suomen mallin mukaista HSM-harrastustoimintaa kaikilla kunnan kouluilla. Toiminnan tavoitteena on mahdollistaa jokaiselle 1.–9.-luokkaliselle vähintään yksi mieleinen ja maksuton harrastus koulupäivän yhteydessä. Lukuvuosikohtaista harrastuslukkaria koostetaan lasten ja nuorten toiveiden pohjalta. Harrastuksiin osallistuvilla lapsilla ja nuorilla on mahdollisuus maksuttomaan välipalaan iltapäivisin harrastuspäivinä ja lisäksi koulukuljetusoppilaille järjestetään maksuton harrastuskuljetus kotiin harrastuksen jälkeen.

- Lukuvuoden 2024–2025 harrastusryhmät jatkavat 23.5. asti. Ensi lukuvuoden harrastuslukujärjestys julkaistaan ja ilmoittautumiset käynnistyvät elokuussa 2025. Tarkempaa tietoa asiasta tulossa 1.–9.-luokkalaisille Wilman kautta elokuussa.



Harrastusetsivä

Harrastusetsivän tehtävänä on auttaa lapsia ja nuoria löytämään mielekäs harrastus ja kannustaa heitä jatkamaan sen parissa. Hän jalkautuu kouluille ja lähialueiden harrastustoimintaan kuuntelemaan lasten ja nuorten ajatuksia, sekä toimii linkkinä perheiden ja paikallisten harrastustoimijoiden välillä. Lisäksi harrastusetsivä vierailee harrastuspaikoilla ja on seurojen ja yhdistysten kutsuttavissa seuraamaan harjoituksia.

Lukuvuoden aikana harrastusetsivä järjestää erilaisia harrastustapahtumia ja jalkautuu kouluille harrastamisen teemoin. Hänen toimintansa avulla voi päästä kokeilemaan uusia lajeja ja harrastuksia. Mikäli oma harrastus on vielä löytymättä tai harrastusasiat muuten ovat ajankohtaisia, voit näissä asioissa olla yhteydessä harrastusetsivä **Jarno Sainioon** Wilman kautta tai puhelimitse.

Haluatteko lisää harrastajia? Kutsukaa Harrastusetsivä mukaan!

Harrastusetsivä Jarno voi vierailla harjoituksissanne tai tapahtumissanne ja tuoda toimintaanne esille kouluilla, sekä perheiden parissa. Tämä on loistava tilaisuus kasvattaa näkyvyyttä ja houkutella uusia lapsia ja nuoria mukaan toimintaanne!

Alkuvuodesta kerättyjen HSM kehittämis-
palautteiden koonti ja vastaukset palauttee-
seen löytyvät kootusti kunnan verkkosivuilta
nousiainen.fi/hsmharrastustoiminta



Nuorisotyö Nousiainen

Nuorisotilat

Nummen nuokkarin p: 044 435 5304

PIKKUNUOKKARIT

Avointa toimintaa 3.–6.-luokkalaisille
27.5. asti

- **NOUSIAISTEN NUOKKARILLA**
(Moisiontie 16) tiistaisin klo 14–16 ja
torstaisin klo 13–16.
- **VALPPERIN URHEILUTALOLLA**
(Urheilutie 17) maanantaisin klo 14–16.

Pikkunuokkarilla voi viettää aikaa kavereiden kanssa, pelailla ja tehdä vaikka läksyjä. Teemapäivinä askarrellaan, kokkaillaan jne.

ILTANUOKKARIT NUMMELLA

Avointa toimintaa 7.lk–18-vuotiaille nuokkarilla (Moisiontie 16) tiistaisin, torstaisin ja sunnuntaisin klo 18–21 sekä perjantaisin ja lauantaisin klo 18–22.

Nuokkarilla voit oleskella kavereiden kanssa, pelailla biljardia tai muita pelejä ja halutessasi osallistua ohjattuun toimintaan teemaitoina. Nuorten käytössä on WiFi, Netflix, iWall ja PS5.

Iltnuokkarit avoinna normaaliaukioloaikojen mukaisesti sunnuntaihin 11.5. asti, ja sen jälkeen avoinna toukokuun ajan vain lauantaisin 17.5., 24.5. klo 18–22 sekä koulun päätöspäivänä 31.5. klo 18–23.



Nuorisokortti –

Masku, Mynämäki ja Nousiainen

Nousiaisissa on käytössä kolmen kunnan yhteinen Nuorisokortti. Kortti on 9–18-vuotiaille tarkoitettu maksuton nuorisotilojen jäsenkortti, joka tulee olla voimassa nuorisotilatoimintaan osallistuttaessa Maskussa, Mynämäessä ja Nousiaisissa. Nuorisokortti palvelee yleistä turvallisuutta nuorisotilatoiminnassa ja edistää nuorisotyön ja kodin välistä yhteistyötä.

Vuosina 2012–2023 myönnettyt seutukunnalliset nuorisokortit ovat voimassa jatkossakin. Nousiaisissa nuorisokortit haetaan paperisella nuorisokorttihakemuksella, joka on saatavilla nuorisotiloista ja tulostettavissa kuntien nettisivuilta. Täytetty hakemus ja kaksi valokuvaa palautetaan nuorisotilalle kortin saamiseksi. Valokuva voidaan ottaa myös nuokkarilla.

Nuorten Paikka

Nuorten oma vapaa-ajanviettopaikka Maskuntien varressa on vapaasti nuorten käytettävissä. Paikalta löytyy grillipaikka ja puita (jos puut loppuvat -> viestiä Hennalle!) sekä kuivakäymälä. Muistattehan noudattaa nuotion tekemisessä voimassa olevia metsäpalovaroituksia.

Pidetään paikka ehjänä ja siistinä, niin sitä on mukavampi kaikkien käyttöä =)



Nuokkarin kioskiostokset ja synttärarit on mahdollista maksaa MobilePay-sovelluksella.

NUORISOTYÖN SOMEKANAVAT

Ota seurantaa ja pysyt ajan tasalla!



Nousten Nuorisio



noustenuorisio

Koulunuorisotyö

Perustyöpäivän ytimessä on nuorten kohtaaminen. Nuori kaipaa aikuista, joka iloitsee hänen kanssaan. Jokaiseen päivään kuuluu välituntitoimintaa pihalla, työhuoneessa tai jonkun ohjelmanumeron muodossa. Lisäksi koulunuorisotyöntekijä vierailee oppitunneilla, esimerkiksi kotitaloudessa.

Synttärarit

Lasten synttäreitä järjestetään **nuorisotiloissa** (Moisiontie 16) **maanantai- ja keskiviikkoiltoisin**. Liikuntasynttäreitä järjestetään **lauantaisin klo 12- ja klo 15- Kirkonpiirin koulun salissa** (Vahdantie 52). Teemasynttäreillä on valitun teeman mukaista ohjelmaa; nuorisotiloissa disco, peli, askartelu ja leikki sekä Kirkonpiirin koulun liikuntasalissa liikuntaleikkijä, tempurata, NERF-kaupunkisota tai palloilusynttärarit.

Synttäreiden hinnat: 100 € (1–15 lasta), 140 € (16–20 lasta). Hinnat sisältävät ohjaajat ja teeman mukaisen ohjelman. Synttäritarjoilun hoitavat synttärisarjan vanhemmat. Lapsimäärä ilmoitetaan synttäreitä varattaessa. Maksuvaihtoehdot paikan päällä: MobilePay tai käteinen.

