

•nakkila.

harrastaa
2025



Hankerahaa haettiin ja saatiin hyvinvointipalveluille yht. 115 000 €

Nakkilan liikunta-keskuksella myytiin vuonna 2024 yhteensä 1037 kuntosalikorttia.

Maksuttomassa liikuntaneuvonnassa kävi 49 eri kuntalaista vuonna 2024.

Työpajalla oli vuonna 2024 105 valmentautujaa, joista 36 alle 29v.

Erkon Tiistailenkkiä (Vire ry) on lenkkeilty joka tiistai jo yli 38 vuotta

Liikuntakeskuksen alasalin käyttöaste oli vuonna 2024 87% klo 08–22 välillä.

Nakkilassa on rekisteröityjä yhdistyksiä 111

Nakkilan kunnan seuratuksiavustukset -toiminnasta hyötyvien määrä: 4126 henkilöä

Nakkilassa on asukkaita 05/2025 4912. Vauvoja syntyi vuonna 2024 yhteensä 36.

Harrastamisen mallin maksuttomia kerhotunteja järjestettiin viime lukukautena 1.–9.lk yhteensä 644 tuntia.

Popjazzleiriä on järjestetty Nakkilassa jo vuodesta 2002 eli 22 krt

Nuorisopalveluiden toimintoihin osallistui vuonna 2024 yhteensä 3560 nuorta.

LIIKUNTAKESKUS *Kaikkien yhteinen kokoontumispaikka!*

KUNTOSALI

- Hyvin varustettu kuntosali, joka on avoinna joka päivä klo 05–23 kulkuläpyskällä
- Maksut
 - Kertamaksu 4 € / 2 €
 - 1 kk kausikortti: 24 / 12 €
 - 3 kk kausikortti: 60 / 30 €
 - 6 kk kausikortti: 100 / 50 €
 - 12 kk kausikortti: 180 / 90 €
- Kuntosalikortin jatkaminen onnistuu myös netin kautta nakkila.asio.fi
- Kausikorttia hankkiessasi veloitetaan kulkuläpyskän pantti 20 €. Pantin saa takaisin läpyskän palautuksen yhteydessä. **Alennettu hinta koskee eläkeläisiä, opiskelijoita ja työttömiä.**

INFOPISTE

- Infopisteessä on henkilökuntaa paikalla arkisin ma klo 9–16.30, ti klo 12–20, ke klo 10–16, to klo 9–17 ja pe klo 8–15. Poikkeuksista ilmoitetaan nettisivuilla ja somessa.
- Tilassa on I Wall -peli

KUNTOPOLKU 1
29250 NAKKILA
PUH. 044 747 5919
liikuntakeskus@nakkila.fi

SEURAA MEITÄ

 Nakkilan kunta

 [nakkilankunta](https://www.instagram.com/nakkilankunta)

Tarkista tapahtumakalenteri

www.nakkila.fi/info-nakkila/tapahtumakalenteri/



TERVETULOA LIKKUMAAN, VIIHTYMÄÄN JA VIETTÄMÄÄN HYVÄÄ ARKEA!

- Liikuntakeskuksen väki

VUOKRAUS

LIIKUNTASALI/RYHMÄLIIKUNTATILAT
(**nakkilalaisille/ulkopaikkakuntalaisille**)
RYHMÄLIIKUNTATILAT (30 HLÖ)

- Yläkerran monitoimiliikuntasali 20 € / h 30 € / h

JUOKSUSUORA

- Juoksusuora 10 € / h 20 € / h

LIIKUNTASALI

- Koko liikuntasali 35 € / h 40 € / h
- 2/3 liikuntasalia 25 € / h 30 € / h
- 1/3 liikuntasalia 15 € / h 20 € / h
- Koko sali tunniksi turnauksiin, kilpailuihin 20 €/40 €

MUUT YLEISÖTILAISUUDET

- Koko sali, 1 tunti 40 €/60 €
- Koko sali, 1 vrk, 180 €/400 €
- Ulkoalueet: Yleisurheilukenttä, jalkapallokenttä, hiekkakenttä, frisbeegolfrata, beach volley -kenttä
- Esiintymislava: vuokraus 150 € / vrk.
- Seuraavat vuorokaudet 50 €.

KABINETTI (15 HLÖ)
NUORISOTILA (30 HLÖ)
KAHVIO / AULA (50 HLÖ)

- vuokraus kokous- tai muuhun käyttöön 20 € / 2 tuntia
- Tiloista löytyvät videotykki, valkokangas ja laadukas äänentoisto
- Tiloissa voi pitää juhlia, kokouksia, konsertteja, koulutuksia, luentoja, musiikkiesityksiä, näyttelyitä, tansseja, voimistelua ja muita tapahtumia.

Liikuntakäytössä hintoihin sis. 10 % alv.
Muussa käytössä hintoihin sis. 25 % alv.

Tilavarauksia voi tehdä sähköisesti osoitteessa nakkila.asio.fi. Kuntalaiset voivat varata liikuntakeskuksen liikunta- sekä kokoustiloja, koulujen liikuntatiloja ja ulkokenttiä omatoimisesti verkosta. Asiasta pääsee myös tarkastelemaan ajankohtaisia tapahtumia ja järjestelmästä näkee mahdolliset vuorojen peruuntumiset yms. Voit tehdä tilavarauksen myös palveluvastaavalta liikuntakeskuksen infosta sen aukioloaikoina.

Ideoita, kehitettävää tai kiitosta
voit lähettää hyvinvointipäällikkö Sari Ketolalle 044 747 5914, sari.ketola@nakkila.fi

LIIKUNTANEUVONTA

Maksuton liikuntaneuvonta on tarkoitettu kaikille nakkilaisille, jotka kaipaavat tukea tai ohjausta aktiivisemmän elämäntavan omaksumiseen tai liikunnan aloittamiseen. Liikuntaneuvonnassa kartoitetaan asiakkaan lähtötilanne, asetetaan tavoitteet ja laaditaan suunnitelma, jonka mukaan edetään. Liikuntaneuvontaa voidaan toteuttaa pidempikestoisena jaksona tai vain yhden kerran ohjauksena tilanteen mukaan. Liikuntaneuvonta on tarkoitettu myös lapsille ja perheille, jolloin voidaan keskittyä esimerkiksi koko perheen yhteisiin liikuntatottumuksiin.

Ole rohkeasti yhteydessä ja kysy lisää liikuntaneuvonnasta!

Yhteystiedot:

Veera Suksi
Liikunnanohjaaja
puh. 050 473 7251
veera.suksi@nakkila.fi

LIIKUNTAMAA

**TARJOAA ILOISTA,
RIEMUKASTA JA VAPAAMUOTOISTA
PERHELIIKUNTAA.**

Liikuntamaat käynnistyvät su 7.9.2025 liikuntakeskuksessa ja jatkuvat jokaisen kuun ensimmäisenä sunnuntaina klo 10–12 vuoden 2026 toukokuuhun. Lasten vapaassa käytössä on liikuntavälineitä palloista pomppupatjoihin.

Tärkeintä tapahtumissa on iloinen liikunta ja perheen yhdessäolo ilman kilpailua tai suorituksia. Liikkuminen tapahtuu huoltajan valvonnassa. Sisäliikuntavarusteet ja sisäliikuntakengät ovat suotavat, mutta eivät pakolliset.

LIIKUNTAMAAT

SYKSY 2025

7.9. NTK
5.10. Satasirkus
2.11. MLL
7.12. LC Emmat

KEVÄT 2026

11.1. Partiolaiset
1.2. Vire
1.3. MLL Nakkila
12.4. Liikuntaseura

**HINTA 2 € /
LAPSI**
(alle 3-vuotiaat
maksutta).



HYVINVOINTI- PALVELUT

liikunta, kulttuuri ja nuorisopalvelut
sekä hyvinvoinnin ja terveyden
edistäminen, seurayhteistyö



HYVINVOINTIPÄÄLLIKÖ

Sari Ketola
044 747 5914
sari.ketola@nakkila.fi



PALVELUVASTAAVA

Marja-Leena Isoniemi
044 747 5919
liikuntakeskus@nakkila.fi



LIIKUNNANOHJAAJA

Veera Suksi
050 473 7251
veera.suksi@nakkila.fi

LIIKUNTAPAIKAT

NAKKILAN LIIKUNTAKESKUKSEN ALUEELLA

- yleisurheilukenttä
- jalkapallokenttä
- vuonna 2020 valmistunut tekonurmikenttä
- jääkiekkokaukalo, missä kesäisin tenniskenttä
- valaistu liikuntareitti 2,5 km (talvella hiihtoreittinä)
- 9 -väyläinen frisbeegolfrata
- Beach Volley-kenttä
- Boccia-kenttä
- HUOM! Alueelta löytyy uusia ulkokuntolaitteita sekä kahdet kuntoportaat.

MUITA KUNNAN LIIKUNTAPAikkoja

- Arontien jalkapallokenttä
- Tervasmäen valaistu liikuntareitti (talvella hiihtoreittinä). Pituus 3,4 km, minkä varrella laavu
- Laavut joen varrella näet Nakkilan Koskien www-sivuilta.
- Muut: Koulujen lähiliikunta-/piha-alueet sekä jääkiekkokaukalot/ -luistelujäät sekä koulujen hiihtoreitit

YKSITYISET LIIKUNTAPAIKAT

- Salomonkallion laskettelukeskus
- Nakkila Golf
- Jaakkolan Rustholli
- Tervasmäen ampumarata
- Arantilankosken Kajakkiranta, Avec Marja
- Kalastus, Lohijoki Oy

LIIKENNEPUISTO

- Liikennepuisto sijaitsee Siltatien varrella, aivan kunnan keskustan tuntumassa olevalla puistoalueella ja Ällänselän leikkikentän läheisyydessä. Liikennepuiston avaimen voi noutaa K-Supermarket Onnipekan Kaffeli-kahviosta kuittausta vastaan. Liikennepuisto on aina kaikille avoin.

ULKOLIIKUNTA- ALUEET



**TILAPALVELUYKSIKÖN
ESIMIES**

RAKENNUSMESTARI

Teemu Harjunen
044 747 5873
teemu.harjunen@nakkila.fi



LIIKUNTA-ALUEIDEN HOITAJA

Ari-Jukka Mäkinen
044 747 5917

Nakkilan LIKUNTALUKKARI SYKSY 2025

Liikettä
 mukavassa
 seurassa!

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
HORMISTON JUMPPAA 9.30-10.15 ohjaaja Veera 050 473 7251 HORMISTON KYLÄTALO	ÄIJÄRYHMÄ 15.30-16.15 ohjaaja Veera LIKUNTASALI	MARKON TUOLIJUMPPA 16-16.45 ohjaaja Marko Nieminen Jele ry RYHMÄLIKUNTATILA	KEVYT SPINNING 10-10.45 ohjaaja Veera RYHMÄLIKUNTA	MARKON KUNTONYRKKEILY 18.30-19.30 ohjaaja Marko Nieminen Jele ry RYHMÄLIKUNTATILA
LIHASKUNTO 11-11.45 ohjaaja Veera RYHMÄLIKUNTATILA	KUNNON RYHMÄ/HYTE 17-17.45 ohjaaja Veera RYHMÄLIKUNTATILA (ryhmään Satakunnan Hyvinvointialueen Hyte-valmentajan kautta mari.jalava@sata.fi)		OHJATTU KUNTOSALI 11-11.45 ohjaaja Veera KUNTOSALI	
OHJATTU KUNTOSALI 13-13.45 ohjaaja Veera KUNTOSALI	TOIMINNALLINEN TREENI 18-18.45 ohjaaja Veera JUOKSUSUORA		KEHONHUOLTO 12-12.45 ohjaaja Veera RYHMÄLIKUNTATILA	

LUKKARI
 VOIMASSA
 1.9.2025 ALKAEN

MAHDOLLISET
 MUUTOKSET
 Varaamme
 oikeuden ohjelman
 muutoksiin.

