

A woman wearing a pink hijab and a grey hoodie is looking through binoculars. She is outdoors in a park-like setting with green trees in the background. The image is decorated with a yellow sun icon in the top right, two white cloud icons with blue outlines (one on the left, one on the right), and a black speech bubble containing the text 'Helsinki' in the top left.

Helsinki

Suomi

Löydä vapaa-ajan tekemistä Helsingistä

Helsingin kaupunki järjestää paljon sekä edullista että maksutonta tekemistä vapaa-ajalle. Tutustu kirjastoihin, kulttuurikeskuksiin, liikuntapaikkoihin, nuorisotaloihin, kaupunginmuseoon ja muihin vapaa-ajan mahdollisuuksiin!



Kuva: Jette Gimpel / Helsingin kaupunki



Kuva: Maarit Hohteri / Helsingin kaupunki



Kuva: Suvi-Tuuli Kankaanpää / Helsingin kaupunki



Löydät esitteen myös netistä: [hel.fi/static/julkaisut/
kulttuuri-vapaa-aika/vapaa-ajan-esite-fi.pdf](https://hel.fi/static/julkaisut/kulttuuri-vapaa-aika/vapaa-ajan-esite-fi.pdf)

Sisältö

Kirjasto on kaikille avoin paikka 4

Tervetuloa kulttuurikeskuksiin!..... 8

Liikunnan harrastaminen..... 12

**Leikkipuistoista löytyy kavereita
lapsille ja aikuisille 16**

Tekemistä nuorille 18

Helsingin kaupunginmuseo..... 22

Elinikäinen oppiminen..... 24

**Tutustu myös näihin vapaa-ajan
mahdollisuuksiin 26**

Kirjasto on kaikille avoin paikka

Kirjastossa voit esimerkiksi lukea kirjoja ja lehtiä eri kielillä sekä oppia suomen kieltä. Kirjastosta voit myös lainata kirjoja kotiin. Kirjastossa oleskelu ja kirjojen lainaaminen ei maksa mitään. Helsingistä löytyy yhteensä 38 kirjastoa ja kaksi kirjastoautoa.

Vietä aikaa kirjastossa

Valtaosa kirjastoista on auki arkisin aamusta iltaan ja myös lauantaisin. Helsingissä on myös kirjastoja, jotka ovat sunnuntaisin auki. Kirjastoissa voit viettää vapaasti aikaa. Voit esimerkiksi opiskella, varata tiloja omaan käyttöön ja käyttää kirjaston tietokoneita. Kirjastoissa on aina henkilökuntaa paikalla ja heiltä voit kysyä neuvoa kaikenlaisissa asioissa. Sinun ei tarvitse osata suomea tai ruotsia. Kirjastoissa on paljon kielitaitoisia työntekijöitä. Vaikka yhteistä kieltä ei löytyisikään, henkilökunta auttaa sinut eteenpäin parhaansa mukaan.

Lainaaminen

Kirjojen lainaamista varten tarvitset kirjastokortin. Kirjastokortilla voit lainata kirjojen lisäksi myös lehtiä, musiikkia, elokuvia ja esineitä. Voit hakea oman kirjastokortin mistä tahansa Helmet-kirjastosta. Ensimmäinen kirjastokortti on aina ilmainen. Ota henkilöllisyystodistus mukaan, kun tulet hakemaan kirjastokorttia. Henkilöllisyystodistukseksi käyvät EU-maiden henkilötodistukset, passi, suomalainen ajokortti, kuvallinen KELA-kortti (alle 18-vuotiailta myös kuvaton KELA-kortti), Suomessa sijaitsevan vastaanottokeskuksen asukaskortti ja maahanmuuttoviraston myöntämä oleskelulupakortti. Jotta voit saada kirjastokortin, sinulla täytyy olla Suomessa oleva osoite.



Helmet-kirjastot

Helmet on pääkaupunkiseudun yhteinen kirjastopalvelu. Helmet-kirjastoja ovat Helsingin, Espoon, Kauniaisten ja Vantaan kaupunginkirjastot. Jos sinulla on Helmet-kirjastokortti, voit lainata kirjoja kaikista Helmet-kirjastoista. Kirjojen palauttaminen on helppoa, sillä voit palauttaa kirjat mihin tahansa Helmet-kirjastoon.



→ Helmet-verkkokirjasto: helmet.fi



40

Helsingistä löytyy yhteensä 38 kirjastoa ja kaksi kirjastoautoa.

Seitsemän vinkkiä kirjastoon

1. Kielikahvilat

Osaatko jo vähän suomea? Osallistu kielikahvilaan kirjastossa! Kielikahvilassa voit kehittää suomen kielen taitoasi keskustelemalla muiden osallistujien kanssa.