Synttäreitä järjestetään kesällä juhannukseen asti. Synttärivaraukset ovat kesätauolla 18.6.–10.8. välisenä aikana. Syksyllä synttäreiden järjestäminen jatkuu taas normaalisti.

- **Synttärityö ja varaukset nettisivuilla olevan kaavakkeen kautta: nousiainen.fi/synttärarit**



Nettinuorisotalo
netari.fi

Netari



Chatit

Digifrendi



Digifrendi on 13–21 -vuotiaille suunnattua toimintaa, jossa tapaavat etänä omaa, sinulle valittua luottoaikuisia 10 kertaa. Digifrendiaikuiset on koulutettu työhönsä ja he ovat oikeita ihmisiä, ei tekoälyä tai botteja

Netari WA



Keskustelutukea WhatsAppissa 13–21 -vuotiaille nuorille. Voit laittaa meille milloin vain viestiä numeroon 0503135160

Ryhmächatit

Discord



Netarin Discord-serverillä jutellaan yhteisessä ryhmächatissa. Liittymisohjeet servulle löydät netari.fi/discord

Twitch



Netarin Twitch-kanavalla striimataan pelejä ym. sekä jutellaan yhdessä chatissa. Seuraa meitä Twitchissä @netarifi

TikTok & Instagram



Netari löytyy myös somesta!
Instagram: @netarifi
TikTok: @netari_official



NUORISOVALTUUSTO – nuorten oma vaikuttajaryhmä

Nuorisovaltuusto on nuorten oma virallinen vaikuttajaryhmä, joka edistää nuorten kuulemistä ja elinoloja Nousiaisissa. Nuorisovaltuusto toimii linkkinä nuorten ja kuntapäättäjien välillä ja tuo nuorten näkökulmaa päätöksentekoon. Nuorisovaltuuston valitsemalla edustajalla on

puhe- ja läsnäolo-oikeus kunnanvaltuuston ja lautakuntien kokouksissa. Lisäksi nuorisovaltuusto toimii aktiivisesti ottaen kantaa ajankohtaisiin asioihin ja järjestää nuorille erilaista toimintaa.

Jos sulla on idea, mitä ja miten nuorten asioita tai ympäristöä voisi kehittää Nousiaisissa – vinkkaa Nuvalle, niin edistetään asiaa yhdessä!

● Yhteyttä nuorisovaltuustoon saat sähköpostilla: nuva@lh.nousiainen.fi



Nousiaisten
Nuorisovaltuusto



nousiaistennuva

Avoin lentopallo- & sulkapallovuoro 16 v. + nuorille

Rennolla meiningillä lentistä ja sulkista **Nouste Areenalla torstaisin klo 15–16 (22.5. asti)**.
Ei ennakoilmoittautumisia.
Tervetuloa!

HEI! 15-29-VUOTIAS NUORI, SUA VARTEN ON IHMINEN, JOKA KUUNTELEE!

Pohditko tulevaisuudensuunnitelmiasi?

Oletko vailla opiskelupaikkaa, työtä tai toimeentuloa, koet yksinäisyyttä tai suunta on muuten hukassa?

Yksin ei tarvitse kohtaamiasi haasteita ja ongelmia pyörittellä!

Me etsivät nuorisotyöntekijät autamme ja etsimme sun kanssa ne asiat, jotka eniten innostavat ja motivoivat. Hoidetaan yhdessä myös paperiviidakot, hakemushässäkät ja raha-asioiden järjestelyt.

Etsivä nuorisotyö on aina luottamuksellista ja sinulle täysin vapaaehtoista. Meihin saat yhteyden sähköpostilla, puhelimella tai some-kanavien kautta. Voit olla itse yhteydessä etsivään tai ohjautua asiakkaaksi yhteistyötahojen kautta. Myös huoltaja, ystävä tai lähipiiri voivat olla etsivään nuorisotyöhön yhteydessä huolen herätessä.

Ota rohkeasti yhteyttä, täällä ollaan just sua varten!

ETSIVÄT NUORISOTYÖNTEKIJÄT
Masku-Mynämäki-Nousiainen

Vivica

Vivica Silfverberg

p. 044 435 5363
etsivat@nousiainen.fi

 etsiva_vivica



Maija

Maija Luukkonen

p. 044 4355 209
etsivat@nousiainen.fi

 etsiva_maija



ETSIVÄ
NUORISOTYÖ

AVOINTA TOIMINTAA:

Torstai Startti


klo 10-12.00 (Masku)


Laavukierros:

12.6. Reisvuoren laavu,
Masku klo 13-18.00

17.6. Asmandian laavu,
Mynämäki klo 10-14.00











25.6. Topoisten laavu,
Nousiainen klo 13-18.00

 ent_masku_mynamaki_nousiainen

 Etsivä nuorisotyö
Masku-Mynämäki-Nousiainen

Työkokeilupaiikkaa? Rentoa seuraa? Mynämäen Nuorten Työpaja on sinua varten!

Työkokeilu on hyvä tapa saada työkokemusta ja oppia uusia taitoja. Vai tarvitsetko apua opinnoissa? Kuka tahansa 16-29-vuotias **mynämäkeläinen**, **maskulainen** tai **nousiaislainen** nuori voi osallistua toimintaamme!

	MA nousiainen	TI	KE masku	TO	PE
10-10.30	 Aamukahvit	 Aamukahvit	 Aamukahvit	 Aamukahvit	 Aamukahvit
10.30-12.00	Nousiaisten paja	Työnhaku ja koulutus paja	Toimintaa Maskussa	Taidepaja/harrastuspaja	Puutyöpaja
12.00-13.00	 Ruoka	 Ruoka	 Ruoka	 Ruoka	 Ruoka
13.00-14.00	Nousiaisten paja/siivous	Työnhaku ja koulutus paja/siivous	Toimintaa Maskussa/siivous	Taidepaja/harrastuspaja/siivous	Taidepaja/harrastuspaja/siivous

PAJAN KAHVITTELUHETKET:

Onko jano vai haluatko vain tulla nuokkarille hengaamaan? Haluatko kuulla työkokeilu-mahdollisuuksista tai tulla juttelemaan niitä näitä?

Työpajaohjaajat ovat tavattavissa Irjantalon nuorisotilalla (virastotie 1)

- ma 26.5. klo 14.15–15.45
- ti 3.6. klo 14–15.30
- ke 11.6. klo 14.15–15.45
- ja to 19.6. 14.00–15.30

Tarjolla kahvia ja mehua.

Työpajalla on rento tunnelma ja kivaa seuraa!



MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI
IKÄIHMISTEN FRISBEEGOLF-TREENIT Nummen koulu klo 12.45–14	ELÄKELÄISTEN KUNTOSALI kunnan kuntosali klo 8–9.30 omatoimivuoro	ILMAINEN KUNTOSALIVUORO kuntalaisille klo 13–16.30	ELÄKELÄISTEN FRISBEEGOLF Mikko Rantasen Frisbeegolfrata, Linnamäentie (P-paikka) klo 9 (säävaraus)
ELÄKELÄISTEN MÖLKKY Valperin urheilutalo klo 16–18	LUJA LEMPEÄ JOOGA, Pajulan koulu klo 17–18.30, Raisio-opisto (maksullinen)	ELÄKELÄISTEN MÖLKKY JA PETANKKI Nummen koulun takapiha klo 16–18	LASTEN JUMPAT Kirkonpiirin koulu alkaen klo 17.15. (Tarkemmat ajat s. 20)
LASTEN JUMPAT Kirkonpiirin koulu alk. klo 17.15. (Tarkemmat ajat s. 20)	LASTEN SÄHLYKERHO Valperin urheilutalo • eskari–2.lk klo 18–19 • 3.–6.-lk klo 19–20	IKÄIHMISTEN NURMIKKOJUMPPA Pajulan koulu klo 18–19	16 V. + NUORTEN AVOIN LENTO- & SULKAPALLO-VUORO Nouste Areena klo 16–17.
NOUSIAISTEN RYHDIN SALIBANDYKERHO Nouste Areena • eskari–2.lk klo 16.30–17.15 • 3.–6.lk klo 17.15–18	ANSSIN JUMPPA Kirkonpiirin koulu klo 15.15–16.15.	LENTOPALLON SEKAVUORO Nummen koulu klo 20–22	TOIMINNALLINEN TREENI Pajulan koulu klo 17.30
KUNTONYRKKEILY Nummen koulu klo 18–19	MIESTEN HARRASTESÄHLY Nummen koulu klo 19.30–21		AIKUISTEN HARRASTEPESIS yhtenäiskoulun kenttä klo 18 (aloitus 15.5.tai kelien mukaan).
VAHVA KEHO Nummen koulu klo 19.15			
HARRASTEJALIS Koljolan kenttä klo 18–20 Aloitus 19.5. tai kelien mukaan.			
ETÄJUMPPA: KUNTOUTUS-TUNNIT RUOTSIKSI klo 10–11 https://www.onnitv.fi/suora/			
Nuoret liikkuvat maksutta! Kaikkiin vapaa-aikatoimen ohjattuihin toimintoihin kaikki alle 18-vuotiaat maksutta. Ota henkilötodistus mukaan ja esitä se ohjaajalle.			
JUMPPAHETKI KOTONA TV2 klo 8.50 (28.8. alkaen) tai omien aikataulujen mukaisesti katsottuna tallenteet YleAreenassa https://areena.yle.fi/1-50489724	ETÄJUMPAT ARKIPÄIVISIN: LIIKUNTA- JA MUISTIKUNTOUTUS klo 11–12 Internetissä OnniTV: https://www.onnitv.fi/suora/	KULTTUURI JA OPPIMINEN klo 12–13 Internetissä OnniTV: suora lähetyksen katsottavissa osoitteessa https://www.onnitv.fi/suora/	

Salivuorot haettavissa

Liikuntahalli Nouste Areenan sekä koulujen liikuntasalien vakiovuorot nousiaislaisille toimijoille ajalle **1.8.2025–31.7.2026 ovat haettavana ajalla 22.–30.4.**

Liikuntahalli Nouste Areenan sekä koulujen liikuntasalien vakiovuorot ulkopaikkakuntalaisille toimijoille ajalle **1.8.2025–31.7.2026 ovat haettavana ajalla 1.–8.5.**

Opastusta liikunnan tueksi

Liikunnanohjaaja Anssi

Lyytikäinen opastaa tarvittaessa kuntosalilaitteiden käytössä sekä tavoitteellisessa harjoittelussa.

Palvelu on maksuton, joten ota rohkeasti yhteyttä:

anssi.lyytikainen@nousiainen.fi
p. 044 435 5306.

NOUSTE AREENA

Nousiaislainen
yritys tai yhdistys:

**MAINOSTA ILMAISEKSI
NOUSTE AREENAN
JA KUNTOSALIN
RUUDULLA!**

Kysy lisää ja varaa mainospaikkasi:
Jouni Kangasniemi, 044 435 5303,
jouni.kangasniemi@nousiainen.fi

PERJANTAI

**ELÄKELÄISTEN OHJATTU
KUNTOSALIJUMPPA**
1. ryhmä klo 8–9.15
2. ryhmä klo 9.30–10.45

**IKÄIHMISTEN
LAUTAPELIKERHO**
Kunnanvirasto (Moisiontie 19)
parillisina viikkoina klo 14–16

**YLEINEN
SULKAPALLOVUORO**
Nummen koulu klo 17–22.

FUTSAL
Nouste Areena klo 16.30–18

HARRASTEJALIS
Koljolan kenttä klo 18–20
(aloitus 19.5. tai
kelien mukaan)

**ETÄJUMPAT ARKIPÄIVISIN:
JUMPPAHETKI KOTONA**
TV2 klo 8.50 tai omien aika-
taulujen mukaisesti katsottu-
na tallenteet YleAreenassa
<https://areena.yle.fi/1-50489724>

**LIIKUNTA- JA MUISTI-
KUNTOUTUS**
klo 11–12
Internetissä OnniTV:
<https://www.onnitv.fi/suora/>

KULTTUURI JA OPPIMINEN
klo 12–13 Internetissä
OnniTV: suora lähetyks:
<https://www.onnitv.fi/suora/>

**ETÄJUMPPA: KUNTOUTUS-
TUNNIT RUOTSIKSI**
klo 10–11
<https://www.onnitv.fi/suora/>

LAUANTAI

**ILMAINEN
KUNTOSALIVUORO**
kuntalaisille
klo 8–10.30

**ETÄJUMPPA:
JUMPPAHETKI KOTONA**
YleAreenassa
<https://areena.yle.fi/1-50489724>

SUNNUNTAI

LIIKUNTANUOKKARI
Nouste Areena.
Parillisina viikkoina
klo 18–21

LIIKUNNAN IHMEMAA
Kirkonpiirin koulu
klo 10–11.30.
• 27.4.

**NAISTEN
HARRASTESÄHLY**
Kirkonpiirin koulu
klo 17.30–19

**REISI-VATSA-PEPPU
-JUMPPA**
Nouste Areena
klo 19–20

**ETÄJUMPPA:
JUMPPAHETKI KOTONA**
YleAreenassa
<https://areena.yle.fi/1-50489724>

ETÄJUMPPA: IKÄINSTITUUTIN VOIMAA VANHUUTEEN
-hankkeen ideoita liikkumiseen, jumppavideoita ja ohjeita on mahdollista toteuttaa omien aikataulujen mukaisesti osoitteessa <https://voitas.fi/>

LASTEN JA NUORTEN LIIKUNTA

Lasten
jumpat

Kirkon-
piirillä

MAANANTAI

klo 17.15 perheliikunta 1–3 v.
klo 18.00 temppujumppa 3–5 v.
klo 18.45 temppujumppa 5–9 v.

TORSTAI

klo 17.15 liikkari 2–4 v.
klo 18.00 liikkari 4–6 v.
klo 18.45 liikkari 6–9 v.

Kaikki ikärajat ovat joustavia. Jumpan voi aloittaa myös kesken kauden. Toiminta sopii kaikille, eikä aikaisempaa jumppakokemusta tarvita.

Hinta 10-kortilla 5 €/kerta.

Ilmoittautumiset: sähköpostilla henna.oksa@gmail.com (lapsen nimi, ikä ja ryhmä(t) sekä huoltajan puh.nro.)

