

## **Ruotsi**

### **Grupper för anpassad motion för barn och ungdomar**

#### **Veckorna 36–49 och 2–18**

Grupperna är avsedda för barn och ungdomar som behöver särskilt stöd för att motionera och som är ute efter en trevlig hobby. Varje vecka erbjuds många olika motionsgrupper där man får uppleva glädjen i att lyckas och motionsglädje. Kom med och gympa, dansa, spela och simma!

Mer information [turku.fi/sv/anpassadmotion](http://turku.fi/sv/anpassadmotion) -> Anpassad motion för barn och unga

(SIVU 3)

### **Hobby i samband med skoldagen**

Grundläggande motionsfärdigheter och mångsidiga hobbyer inomhus och utomhus!

Avgiftsfri hobbyverksamhet ordnas under skoldagarna veckorna 36–49 och 2–18 (inte under skolornas lovveckor). Fråga skolans klubbansvariga eller ditt barns lärare om din egen skolas hobbyer.

Du hittar de skolspecifika hobbyerna samlade:

**[turku.fi/sv/skolspecifikt-hobbyschema](http://turku.fi/sv/skolspecifikt-hobbyschema)**

### **SkolIPT- och SkolPCAC-verksamhet**

Skolans Personal Trainer-verksamhet (SkolIPT) är handledning i motion och välbefinnande för högstadi-eelever, där man uppmuntrar unga att öka sin vardagsaktivitet genom att stöda olika delområden av välbefinnandet.

Skolans personal Culture & Arts Coach-verksamhet (SkolPCAC) är handledning i konst och kultur för högstadi-eelever, där man siktar på att öka det kulturella välbefinnandet samt hjälper unga att hitta konst och kultur.

Mer information om de skolor som deltar och om verksamheten:

**[turku.fi/sv/abomodellen-hobbyverksamhet](http://turku.fi/sv/abomodellen-hobbyverksamhet)**

## **MIHI**

### **Veckorna 36–49 och 2–18 (inte vecka 8).**

MIHI erbjuder 12–19-åringar över 40 idrottsturer gratis i Åbo. Det finns ett mångsidigt utbud av både individuella grenar och laggrenar. Utöver grenarna får man på egen hand åka skridskor på skridskobanan "Masken" och åka skidor i Impivaara (gratis utrustning). Dessutom har ungdomarna möjligheten att boka en "höntsätur" i Åbos skolor. Man behöver inte anmäla sig till Mihi-turerna på förhand (förutom till biljard och laserspel).

Mer information: [jorma.fisk@turku.fi](mailto:jorma.fisk@turku.fi) eller tfn 050 554 6250

Kolla in hemsidan: **[mihi.fi](http://mihi.fi)**

### **Uppsökande hobbyverksamhet i skolorna**

I flera grundskolor i Åbo ordnas uppsökande hobbyverksamhet. Tjänsten är avsedd för deltagande skolors elever som ännu inte har hittat någon trevlig fritidssysselsättning. Skolornas egen kontaktperson för uppsökande hobbyverksamhet hjälper och råder eleverna att hitta en meningsfull hobby.

Mer information: **[turku.fi/sv/uppsokande-hobbyverksamhet-i-skolorna](http://turku.fi/sv/uppsokande-hobbyverksamhet-i-skolorna)**