OHJATTUUN RYHMÄLIKUNTAAN OSALLISTUT

Kertamaksulla 4€ tai
 alennettuun hintaan 2€
 (työttömät, opiskelijat, eläkeläiset).
 Ryhmäliikuntaan on mahdollista ostaa myös
 10-kortti 40€ tai 20€ (alennettu hinta). Näytä
 kortti aina infossa ennen jumpan alkua.

OHJAAJAT

Veera Suksi, liikunnanohjaaja, 050 473 7251
 Marko Nieminen, Jele Ry, 040 756 7829

YHTEYSTIEDOT

Nakkilan liikuntakeskus
 Kuntopolku 1, 29250 Nakkila
 044 747 5919, liikuntakeskus.nakkila@nakkila.fi

HORMISTON JUMPPA

Perusjumppa, joka kehittää niin ta-
 sapainoa, lihaskuntoa kuin liikehal-
 lintaakin. Tunti sisältää helppoja ke-
 honpainolla tehtäviä liikkeitä ja välillä
 käytetään välineitä, kuten kuminauhaa.
 Tunnin päätteeksi venytellään yhdes-
 sä. Ota mukaan oma jumppamatto.
Maksuton tunti.

LIHASKUNTO

Kokonaisvaltainen tunti, jolla kehi-
 tään lihaskunnan lisäksi myös tasapai-
 noa ja aerobista kestävyttä. Tehdään
 harjoitteita sekä ilman välineitä että
 erilaisia välineitä käyttäen. Tunnin
 päätteeksi venyteltä.

OHJATTU KUNTOSALI

Kiertoharjoitteluna tehtävä treeni kun-
 tosaliilla. Käytetään kuntosalilaitteita
 ja muita kuntosalilta löytyviä välineitä.
 Tältä tunnilta saat oppeja myös oma-
 toimisen kuntosaliharjoittelun aloitta-
 miseksi.

ÄIJÄRYHMÄ

Miesten ryhmä, jossa liikutaan eri
 lajien parissa. Kokeillaan ryhmän toi-
 veiden mukaisia liikuntamuotoja kuten
 palloilua ja toiminnallista harjoittelua,
 ulkoilua ja käydään kuntosalilla. Lii-
 kutaan hyvässä seurassa ja saavute-
 taan liikunnan riemu viikoittain.

TOIMINNALLINEN TREENI

Tehokas ja monipuolinen lihaskuntoa
 sekä aerobista kestävyttä kehittävä
 tunti. Liikkeitä tehdään sekä kehonpai-
 nolla että erilaisia välineitä käyttäen.
 Vaativampi tunti, jolla jokainen liikkuu
 kuitenkin oman kuntotasonsa
 mukaisesti.

MARKON TUOLIJUMPPA

Tuolijumppassa tehdään liikkuvuutta
 parantavia ja lihaskuntoa ylläpitäviä
 liikkeitä. Monipuolista mukavaa ja ko-
 konaisvaltaisesta hyvinvointia paranta-
 vaa toimintaa. Jele Ry

KEVYT SPINNING

Sisäpyöräilyä musiikin tahdissa. Jo-
 kainen pyöräilee oman kuntotasonsa
 mukaisesti ja säätää pyörän vastuksen
 itselleen sopivaksi. Tunti sopii niin
 aloittelijoille kuin jo kokeneillekin pyö-
 räilijöille. Tunti sisältää loppuvenyttelyt.

KEHONHUOLTO

Palauttava ja kehoa huoltava tunti. Ve-
 nytellään ja huolletaan kehoa erilaisilla
 harjoitteilla. Tunnin päätteeksi rentou-
 tusharjoitus.

MARKON KUNTONYRKKEILY

Kuntonyrkkeily on tehokasta ja haus-
 kaa harjoittelua nyrkkeilyn tekniikoita
 ja harjoitteita hyväksikäyttäen.

Hyvinvointia nakkilalaisten arkeen osallistamalla ja osallistumalla!

Saimme kokoon taas mahtavan tietopaketin Nakkilan harrastusmahdollisuuksista. **Kiitos yhdistyksille ja muille toimijoille ♥**. Toivon, että löydät tästä itsellesi tai läheisille paikkoja osallistua ja tulla mukaan toimintaan.

Nakkilan kunta on ollut mukana tänä vuonna Leader Karhuseudun osallisuushankkeessa. Nakkilassa työstettiin meidän kuntamme osallistavaa työtettä esihenkilölähtöisesti. Nakkilassa tehdään jo paljon, mutta paljon potentiaalia on vielä käyttämättä. Osallisuus tarkoittaa sitä, että **ihminen kokee kuuluvansa johonkin** ja pystyy **vaikuttamaan** omiin sekä yhteisiin asioihin. Osallisuutta voidaan kokea esimerkiksi harrastusryhmissä, tapahtumissa, äänestämällä, kuulluksi tullessa. Kun ihminen tuntee olevansa osallinen, hän kokee usein myös turvallisuutta, arvostusta ja luottamusta.

Osallisuutta voidaan edistää monilla tavoilla: luomalla kohtaamispaikkoja tukemalla yhdistystoimintaa, varmistamalla palvelujen saavutettavuus ja kuuntelemalla aidosti ihmisten mielipiteitä. Saavutettava viestintä on oleellista. Oletko jo käynyt SPR Nakkilan osaston järjestämässä ystäväkahvilassa tai katsomassa NTK:n kotipelejä, entä vastaatko kuntalaiskyselyihin? Tiesitkö, että kunnan yhteisestä tapahtumakalenterista (verkkosivuilta) löytyvät kaikki Nakkilan tapahtumat, myös yhdistysten ja yrittäjien järjestämät. Palautetta

voi jättää kaikille meille työntekijöille arjessa ja verkko-sivujen sähköinen palautekanava tavoittaa. Kuntalaiset voivat myös tehdä kuntalaisaloitteita. Päättöksentekoa pystyy seuraamaan ja osallistumaan siihen mm. vaikuttamistoimielinten tai valtuutettujen kautta. **Vaikuttamisen ja osallistumisen paikkoja on paljon.**

Asioista tulee yhteisiä, kun ihmiset saavat osallistua ja tuottaa tietoa. Kun kuntalaiset kokevat jonkin asian yhteiseksi, he haluavat ottaa vastuuta ja edistävät asioita. Kuntalaiset ovat valtava tietopankki. Tarvitaan kuulemista ja kohtaamista. Hyvä kohtaaminen vie keskimäärin alle vajaan minuutin ja se lisää asioihin sitoutumisen todennäköisyyttä.

Olemmeko me toiminnan ja olosuhteiden järjestäjät riittävästi kiinni nakkilalaisten arjessa? Järjestämme kaikille saavutettavaa harrastustoimintaa ja tapahtumia? Viestimmekö riittävästi? Osallisuus on myös itsestä kiinni, kunta ei voi tarjota aina valmiita ratkaisuja. Olisi tärkeää, että ihmiset löytäisivät taas vapaaehtoistyön, naapuriavun ja yhdessä tekemisen, koska sellaiset ovat lääkettä yksinäisyyteen ja avain osallisuuden kokemiseen.

Kohtaamisiin!

Sari Ketola
Hyvinvointipäällikkö

VAMMAISNEUVOSTO

Vammaisneuvosto on kuntalain mukainen vaikuttamistoimielin, jonka toiminnan tarkoituksena on vammaisten ja pitkäaikaissairaiden henkilöiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien varmistaminen kuntalaisina. Se toimii yhteistyöelimenä, joka valvoo vammaisten oikeuksien toteutumista ja tekee aloitteita ja antaa lausuntoja vammaisten elinoloihin vaikuttavista asioista.



Ystäväkahvila

Ystäväkahvila on kuukausittainen Punaisen Ristin kaikille avoin matalan kynnyksen kohtaamispaikka Nakkilassa.

Ystäväkahvilan yhteydessä järjestetään Punaisen Ristin terveyspiste.

Tarjolla on aina veloituksetta vähintään kahvia.

Paikkana on pikkumarimban esteetön tila, osoitteessa Kauppatie 5 R-kioskin ja lankakaupan välissä.

Syksyn 2025 ystäväkahvilat ovat:

12.9. klo 14.00-16.00
17.10. klo 14.00-16.00
14.11. klo 14.00-16.00

LÄMPIMÄSTI Tervetuloa MUKAAN!

Laita meille sähköpostia
nakkila@osasto.punainenristi.fi

Punainen Risti
Nakkilan osasto



onniTV

Näkyvä
Nakkilan koti-
talouksissa!

Arkiliikuntaa ja muistikuntoutusta ikäihmisille omalta tv-kanavalta

OnniTV tarjoaa ikäihmisille liikunnallista etäkuntoutusta, virikkeellistä muistikuntoutusta sekä kulttuuria ja opetuksellista sisältöä helposti joka arkipäivä klo 11-13.

Maksuton OnniTV-palvelukanava

Antenni-tv:n
kanavapaikalla

36

Elisan, DNA:n ja
Telian kaapeli-tv:n
kanavapaikalla

66

Älcomin partner-
operaattoreiden
kanavapaikalla

99

Kaikki ohjelmasisällöt myös
katsottavissa www.onnitv.fi

Virikettä mielelle ja liikettä keholle

Ohjelmat sisältävät eri toimintakyvyn tasoille sopivia harjoitteita. Kunto-ohjeita toistetaan viikoittain, jolloin liikesarjat tulevat tutuiksi, muisti vetreytyy ja saadaan paras mahdollinen vaikuttavuus ikäihmisen toimintakykyyn.

OnniTV ja Amia Muistikeskus

Tuottavat monipuolista muistikuntoutusta sekä ihmiskeksisiä ohjelmia muistisairaille, läheisille ja ammattilaisille.

OnniTV | puh. 050 551 4066
joka arkipäivä 10-12

Ohjelmasisältö

Liikunta- ja muistikuntoutus
joka arkipäivä klo 11-12

Kulttuuri ja oppiminen
joka arkipäivä klo 12-13

Klo 11:00 Istumafysio
Klo 11:15 Muistijumppa
Klo 11:30 Seisomafysio
Klo 12:00 Kulttuuri ja oppiminen

Kuntoutustunnit ruotsiksi
maanantaisin ja perjantaisin 10-11.



Miten löydän kanavapaikan televisioon?

Tarkista löytyykö OnniTV jo televisiosta kanavalla 36 (antenni-tv), 66 (Elisan, DNA:n ja Telian kaapeli -tv) tai 99 (Älcom partner-operaattorit) Useimmat vastaanottimet etsivät uudet kanavat automaattisesti, mutta jotkin televisiot tai digiboksit saattavat vaatia kanavien virittämisen uudeleen tai tehdasasetusten palauttamisen.

Automaattinen kanavahaku

- Paina kaukosäätimestä MENU-nappia
- Valitse päävalikosta ASENNUS tai KANAVAHAKU. Liikkuminen valikossa tapahtuu yleensä nuolinäppäimillä YLOS (P+) ja ALAS (P-) ja valinta yleensä OK-näppäillä
- Valitse valikosta AUTOMAATTINEN KANAVAHAKU
- Toimi näytön ohjeiden mukaan

onnitv.fi

[onni TV](https://www.facebook.com/onnitv)

[onnitv.fi](https://www.instagram.com/onnitv)

IKÄIHMISTEN NEUVONTAPUHELIN

044 701 0328

palvelemme ma-pe

klo 8.30-15.00 numerossa 044 701 0328.

Numeroon voi ottaa yhteyttä asiakas itse, omainen, läheinen tai viranomainen.

+chat, arkisin klo 9-13.

MUITA PALVELUITA

Nakkilan Apteekki (02) 531 9320

Nakkilan seurakunta 044 486 6500

Kirjasto 044 747 5920

TERVEYSPALVELUT JA PÄIVYSTYS

Nakkilan kunnan sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut tuottaa Satakunnan hyvinvointialue.