Tiedustelut: ohjaaja Henna Oksa, 050 595 0780.



Kesän 2025 skeittikoulut

Keskiviikkoisin klo 17–19

- Kevätkausi 14.5.–25.6.
- Syyskausi 6.8.–17.9.

Ohjaajat Micael Nilsson ja Topi Määttä
Ilmoittautumiset ja lisätiedot:
topi.7sb@gmail.com

Nousiaisten Ryhdin maksuton salibandykerho



Maanantaisin
Nouste Arenalla (Koljolantie 34).

- eskari–2.lk klo 16.30–17.15
- 3.–6.lk klo 17.15–18

Lasten sählykerho

Tiistaisin Valperin urheilutalolla
(Urheilutie 17).

- eskari–2.lk klo 18–19
- 3.–6.lk klo 19–20

Sählyä ja muita pallopelejä sekä leikkejä.
Järj. Valperin vanhempainyhdistys.

Lisätietoja: Markku Arvola, 044 555 3711.



Maps:n maksuton JALISKOULU 5–12-vuotiaille

Neljänä maanantaina:
2.6., 9.6., 23.6. ja 30.6.
klo 10.30–12.00
Koljolan kentällä. Koulussa
kaksi tai useampi ohjaaja.

Haluaisitko hauskan harrastuksen kivassa porukassa?

Maskun Palloseura ry eli MaPS on jalkapalloseura, jossa on tällä hetkellä yli 700 aktiivista harrastajaa. Tarjoamme kaikenikäisille tytöille ja pojille mahdollisuuden harrastaa jalkapalloa loistavissa olosuhteissa.

Ota rohkeasti yhteyttä ja tule mukaan kokeilemaan!
Tomi Anttila, toiminnanjohtaja, p. 044 535 2221
toiminnanjohtaja@maskunpalloseura.fi
www.maskunpalloseura.fi



HIPPO-pesiskoulu

Henrikin koulun kentällä
10.–14.6. klo 13–14.30

Pesiskoulun 6–12-vuotiaille tarjooa
Nousiaisten kunta.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot
osoitteessa: www.mynamaenvesa.fi/pesiskoulu



MYNÄMÄEN VESA

OP Vakka-Auranmaa





*Nousiaisten Susi
Noustelaista urheilua
jo vuodesta 1914*



**YLEISURHEILU-
HARJOITUKSET
VUODEN YMPÄRI
1-3 KERTAA
VIIKOSSA.**

Kesäkaudella treenaamme Koljolan urheilukentällä (Vahdantie 1) ti, to ja su.

**pe 9.5. klo 18 alk.
MAASTOJUOKSUN
KUNNAN-
MESTARUUS-
KILPAILUT**

**Rästäsmäen
pururadalla**

(Linnamäentie 11-13)

Ilmoittautuminen
klo 17.00 alkaen.

Yleisurheilua Nousiaisissa

Ryhmiä 5-vuotiaasta alkaen ja sitä vanhemmille. Tule kokeilemaan ja löydä itsellesi mukava harrastus hyvässä porukassa. Tiedustele ryhmistä ja treeniajoista valmentajilta.



Valmentajat ja yhteystiedot

Petri Valtonen
044 538 3841

Tom Vorselman
0400 962 308

Susanna Holmlund
050 533 6210

Kaija Ollila
044 020 2833

Seuraa meitä

FB: Nousiaisten Susi ry
IG: nousiaistensusi

www.nousiaistensusi.seura.info

KUVAT: PETRI VALTONEN

RYHMÄ- LIIKUNTA



Jumppiin ei erillis-
ilmoittautumista.
**Jumppahinnat 10-kortilla
5 €/kerta ja yksittäinen
kertamaksu on 7 €.**
10-kortteja myynnissä
kirjastossa tai ennen
jumppaa käteisellä
paikan päällä.

Kuntonyrkkeily



Maanantaisin klo 18–19
Nummen koululla.
Ohjaajana Sari Palo, 041 504 3604.

Vahva keho

Maanantaisin klo 19.15 Nummen kou-
lulla. Ihana koko kehoa harjoittava treeni,
joka saadaan aikaan pilateksen lempeän
sitkeillä liikkeillä. Tunnin tavoitteena on
keskivartalon syvien lihasten vahvista-
minen sekä ryhdin ja tasapainon paran-
taminen. Tunnin lopun monipuolinen
kehonhuolto auttaa vähentämään kehon
kireyksiä ja rauhoittaa myös mieltä. Tunti
sopii kaikentasoisille, joten olet lämpi-
mästi tervetullut mukaan!
Ohjaajana Kati Teriö-Malila.



Miesten harrastejalis

Maanantaisin ja perjantaisin klo 18–20
Koljolan nurmella (säävaraus). Alkaen
19.5. tai kelien mukaan. Infoa myös
nimenhuuto.com-palvelusta nimellä
Nouste Futis.

Anssin jumppa

Tiistaisin klo 15.15–16.15 Kirkonpiirin
koululla. Matalankynnyksen jumppa.

Miesten harrastesähly

Tiistaisin klo 19.30–21 Nummen
koululla. Ilmoittautumiset:
[Nimenhuuto.com/Nouste Säbä](http://Nimenhuuto.com/Nouste_Säbä).

Avoim lentopallon sekavuoro

Keskiviikkoisin klo 20–22
Nummen koululla.

Toiminnallinen treeni

Torstaisin Pajulan koululla klo 17.30.
Monipuolista ja tehokasta treeniä, jossa
kohotetaan sykettä ja parannetaan
lihaskuntoa. Liikkeet tehdään kehonpai-
nolla ja vapailla painoilla tai kahvakuulia
hyödyntäen. Tunti sopii kaikentasoisille
treenaajille.

Ohjaajana Mirjam Palo.



Aikuisten harrastepesis

Torstaisin klo 18–20 Henrikin yhtenäis-
koulun kentällä. Aloitus 15.5. tai kelien
mukaan.

Nuoret liikkuvat maksutta!

Kaikkiin vapaa-aikatoimen ohjattuihin toimintoihin kaikki alle 18-vuotiaat
maksutta. Ota henkilötodistus mukaan ja esitä se ohjaajalle.

Yleinen sulkapallovuoro

Perjantaisin klo 17–22 Nummen kou-
lulla. Ei ennakkovarauksia. Lentopallo-
verkkopylväät salin päihin ja väliin itse
virittäen neljän kentän verkot.

Futsal

Perjantaisin Nouste Arenalla
klo 16.30–18. Ilmoittautumiset:
[Nimenhuuto.com/Nouste Futis](http://Nimenhuuto.com/Nouste_Futis).

Naisten harrastesähly

Sunnuntaisin klo 17.30–19
Kirkonpiirin koululla.

Reisi-vatsa-peppu -jumppa

Sunnuntaisin klo 19–20 Nouste Aree-
nalla. Lihaskuntopainotteinen tunti,
jossa erityishuomio reisi-, vatsa- ja
pakaraseudun lihaksissa. Sopii kaiken
tasoisille jumppaajille.

Ohjaajana Tiina Pasma.





Liiku
HAASTEPIYÖRÄILY

1.5.–29.6.