2. Selkokirjat

Voit lainata kirjastosta selkokirjoja tai voit lukea selkolehtiä. Selkokieli on helppoa suomen kieltä.

3. Kirjoja eri kielillä

Jokaisessa kirjastossa on kirjoja eri kielillä. Kirjastojen valikoimat ovat keskenään erilaisia: yhdestä voi esimerkiksi löytää enemmän arabiankielisiä kirjoja, toisesta taas enemmän venäjänkielisiä kirjoja. Pasilan kirjastossa on Monikielinen kirjasto. Sen valikoimassa on kirjoja yli 80 kielellä, pääasiassa muilla kuin eurooppalaisilla kielillä. Voit tulla Pasilan kirjastoon tutustumaan Monikielisen kirjaston valikoimaan. Helmet-verkkokirjastossa voit myös etsiä kirjoja, lehtiä ja äänitteitä eri kielillä ja tilata niitä maksutta omaan lähikirjastoosi.

4. Tavaroiden lainaaminen ja laitteiden käyttäminen

Voit lainata kirjojen ja lehtien lisäksi kotiin esimerkiksi pelejä, soittimia, työkaluja ja liikuntavälineitä. Kirjastossa on myös erilaisia laitteita, joita asiakkaat voivat käyttää ilmaiseksi. Jokaisesta kirjastosta löytyy tietokoneita, joihin pääsee kirjautumaan kirjastokortilla. Muita käytettäviä laitteita ovat esimerkiksi tabletti, ompelukone, 3D-tulostin ja laserleikkuri.



5. Apua digilaitteiden kanssa ja asiakirjojen tulostaminen

Kirjaston työntekijät auttavat sinua tietokoneen, älypuhelimien sekä internetin käyttämisessä. Kirjastossa voit tulostaa, skannata ja kopioida asiakirjoja. Kirjastoissa järjestetään myös maksuttomia tapahtumia, joissa asiantuntijat neuvovat laitteiden käytössä suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.



6. Ryhmätilat ja studiot

Kirjaston ryhmätiloissa voit työskennellä tai järjestää esimerkiksi tapaamisen. Kirjastoissa on myös soittuhuoneita ja studioita. Niissä voit tehdä esimerkiksi musiikkia, valokuvata ja editoida videoita. Voit varata tilan Varaamosta ([lue lisää s. 26](#)).

7. Satutuokiot ja muut tapahtumat

Kirjastoissa järjestetään monipuolisesti erilaisia maksuttomia tapahtumia, kuten satutuokioita, kirjailijavierailuja, työpajoja ja pienimuotoisia esityksiä. Satutuokioita järjestetään eri kielillä, suomen ja ruotsin lisäksi vaihtelevasti myös esimerkiksi englanniksi, venäjäksi ja somaliksi.



Kuva: Suvi-Tuuli Kankaanpää / Helsingin kaupunki



Kulttuurikeskukset

1. Kanneltalo Kannelmäessä, kanneltalo.fi
2. Maunula-talo Maunulassa, maunulatalo.hel.fi
3. Malmitalo Malmilla, malmitalo.fi
4. Stoa Itäkeskuksessa, stoa.fi
5. Vuotalo Vuosaassa, vuotalo.fi
6. Annantalo Kampissa, annantalo.fi
7. Savoy-teatteri Kaartinkaupungissa, savoyteatteri.fi
8. Caisa Kalliossa, caisa.fi

Helsingin
tapahtuma-
kalenteri:
tapahtumat.hel.fi

Tervetuloa kulttuurikeskuksiin!

Helsingissä on kahdeksan kulttuurikeskusta. Kulttuurikeskuksissa järjestetään konsertteja, teatteri-, tanssi- ja sirkusesityksiä, elokuva-näytöksiä, lastentapahtumia, yhteisöllisiä juhlia sisällä ja ulkona, näytteilyitä ja taideopetusta. Tarjonnasta löydät paljon maksutonta ohjelmaa, johon ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Salin esityksiin täytyy yleensä ostaa pääsylippu, mutta hinnat ovat kohtuullisia. Esityksiä on eri kielillä. Tarjolla on myös paljon ohjelmaa, joka ei vaadi minkään tietyn kielen osaamista. Jokaisessa kulttuurikeskuksessa on kahvila tai ravintola.