Satasairaalan päivystysapu 116 117

Äkillinen sairastuminen tai tapaturma

Soita päivystysapuun 116 117, mikäli tarvitset neuvoja äkillisen sairauden tai tapaturman hoidossa etkä ole varma pitääkö sinun lähteä päivystykseen.

Ikääntyneiden palveluiden chat, arkisin klo 9-13.

Sata.fi- etusivulta.

ELÄKELÄISJÄRJESTÖT

Nakkilassa toimii neljä aktiivista eläkeläisjärjestöä, jotka järjestävät jäsenilleen kahvi- ja liikuntahetkiä, kerhoja, yhdessäoloa, retkiä ja kulttuurimatkoja. Roheasti mukaan toimintaan!

Nakkilan eläkeläiset ry

Aira Levonmaa 040 844 7484,

aira.levonmaa@gmail.com

Nakkilan eläkkeensaajat ry

www.nakkilanelakkeensaajat.fi

Kuntopolku 1, liikuntakeskus

Puheenjohtaja Jukka Kim

046 811 9074, elakkeensaajat.nakkila@gmail.com

Eläkeliiton Nakkilan yhdistys

<https://www.elakeliitto.fi/yhdistykset/nakkila>

Hilkka Kotiranta, 050 342 8451, hilkkakotiranta@msn.com

Nakkilan seniorit ry

nakkila@senioriyhdistys.fi

<https://nakkila.senioriyhdistys.fi/>

PUHEENJOHTAJA

Marja-Riitta Kurittu

040 506 8443

marjariitta.kurittu@gmail.com



VANHUSNEUVOSTO

on kunnan ja sen alueella asuvien vanhusten ja siellä toimivien vanhus- ja eläkeläisyhdistysten sekä vanhustyötä tekevien yhteistoimintaelin. Vanhusneuvostojen tehtävänä on kunnan toiminnan suunnitteluun, valmisteluun ja seurantaan vaikuttaminen niissä asioissa, joilla on merkitystä ikääntyneen väestön hyvinvoinnin, terveyden, osallisuuden, elinympäristön, asumisen, liikkumisen tai päivittäisistä toiminnoista suoriutumisen taikka ikääntyneen väestön tarvitsemien palvelujen kannalta.



NUORISOLLE *Lasten ja nuorten tukipalveluita Nakkilassa*

HARRASTUKSET/LIIKUNTA- JA KULTTUURIPALVELUT

Nakkilan kulttuuripalvelut

<https://nakkila.fi/vapaa-aika-ja-hyvinvointi/kulttuuripalvelut/>

Nakkilan liikuntapalvelut

<https://nakkila.fi/vapaa-aika-ja-hyvinvointi/liikuntapalvelut/>

Hyvinvointipäällikkö

Sari Ketola, 044 7475 914, sari.ketola@nakkila.fi

NUORISOTYÖ

Nuoriso- ja työllisyydenhoidon esihenkilö

Sini Rantanen, 044 7475 984, sini.rantanen@nakkila.fi

Etsivä nuorisotyöntekijä

044 7475 918,
<https://nakkila.fi/vapaa-aika-ja-hyvinvointi/nuorisopalvelut/etsiva-nuorisotyö/>

Nuoriso-ohjaaja



Linda Kekki, 044 7475 915,
linda.kekki@nakkila.fi
Tuomas Keskimäki, 044 747 5990,
tuomas.keskimaki@nakkila.fi
<https://nakkila.fi/vapaa-aika-ja-hyvinvointi/nuorisopalvelut/nuorisotila/>

Koulunuorisotyöntekijä



Julia Välinummi, 0505967935,
julia.valinummi@nakkila.fi
<https://nakkila.fi/vapaa-aika-ja-hyvinvointi/nuorisopalvelut/koulunuorisotyö/>

Starttipajan valmentaja



044 747 5832
<https://nakkila.fi/tyo-ja-elinkeino/tyollisyyspalvelut/tyopaja/>

Seurakunnan nuorisotyönohjaaja



Sanna Laukkanen, 044 4866 516,
sanna.laukkanen@evl.fi
<https://www.nakkilanseurakunta.fi/tule-mukaan/nuorille>

OPPILAS- JA OPISKELIJAHUOLTO



<https://satakunnanhyvinvointialue.fi/palvelut/lapset-nuoret-ja-perheet/opiskeluhoito/>

TERVEYDENHUOLTO

Terveystieteidenhoitaja Sini Ahlgren, 044 9067 541,
sini.ahlgren@sata.fi (alakoulut)

Terveystieteidenhoitaja Suvi Hiljanen, 040 1994 508,
suvi.hiljanen@sata.fi (Yläkoulu, Lukio, Sataedu Nakkila)

Kuraattori Marjut Äimälä, 044 422 4819,
marjut.aimala@sata.fi (Viikkala)

Kuraattori Saija Peltomaa, 044 4325 240,
saija.peltomaa@sata.fi (Kirkonseutu)

Kuraattori Taina Raitanen, 044 7475 943,
taina.k.raitanen@sata.fi (Yläkoulu, Lukio, Sataedu Nakkila)

PSYKIATRIA

Sairaanhoidaja Katja Kauppi 044 4053 351,
katja.kauppi@sata.fi

Psykologi Elina Latva-Reinikka, 044 450 3013,
elina.latva-reinikka@sata.fi

ANKKURI-TOIMINTA



<https://satakunnanhyvinvointialue.fi/palvelut/lapset-nuoret-ja-perheet/ankkuri-toiminta/>

ankkuri.pohjoinen@sata.fi

sosiaalityöntekijä, 044 701 6138, 044 701 3896

ohjaaja, 044 701 9901

sairaanhoidaja, 044 701 9900, 044 450 3351

LAPSIPERHEIDEN SOSIAALI- JA PERHEPALVELUT

Sosiaalipäivystys 24/7, 02 62 343 80

Sosiaalityöntekijä Petra Maikola, 044 312 4347,
petra.maikola@sata.fi

Vs. sosiaaliohjaaja Emma Ilola, 044 312 4350
emma.ilola@sata.fi

Perhekeskusten ja lastensuojelun yhteystiedot
löydät osoitteesta sata.fi. Perhekeskus
Suvituuli palvelee Nakkilan alueella.

Lasten, nuorten ja perheiden kiireetön apu
Pyydä apua -nappi löytyy osoitteesta sata.fi. Sinua
autetaan kolmen vuorokauden kuluessa.



NAKKILAN NUORISOTILAN AUKIOLOAJAT SYKSY 2025

MAANANTAINA
3-6 lk Nappula nuokkari klo 16-19

TIETTYINÄ TIISTAINA
Nepsynuokkari klo 17-19.30

KESKIVIikkONA
5-6 lk Nappula nuokkari klo 16-19

TORSTAINA
7. lk-17 v nuokkari klo 16-20

PERJANTAINA
7. lk-17 v nuokkari klo 16-20

POIKKEUKSET MAHDOLLISIA!

YHTEYSTIEDOT:

Nuoriso-ohjaaja Linda Kekki
Puh. 044 7475 915
linda.kekki@nakkila.fi



@nakkilannuorisotyö

Nepsynuokkari Nakkilassa

12-17 -vuotiaille!

Päivät:

12.8.
9.9.
7.10.
11.11.
16.12.
13.1.
10.2.
10.3.
7.4.
5.5.
KLO: 17-19.30

Mikä on Nepsynuokkari?

Nepsynuokkari on erityisille nuorille
avoin hengailupaikka, jonne kaikki
voivat tulla juuri sellaisina kuin ovat!

Mitä Nepsynuokkarilta voi odottaa?

- Hengailua rennossa tunnelmassa
- Pelejä
- Ohjattua toimintaa
- Uusia ystäviä
- Turvallisia aikuisia



PAIKKA:

Nakkilan liikuntakeskus,
nuorten tila.
Kuntopolku 1, 29250, Nakkila

nakkila.

Koulunuorisotyö Nakkilassa – Nuorten hyvinvoinnin asialla

Koulunuorisotyöntekijä Julia Välinummi aloitti Nakkilassa syyskuussa 2025. Jo ensimmäisen lukuvuoden aikana koulunuorisotyöstä on muodostunut tärkeä osa Nakkilan nuorisotyötä. Työn kohderyhmänä ovat nakkilalaiset nuoret alakoulun viidesluokkalaisista lukion abeihin.

Syyslukukaudella 2025 koulunuorisotyötä tehtiin kahdena päivänä viikossa alakouluilla, kolmena päivänä Yhteiskoululla ja yhtenä iltana Nuokkarilla. Keväällä 2025 säännöllinen nuokkaritoiminta jäi pois arjesta, ja työ keskittyi entistä tiiviimmin koulupäiviin. Tavoitteena on olla nuorten tukena arjessa, kuunnella heidän ajatuksiaan ja auttaa heitä navigoimaan koulun, vapaa-ajan ja kaverisuhteiden välillä. Koulunuorisotyö toimii myös linkkinä kodin, koulun ja vapaa-ajan välillä.

Työtä tehdään tiiviissä yhteistyössä koulujen henkilökunnan, oppilashuollon, huoltajien, muiden nuorten kanssa toimivien tahojen sekä erityisesti kunnan nuorisotyöntekijöiden kanssa. Koulunuorisotyöntekijä jalkautuu koulujen käytäville ja välitunneille, osallistuu ryhmätoimintaan, toteuttaa yksilötapaamisia ja kotikäyntejä sekä on mukana järjestämässä yhteisöllisiä tapahtumia ja retkiä. Lisäksi työhön on kuullut eri ikäryhmien huoltajailtojen järjestämistä sekä loma-ajan aktiviteettien suunnittelua ja toteutusta. Tärkeintä työssä on kohtaaminen, että joku on aidosti kiinnostunut nuoren elämästä ja pysähtyy kuuntelemaan.

Lukuvuoden 2025–2025 aikana yksilöohjauksiin osallistui 79 eri oppilasta. Näitä toteutettiin kuukausittain keskimäärin noin 50 tuntia. Oppilas voi ohjautua yksilökäynnille itse tai esimerkiksi opettajan, huoltajan tai muun tahon suosittelemana. Käynnit ovat täysin vapaaehtoisia, niistä ei tehdä kirjauksia järjestelmiin eikä niistä lähde automaattisesti tietoa huoltajille. Yksilöohjauksissa toistuivat muun muassa seuraavat teemat: yksinäisyys, mielen hyvinvointi, kiusaaminen, haasteet kotona, kaveritaidot, seksuaalisuuteen liittyvät pohdinnat, koulukäymättömyys sekä muut koulunkäynnin haasteet. Usein juttelun lomassa tehtiin jotakin kevyttä, kuten piirrettiin, väritettiin, tehtiin harjoitteita tai pelattiin korttia – tällainen pieni toiminta rentouttaa ja helpottaa keskustelua myös vaikeista aiheista.

Kotikäyntejä tehtiin lukuvuoden aikana tarpeen mukaan noin kymmeneen perheeseen. Käyntien määrä ja tavoitteet sovitaan aina perheen kanssa yhdessä. Tavoitteena on tukea lasta ja perhettä, selvittää syitä

koulupoissaoloihin ja edistää koulunkäyntiä. Koulunuorisotyö järjesti myös teematunteja eri luokille. Tunnit käsittelivät esimerkiksi seksuaalikasvatusta, kaveritaitoja, itsetuntoa ja ryhmäytymistä. Aiheita suunniteltiin opettajien ja oppilaiden toiveiden pohjalta.

Koulunuorisotyön arki rakentuu pienistä mutta merkityksellisistä hetkistä: pelituokioista välitunneilla, oppilaan rohkeudesta avautua yksilöohjauksessa, yhteisistä retkistä, tapahtumista ja teemaviikoista. Nuoret saavat osallistua toiminnan suunnitteluun ja tuoda esiin omia ideoitaan, mikä vahvistaa osallisuuden kokemusta ja luottamusta aikuisiin.