Kampanja haastaa pyöräilemään niin koulu- ja työmatkoilla kuin muutoinkin. Kampanjan tavoitteena onkin kannustaa kaiken ikäisiä ja kuntoisia pyöräilemään sekä samalla osallistumaan kuntakisaan oman kuntasi sarjassa.

Kirjaa pyöräilyt Liikkuen läpi vuoden -sovellukseen tai pyöräilykorttiin. Täytettävän kortin saat kirjastolta. **Punaiset merkkus-**laatikot Paijulan koulun pyöräilykatoksessa, kunnanviraston P-paikalla, Koljolan urheilukentän päätyvarastossa sekä Valperin paloaseman ilmoitustaululla. Mobiilikirjaus-ohjeet löydät LiikUn nettisivuilta www.liiku.fi/haastepiyoraily tai suoraan viereisen QR-koodin kautta.

Merkattavan matkan voi suorittaa kaikenlaisilla polkupyörillä, sähköpyörällä, tandempyörällä tai kickbikella.

Soveltava liikunta; Pyöräilyn/liikkumisen voi suorittaa esim. erityispyörillä tai pyörätuolikelauksella. Avustaja/huoltaja voi myös kirjata suoritukset yhteiseen mobiiliin ja liikuntalajiksi Soveltava liikunta.

POLKU- RETKET 2025



27.4. LINNAVUOREN POLKU,
Kaarina (2,4 km ja 4,5 km)

Lähtö: Lystiläntie 21 klo 9–11.
Lisätiedot: www.kaarinankulkijat.fi

4.5. TEVAVUOREN POLKU,
Nousiainen (3 km, 5 km ja 9 km)

Lähtö: Vuorenpään tilan talouspiha (Vuorentaustantie 4) klo 9–11.
Lisätiedot: www.kuhankuononlatujapolku.suomenlatu.org

21.9. PAIMION POLKU, Paimio
(useita vaihtoehtoja, max. 18 km)

Lähtö: Hiihtotunneli Paippi klo 9–12. Lisätiedot: paimio.fi/paimionpolku

**28.9. KULLAANPOLKU (13 km) ja
JOKIRAITTI (6 km), Raisio**

Lähtö: Kerttulan liikuntahalli (Kisakatu 4) klo 9–11.
Lisätiedot: <https://raisionrinkka.fi/toiminta/tapahtumat/>

25.10. JAAKOBIN KÄVELY,
Naantali–Rymättylä (22 km)

Lähtö: Naantalinkirkko (Nunnakatu 1) klo 9. Paluukuljetus Rymättylästä.
Lisätiedot: <https://armonlaaksonvaeltajat.fi/tapahtumakalenteri>

Järjestäjät: Kaarinan Kulkijat, Kuhankuonon Latu ja Polku, Peimarin Latu ja Polku, Raision Rinkka, Armonlaakson vaeltajat.

Uimarannat

Falkinkoski

Falkinkosken kesän aloitus riippuu saunaurakan valmistumisen aikataulusta. Seuraa ilmoittelua: www.nousiainen.fi

Valmistunut sauna lämmin to–la klo 13–20.

Saunamaksu 2 €/hlö.

Falkinkosken kesätoiminnot toteuttaa Mynämäki-Nousiainen 4H-yhdistys työllistäen paikallisia nuoria.

Muina aikoina virkistysalue on kaikkien vapaasti käytettävissä ilman saunaa ja pukuhuonetiloja.

FALKINKOSKEN UIMALA

Valpperintie 561, Nousiainen
Valmis sauna lämpimänä: to–la klo 13–20.



KUVA: HENNA ISOTALO

Rantapiha 2.6.–17.8.

Rantapihan sauna on yleisölle avoinna koulujen kesälomien ajan päivittäin klo 11–20. Muina aikoina sauna on mahdollista vuokrata yksityiskäyttöön. Alueella on viikonloppukioski, joka avataan myös tilauksesta. Vuokrattavana on lisäksi vesikulkuneuvoja, päärakennus majoitus- tai kokoustilaksi, sekä liiteri, johon mahtuu ruokailemaan suurempikin ryhmä.

Tiedustelut: Saksalan pienviljelijä-yhdistys ry, 050 093 5960.

RANTAPIHA

Savojärventie 102, Nousiainen
Sauna käytettävissä kesälomien ajan päivittäin klo 11–20.



KUVA: SAVOJÄRVEN RANTAPIHA

Pikisaari

Nousiainen kunta on julkaissut alueesta myynti-ilmoituksen Huutokaupat.com-palvelussa. Pikisaaren tilanteesta tiedotetaan erikseen.

PIKISAARI

Pikisaarentie, Askainen



KUVA: ERIKA KIVIRINTA

KUNTOSALI

KAITARAISTENTIE 162.
Koko 335 m².



Kuntosalituotteiden hinnat 1.1.2025 alkaen:

- kertakäynti 7 €
- 1 kk hlökohtainen kulkuoikeus 50 €
- 1 v hlökohtainen kulkuoikeus 199 €
- 1 v perhekulkuoikeus 245 €
- Uusille käyttäjille perinteinen kukuavain +10 €/kpl

Kuntosalin kulkuoikeuksia myynnissä kirjastolla tai verkkokaupassa, joka löytyy kunnan kotisivuilta www.nousiainen.fi

Verkkokaupastamme ostettu tuote on heti käytettävissä, kun lataat matkapuhelimeesi OnTheMove-sovelluksen. Sovelluksen avulla saat kuntosalin oven auki ja avain kulkee kätevästi mukanasasi puhelimesi.

Mikäli kuitenkin koet asiakkuuden hoitamisen helpommaksi kirjastolla, niin kirjasto palvelee ja opastaa kuntosaliasioissa myös jatkossa.

Treenaa ilmaiseksi:

- Keskiviikkoisin klo 13–16.30 • Lauantaisin klo 8–10.30

Esteetön ovi käytettävissä ja se aukeaa painamalla ulkoseinässä olevaa katkaisijaa.

Esteetön ovi

Kuntosalin käyttö onnistuu myös pyörätuolin ja rollaattorin kanssa esteettömän ulko-oven ansiosta. Ovi avautuu automaattisesti kulkuavainta lukijalaitteessa vilauttamalla ja ulos pääsee samasta ovesta nappia painamalla. Salitiloista löytyy myös esteetön wc.

Salin siivouspäivät ma, ke ja pe aamupäivisin

Annetaan siivoojille "etuajo-oikeus" heidän siivotessaan laitteita. Näin toimien mahdollistetaan siisti sali kaikille käyttäjille.

HUOM! Tiloissa ja sisäänkäynnin yhteydessä on kameravalvonta.

Kulkukortin lainaaminen tai kavereiden kulku samalla oven avauksella aiheuttaa kulkukortin mitätöinnin.

MAKSUVÄLINEET

Jumppien, kylmäuinnin ja kuntosalikorttien maksuvälineinä käyvät:



- Smartum-setelit tai Smartum saldo
- Tyky-setelit tai Tyky Online (Tyky Online -maksutavassa ota yhteyts Jouni Kangasniemeen)



- Edenred (Luottokunta) Virike-setelit tai sirukortti
- Sporttipassi
- 10-kortteja lunastettavissa myös kirjastolla, jolloin myös maksu pankkikortilla mahdollista.