Kulttuuria kaupunginosissa

Kanneltalo, Malmitalo, Maunula-talo, Stoa ja Vuotalo sijaitsevat vilkkailla asuinalueilla kauempana keskustasta. Kulttuuri-keskukset ovat tärkeitä oman alueensa kohtaamispaikkoja, joissa vietetään aikaa ja nähdään tuttuja. Ne ovat paikkoja monipuoliselle tekemiselle. Saman katon alla voit osallistua kulttuuritapahtumiin, käydä kirjastossa ja opetella esimerkiksi suomen kieltä tai kädentaitoja työväenopiston kurssilla ([lue lisää s. 24](#)). Kanneltalosta, Malmitalosta, Maunula-talosta ja Stoasta löytyy myös nuorisotalo, jossa nuoret voivat viettää turvallista vapaa-aikaa koulutettujen aikuisten kanssa ([lue lisää s. 18](#)).

Caisa ja Savoy-teatteri

Kulttuurikeskus Caisan tehtävä on edistää taiteen ja kulttuurin avulla sitä, että Helsingistä kehittyy entistä monimuotoisempi kaupunki. Tämä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että Caisassa ohjelmaa tekevät eri vähemmistöihin kuuluvat taiteilijat ja tapahtumissa huomioidaan kaupungin monenlaiset asukkaat. Savoy-teatteri on kansainvälinen konserttitalo. Savoy-teatteri vastaa myös Espan lavasta, joka sijaitsee Helsingin keskustassa Esplanadin puistossa. Espan lavalla järjestetään maksuttomia ulkoilmakonsertteja ja muita tapahtumia kesäisin.

Lapsille ja nuorille

Lasten ja nuorten taidekeskus Annantalo on kaupungin lastenkulttuurin sydän. Annantalossa opetetaan taiteen tekemistä ja järjestetään esityksiä, tapahtumia ja näyttelyitä lapsille. Suurin osa tapahtumista on maksuttomia. Myös muissa kulttuurikeskuksissa on paljon tekemistä lapsille ja perheille.



Viisi vinkkiä kulttuurikeskusten tarjontaan



1. Kesätapahtumat

Kesäisin kulttuurikeskukset järjestävät paljon maksuttomia tapahtumia ulkona kulttuurikeskusten pihilla ja aukioilla. Tärkeitä päiviä ovat Helsinki-päivä 12.6. ja Taiteiden yö puolessa välissä elokuuta. Annantalossa on kesäisin lapsiperheille paljon ohjelmaa, jossa voi piipahtaa silloin kuin itselle sopii.

2. Vuodenkierto ja juhlapäivät

Kulttuurikeskuksissa järjestetään paljon ohjelmaa, joka liittyy vuodenkiertoon ja asukkaille tärkeisiin juhliin. Tässä joitain tärkeitä ajankohtia, joina usein järjestetään tapahtumia:

- Vappu: työväen, ylioppilaiden ja kevään juhla 30.4.
- Halloween loka–marraskuun vaihteessa
- Lapsen oikeuksien viikko marraskuussa
- Koulujen syysloma ja talviloma
- Suomen itsenäisyyspäivä 6.12.
- Kristilliset juhlat, kuten joulukin ja pääsiäinen
- Eri uskontojen ja kulttuurien tärkeitä juhlat, kuten muslimien eid-juhla, venäläinen uusivuosi sekä romanien ja saamelaiden kansallispäivät. Kulttuurikeskukset järjestävät näitä juhlia usein järjestöjen kanssa yhteistyössä. Eri kulttuuritaustaisten juhlia huomioidaan kulttuurikeskuksissa koko ajan yhä enemmän.



3. Näyttelyt

Kulttuurikeskusten gallerioissa on aina esillä näyttelyitä, joihin on vapaa pääsy. Ne ovat auki aina, kun kulttuurikeskus on auki. Tarjolla on myös paljon lapsille suunniteltuja näyttelyitä, joissa lapset pääsevät ihmettelemään, leikkimään ja oppimaan uutta.

4. Esitykset, elokuvat ja konsertit

Kulttuurikeskuksissa järjestetään esityksiä eri kielillä. Kieli-infon löydät aina kulttuurikeskusten nettisivuilta esityksen tiedoista. Erityisesti sanattomat sirkus- ja tanssiesitykset sopivat myös niille, jotka eivät osaa vielä suomen kieltä. Konserttitarjonnassa kuullaan laajasti eri musiikkikulttuureja. Kaikissa kulttuurikeskuksissa esitetään elokuvia eri puolelta maailmaa. Lapsille on myös paljon esityksiä ja niihin on edulliset liput. Maksullisten esitysten lisäksi kulttuurikeskuksissa on paljon maksuttomia esityksiä.

5. Kurssit ja työpajat

Haluatko oppia uusia taitoja ja tutustua ihmisiin? Kulttuurikeskuksissa järjestetään paljon erilaisia työpajoja ja kursseja sekä lapsille että aikuisille. Toimintaa ohjataan eri kielillä ja usein ohjaaja voi myös sanattomasti näyttää mallia. Tarjonnasta löydät paljon työpajoja ja kursseja, jotka ovat maksuttomia ja joihin ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Stoassa järjestetään maahan muuttaneille Opi Suomea laulaen -laulupajoja. Laulupajat ovat maksuttomia, mutta niihin pitää ilmoittautua etukäteen.