Lukuvuoden suurin tapahtuma oli Villilä Vibes – nuorten oma musiikkitapahtuma, joka järjestettiin toukuussa Villilän Studioilla. Tapahtuma toteutettiin yhteistyössä muiden nuorisopalveluiden ammattilaisten, 15 aktiiviuoren ja useiden yhteistyökumppaneiden kanssa. Lavalle nousivat artistit Jam-I, Sara Bee ja Tupe. Tapahtuma keräsi paikalle yli 200 nuorta ja se mahdollistettiin paikallisten yritysten ja yhdistysten lahjoitusten avulla. Iso kiitos jokaiselle, joka oli mukana tekemässä tapahtumaa! Koulunuorisotyön vaikuttavuutta ei mitata vain numeroilla, vaan kohtaamisilla, luottamuksella ja vuorovaikutuksella. Se on pitkäjänteistä työtä, jonka merkitys korostuu erityisesti silloin, kun nuori tarvitsee kuuntelijaa, kannustajaa tai rinnalla kulkijaa. Nakkilassa koulunuorisotyö on jo ensimmäisen lukuvuoden aikana alkanut vakiinnuttaa paikkaansa osana nuorten hyvinvoinnin tukemista. Jokainen kohtaaminen on askel kohti turvallisempaa ja yhteisöllisempää koulupäivää.

Lukuvuonna 2025–2026 koulunuorisotyötä toteutetaan alustavan suunnitelman mukaan yhtenä päivänä viikossa alakoululla ja neljänä päivänä Yhteiskoululla. Lisäksi työtä tehdään tarpeen mukaan Nuokkarilla, vapaa-ajan retkillä ja tapahtumissa. Tavoitteena on erityisesti yhteisöllisen työn kehittäminen kouluissa.

Koulunuorisotyöntekijään voi ottaa yhteyttä matalalla kynnyksellä oppilas itse, huoltaja, koulun henkilöstö tai kuka tahansa nuoresta huolestunut taho. Koulunuorisotyötä toteutetaan Nakkilassa Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittaman käynnistämishankkeen avulla lukuvuosina 2025–2025 ja 2025–2026.

Julia Välinummi
Koulunuorisotyöntekijä

**Nuorisopalveluiden
yhteystiedot**
Instagram:
@nakkilannuorisopalvelut

Koulunuorisotyöntekijä

JULIA VÄLINUMMI
050 596 7935
SC: @nakkilankoulunt
julia.valinummi@nakkila.fi
Wilma

**Nuoriso- ja
työllisyydenhoidon
esihenkilö**

SINI RANTANEN
044 747 5984
sini.rantanen@nakkila.fi
nakkila.fi/nuorisopalvelut

**Nuoriso-
työntekijä**

TUOMAS KESKIMÄKI
044 474 5990
tuomas.keskimaki@nakkila.fi

**Nuoriso-
työntekijä**

LINDA KEKKI
044 747 5915
SC: @nakkilanuokkari
linda.kekki@nakkila.fi
Wilma

**Etsivä
nuoriso-
työntekijä**
044 747 5918

Tukea eteenpäin

Päädyimme Nakkilan työpajalle vuonna 2019 työkkärin kautta, kun opinnot olivat päättyneet eikä töitä tullut. Paha sosiaalinen ahdistus teki kynnyksestä mennä uuteen paikkaan ison, mutta pian huomattiin, ettei tämä ollutkaan mikään paha! Saimme tukea, ymmärrystä ja kivoja ihmisiä ympärille – jo se oli iso juttu meille molemmille!

Vuosien varrella päästiin toteuttamaan itseämme. Opittiin uusia taidetekniikoita, oma-aloitteisuutta monessa asiassa ja huovutuskin tuli uudeksi harrastukseksi. Tehtiin myös isompia projekteja, kuten alikulun maalausta, torimyyntiä ja saatiin pitää huovutusnäyttely Nakkilan kirjastossa. Isoin saavutus oli kuitenkin se, että sosiaalinen ahdistus helpotti ja nyt uskalletaan tehdä enemmän asioita, joita ei ennen olisi edes harkittu!

Pajalta lähdettiin myös työkokeiluihin, joihin ohjaajat auttoivat löytämään sopivat paikat ja tukivat koko työkokeilun ajan. Voi rehellisesti sanoa, että ilman pajan apua työnhaku olisi ollut niin paljon vaikeampaa! Suosittelemme Nakkilan työpajaa jokaiselle, joka kaipaa sosiaalista kanssakäymistä ja tukea eteenpäin pääsemiseen – täällä autetaan aina, oli asia iso tai pieni. Nyt eteenpäin päästessä voi olla iloinen, että ei tarvinnut olla yksin.

Saku ja Pipsa
-entiset työpajalaiset





Nakkilassa järjestetään tänäkin lukuvuonna koulupäivien jälkeen maksuttomia harrastamisen Nakkilan mallin kerhoja. Harrastamisen Nakkilan malli-hankkeen tavoitteena on edistää 1.-9.-luokkalaisten hyvinvointia, vähentää yksinäisyyttä ja mahdollistaa harrastustoiminta perheen varallisuudesta riippumatta. Harrastustoiminnalla on todettu olevan suojaava vaikutus lasten ja nuorten hyvinvointiin. Toiminta sijoittuu koulupäivän yhteyteen, jolloin harrastuksen aloittaminen ja siihen sitoutuminen on lapselle ja nuorelle helpompaa. Toiminta on hyvinvointipalveluiden järjestämää kerhotoimintaa. Kerhokausi alkaa syyskuussa (15.9 – 14.12.) 2025 ja jatkuu aina huhtikuun loppuun (12.1. – 30.4.) 2026.

Ilmoittautumiset kerhoihin aukeavat **1.9.2025 klo 16.00**. Ilmoittautumislinkki löytyy www.nakkila.fi etusivulta Nakkilan kunnan tapahtumat (asio.fi). Toivottavasti harrastekerhoista löytyy sinun lapsellesi sopiva ja mieluisa kerho. Kerhot järjestetään LS-Avin erityisavustuksella.

Harrastamisiin!
Lisätietoja hankkeesta ja kerhoista:
 Hyvinvointipäällikkö
 Sari Ketola
sari.ketola@nakkila.fi
 044 747 5914

1-6lk

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI
HISTORIAKERHO-TARINOITA NAKKILASTA klo 15.15-16.15 3.-6. lk Huom! kuljetaan myös pyörällä/bussilla. Tutustutaan Nakkilan historiakohteisiin tarinoiden avulla Asta von Freneckell Kirsti Vuorela LC Emmat, Nakkila Tarjolla välipala Liikuntakeskuksen kahvio ja vaihtuvat paikat	PARKOUR klo 14.15 – 15.00 1.-6. lk Sebastian Heilä, Satasirkus Ry Liikuntakeskuksen sali, lohko 1 KÄSSÄKERHO klo 14.15-15.45 4.-6. lk Riikka Juhanmaa-Hamilo, FlikkaCrafts/ Käsityömerta Liikuntakeskuksen kahvio	KÄSSÄKERHO klo 14.15-15.45 1.-3. lk Riikka Juhanmaa-Hamilo, FlikkaCrafts Liikuntakeskuksen kahvio LIKKAKERHO HÖNTSÄVUORO klo 14.15 – 15.00 1.-4. lk Veera Suksi Liikuntakeskus	ARKKI PARKKI klo 14.00-16.00 5.-6. lk Kai Korpi, Tuula Vähä-Vahe Nakkilan seurakunta Risteys, Kauppatie 2 (2. krs). KIRKKARIN PUUHA KERHO klo 14.15 - 15.00 1.-6. lk Katariina Kivioja Kirkonseudun koulu
NÄYTELMÄKERHO klo 14.15 – 16.15 1.-6. lk Sirpa Kankeri Tiitus Poikulainen Kirkonseudun koulun liikuntasali	VÄLIPALAPUHHIS klo 14.30-16.00 1.-6. lk Tuula Vähä-Vahe Nakkilan seurakunta Risteys, Kauppatie 2 ÖTÖKKÄKERHO klo 14.15-16.15 3.-6. lk Esa Kankaanpää Kirkonseudun koulu, luokka 129	NYRKKEILYTREENIT klo 15.15 – 16.00 1.-6. lk Marko Nieminen Liikuntakeskus, ryhmäliikuntatila	HÖNTSÄVUORO klo 15.00-16.30 5.-9. lk Ella Leppänen, Liikuntakeskus LASTEN JA NUORTEN UKULELEKERHO klo 15.00-16.00 5.-9. lk Anna Tasala Nakkilan seurakunta Risteys, Kauppatie 2 (2. krs).

7-9lk

	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI
PELIKERHO Emma Välimäki Yhteiskoulu Ilmoittautumiset Wilman kautta.	KOKKAUSKERHO klo 15.00-17.00 7.-9. lk Elina Kivistö Nakkilan yhteiskoulun kotitalousluokka	NUORTEN KUNTOSALI/ TOIMINNALLINEN TREENI klo 15.00 – 16.00 7.-9. lk Veera Suksi Liikuntakeskus kuntosali	KASVISRUOKAA! klo 14.30-16.00 7.-9. lk Elina Kivistö HÖNTSÄVUORO klo 15.00-16.30 5.-9. lk Ella Leppänen, Liikuntakeskus

TUTUSTU KERHOIHIN

KERHOT JA HARRASTUS-TOIMINTA

järjestetään koulujen, järjestökentän, yritysten ja sivistystoimen yhteistyönä.

ILMOITTAUTUMISET KERHOIHIN

nakkila.asio.fi

Alle kouluikäisille

MLL perhekahvila, vauvakerhot

Perhekahvilat liikuntakeskuksella klo 10-12

Pe 5.9.2025 Pe 7.11.2025

Pe 3.10.2025 Pe 5.12.2025

Lisätiedot: www.facebook.com/382742125417069

Naperosähly (2019 synt.)

Keskiviikkoisin klo 18-19 Kirkonseudun koululla

Lisätiedot: NTK Nakkila, www.ntknakkila.fi

Taaperojumppa

torstaisin klo 17.30-18.15 Kirkonseudun koululla.

Satu jumppa

maanantaisin klo 18-18.45 Kirkonseudun koululla.

Lisätiedot: Nakkilan liikuntaseura

<https://nakkilan.nv.sporttisaitti.com/>

Liikuntaleikkikoulu 4-5-vuotiaille.

Harjoitusajat 2.10. alkaen

Torstaisin liikuntakeskus 17.30-18.15

Lisätiedot: www.nakkilanvire.fi

Koululaisille

Vapaapalokuntatoiminta (VPK) 7-10-vuotiaat, nuoriso-osasto 10-17-vuotiaat Nakkilan yläasteella tiistaisin klo 18.