1

Lataa maksamista varten mobiilisovellus osoitteessa www.epassi.fi

TAI

2

lähetä seuraavasisältöinen tekstiviesti numeroon
050 90 23456:

**33839 (välilyönti) summa,
jonka haluat maksaa**



MobilePay

Vapaa-aikatoimessa käytössä MobilePay. MobilePayllä voit maksaa nuokkarin kiosissa, lasten synttärät, nuorisotoimen retket sekä liikuntatoimen jumppamaksut. MobilePayn saat ladattua puhelimeesi sovelluskaupasta. Maksu MobilePayn kanssa tapahtuu paikan päällä tai sovitusti ennakoon.



ELÄKELÄISTEN LIIKUNTAKALENTERI

MAANANTAI

IKÄIHMISTEN FRISBEEGOLF-TREENIT
Nummen koulu klo 12.45–14

MÖLKKY, Valperin urheilutalo
klo 16–18

TIISTAI

KUNTOSALI klo 8–9.30, omatoiminen

LUJA LEMPEÄ JOOGA, Pajulan koulu klo 17–18.30,
Raisio-opisto (maksullinen).

KESKIVIIKKO

MÖLKKY JA PETANKKI,
Nummen koulun takapihalla klo 16–18

IKÄIHMISTEN NURMIKKOJUMPPA
Pajulan koulu klo 18–19

TORSTAI

FRISBEEGOLF, Mikko Rantasen Frisbeeradalla,
Linnanmäentien P-paikka klo 9 (säävaraus)

PERJANTAI

OHJATTU KUNTOSALI
• 1. ryhmä klo 8–9.15
• 2. ryhmä klo 9.30–10.45

KORTTI-/LAUTAPELIKERHO, Kunnanvirasto,
Moisiontie 19, klo 14–16 parillisilla viikoilla.



KUVA: RAISION KAUPUNKI

UINTI/VESIJUOKSU 2.1.–30.5.2025, Raisio Ulpuukka. 1 kerta/
viikko. Henkilökohtainen maksuton uintikortti +65-vuotiaille
nousiaislaisille uintikeskus Ulpuukkaan. Uintikortilla pääsee
maksutta 1 x viikossa uimaan arksin klo 14 saakka. Vanhat
kulkukortit aktivoidaan Ulpuukassa ensimmäisellä kerralla.

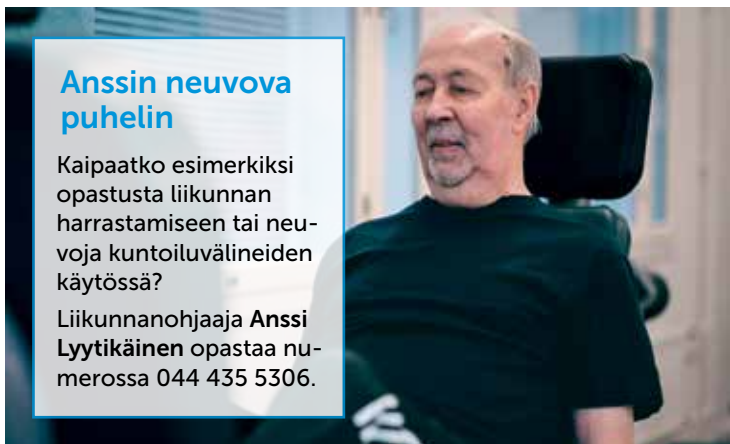
+65-uintikortin lunastus kirjastolta.
Ota mukaasi kuvallinen henkilötodistus.

Nousiainen on mukana Voimaa vanhuuteen -hankkeessa



Voimaa vanhuuteen -toimintamallin tavoitteena on edistää
kotona itsenäisesti pärjäävien, toimintakyvyltään heikentyneiden
ikäihmisten (75+) liikkumiskykyä, osallisuutta ja itsenäistä selviy-
tymistä terveysliikunnan avulla.

Hanketta koordinoi Ikäinstituutti. Lisätietoa:
www.voimaavanhuuteen.fi/voimaa-vanhuuteen-ohjelma/



Anssin neuvova puhelin

Kaipaako esimerkiksi
opastusta liikunnan
harrastamiseen tai neu-
voja kuntoiluvälineiden
käytössä?

Liikunnanohjaaja **Anssi
Lyytikäinen** opastaa nu-
merossa 044 435 5306.

KUVA: HANNU AALTONEN

Liikuntaystäväksi ikäihmiselle vai vertaisohjaajaksi ryhmään

Haluaisitko mukaan vapaaehtoistoimintaan ja tukemaan mm. kotona asuvien ikäihmisten toiminnallista elämää, rikastuttamaan niin omaa kuin autettavankin lähimmäisen arkea?

Toimintakyvyn tukeminen on tärkeä osa ikäihmisten kotona selviytymistä ja kodin ulkopuolella liikkumista. Vertaisliikuttaja-toimintaan liittyy olennaisena osana liikkuminen ja sosiaalinen vuorovaikutus muiden ihmisen kanssa.

Vertaisliikuttaja-toiminnassa voit hyödyntää omia vahvuuksiasi ja osaamistasi sekä valita toimintatavan omaan elämäntilanteeseen sopivaksi.

Vertaisliikuttajilla on mahdollisuus toimia kuntien liikunta-toimen ryhmätoiminnassa tai vertaisohjaajana ryhmän vetäjänä.

Vertaisliikuttajana voit toimia kotona asuvan henkilön liikuntaystäväenä mm. ulkoilemalla tai tekemällä yhdessä tuolijumppaa. Liikkumisen lisäksi käynnistä tekee merkittävää kohtaaminen ja keskustelu toisen ihmisen kanssa.

Kotihoito tekee yhteistyötä vertaisliikuttajien kanssa. Vertaisliikuttajaparien valinnassa huomioidaan ikääntyneen henkilön tuen tarve liikkumisessa, yksinäisyyden kokemus sekä vertaisliikuttajan toiveet. Ensimmäinen tapaaminen tapahtuu aina yhdessä kotihoidon työntekijän kanssa.

Vertaisliikuttaja-toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen, jossa olennaista on tuottaa iloa ja hyvää mieltä mukana olijoille. Vertaisliikuttaja on vaitiolovelvollinen vapaaehtoistyössä koostamastaan asioista.

Seutukunnallisena yhteistyönä järjestetään vuosittain Vertaisliikuttajakoulutus ikäihmisten kaveritoiminnasta kiinnostuneille. Koulutukseen ovat tervetulleet niin uudet kuin kokeneetkin liikuttajat.

Lähde rohkeasti mukaan toimintaan, niin etsitään juuri Sinulle sopiva tapa toimia ja tuoda iloa ikäihmisen arkeen!

Huom! Nousiaislaisena vertaisliikuttajana saat käyttöösi maksuttoman kuntosalikortin.

Salikorttia voit käyttää liikutettavan henkilön kanssa sekä tietysti oman kunnon ylläpitämiseen. Kuntosaliedun tarjoaa Nousiaisten kunta.

Yhteystiedot:

Tarja Tiitta-Nieminen, ohjaaja,
Ikääntyneiden palvelut/palvelualue 1,
p. 044 435 7876, tarja.tiitta-nieminen@varha.fi

SAATTAJAKORTTI

Kaarina, Lieto, Masku, Mynämäki, Naantali, Nousiainen, Paimio, Raisio, Rusko, Sauvo ja Turku ovat ottaneet käyttöön yhteisen Saattajakortin. Kortin tavoite on helpottaa vammaisen tai pitkäaikaissairaana liikunnan ja kulttuurin harrastamista. Seudullisella Saattajakortilla yhtenäistään eri toimipaikkojen käytäntöjä.