Tiesitkö?

Taide, kulttuuri ja luovuus vaikuttavat myönteisesti ihmisen elämänlaatuun ja terveyteen. Taiteen kokeminen ja tekeminen voi tutkimusten mukaan ehkäistä fyysisiä ja psyykkisiä sairauksia ja vähentää oireita. Taide- ja kulttuuriharrastukset tukevat lasten ja nuorten hyvinvointia, kasvua ja oppimista monella tapaa.

Liikunnan harrastaminen

Ulkoileminen

Lähde ulkoilemaan puistoihin, saariin ja metsiin! Oletko kuullut jokaisenoikeuksista? Suomessa jokaisella on esimerkiksi oikeus kerätä metsästä marjoja ja sieniä. Luonnossa ei saa tehdä avotulta, mutta Helsingistä löytyy paljon julkisia, vapaasti ympäri vuoden käytettäviä keittokatoksia ja grillipaikkoja. Muista, että luontoon ei saa jättää roskaa.

Ohjattua liikuntaa

Voit osallistua uimakouluihin, ryhmäliikuntaan, kuntosali- ja vesiliikuntatunneille ja ulkoliikuntaan. Kaupungin järjestämät liikuntakurssit ovat edullisia ja niitä on kaikenikäisille. Syksyn kurseille ilmoittautuminen alkaa elokuussa, kevään kurseille joulukuussa ja kesän kurseille huhtikuussa. Kurssit ovat suosittuja, joten kannattaa ilmoittautua ajoissa.

Kurssien lisäksi tarjolla on myös paljon ohjattua liikuntaa, johon ei tarvitse ilmoittautua tai sitoutua. Tutustu maksuttomiin ja edullisiin liikuntamuotoihin, kuten Vimma-liikuntaan nuorille ja Alueliikuntaan työikäisille ja ikääntyneille. Kesäisin kaikenikäiset voivat osallistua maksuttomiin puistojumppuihin, joita järjestetään ympäri kaupunkia. Toimintakyvyltään rajoittuneille, kuten pitkäaikaissairaille ja vammaisille, järjestetään liikuntaa, jota kutsutaan soveltavaksi liikunnaksi.



Liikuntapaikkoja eri lajeille

Lumisina talvina Helsingissä on kunnostettuja latuja ympäri kaupunkia. Voit kokeilla hiihtämistä Paloheinässä, jossa voit vuokrata varusteet. Helsingissä on 11 tekojääkenttää, joilla luisteleminen ei maksa mitään. Brahen jääkentällä on vuokraamo, josta voit vuokrata luistimet.

Sisäliikuntapaikoissa voit harrastaa liikuntaa joka säällä. Kaupungin kuntosalit sopivat kaiken tasoille kuntoilijoille. Kuntosalit ovat edullisia eikä niihin tarvitse ostaa jäsenyyttä. Helsingissä on myös yli 40 ympäri vuorokauden auki olevaa, maksutonta ulkokuntosalia.

Varaa liikuntatiloja

Voit hakea urheiluporukallesi vakiovuoroa tietylle kaudelle. Tutustu varattaviin tiloihin ja niiden eri hakuaikeihin liikunnan nettisivuilla. Voit myös varata vapaita yksittäisiä liikuntavuoroja Liikuntakaupasta ja Varaamosta ([lue lisää Varaamosta s. 26](#)).

Uimarannat

Kun saavut vieraalle uimarannalle, tarkista veden syvyys ilmoitustaulun kartasta. Varo erityisesti äkkisyviä paikkoja ja voimakkaita virtauksia. Ilmoitustaululta näet myös, jos rannalla uimista ei suositella huonon vedenlaadun takia. Huoltaja on aina vastuussa lapsistaan. Pidä vedessä olevat lapset aina näköetäisyydellä ja kaikki uimataidottomat käden ulottuvilla. Suosituimmilla uimarannoilla on koulujen loma-aikaan rantapelastajia, joilta voit kysyä neuvoja. Helsingin uimarannoilla esiintyy kesäisin sinilevää, joka voi olla myrkyllistä. Tarkista ajantasainen sinilevätilanne etukäteen verkosta. Älä ui rannalla, jossa on havaittu sinilevää.

Uimahallit ja maauimalat

Uiminen on Suomessa suosittu koko perheen harrastus. Uimahallit ovat paikkoja, joissa voit uida, jumpata vedessä, rentoutua lämpimässä altaassa, leikkiä lastenaltaassa, saunoa ja peseytyä. Uimahallissa käyminen tukee monipuolisesti hyvinvointia.