Lisätiedot: Tapio Tuohiniemi, 041 749 6889, tapio.tuohiniemi@gmail.com

Jalkapalloa ikäryhmittäin:

– Pallokoulu (2017-2018)

– P10 (2015-2016)

– P11 ja P12 (2013-2014)

– P13 ja P14 (2011-2012)

– T13 (2010-2012)

– P16 (2009)

Lisätiedot: Nakkilan Nasta,

www.nakkilannasta.fi/joukkueiden_yhteystiedot

Salibandya Nakkilan liikuntakeskuksella

– P15 (2011-2012 synt.) tiistaisin klo 16.30-18 ja perjantaisin klo 16.30-18, Liikuntakeskus

– P9 (2017 synt.) tiistaisin klo 18-19

– P10 (2016 synt.) tiistaisin klo 18-19 ja sunnuntaisin klo 17.30-18.30, Liikuntakeskus

– P13 (2013-2014 synt.) keskiviikkoisin klo 16.30-18 ja sunnuntaisin klo 18.30-19.30, Liikuntakeskus

– P11 (2015 synt.) keskiviikkoisin klo 16.30-17.30 ja sunnuntaisin klo 17.30-18.30, Liikuntakeskus

Lisätiedot: NTK Nakkila, www.ntknakkila.fi

Lentopallokoulu: Ala-asteikäisten lentiskoulu liikuntahallilla perjantaisin kello 18-19. Lentopallon harrastustoimintaa alkeista lähtien, sopii kaikille lentopallosta kiinnostuneille tytöille ja pojille

Lisätiedot: www.nakkilanpaterit.sporttisaitti.com,

nakkilanpaterit@gmail.com,

Mika Palomäki, 044 571 5833

Nakkilan Partiolaiset ry

Partiotoimintaa Nakkilassa kaikenikäisille

Lisätietoja toiminnasta ja kokoontumisajoista:

www.nakkilanpartiolaiset.fi

Facebook: Nakkilan partiolaiset

Anri Södergård, anrister@gmail.com, p. 0451535581

Telinevoimistelua alakouluikäisille

maanantaisin Viikkalan koululla klo 17.30-18.45

Lisätiedot: Nakkilan Wisa,

Jesse Henttinen, 0443291294

Nakkilan Shotokan Karate

Treenit maanantaisin 19.00-20.00 ja torstaisin 18.00-19.30 Viikkalan koululla

Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Tommi Kalliokorpi, 041 439 9880, kalliokorpi@yahoo.com

Instagram: [nakkilashotokankarate](https://www.instagram.com/nakkilashotokankarate)

Tarkkuusammuntakerho kaikille yli 6-vuotiaille lapsille, nuorille ja aikuisille. Reserviläisten tiloissa kunnan talon alakerrassa sijaitsevalla ampumaradalla tiistaisin kello 17-19. Kerho käynnistyy taas koulujen alkaessa. Satakunnan SAMRY ry ja Nakkilan reserviläiset.

Lisätiedot: Ilmoittautumiset/tiedustelut Mervi Pistool-Tolonen 044 974 7628 (puh. ja WhatsApp) tai pistoolm@gmail.com.

Harjoitusajat 2.10. alkaen

Urheilukoulu 6-8-vuotiaille

torstaisin 17.30-18.30 Liikuntakeskuksella

Lisätiedot: www.nakkilanvire.fi

4H-kerho

torstaisin 17.30-19.00 Hormiston kylätalolla.

Lisätiedot: 050 561 5268, pori@4h.fi

YU1 ja YU2 yli 9-vuotiaille

– Yhteisharjoitukset to klo 18.30-20.00

– Lisäksi ryhmillä on erikseen keskenään sopimiaan treenejä

Lisätiedot: www.nakkilanvire.fi

Ratsastusharrastus kaikenikäisille

Lisätiedot: www.sataratsastajat.yhdistysavain.fi

Aikuisille ja eläkeläisille

Jalkapalloa ikäryhmittäin

– Edustus

– M50

Lisätiedot: Nakkilan Nasta,

www.nakkilannasta.fi/joukkueiden_yhteystiedot

Salibandya Nakkilan liikuntakeskuksella

– Miesten I-joukkue tiistaisin klo 19-20.30

– Miesten II-joukkue tiistaisin klo 20.30-22.00

– Miesten I-joukkue torstaisin klo 21.00-

– Naisten I-joukkue ja naisten II-joukkue Keisarinnat torstaisin klo 20.00-21.00 ja sunnuntaisin klo 19.30-21.00

Lisätiedot: NTK Nakkila, www.ntknakkila.fi

Ryhmäliikuntaa

Maanantaisin

– Easyspinning klo 17.00-17.50

– Äijätreeni klo 17.00-17.50

– HIIT klo 18.00-18.50

Tiistaisin

– Lavis 17.45-18.45

– Bodyharmony klo 18.50-19.30

– Body klo 19.00-20.00

Keskiviikkoisin

– Pumppi klo 18.00-19.50

– Supertreeni klo 19.00-20.00

– Spinning klo 19.05-20.00

Torstaisin

– RVP klo 18.00-18.50

Perjantaisin

– Kevyttä kuntoilua klo 16.00-16.45

– Spinning klo 17.30-18.20

Lauantaisin

– Easyspinning klo 10.00-10.45

– Mobility Circuit klo 11.00-11.45

Sunnuntaisin

– Spinning golfareille 15.15-16.15

– Spinning klo 16.30-17.30

– Naisten sähly klo 17.45-18.45

– Sunnuntaistreeni klo 17.45-18.45

– Jooga klo 19.00-20.00

Lisätiedot: Nakkilan liikuntaseura,

<https://nakkilan.nv.sporttisaitti.com/>

Nakkilan Shotokan Karate

Treenit maanantaisin 19.00-20.00 ja torstaisin 18-19-30

Viikkalan koululla

Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Tommi Kalliokorpi,

041 439 9880, kalliokorpi@yahoo.com

Instagram: [nakkilashotokankarate](https://www.instagram.com/nakkilashotokankarate)

VPK toimintaa

Hälytys-, nais- ja veteraaniosastot

Nakkilan VPK

Lisätiedot: www.nakkilanvpk.fi

Ratsastusharrastus kaikenikäisille

Lisätiedot: www.sataratsastajat.yhdistysavain.fi

Golfia!

Lisätiedot: www.nakkilagolf.fi

Bocciaa aikuisille Kirkonseudun ala-asteella maanantaisin klo 19.00-21.00 ja torstaisin klo 18.45-21.00.

Lisätiedot: Nakkilan Wisa, Sirkku Korttesmaa 050 584 1956

Lentopalloa aikuisille Nakkilan liikuntakeskuksella maanantaisin klo 17.30-19.00 ja perjantaisin klo 19.30-21.00.

Lisätiedot: Nakkilan Wisa, Carin Liuskallio, 050-3221985.

Bocciaa perjantaisin Kirkonseudun koululla 17.00-19.00

Lisätiedot: Eläkeliitto, Nakkila, Hilikka Kotiranta, 050 342 8451, hilkkakotiranta@msn.com

Bocciaa keskiviikkoisin klo 10.00-12.00, Liikuntakeskuksen, ryhmäliikuntatila

Lisätiedot: Nakkilan seniorit ry, Nakkila

Tiistailenkki. Lähtö lenkille joka tiistai klo 19 Nakkilan liikuntakeskukselta.

Lisätiedot: www.nakkilanvire.fi

NAKKILAN YHDISTYKSET JA SEURAT

Harrasta, nauti ja kuulu joukkoon!

LIIKUNTA- JA URHEILUSEURAT

Nakkilan Wisa ry
www.nakkilanwisa.fi

Nakkilan Vire ry
www.nakkilanvire.fi

Nakkilan Nasta
www.nakkilannasta.fi

Nakkilan Paterit ry
www.nakkilanpaterit.sporttisaitti.com

Nakkilan liikuntaseura
nakkilan.nv.sporttisaitti.com

Nakkilan kosket Ry
www.nakkilankosket.fi

Nakkilan seudun koskikalastajat
<https://www.facebook.com/nskkry/>
nakkilanseudunkoskikalastajat@gmail.com

NTK Nakkila ry
www.ntknakkila.fi

Nakkilan jääkolkkaajat ry
nakkilanjaakolkkaajat(at)gmail.com

Nakkilan shotokan-karate-do ry
kalliokorpi@yahoo.com
IG -tili: @nakkilashotokankarate

Jele ry, erityisryhmät
www.jele.fi

Nakkila Golf ry
<http://www.nakkilagolf.fi/>

Sata-ratsastajat RY
<https://www.facebook.com/sataratsastajat/>

NUORISO- JA VARHAISNUORISOJÄRJESTÖT

Porin 4H-yhdistys
www.pori.4h.fi

Nakkilan partiolaiset ry
www.nakkilanpartiolaiset.fi

Nakkilan nuorten hyväksi ry
sanna.ahvenkoski@gmail.com

MAA- JA KOTITALOUS

Nakkilan maatalousnaiset
anna.kari@maajakotitalousnaiset.fi

KULTTUURITOIMINTAA HARJOITTAVAT YHDISTYKSET

Nakkila-seura
eija.tuliniemi58@gmail.com

Primitiivisen musiikin ystävät ry

Länsi-Afrikkalaisen musiikin yhdistys ry
johanna_teinila@hotmail.com

Nakkilan seudun harmonikat
www.nakkilanseudunharmonikat.fi

Nakkilan seudun puhallinsoittajat Ry (Nakkilan soittokunta)
www.nakkilanpuhallinsoittajat.com

Nakkilan Napakat ry
www.nakkilankesateatteri.fi

Käsityömerta ry
kasityomertary@gmail.com

Nortamonkujan kulttuuriyhdistys ry
erkki.airikkala@kolumbus.fi

Nakkilan joulukatu ry
joulukatu@gmail.com

AATTEELLISET JA YLEISHYÖDYLLISET YHDISTYKSET

Mannerheimin lastensuojeluliiton Nakkilan osasto ry
<https://www.facebook.com/MLL-Nakkilan-yhdistys-382742125417069/>

Suomen punainen risti Nakkilan osasto
nakkila@osasto.punainenristi.fi
Ystävöiminta: nakkila.ystavavalitys@gmail.com tai 045 7830 6011

Lions Club Nakkila
sihteerilc-nakkila.com

Nakkilan Rotaryklubi
nakkilanrotaryklubi@gmail.com

Lions Club Nakkila Emma
leijonaemmat@gmail.com
<https://www.facebook.com/lionsclubnakkilaemma/>
IG-tili: @lcnakkilaemma

Nakkilan VPK
<https://nakkilanvpk.fi/>

Nakkilan Marttayhdistys
<https://www.martat.fi/marttayhdistykset/nakkilan-marttayhdistys/>

Nakkilan Nykymartat ry
<https://www.martat.fi/marttayhdistykset/nakkilan-nykymartat/>

Tammenlehvän Nakkilan Perinneyhdistys ry
Puheenjohtaja Mikko Kurittu

Harjavallan reserviupseerikerho
pekka.rikala26@gmail.com

Nakkilan reserviläiset ry
<https://nakkilan-reservilaiset.reservilaisliitto.fi/>

Harjavallan seudun invalidit ry
<http://www.hsinv.fi/>

Harjavallan seudun sydänyhdistys ry (Harjavalta, Nakkila)
<https://sydan.fi/harjavallanseutu/>

Harjavallan seudun kehitysvammaisten tuki ry
<https://www.tukiliitto.fi/yhdistys/harjavallan-seudun-kehitysvammaisten-tuki-ry/>

Harjavallan seudun reumayhdistys
<https://harjavallanseudunreuma.reumaliitto.fi/>

Harjavallan seudun kuulo ry
Harjavallan Seudun Kuulo ry - Kuuloliitto

Nakkilan Vammaiset Ry www.nakkilnvammaiset.fi

Nakkilan hevoskasvatusyhdistys ry
<https://www.facebook.com/nakkilanhky/>

Nakkilan Helluntailähetys Ry

ELÄKELÄISJÄRJESTÖT

Nakkilan eläkeläiset ry
Aira Levonmaa 040 844 7484, aira.levonmaa@gmail.com

Nakkilan eläkkeensaajat ry
www.nakkilanelakkeensaajat.fi
Kuntopolku 1, liikuntakeskus
Puheenjohtaja Jukka Kim
046 811 9074, elakkeensaajat.nakkila@gmail.com

Eläkeliiton Nakkilan yhdistys
<https://www.elakeliitto.fi/yhdistykset/nakkila>
Hilkka Kotiranta, hilkkakotiranta@msn.com

Nakkilan seniorit ry
nakkila@senioriyhdistys.fi
<https://nakkila.senioriyhdistys.fi/>
Puheenjohtaja
Marja-Riitta Kurittu
040 506 8443
marjariitta.kurittu@gmail.com

AMMATILLISET YHDISTYKSET

OAJ Nakkilan paikallisyhdistys
<https://www.oajsatakunta.fi/jasenyys/>

Nakkilan yrittäjät ry
<https://www.yrittajat.fi/paikallisyhdistykset/nakkilan-yrittajat/>