Kortti oikeuttaa yhden saattajan maksuttomaan sisäänpääsyyn kuntien määrittelemille liikuntapaikoille ja kulttuuripalveluihin. Uimahalleissa, kunto- ja liikuntasaleissa sekä kulttuurikohteissa toiminnan tulee olla kaupungin/kunnan järjestämää.

Turun seudun kunnissa asuvalla henkilöllä, jolla on avustajan tarve, on mahdollisuus hakea Saattajakorttia oman

kuntansa liikuntapalveluilta. Kortin myöntää kunnan liikuntapalvelut hakeumuksen perusteella. Korttia anottaessa tulee esittää lääkärin tai fysioterapeutin lausunto. Näkövammaiset saavat kortin myös esittämällä Varsinais-Suomen Näkövammaiset ry:n näkövammakortin.

Kortti on avustettavan henkilökohtainen ja se tulee esittää kassalla. Saattajana voi toimia kulloinkin eri henkilö. Kortti on voimassa määräjän, enintään kolme (3) vuotta kerrallaan.

Lisätiedot: Jouni Kangasniemi, p. 044 435 5303

Hakemuslomakkeita saatavilla vapaa-aikatoimelta.



VANHUSTYÖ

NOUSIAISTEN KUNNAN VANHUSNEUVOSTO

Vanhusneuvoston tehtävänä on varmistaa Nousiaisissa asuvan ikääntyneen väestön osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuudet kunnassa. Nousiaisten kunnan ikääntyneitä koskevista asioista voit ottaa yhteyttä vanhusneuvostoon:

Elina Rinne, puheenjohtaja,
050 362 7955), **Kaisu Savolainen**, sihteeri, kaisu.savolainen@nousiainen.fi, 040 630 8073).

IKÄÄNTYNYT TARVITSETKO APUA?

Varhan ikääntyneiden palveluhajauksen puhelinnumero neuvoo numerosta **02 262 6164** arkisin klo 9–15. Lisätietoa varha.fi

HEI SENIORI – MITÄ KUULUU?

Varhan ja Nousiaisten kunnan vanhusneuvostojen kuntakierros
23.4.2025 klo 11.30–14 Nousiaisten seurakuntakodilla,
Maskuntie 1, 21270 Nousiainen.

Tilaisuus alkaa keittoruokailulla klo 11.30–12.00. Kaikille senioreille avoimessa ja maksuttomassa tilaisuudessa on luvassa puheenvuoroja ja messupisteitä.

Varsinais-Suomen hyvinvointialueen vanhusneuvosto kiertää Varsinais-Suomen alueen kunnissa. Tule tapaamaan meitä hyvinvointialueen ja kunnan vanhusneuvoston jäseniä ja hyvinvointialueemme sekä kuntamme ammattilaisia. Tarjolla on ajankohtaista asiaa, saatavilla olevista palveluistamme, hyödyllisiä vinkkejä hyvinvointiisi ja tietoa omista vaikuttamismahdollisuuksistasi hyvinvointialueellamme.

Tapahtuman järjestävät Varhan vanhusneuvosto ja Nousiaisten kunnan vanhusneuvosto. Tilaisuudessa mukana muun muassa Eläkeliiton Nousiaisten yhdistys, OP Vakka-Auranmaa, Ikäinstituutti, Nousiaisten seurakunta, Punainen Risti Nousiaisten osasto ja Turun Lähimmäispalveluyhdistyksen Liikkuva resurssikeskus. Ajankohtaisimmat tiedot löytyvät kunnan verkkosivujen tapahtumaosion kautta.

Ilmoittaudu ennakkoon Nousiaisten kunnan verkkosivujen tapahtumaosion kautta tai olemalla yhteydessä hyvinvointikoordinaattoriin Kaisu Savolaiseen (kaisu.savolainen@nousiainen.fi, 040 630 8073) 14.4.2025 mennessä.

Lämpimästi tervetuloa!

Lisätietoa antaa Kaisu Savolainen, p. 040 630 8073



OLETKO YKSINÄINEN, KAIPAATKO JUTTUSEURAA? Tule Nummen Kammarille!

Punaisen Ristin Nousiaisten osaston Kammarilla on maanantaisin klo 12–15 **ystäväpäivystys**, jossa on tarjolla rattoisaa juttuseuraa sekä kahvia leipineen. Toisinaan on ohjelmassa kiinnostavia vierailijoita tai askartelua. Kamhari sijaitsee entisessä Nummen koulussa osoitteessa Koulutie 4, sisäpihan D-ovi. Tila on avara ja esteetön.

Osastolla on myös muuta ystävätoimintaa. Kaipaatko luonasi vierailevaa ystävää vai haluatko itse ryhtyä ystäväksi yksinäiselle?

OTA ROHKEASTI MEIHIN YHTEYTTÄ!

Anneli Aso, aso.anneli@gmail.com

Marja Ruosteenoja,
marjaruosteenoja@gmail.com

Puh. 050 362 7688



EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ

NIKOTIINITUOTTEET NOUSIAISISSA

Sähkö tupakointi eli ”vapetus” on melko yleistä edelleen nousiaislaisten nuorten keskuudessa. Samoin nikotiinipussien käyttäminen on havaintojen perusteella lisääntynyt ja korvannut osaltaan nuuskapussien käyttöä. Sähkö tupakoinnin osalta erityisen huolestuttavaa on se, että sitä poltetaan säännönmukaisesti ulkotilojen ohella myös sisätiloissa, niin julkisissa sisätiloissa, kuin nuoren omassa tai kavereiden kotona sisällä. Tämä aiheuttaa myös monesti muiden samassa tilassa olevien henkilöiden altistumisen nikotiinituotteiden haitoille.

Toivoisimme nuorten vanhempien ja muiden nuorten kanssa toimivien kiinnostävän huomiota asiaan ja puuttuvan nuorten nikotiinituotteiden käyttöön matalalla kynnyksellä. Päihteiden käyttöä ei tule vanhempien toimesta mahdollistaa, eikä hyväksyä. Aikuiset voivat omalla asenteellaan ja esimerkillään sekä rajojen asettamisella vaikuttaa nuorten päihdeasenteisiin sekä päihteiden käyttöön. Yhteisellä linjalla ja varhaisella puuttumisella voimme yhdessä edistää nuortemme hyvinvointia ja terveellisempää tulevaisuutta.

Kaikkien tupakka- ja nikotiinituotteiden hallussapito on kielletty alle 18-vuotiailta.

Myös tupakan vastikkeiksi määriteltujen tuotteiden, kuten nikotiinittomien sähkösavukkeiden ja nikotiinipussien myynti ja muu luovuttaminen alle 18-vuotiaille on kielletty.

Tuoreimman päihdetilannekyselyn tulokset ja vinkit päihteiden käytön ennaltaehkäisyyn ja puuttumiseen: nousiainen.fi/ehkaisevapaihdedetyo tai oheisen QR-koodin kautta



Tiesitkö?

NIKOTIINI-MYRKYTYS

Nikotiini myrkytys voi tulla kenelle tahansa. Nikotiini myrkytyksen oireita ovat mm.