Näin toimit uimahallissa

Kaikkien on tärkeää tuntea uimahallien säännöt.

Niillä halutaan varmistaa, että jokaisella on mahdollisimman turvallinen ja mukava olo.



1. Peseytyminen ja oikeanlaisen uima-asun käyttö ovat tärkeitä, jotta altaiden vesi pysyy puhtaana. Peseydy ilman uima-asua ennen altaaseen menoa. Kastele myös hiukset tai käytä uimalakkia. Jos sinulla on pitkät hiukset, laita ne uinnin ajaksi kiinni. Käytä hyväksyttyä uima-asua.
2. Jätä uima-asu pesutilaan, kun menet saunaan. Suomalaiset saunovat yleensä alasti. Jos haluat, voit saunoa pyyhe päällä. Helsingin uimahalleissa on aina erilliset sauna- ja peseytymistilat naisille ja miehille.
3. Huoltaja on vastuussa lapsistaan, jotka eivät osaa uida. Yksi uimataitoinen aikuinen saa huolehtia enintään kolmesta uimataidottomasta lapsesta. Uimataidottomien kanssa saa olla vain matalissa altaissa. Isoon altaaseen ja hyppyaltaaseen saa mennä vasta, kun osaa uida vähintään 25 metriä.

Nämä ovat hyväksytyjä uima-asuja:



Uimapuku, uimahousut tai -shortsit tai lyhythelmainen burkini.

Tiesitkö näistä?



1. Jakomäen uimahallissa järjestetään viikoittain naisten oma uintivuoro. Naisten vuorolla uimahallin henkilökunnassa työskentelee vain naisia.
2. Joissain uimahalleissa, kuten Itäkeskuksen uimahallissa, on kaikille avoin unisex-pukuhuone. Unisex-pukuhuoneessa esimerkiksi lapsiperheet, liikuntarajoitteiset ja sukupuoli-vähemmistöihin kuuluvat voivat rauhassa pukeutua ja käydä suihkussa omassa yksityisessä kopissaan.
3. Haluaisitko oppia uimaan? Maksullisia uimakouluja järjestetään lapsille ja aikuisille. Aikuisille on tarjolla naisten ja miesten sekaryhmiä sekä vain naisille suunnattuja ryhmiä. Yläasteikäinen nuori voi osallistua maksuttomaan uimakouluun Vimma-liikunnan kautta.
4. Jos olet hankkinut vesiliikunnan kausikortin Pirkkolan, Itäkeskuksen, Jakomäen tai Yrjönkadun uimahallista, voit käyttää samaa korttia myös kaikilla Helsingin kaupungin kuntosaleilla. Pirkkolan, Itäkeskuksen ja Jakomäen uimahalleissa voit myös uimalipun hinnalla käyttää kuntosalia.



Kuva: Aki Rask / Helsingin kaupunki

- Löydä itsellesi mieleiset tavat liikkua: liikunta.hel.fi
- Liikuntakauppa: liikuntakauppa.hel.fi
- Ulkoilu: hel.fi/ulkoilu



Leikkipuistoista löytyy kavereita lapsille ja aikuisille

Leikkipuistoksi kutsutaan Helsingissä puistoa, jossa järjestetään maksutonta, monipuolista ohjattua ulko- ja sisätoimintaa vauva- ja lapsiperheille ja koululaisille. Leikkipuistoissa on piha-alueen lisäksi sisätilat.

Leikkipuistot ovat auki arkipäivisin klo 9–17.





Kuva: Konsta Linkola / Helsingin kaupunki

Esimerkkejä leikkipuistojen toiminnasta

Tänään tavataan -kahvila edistää eri kieli- ja kulttuuritaustaisten perheiden kohtaamista, yhdessä toimimista ja keskustelua suomen kielellä viihtyisässä ja kiireettömässä ympäristössä.

1.-2.-luokkalaisille järjestetään ohjattua **iltapäivätoimintaa** turvallisessa ympäristössä koulupäivän jälkeen. Iltapäivätoiminta on maksullista ja siihen haetaan Wilmassa.

Kesällä Helsingin leikkipuistoissa on mukavaa ja monipuolista tekemistä turvallisessa ympäristössä. Maksutonta kesäruokaa tarjoillaan alle 16-vuotiaille. Ota mukaan oma lautanen ja lusikka!

➔ Lataa puhelimeesi Leikkipuistot-sovellus, josta löydät lisätietoa Helsingin leikkipuistoista!