JHL ry
Nakkilan JHL 374 ry
Maria Lehmuskallio-Loula
lehmuskallio.maria8@gmail.com
040 8272 533

MTK-Nakkila
<https://satakunta.mtk.fi/yhdistykset>

Metsänhoitoyhdistys Karhu, Nakkilan toimipiste
<https://www.mhy.fi/karhu/esittely>

MUUT RYHMÄT

Nakkilan kokoomus Ry
<https://nakkilan.kokoomus.net/>

Nakkilan vasemmisto
<https://nakkila.vas.fi/>

Nakkilan työväenyhdistys ry
<https://nakkilantyovaenyhdistys.sdp.fi/>

Nakkilan Perussuomalaiset ry
<https://nakkila.perussuomalaiset.fi/>

Nakkilan keskusta
<https://keskusta.fi/satakunta/nakkila/>
<https://www.facebook.com/groups/109870052366046/>

Tattaran koulun tuki ry
<https://www.facebook.com/tattarantuki/>

Kirkonseudun koulun vanhempainyhdistys Naakku
<https://www.facebook.com/KirkonseudunKoulunVanhempainyhdistysNaakku/>

Viikkalan vanhemmat ry
<https://www.facebook.com/Viikkala/>

Nakkilan Koirakerho ry
C/O Raija Wessman
Susitie 10, Nakkila
koirakerho.nakkila@outlook.com
Facebook: <https://www.facebook.com/61579562403478>

Kolmen kylän yhdistys
Pyssykankaan-, Matomäen- ja Hormiston kyläyhdistys
annikki.tommila@gmail.com

Satakunnan neuroyhdistys ry
<https://satakunta.neurolitto.fi>
neurosatakunta@gmail.com



SEURAPARLAMENTIN

tehtävä on kuntalaisnäkökulman tuominen päätöksentekoon, yhdistystoiminnan aseman vahvistaminen, hyvinvoinnin lisääminen kuntaan niin liikunnan kuin kulttuurinkin keinoin sekä voimavarojen keskittäminen yhteisiin tavoitteisiin ja tapahtumiin.

NAKKILAN SENIORIT RY



Kansallinen senioriliitto ry

Puolueisiin sitoutumaton eläkeläisyhdistys, jossa on tällä hetkellä yli 200 jäsentä.

Tavoitteenamme on järjestää jäsenillemme erilaisia kiinnostavia, viihdyttäviä ja liikunnallisia tapaamisia.

Elämäniloa ja voimaa ”siin Nakkila kirko vaiheill”

- Kokoonnumme kuukausitapaamisiin
- Teemme konsertti- ja teatterimatkoja
- Matkailemme kotimaassa ja ulkomailla
- Luontoretkeilemme, käymme kuntosalilla ja pelaamme bocciaa
- Kerhoilemme muisti- ja kirjallisuuspiirissä

Jos haluat liittyä joukkoomme, ota yhteyttä. Voit myös liittyä Senioriliiton sivujen kautta tai jättää viestin yhdistyksemme kotisivuille.



NAKKILAN SENIORIT RY
nakkila@senioriyhdistys.fi
<https://nakkila.senioriyhdistys.fi/>

PUHEENJOHTAJA
Marja-Riitta Kurittu
040 506 8443
marjariitta.kurittu@gmail.com



Asta ry:n järjestää

MATALAN KYNNYKSEN LIIKUNTAA

Nakkilassa liikuntakeskuksella
maanantaisin ja torstaisin klo 11-12.

Hanke on suunnattu työikäisille (18-65 vuotiaat) ja osatyökykyisille päihde- ja mielenterveyskuntoutujille.

Päätavoitteena on edistää hanketoimintaan osallistujien fyysistä terveyttä ja sitä kautta osallisuutta, elämänlaatua ja hyvinvointia.

Jouni Joensuu
Toiminnanjohtaja
astary.pori@gmail.com
041 313 3810



Asta^{ry}

MLL NAKKILAN
PERHEKAHVILA
KLO 10-12

NAKKILAN
LIIKUNTAKESKUKSEN
NUOKKARILLA

PE 1.8.2025
PE 5.9.2025
PE 3.10.2025
PE 7.11.2025
PE 5.12.2025



VERTAISTUKEA,
SEURAA, KAHVIA JA
AAMUPALAA



NTK NAKKILA – SALIBANDYN ERIKOISSEURA NAKKILASSA

HARJOITUSAJAT NAKKILAN LIIKUNTAKESKUKSELLA				
TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	SUNNUNTAI
P15 16.30-18.00	P13 16.30-18.00	P11 16.30-17.30	P15 16.30-18.00	
P10 18.00-19.00 P9 18.00-19.00	Perhesäbä 17.00-18.00 Viikkalan koululla	Naisten joukkueet 20.00-21.00		P10 ja P11 17.30-18.30 P13 18.30-19.30
Miesten I-joukkue 19.00-20.30	Naperosäbä 18.00-19.00 Kirkonseudun koululla	Miesten I-joukkue 21.00-		Naisten joukkueet 19.30-21.00
Miesten II-joukkue 20.30-22.00				

TERVETULOA MUKAAN
KIVAAN HARRASTUKSEEN!
Seuraa kotisivuja
www.ntknakkila.fi

NTK-JOUKKUEET

P15 (2011-2012 synt.)
P13 (2013-2014 synt.)
P11 (2015 synt.)
P10 (2016 synt.)
P9 (2017 synt.)

Naperosäbä (2019 synt.)
Perhesäbä (alle kouluikäiset)
Naisten joukkue I-joukkue
Naisten joukkue II-joukkue Keisarinnat
Miesten I-joukkue
Miesten II-joukkue



/NTKnakkila

/ntknakkila



KIINNOSTAAKO JALKAPALLO?

Meillä pääset pelaamaan, valmentamaan ja osallistumaan toimintaan.

Ota yhteyttä rohkeasti ja tule mukaan iloiseen vihreään joukkoomme!

Lisätiedot
www.nakkilannasta.fi
nastanakkila@gmail.com



JOUKKUEET

Pallokoulu (2017-)
P10 (2015-2016)
P11 JA P12 (2013-2014)
P13 JA P14 (2011-2012)
T13 (2010-2012)
P17 (2009)
Edustus
M50

TUTUSTU TÄSTÄ JOUKKUIDEN YHTEYSTIETOIHIN



https://www.nakkilannasta.fi/joukkueiden_yhteystiedot



Hyvässä seurassa
on ilo liikkua!



NAKKILAN LIIKUNTASEURA SYKSYKAUSI 2025

HUOM. Muutokset mahdollisia. Tunneille tullaan vain terveenä ja huolehdi-taan käsihygieniasta sekä puhdistetaan käytetyt välineet tunnin jälkeen.

Syyskausi AIKUISET 1.9.-14.12.2025 Syyskausi LAPSET 1.9.-30.11.2025

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
18.00-18.45 SATUJUMPPA 3-6V Inka ja Oona Männistö Kirkonseudun koulu	17.45-18.45 LAVIS Jaana Pelkonen Kirkonseudun koulu		17.30-18.15 TAAPEROJUMPPA (1-3 V. LAPSI + AIKUISET) Anniina Ojanen Kirkonseudun koulu	16.00-16.45 KEVYTTÄ KUNTOILUA Leena Henriksson Liikuntakeskuksen yläsali (12.9. alkaen)	10.00-10.45 EASYSPINNING Liisa Hietaoja Liikuntakeskuksen yläsali	15.15-16.15 SPINNING GOLFAREILLE Jaana Pelkonen Liikuntakeskuksen yläsali
17.00-17.50 EASYSPINNING Vaihtuva ohjaaja Liikuntakeskuksen yläsali	18.50-19.30 BODYHARMONY Jaana Pelkonen Kirkonseudun koulu	18.00-18.50 PUMPPU Liisa Hietaoja Liikuntakeskuksen yläsali	18.00-18.50 RVP Tiia Laine Liikuntakeskuksen yläsali	17.30-18.20 SPINNING Vaihtuva ohjaaja Liikuntakeskuksen yläsali	11.00-11.45 MOBILITY CIRCUIT Liisa Hietaoja Liikuntakeskuksen yläsali	16.30-17.30 SPINNING Vaihtuva ohjaaja Liikuntakeskuksen yläsali
17.00-17.50 ÄIJÄTREENI Miia Anttila Liikuntakeskuksen juoksusuora	19.00-20.00 BODY Elise Ramstadius Liikuntakeskuksen yläsali	19.00-20.00 SUPERTREENI Ari Ojaniitty Liikuntakeskuksen juoksusuora	Suomisportin kautta ilmoittaututaan mukaan toimintaan ja maksetaan osallistuminen		LISÄTIETOA NETTISIVUILLA WWW.NAKKILAN.NV.SPORTTISAATTI.COM	
18.00-18.50 HIIT Virpi Luoma Liikuntakeskuksen juoksusuora		19.05-20.00 SPINNING Liisa Hietaoja Liikuntakeskuksen yläsali				
						17.45-18.45 NAISTEN SÄHLY Viikkalan koulu
						17.45-18.45 SUNNUNTAITREENI Sari Ketola Liikuntakeskuksen yläsali
						19.00-20.00 JOOGA Terhi Ruohonen Liikuntakeskuksen yläsali

● Sopii kaiken kuntoisille ● Kehonhuolto ● Tehotreeni ● Tanssillinen ● Lapset ja nuoret

AIKUISET:

HUOM! Kaikki aikuisten tunnit sopivat sekä miehille että naisille! (paitsi naisten sähly)

Spinning - Easyspinning - on kaikille sopiva sisäpyöräilytunti, jossa liikutaan keskisykealueella. Muilla spinningtunneilla voi tahti olla tiukempiä sykkeet ko-hota. Luvassa on myös teematunteja, joista tiedotetaan eri kanavissa. Kaikille tunneille voi tulla osallistua kunnosta riippumatta ja tehdä tunnista oman näköi-sen. **Ilmoittautuminen Suomisport -järjestelmän kautta! Paikkoja tunnille max 25. Muistathan myös tarpeen tullen perua tulosi.**

Äijätreeni - Kiertoharjoittelutunti, sopii kaiken kuntoisille miehille.

HIIT - Kovatehoinen intervalliharjoittelu, jossa tehdään lyhyitä, vaihtelevia ja monipuolisia treenijaksoja. Tunnin pituus 45 minuuttia.

Lavis - Lavatanssijumppa. Tunnilla tanssitaan tuttuja lavatansseja kuten hump-paa, valssia, salsaa yksinään ilman paria. Opi tanssin perusteet ja samalla kuntoilet!

Bodyharmony - Rauhalliseen tahtiin keskivartaloon ja venyttelyyn keskittyvä tunti. Tunti on hypytön ja mukana aina tasapainoa harjoittavia liikkeitä sekä lantiopohjan lihaksia kehittäviä liikkeitä. Oma patja mukaan!

Body - Koko kehoa kuormittava, tehokas lihaskuntotunti.

Pumppi - Kiinteä ja voimaa päälihasryhmille levytangoilla. Tehokas lihaskun-totreeni, jossa myös sykkeen nousevat ja lihakset ovat kovilla.

Supertreeni - Kaikille sopiva koko kehon treenitunti erilaisia välineitä apuna käyttäen.

RVP - on reisi, vatsa ja pakara alueelle painottuva lihaskuntotunti, jossa treenataan hyödyntäen kehon painoa sekä välineitä. Tunnilla treenataan ns. patteritreenejä eli jokainen toteuttaa liikkeen omassa tahdissaan. Tunti on helposti muokattavissa ja sopii monen tasoisille liikkujille. Tunti sisältää niin lihaskunto- kuin sykeosuuksia.

Kevyttä kuntoilua - Matalalla sykkeellä tehtävää lihaskuntoharjoittelua. Sopii erityisesti vähän tai ei yhtään liikuntaa harrastaneille sekä ikäihmisille.