- pahoinvointi
- oksentelu
- päänsärky
- vatsakrampit
- vapina

Vakavissa myrkytyksissä voi olla myös rytmihäiriötä ja kouristelua. Lievissä myrkytyksissä oireet menevät useimmiten ohi, kun nikotiini poistuu kehosta. Yleensä nikotiini myrkytyksissä yksi kokonainen polttamaton tupakka ei normaalisti vaadi hoitotoimenpiteitä, vaikka vatsaoireita voikin tulla. Kuitenkin pienten lasten nikotiini myrkytyksissä kannattaa ottaa aina yhteys Myrkytystietokeskukseen tai terveydenhuoltoon.

Lähde: ehyt.fi ja mehilainen.fi

LIIKUNTA- JA ULKOILUPAIKAT



KOULUJEN SALIT

1 PAIJULAN ALAKOULU

Mietoistentie 360

230 m² sali, jossa sulka-, lento- ja koripallorajat. (Vuokra 69 €)



2 HENRIKIN YHTENÄISKOULU

Nummen kouluyksikkö
Koulutie 4

460 m² sali, jossa 4 sulkapallokenttää, koripallo-, tennis- ja lentopallokentät sekä hyvä voimisteluvälineistö. (Vuokra 132 €)



4 KIRKONPIIRIN ALAKOULU

Vahdontie 51

270 m² sali, jossa sulka-, lento- ja koripallorajat. (Vuokra 81 €)



Salivuokran hinta syys- tai kevätkaudelta 1 h vuorosta. Mikäli varattu esim. 2 h/ viikossa kerrotaan tuntihinta kahdella.

5 KUNTOSALI

Kaitaraistentie 162

3 NOUSTE AREENA

Koljolantie 34

Liikuntahallissa mm. 3 lentopallokenttää poikittain ja 1 pitkittäin. Salibandy-, koripallo-, futsal- ja tenniskentät sekä 6 sulkapallokenttää. Hallin yläkerrassa sisääntulon yhteydessä kahvio sekä katsomotilat. (Vakiovuoro 45 €/h, yksittäiset varaukset 65 €/h)



KUVA: MK-VIDEOKUVA



11 Savojarvi

10

ULKOKENTÄT

7 KOLJOLAN URHEILUKENTTÄ

Vahdontie 1

300 m juoksurata ja nurmipintainen jalkapallokenttä.



KUVA: ANSSILYYTIKÄINEN

3 PESÄPALLOKENTTÄ

Henrikin yhtenäiskoululla

8 BEACH VOLLEY -KENTÄT

Vanhanasemantie 29

Aliskulman kyläyhdistyksen ylläpitämä.
Lisätiedot: www.vanha-asema.info.



KUVA: NOUSIAISTEN VANHA ASEMA

ULKOILU- JA VIRKISTYSALUEET

9 Mikko Rantasen Frisbeegolfrata

Linnamäentie 11–13. 18-väyläinen rata tarjoaa harrastajalle haasteita metsäisessä maastossa.

10 Valpperin urheilukeskus

Urheilutie 17

FRISBEEGOLF- JA MAASTOPYÖRÄRATA
Uudet radat metsäisessä ympäristössä.
Facebook Nousiaisten Alku

KOTA JA SAUNA

Yksityistilaisuuksiin, kokous- ja virkistyskäyttöön vuokrattavat kota sekä sauna lammen rannalla. www.valpperi.fi.

11 KUHANKUONON RETKEILYREITISTÖ

www.kuhankuono.fi

14 TOPOISTEN LAAVU

Topoistentie 11

Pururadat

9 RÄSTÄSMÄEN PURURATA

Linnamäentie 11–13

1 km ja 1,4 km valaistut reitit. 64 m pituiset juoksuportaat sekä ulkokuntoiluvälineet pururadan maastossa.

10 VALPPERIN HIIHTOKESKUS

Urheilutie 17. Valaistu pururata ja juoksuportaat. *FB: Nousiaisten Alku*

3 Skeittipuisto

Henrikin yhtenäiskoulun lähiliikunta-paikassa betoninen skeittiparkki sekä ulkokuntoiluvälineitä.

6 Nuorten Paikka

Nuorten kohtaamispaikka Maskuntien varressa (kunnan varaston kupeessa). Nuorten Paikassa on mökki, katos ulkokalusteineen sekä grillauspaikka.

10 Ässä-monitoimiareena

Valpperin koulu (Urheilutie 12)
Tekonurmikenttä jalka-, lento- ja koripalloa varten. Kenttä on kouluaikeiden ulkopuolella kuntalaisten käytettävissä.

UIMAPAIKAT

11 RANTAPIHA

Savojarventie 102

Savojärven rannalla, Kuhankuonon retkeilyreitistön kupeessa uimapaikka, grilli ja kesällä kioski sekä rantasauna.
Tiedustelut: Saksalan Pienviljelijä-yhdistys 0500 935 960.

12 FALKINKOSKEN UIMALA

Valpperintie 561

Sauna ja kirkasvetinen lampi, laiturit, Wibit-rata, hyppytorni ja grilli.

13 PIKISAARI

Pikisaarentie, Askainen

Nousiaisten kunta on julkaissut alueesta myynti-ilmoituksen Huutokaupat.com-palvelussa. Pikisaaren tilanteesta tiedotetaan erikseen.

VAPAA-AIKATOIMEN YHTEYSTIEDOT

www.nousiainen.fi – Vapaa-aika ja hyvinvointi

Jouni Kangasniemi
vapaa-aikatoimen päällikkö
p. 044 435 5303

Liikunta- ja nuorisotoimen hallinto, liikuntapaikat ja virkistysalueet, kuntamarkkinointi, liikunta-paikkojen hoito

Henna Isotalo
nuorisotyön koordinaattori
p. 044 435 5305

Nuorisotyö, nuorisotilat, nuorisovaltuusto, ehkäisevä päihdetyö, lasten synttäreiden varaukset, HSM harrastustoiminnan koordinointi.



Maija Luukkonen
etsivä nuorisotyöntekijä
p. 044 435 5209

Nuorten yksilöllinen ohjaus

Anssi Lyytikäinen
liikunnanohjaaja
p. 044 435 5306

Liikunnanohjaus ja liikuntaneuvonta, liikuntapaikkojen hoito

Pia Rossi
koulunuorisotyöntekijä
p. 044 435 6919

 @pia_rossi22
 @piakoulussa

Koulunuorisotyö, matalankynnyksen ennaltaehkäisevä nuorisotyö

Jarno Sainio
harrastusetsivä
p. 050 441 3544

HSM harrastusryhmien ohjaus, harrastamisen edistäminen

Kaisu Savolainen
hyvinvointikoordinaattori
p. 040 630 8073

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, kotoutuminen, vammaisneuvosto, vanhusneuvosto, yhdistysyhteistyö

Vivica Silfverberg
etsivä nuorisotyöntekijä
p. 044 435 5363

Nuorten yksilöllinen ohjaus

Sähköpostit ovat muotoa:
etunimi.sukunimi@nousiainen.fi

Etsivä nuorisotyön sähköposti:
etsivat@nousiainen.fi

OTA SEURANTAAN JA PYSY AJAN TASALLA!



Nousiainen kunta



nousiainenkunta