Tekemistä nuorille

Helsingissä on yli 60 nuorille suunnattua paikkaa: nuorisotaloja, kesäpaikkoja ja eri harrastuksiin erikoistuneita tiloja, kuten skeittihalleja, musiikkistudioita ja kädentaitopajoja. Nuoret voivat esimerkiksi harrastaa eri urheilulajeja Malminkartanon harrastushallissa, kokeilla eläintenhoitoa kotieläintila Fallkullassa ja järjestää tapahtumia Suvilahden tapahtumatila Tiivistämössä. Jokainen nuori voi löytää valikoimasta hauskaa ja itselleen sopivaa tekemistä.



Nuorisotalot

Nuorisotalot ovat paikkoja, joissa 9–17-vuotiaat voivat viettää vapaa-aikaa. Rajatumpaa harrastustoimintaa voi olla myös alle 9-vuotiaille ja yli 18-vuotiaille. Nuorisotaloja on ympäri Helsinkiä eri asuinalueilla. Nuorisotalolla nuori tapaa kavereita, viettää aikaa, pelaa sekä saa apua elämässään, kuten kaverisuhteissaan, koulunkäynnissään ja työnhaussa. Hän voi osallistua ryhmätoimintaan, kuten kokkauserkoon, maalauskurssille, luontoretelle, pelitoimintaan tai jalkapalloturnaukseen. Nuorten toiveita kuunnellaan. Työntekijät suunnittelevat ja toteuttavat toimintaa yhdessä nuorten kanssa.



Kuva: Karun Verma / Helsingin kaupunki

Jäsenkortilla mukaan

Nuori pääsee nuorisotaloille, harrastuksiin ja tapahtumiin mukaan jäsenkortilla eli Jässärillä. Jässäri rekisteröidään sähköisesti ja sitä käytetään Populon-puhelinsovelluksen kautta. Huoltaja rekisteröi alle 18-vuotiaalle Jässärin verkossa vahvalla tunnistautumisella. Nuoren turvallisuuden takia tarvitsemme ajantasaiset huoltajan yhteystiedot, jotta voimme olla tarpeen tullen häneen saman tien yhteydessä. Helsingin kaupunki ei luovuta rekisteröinnissä annettuja nuoren tai huoltajan tietoja eteenpäin kenellekään. Tarkat ohjeet Jässärin hankkimiseen löydät Nuorten Helsingin nettisivuilta: nuorten.hel.fi/jassari.



Tule käymään

Jokainen nuori on tervetullut nuorisotalolle. Ei haittaa, vaikka nuori ei puhuisi vielä suomea tai ruotsia. Nuorisotalolla on aina paikalla nuorisotyön ammattilaisia, nuoriso-ohjaajia, jotka toivottavat nuoren tervetulleeksi ja kertovat nuorisotalosta. Nuoriso-ohjaajat puhuvat eri kieliä ja yhteinen tapa kommunikoida löytyy varmasti. Osalla nuorisotaloista järjestetään tytöille omaa ryhmätoimintaa. Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvat ja sateenkaariteemoja pohtivat 13–29-vuotiaat nuoret voivat osallistua sateenkaarevaan toimintaan.

Aukioloajat netistä

Useimmilla nuorisotaloilla on omat aukioloajat ala-asteikäisille ja yläasteikäisille nuorille. Katso aukioloajat eri ikäryhmille nuorisotalon omalta nettisivulta. Aukioloaikojen sisällä nuori voi tulla mihin aikaan vaan ja kuinka pitkäksi aikaa vaan nuorisotalolle. Nuorisotalolle voi tulla ilmoittautumatta.



Viisi syytä, miksi nuoren kannattaa käydä nuorisotalolla

1. Nuori saa itselleen mukavaa ja mielekästä tekemistä, mikä tukee hänen hyvinvointiaan.
2. Nuori saa uusia kavereita ja voi viettää heidän kanssaan aikaa turvallisessa ympäristössä. Hän oppii arvokkaita sosiaalisia taitoja.
3. Nuorisotalolla on töissä koulutettuja aikuisia. Nuoriso-ohjaajat järjestävät nuorille ja nuorten kanssa tekemistä, keskustelevat heidän kanssaan esimerkiksi tulevaisuuden suunnitelmista ja puuttuvat ongelmatilanteisiin.
4. Nuorisotaloissa voi kokeilla erilaisia harrastuksia pääasiassa ilmaiseksi. Nuori pääsee etsimään vahvuuksiaan ja kehittämään taitojaan niissä asioissa, jotka häntä kiinnostavat.
5. Nuorisotalot ovat päihteettömiä tiloja eikä niissä sallita minkäänlaista syrjintää, esimerkiksi rasismia.