M-Circuit - Tämä on uusi tapa harjoitella! Se tulee sanoista Mobility circuit eli "liikkuvuus-kuntopiiri". Harjoitusmetodi kehittää aktiivista liikkuvuutta, tasapai-noa, kehonhallintaa sekä aerobista kestävyyttä. Mobility Circuit on liikkuvuus-harjoitus, jossa hiki virtaa ja kehittäjä kehosi lihaksistoa monipuolisesti. Harjoitus alkaa hermostoa valmistavalla lämmittelyllä, jonka jälkeen tehdään liikkuvuus-progressioihin perustuva kuntopiiri (3x7min). Harjoitus päättyy rauhoittavaan jäähdyttelyyn. MCircuit pitää itse kokea, jotta ymmärrät, millainen on kehoosi saat ja kuinka paljon hyötyä harjoituksen avulla syntyy!

Naisten sähly - Sählyryhmä, jossa pelataan koko tunti. Suojalasit mukaan ja muista jättää kellot ja korut pois!! Oma whatsapp-ryhmä, jossa ilmoitellaan treeneistä.

Sunnuntaitreenit - Koko kehoa haastava lihaskuntotunti, joka sopii kaikille.

Jooga - Jooga on läsnäoloa, joka yhdistää kehon ja mielen. Se kehittää liikkuvuutta ja tasapainoa sekä vahvistaa lihaksia. Tavoitteena on löytää läsnäoloa ja tyyneyttä. Jooga on lempeää, joka sopii kaikille iästä, sukupuolesta, kunnosta tai fyysisistä ominaisuuksista riippumatta

LAPSET, NUORET, PERHEET:

Satujumppa - Monipuolista liikuntaa 3-6 -vuotiaille lapsille.

Taaperojumppa - Vaihteleva liikuntahetki lapsen (1-3v) ja aikuisen kesken.

LIIKUNTAMAKSUT: (syksy 2025 ja kevät 2026)
Aikuiset (16-59v): 70 €, seniorit (60v ja yli): 45 €, lapset ja nuoret alle 16v: 30 €, perhemaksu 50 € (VAIN taaperojumppaan osallistujat).

Aikuksille (16-59-vuotiaille) mahdollisuus maksaa myös kahdessa erässä, mutta maksu on silloin hieman kalliimpi. Maksut maksetaan Suomisportin kautta, vaihtoehtoiset maksutavat ovat, eri liikuntaetujen muodot (Smartum, ePassi, Edered) tai maksu seuramme tilille suoraan. Jos haluat maksaa liikuntaeduilla tai tilille suoraan, saat alekoodin Jaanalta (jaana.pelkonen@insta.fi), jonka jälkeen vasta ilmoittaudut mukaan.

ILMOITTAUDU MUKAAN LINKEISTÄ:



Aikuiset, myös taaperojumpan aikuiset:



Aikuiset vain syyskausi (hieman kalliimpi ½-vuotishinta):



Satujumppa:



Taaperojumppa, vain lapset:



Nakkilan Vire

Uusi kausi starttaa 2.10.
Tule mukaan toimintaamme!

Liikuntaleikkikoulu

4-5-vuotiaille

Torstaisin klo 17.30-18.15

Nakkilan liikuntakeskuksella

(mukaan otetaan rajallinen määrä lapsia)

Urheilukoulu

6-8-vuotiaille

Torstaisin klo 17.30-18.30

Nakkilan liikuntakeskuksella

YU1 ja YU2 ryhmät

Kaikki yli 9-vuotiaat

Yhteisharjoitukset torstaisin klo 18.30-20

Nakkilan liikuntakeskuksella

Muut yhteistreeniajat tarkentuvat vielä
syyskuun aikana ennen kauden alkua

Lisäksi vanhemmilla urheilijoilla erikseen
sovittuja treenejä mm. Karhuhallissa Porissa

Ilmoittautuminen ryhmiin
aukeaa syyskuussa!

Ilmoittautumaan
pääset seuran nettisivuilta

<https://www.nakkilανvire.fi/>

Ota myös seurantaan somemme!
@nakkilανvire



Lisätietoja: nakkilανvire45@gmail.com



NAKKILAN KESÄTEATTERI



Henkistä hyvinvointia

Mikäli olet kiinnostunut teatteriharrastuksesta,
lähde rohkeasti mukaan!

Vaikka et uskaltautuisi heti lavalle, meiltä löytyy
tekemistä monen eri alan taitajille.

Ota rohkeasti yhteyttä! Ilmoitamme
harjoitustemme alkamisesta myös
somekanavissamme ja verkkosivuillamme!

nakkilannapakat@nakkilankesateatteri.fi

www.nakkilankesateatteri.fi



INVALIDI
LIITTO



4H-kerho - hauska harrastus lapsille!

Nakkilan 4H-kerho Hormiston
kylätalolla torstaisin klo 17:30-19.

Kerho alkaa to 11.9.

Ilmoittaudu kerhoon nettisivuillamme
→ www.pori.4h.fi!

4H-kerhossa opitaan tekemällä!

**Kerhokavereiden ja osaavien ohjaajien kanssa
mm. leikitään, leivotaan, ulkoillaan, ja seikkaillaan!**

4H-kerhot ovat jäsenillemme maksuttomia!
Jäsenmaksu 45€/ vuosi. Kerhoon voi tulla
tutustumiskäynnille, muista silti ilmoittautua.
Lisätiedot 050 561 5268 tai pori@4h.fi.

Muuta 4H-toimintaa Nakkilassa:

4H -päiväleiri
talvilomaviikolla 2026.
Lisätietoa tulossa!



4H-yrityskoulutus
alkuvuonna 2026!
Lisätietoa tulossa!

Seuraa meitä
somessa →



@porin4hyhdistys



@porin4hyhdistys



Porin 4H-yhdistys



NAKKILAN SEUDUN HARMONIKAT

Nakkilan Seudun Harmonikat on perustettu vuonna 1990 Nakkilassa.
Yhdistys on kasvanut noin 20:stä perustajajäsenestä
yli 200 jäsenen seutukunnalliseksi yhdistykseksi.
Yhdistyksen jäsenissä on sekä soittajia,
heidän perheenjäseniään että harmonikkamusiikin ystäviä.

Taiteellisena johtajana on koko toiminnan ajan ollut Vesa Formunen,
ja hän toimii tällä hetkellä myös yhdistyksen puheenjohtajana.
Nakkilan Seudun Harmonikoissa toimii neljä ryhmää,
joista tällä hetkellä yksi, Vuosirenkaat, kokoontuu harjoittelemaan
säännöllisesti kansalaisopiston ryhmänä.

Nakkilan Harmonikkaviikko on yhdistyksen suurin vuotuinen tapahtuma,
jonka tilaisuudet yleisö on oppinut löytämään. Harmonikkaviikon pääkonsertti,
jossa monet maamme huipputaiteilijat ovat esiintyneet,
on eräs maakunnan suurimpia tapahtumia harmonikkamusiikin sektorilla.

29. harmonikkaviikkoa vietetään 6.-12.10.2025.
Viikon ohjelmassa on luvassa mm. lauluilta, harmonikkakilpailu, tanssit ja
viikon pääkonsertti sunnuntaina 12.10. Nakkilan liikuntakeskuksessa.
Juontajana toimii Seppo Soittila ja pääesiintyjänä Leif Lindeman.

Seuraa ilmoittelua lehdissä sekä www.nakkilanseudunharmonikat.fi

Yhteystiedot Vesa Formunen p. 0440 595 248.
info@nakkilanseudunharmonikat.fi

Kylätalolla tapahtuu syksy 2025



Syyskuu



Ti 2.9 Muijakerho klo 14
Ma 8.9 Perinnepiiri klo 13
Ti 9.9 Äijäkerho klo 14

Ti 9.9 Farmimarket klo 17-19
La 13.9 Laavu-lauantai klo 14-16
Ti 16.9 Lauuilta klo 18
Ma 22.9 Perinnepiiri klo 13



Ti 23.9 Äijäkerho klo 14
Ti 23.9 Farmimarket klo 17-19
Ti 30.9 Muijakerho klo 14

Lokakuu



Ma 6.10 Perinnepiiri klo 13
To 9.10 Vesa Formusen
harmonikkakonsertti klo 18
Liput ovelta 10€
Ti 7.10 Äijäkerho klo 14
Ti 14.10 Muijakerho klo 14

Ti 14.10 Keskeneräisten
käsitöiden ilta klo 18
Pe 17.10 Pimeä metsä klo 18
Su 19.10
Helluntaiseurakunnan
musiikillinen
tapahtuma klo 13.00

Ma 20.10 Perinnepiiri klo 13

Marraskuu



Su 2.11 Pyhänmiestenpäivä
jumalanpalvelus klo 10
Ma 3.11 Perinnepiiri klo 13

Ti 4.11 Äijäkerho klo 14
Ti 11.11 Muijakerho klo 14
Ma 17.11 Perinnepiiri klo 13



Ti 18.11 Äijäkerho klo 14
Ti 25.11 Muijakerho klo 14

Joulukuu



Ma 1.12 Perinnepiiri klo 13
Ti 2.12 Äijäkerho klo 14

La 13.12 Joulumyyjäiset
klo 10-14

Ti 16.12 Äijäkerho klo 14

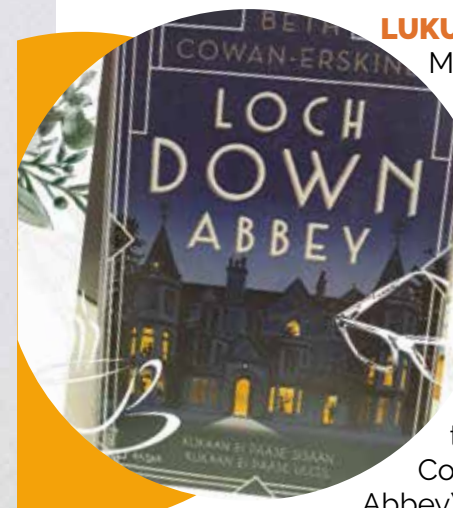


Ke 17.12 Metsäkirkko
klo 19 Verstaalla
Pe 26.12 Tapaninpäivän
jumalanpalvelus
klo 10



MITÄ KAIKKEA MUKAVAA LÖYTYY OMASTA KIRJASTOSTA?

Jokainen sää on hyvä lukusää, on sitten kylmää tai päivänpaistetta; kirjastoon on myös mukava vain poiketa vilkaisemaan, mitä tällä kertaa hyllyiltä löytyy. Lukusalissa on tarjolla asiakkaiden koottavaksi palapeli sekä uusimmat lehdet. Kun parhain innostus uuden harrastuksen aloittamiseen tulee, niin omasta kirjastosta voi löytyä aiheesta monenlaista tietoa ja tukea.



LUKUPIIRI

Matalan kynnyksen lukupiirissä keskustellaan kullekin kerralle luetusta kirjasta, mutta paikalle voi saapua myös vaikka olisi lukenut kirjan vain osittain, tai ei lainkaan. Koontumiset **torstaisin klo 19-20: 4.9.** (tällöin lukukirjana on Ansan nimipäivän kunniaksi suljetun paikan arvoitusdekkari Cowan-Erskine: Loch Down Abbey), **2.10., 30.10. ja 27.11.**

NOVELLIKOUKKU

Novellikoukussa kirjastolainen lukee ääneen lyhyitä tarinoita. Kuunnella voi vaikka oman keskeneräisen käsityön, sanaristikon tai piirtämisen parissa. Viihtymään kokoonnutaan **torstaisin klo 19-20: 18.9., 16.10., 13.11.** ja jouluisempi novellikoukkukerta **12.12.**

CELIA-OPASTUSTA

Saavutettavuuskirjasto Celia luopui cd-äänikirjojen valmistamisesta tämän syksyn syyskuussa. Kirjasto on varautunut uuteen tilanteeseen hyvällä valikolla cd-äänikirjoja. Myös Satakirjastojen keskinäinen, ilmainen varaaminen takaa äänikirjojen osalta

kuunneltavaa pitkäksi aikaa. Opastamme myös sovelluspohjaisten äänikirjojen kuuntelussa. Varaa mukaan oma puhelimesi tai muu laite.