Kuva: Karun Verma / Helsingin kaupunki

Voit myös vaikuttaa

Nuorilla on paljon mahdollisuuksia vaikuttaa. Nuorille on varattu rahaa, jonka käytöstä he neuvottelevat ja äänestävät joka vuosi. Aikaisempina vuosina nuorten budjetin rahalla on esimerkiksi järjestetty jalkapalloturnauksia ja tehty retkiä teatteriin. Nuori voi hakea nuorisoneuvostoon, joka vaikuttaa nuorille tärkeisiin asioihin koko kaupungissa. Nuori voi myös tehdä kaupungille aloitteen asiasta, johon toivoisi muutosta.

- Nuorisotalojen tiedot ja kaikki muu Helsingin tarjonta nuorille löytyy nuorten nettisivuilta: nuorten.hel.fi

Maksuttomia harrastuksia lapsille ja nuorille

Harrastamisen Suomen malli tarjoaa maksuttomia harrastuksia 3.–9. luokkien oppilaille eli noin 9–15-vuotiaille lapsille ja nuorille. Harrastuksia tarjotaan kaikissa Helsingin peruskouluissa. Harrastukset järjestetään koulupäivän jälkeen koulujen tiloissa tai niiden lähiympäristössä.

- Tutustu laajaan harrastusvalikoimaan lapsesi koulun kotisivuilla tai Harrastukset-sivustolla: harrastukset.hel.fi/suomenmalli



Kuva: Majja Astikainen / Helsingin kaupunki

Helsingin kaupunginmuseo

Helsingin kaupunginmuseo sijaitsee keskustassa Senaatintorin kulmalla, Helsingin vanhimmissa kortteleissa. Museo on auki joka päivä ja sinne on aina vapaa pääsy. Tervetuloa viettämään aikaa ja oleskelemaan viihtyisässä aulassa, näyttelyissä, tapahtumissa ja museokaupassa!

Helsingin kaupunginmuseo on maailman ainoa museo, jonka aiheena on Helsinki. Kaupunginmuseossa voit oppia uutta kaupungin historiasta, arjesta ja paikallisista ilmiöistä. Lapset ja perheet voivat tutustua Helsingin historiaan ja leikkiä Lasten kaupungissa.

Jos sinulla on ryhmä, jossa opiskelette yhdessä suomea, voitte varata ryhmällemme maksuttoman opastuksen kaupunginmuseon näyttelyihin. Kaupunginmuseo tarjoaa näyttelyjen lisäksi erilaisia tapahtumia, kuten opastettuja kävelykierroksia, luentoja, konsertteja, lastentapahtumia, elokuvanäytöksiä ja joulumyyjäisiä.

→ Tutustu Helsingin kaupunginmuseoon: helsinginkaupunginmuseo.fi



Kuva: Jussi Hellsten / Helsingin kaupunki

Tutustu myös muihin museon kohteisiin Helsingissä

Hakasalmen huvila

Hakasalmen huvila sijaitsee Musiikkitalon, Finlandiatalon ja Oodin lähellä Töölönlahdella. Museossa on vaihtuvia Helsinki-teemaisia näyttelyjä ja paljon tapahtumia. Museon sisäänpääsymaksu on 16 euroa. Alle 18-vuotiaat pääsevät ilmaiseksi museoon. Joka kuukauden viimeinen perjantai on kaikille ilmainen sisäänpääsy.

Ruiskumestarin talo Kruununhaassa

Tule katsomaan, minkälaisessa kodissa helsinkiläinen perhe asui 1860-luvulla. Ruiskumestarin talo on auki kesäisin ja joulun aikaan. Museoon on aina vapaa pääsy.

Duunarimuseo Vallilassa

Tule kurkistamaan helsinkiläisten työläisperheiden erilaisiin koteihin 1900-luvulla. Museoon on aina vapaa pääsy.

Ratikkamuseo Töölössä

Ratikkamuseossa on hauskaa tekemistä lapsille ja raitiovaunuista kiinnostuneille. Museo on auki joka päivä ja sinne on aina vapaa pääsy.





**Yli 5 000
kurssia, luentoa
ja tapahtumaa
vuosittain!**

Kuva: Maija Väänänen / Helsingin kaupunki

Elinikäinen oppiminen

Suomenkielinen Helsingin työväenopisto ja ruotsinkielinen Arbis tarjoavat opetusta aikuisille, jotka haluavat oppia uutta ja harrastaa.

Yhteensä yli 5 000 kurssia, luentoa ja tapahtumaa vuosittain: suomea ja muita kieliä, kuvataiteita, käsitöitä, liikuntaa ja tanssia, ruoanvalmistusta, soittoa ja laulua, tietokoneen ja digilaitteiden käyttöä, teatteria, kirjallisuutta ja kirjoittamista, valokuvausta ja videoiden tekemistä, luontoretkiä ja paljon muuta!



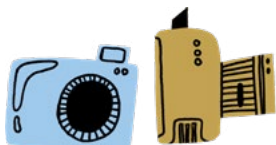
Missä?

Eri puolilla Helsinkiä,
verkossa, opiston
kirjastossa ja avoimissa
oppimisympäristöissä.



Kenelle?

Kaikille yli
16-vuotiaille.



Mitä maksaa?

Kurssimaksu alkaen 14 €.

Luennot, tapahtumat
ja useimmat konsertit
ovat maksuttomia.



Milloin?

Päivisin, iltaisin
ja viikonloppuisin
ympäri lukuvuoden.



Miten mukaan?

Kurssit ja ilmoittautuminen
osoitteessa **ilmonet.fi**.

- Helsingin työväenopisto
p. 09 310 88610
- Arbis p. 09 310 494 94

Lue lisää kursseista, jotka ovat suunnattu maahan muuttaneille:

- tyovaenopisto.hel.fi/opiskelijapalvelut/maahanmuuttajille
- arbis.hel.fi/kurser-och-anmalningar/sfi-svenska-for-invandrade

Tutustu myös näihin vapaa-ajan mahdollisuuksiin



Vapaaehtoistoiminta

Kaupunki tarjoaa paljon erilaisia vapaaehtoistehtäviä, joissa pääset auttamaan eri ikäisiä kaupunkilaisia tai huolehtimaan yhteisestä ympäristöstämme. Voit esimerkiksi viettää aikaa ikäihmisen kanssa tai auttaa monikulttuurisessa perhekahvilassa. Monissa tehtävissä ei tarvitse osata suomen tai ruotsin kieltä. Jos sinulla on kysyttävää, voit lähettää sähköpostia osoitteeseen vapaaehtoistoiminta@hel.fi. Tervetuloa mukaan, juuri sinun apuasi tarvitaan!

➔ Lue lisää ja löydä sinulle sopiva tehtävä: vapaaehtoistoiminta.hel.fi

Varaamo

Haluatko pitää kokouksen, juhlia läheisten kanssa, järjestää tapahtuman, äänittää musiikkia, soittaa instrumenttia tai harrastaa yhdessä? Voit varata kaupungin tiloja tai laitteita maksutta tai edulliseen hintaan Varaamosta. Varaamon nettisivut toimivat suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.

➔ Varaa tiloja ja laitteita: varaamo.hel.fi



Kuva: Majja Astikainen / Helsingin kaupunki

Kulttuurin kummilapset



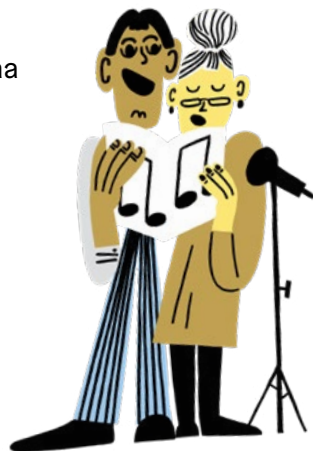
Kaikki vuodesta 2020 eteenpäin syntyvät helsinkiläiset lapset kutsutaan kulttuurin kummilapsiksi. Kummilapset saavat kutsun vuosittain kahteen tapahtumaan, kunnes lapsi aloittaa koulun. Tapahtumat ovat maksuttomia. Voit kokea lapsen kanssa hauskoja, yhteisiä hetkiä kulttuurin parissa. Tapahtumat tukevat lapsen kehitystä ja hyvinvointia. Tapahtumia järjestävät esimerkiksi museot, teatterit ja orkesterit.

→ Lue lisää ja ilmoita lapsesi kulttuurin kummilapseksi: kummilapset.hel.fi

Helsingin kaupunginorkesteri

Tule kuulemaan, kun yli sata muusikkoa soittaa yhtä aikaa! Helsingin kaupunginorkesteri on klassisen musiikin orkesteri, joka esiintyy keskustassa sijaitsevassa Musiikkitalossa. Aamupäivisin järjestettäviin kenraaliharjoituksiin myydään edullisia lippuja. Kenraaliharjoitus tarkoittaa viimeistä harjoitusta ennen illan esitystä.

→ Tutustu kaupunginorkesterin tarjontaan: helsinginkaupunginorkesteri.fi



Helsinki



Tapahtumat: tapahtumat.hel.fi

Kirjastot: helmet.fi

Liikunta: liikunta.hel.fi

Nuorten Helsinki: nuorten.hel.fi

Helsingin kaupunginmuseo: helsinginkaupunginmuseo.fi

Kurssit: ilmonet.fi

Helsingin kaupunki selkokielellä: selkokieli.hel.fi