KIRJAT KOTIIN -PALVELU

Uudistettu palvelu on tarkoitettu asiakkaalle, jotka eivät pääse itse asioimaan kirjastossa, esimerkiksi sairauden, vamman tai korkean iän vuoksi. Kirjastolainen kokoaa kirjakassiin luetavaa tai kuunneltavaa toiveittesi mukaan. Saat aineiston kotiin sovitun aikataulun mukaisesti, ja samoin palautuva aineisto noudetaan pois. Kirjakassin voi myös noutaa valtuuttamasi henkilö kirjastoltamme. Palvelu on maksuton. Voit kysellä palvelusta tarkemmin kirjastosta.



Kaipaako puuhaa syysloman tai hiihtoloman aikana? Lautapeli-ilta kirjastolla tai kotona? Pari kepparia ehkä lainaksi ja omat kepparikisat? Kysy vinkkejä henkilökunnalta.

Tai tarvitsetko digiopastusta? Mediataidoissa sokkeloimiseen kirjasto auttaa. Varaa oma aikasi kirjaston ilmaisesta digiopastuksesta, niin etsitään vastauksia ongelmiin yhdessä. Myös tekoälyn turvalliseen käyttöön apunasi antaa vinkkejä kirjaston Nina.

Onko seurasi, koulun vanhempainillan tai yhdistyksen kokouksen ohessa **hetki kirjavinkkaukselle** tai **lukutuokiolle**? Kerro toiveistasi kirjaston henkilökunnalle.

Otsolan kansalaisopisto

Opetusohjelma- Syksy 2025 - Nakkila

PITKÄKESTOISET OPINTORYHMÄT

Kadonneen äänen metsästys (yksinlaulu)
Ma 16.00-17.15

Kuvataide
Ma 17.00-19.15

Bonjour - ranskan alkeet
Ma 17.00-18.30

Kankaankudonta A
Ma 17.00-18.30

Kankaankudonta B
Ma 18.00-20.15

Nakkilan soittoryhmä
Ma 18.30-20.00

Ompelun iloa
Ma 18.00-20.15

Vapauta ilmaisusi -löydä luovuutesi
Ma 18.30-20.00

LYHYT KURSSIT

- Windows 11 tutummaksi omalla läppärillä
- Pussukan, laukun tai repun ompelu, viikonloppukurssi
- Neulefestarit Nakkilassa
- Makramee viikonloppu
- Hehkuvat huulet -tee omat huulirasvasi
- Hengitä ja hölläile A
- Hengitä ja hölläile B
- Soundhealing

ILMOITTAUTUMINEN ALKAA KE 20.8. KLO 16.00

Lisätietoja www.otsola.net

Laulukööri
Ti 15.30-17.00

Käsityökahvila
Ke 11.00-13.15

Pianonsoiton yksilöopetus
Ke 15.00-18.20

Tuolijumppa Hormistossa
Ke 18.15-19.15

Soitinten rakentaminen
Ke 17.30-19.45

Everyday English II
Ke 18.30-20.00

Kehonhuolto
Ke 19.30-20.15

Puutyöpaja
To 17.00-19.15

Kalligrafian perusryhmä
To 17.15-19.30

Posliininmaalaus
Pe 10.00-12.15

Elintapamuutos-lempein askelin parempaan oloon
La (hybridi)

LASTEN RYHMÄT

Musiikkileikkikoulu 0-1 vuotiaille
To 9.45-10.30

Musiikkileikkikoulu 1-3 vuotiaille
To 10.45-11.30

English for kids! leikkikerho 6-9 -vuotiaille
La 12.00-13.00

Perhesirkus 3-6-vuotiaille lapsille yhdessä aikuisen kanssa
Ke 18.15-19.00



OTSOLAN
KANSALAIPOISTO



AIKUISILLE

Stand up -koomikko Mikko Vaismaa Nakkilan kirkossa 7.9. klo 15. Jatkot seurakuntakodilla klo 18 saakka. Luvassa muun muassa musiikkia ja syötävää. Mahdollisuus lastenhoitoon kirkon kappelissa klo 15-18. Lastenhoitoon ilmoittautuminen viimeistään 3.9. Tuula Vähä-Vaheelle.
Tapahtuma on maksuton.



Naisten kahvilat

Naisten oma iltapäivähetki, joka alkaa kahvitarjoilulla. Kukin kahvilakerta jäsentyy tietyn aiheen ympärille. Yhteislauluja ja mahdollisuus jättää rukouspyyntöjä. Tarkemmat tiedot nettisivun tapahtumista ja seurakuntatiedoista.
Seurakuntakodilla, klo 15: 28.9, 26.10, 23.11.

Miesten illat

Miesten iltahetki, joka alkaa kahvitarjoilulla. Mielenkiintoisia alustuksia, keskustelua ja yhteislauluja. Tarkemmat tiedot nettisivun tapahtumista ja seurakuntatiedoista.
Seurakuntakodilla, klo 18: 28.9, 26.10, 23.11.

Toivon illat

Sanan, rukouksen ja ylistyksen iltoja, joissa on mahdollisuus jättää esirukouspyyntöjä ja saada rukouspalvelua. Illoissa on vierailevia puhujia ja musiikkia.
Seurakuntakodilla, klo 17: 14.9, 12.10, 16.11.
Illoista vastaa vapaaehtoisista koostuva Toivon ilta -tiimi.





TULE YSTÄVÄKSI - SINUA TARVITAAN

**Kiinnostaako vapaaehtoistyö?
Tule mukaan Punaisen Ristin
ystävätoimintaan!**

Ystävätoiminnan vapaaehtoisena annat aikaasi juuri sen verran kuin haluat.

Jos sinulla on kyky kuunnella ja olla läsnä, olet tervetullut mukaan vapaaehtoiseksi ystävätoimintaan.

Kiinnostuitko?

Ota yhteyttä SPR Nakkilan osaston ystävätoimintaan:

- **Soita ystävävälitykseen** puh. 045 7830 6011
(Avoinna keskiviikkoisin klo 15 - 17 ja lauantaisin klo 13 - 15)
- Laita **tekstiviestillä yhteydenottopyyntö** numeroon 045 7830 6011
- Laita meille **sähköpostia:**
nakkila.ystavavalitys@gmail.com

**Lämpimästi tervetuloa
mukaan
vapaaehtoistoimintaan!**



TÄRKEITÄ YHTEYSTIETOJA KUNTALAISILLE

HÄTÄNUMERO 112

Soita hätänumeroon 112 hätätilanteessa, kun tarvitset paikalle ensihoidon, poliisin, pelastuksen tai sosiaaliviranomaisen apua.

Kiireellisissä tilanteissa

Soita ensin Päivystysapuun puh. 116 117.
Satasairaalan päivystys on avoinna 24/7.

Asiakaspalvelu ja vaihde

Asiakaspalvelu auttaa, kun et tiedä, mihin olla yhteydessä: 02 62771 tai asiakaspalvelukeskus@sata.fi.

SATA-SOVELLUKSEN avulla voit käyttää Satakunnan hyvinvointialueen tuottamia sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita (eli sote-palveluita) digitaalisesti. Tarvitset älypuhelimien, tabletin tai tietokoneen, jotta voit aloittaa palvelun käytön.

Sata-sovelluksessa voit esimerkiksi:

- asioida ammattilaisen kanssa chatin ja videovastaanoton välityksellä
- lähettää ja vastaanottaa kiireettömiä viestejä
- lähettää yhteydenottopyynnön
- täyttää kyselyitä ja lomakkeita
- asioida toisen henkilön puolesta, jos sinulla on siihen valtuutus tai olet alle 12-vuotiaan lapsen huoltaja.

Lataa Sata-mobiilisovellus sovelluskaupasta:

App Store



Google Play



SATA-SOVELLUKSESSA PALVELEVAT CHATIT

Terveyspalvelu chat arkisin 8.00-22.00

Terveydenhuollon ammattilaiset auttavat sivua terveyteen liittyvissä asioissa reaaliaikaisesti. Täältä sairaslomatoistukset ja reseptiasiat.

Asiakaspalvelu chat arkisin klo 8-17.30

Neuvomme ja ohjaamme oikean palvelun pariin, kun et tieä mihin olla yhteydessä.

Mielenterveys chat 24/7

Voit kysyä mielenterveyspalveluista, tarvittaessa ohjaamme tilanteeseesi parhaiten sopivan palvelun piiriin.

Ikääntyneiden chat arkisin 9-15.

Chatissä voit kysyä ikääntyneiden palveluista. Neuvomme myös hyvinvointialueen digitaalisten palvelujen käytössä.

SATA.FI PALVELEVAT CHATIT

Asiakaspalvelu chat, arkisin klo 8.00–17.30.
Terveyspalvelu chat arkisin 8.00-22.00
Mielenterveys chat 24/7
Ikääntyneiden chat arkisin 9-15.
Työikäisten sosiaalipalvelut chat arkisin klo 10-12.
Päihde- ja riippuvuus chat arkisin klo 8 - 12.
Lapsiperheiden ja nuorten chat
Nepsy chat on auki joka tiistai klo 14-17.

Satakunnan sosiaalipäivystys 02 623 4380

Digitaaliset palvelut

Voit hoitaa monia asioita kanssamme myös verkossa. Palveluiden kautta saat esimerkiksi yhteyden omalle terveysasemalle Oma asiointi -palvelun kautta, Omaolossa voit tehdä oirearvion ja varata aikoja mm. laboratorion palveluihin. Kaikki digitaaliset palvelut löydät: sata.fi/asioi-digitaalisesti

Synnyttäjät

Synnytyssalin päivystys avoinna 24/7
puh. 02 627 7542.

Laboratorio

Varaa aika osoitteesta sata.fi.
Puhelinajanvaraus avoinna arkisin klo 10–15
puh. 02 627 6410.

Hammashoito 8.00-15.00

02 677 3315

Hammaslääkäripäivystys iltaisin, viikonloppuisin ja pyhinä

Päivystyksessä annetaan välttämätöntä ensiapua, joka ei voi odottaa. Kiireellisissä tapauksissa soita aina ensin Päivystysapuun: 116 117.

Öisin klo 21–8 vakavat tapaukset hoidetaan

Turussa Tyksin Suu- ja leukasairauksien klinikalla:
02 313 8800.

Satakunnan pelastuslaitos

Kiireettömissä tehtävissä ja muissa pelastuslaitokseen liittyvissä asioissa neuvotaan vuorokauden ympäri numerossa 02 621 1500.
Pelastusasemien yhteystiedot: pelastustoimi.fi/satakunta



ILMOITA ROHKEASTI OMAT YHDISTYKSESI TAI YRITYKSESI AVOIMET TAPAHTUMAT

SATAKUNTA EVENTS ON KAIKILLE AVOIN JA MAKSUTON TAPAHTUMATietokanta

Kaikki voivat syöttää tapahtumansa aiheesta riippumatta. Tapahtumia voivat syöttää rekisteröityneet käyttäjät. Rekisteröitynyt käyttäjä voi myös hallinnoida omia tapahtumiaan. Syötetyt tapahtumat linkittyvät myös Nakkilan omaan tapahtumakalenteriin ja näkyvät myös Satakunnan Kansan Menot -palstalla.

Tapahtumia voi tarkastella hakusivulta.

Seuraa Nakkilan tapahtumia verkossa

<https://nakkila.fi/info-nakkila/tapahtumakalenteri/>



SATAKUNTA EVENTS

[WWW.SATAKUNTAEVENTS.FI](https://www.satakuntaevents.fi)