

AKTIVITETER FÖR DIG I BEHOV AV EXTRA STÖD

Här hittar du ett spännande utbud av aktiviteter att göra i Järfälla



Stället

Stället är en mötesplats för personer med funktionsnedsättning. På Stället kan du tillsammans med ledsagare sjunga karaoke, spela spel, pyssla och delta i olika arrangemang.

NÄR? Söndagar klockan
13.00-16.00

VAR? Stället, Mjölnavägen 8

Kontakt

jenny.rosendahl@jarfalla.se

Facebook: Stället i Jakobsberg

Järfälla fritidsgårdar

Fritidsgårdarna är öppna för alla barn och ungdomar.

Är du i behov av extra stöd?

Kontakt

Jenny.rosendahl@jarfalla.se

www.jarfalla.se/fritidsgardar

Hängmattan - Station 7

Här kan du, som är 12-30 år, träffa kompisar, dansa, sjunga karaoke, fika och mycket annat.

NÄR? Torsdagar klockan
17.00-20.00

VAR? Station 7, Kallhäll

Kontakt

therese.aberg@jarfalla.se

www.jarfalla.se/fritidsgardar

Järfälla kulturskola

På kulturskolan finns möjligheter till individuell undervisning i instrument och i gruppämnen dans, drama, bild och form och nycirkus utifrån de individuella förutsättningarna.

Kontakt

Järfälla kulturskola

kulturskolan@jarfalla.se

www.jarfalla.se/kulturskolan

KomTek

Den kommunala entreprenörs- och teknikskolan erbjuder fritidsaktiviteter med teknikinnehåll.

Deltagarna arbetar med olika material och verktyg för att konstruera saker som lyser, rör sig eller låter.

En handledare leder aktiviteten som bedrivs i kursform med olika teman.

På hemsidan beskrivs innehållet i de olika kurserna. Ta kontakt med KomTek före anmälan.

Kontakt

KomTek Järfälla

08-580 283 60

komtek@jarfalla.se

www.jarfalla.se/komtek

Järfälla bibliotek

På biblioteken finns böcker, ljudböcker, musik-cd, filmer som du får låna hem.

I bokhyllan med lättläst hittar man både böcker att läsa själv och böcker som passar bra att läsa högt.

Biblioteken finns i:

Jakobsberg, Viksjö, Kallhäll, Barkarby och Herresta.

Kontakt

<https://bibliotek.jarfalla.se>

Öppen sporthall

Det är en öppen verksamhet med olika aktiviteter som förutsätter att ledsagare eller förälder deltar.

Personal finns på plats för att hjälpa till med material.

NÄR?

Onsdagar klockan 18.00-20.00

Lördagar klockan 13.30-15.30

VAR? Herrestaskolan,
Karlslundsvägen 25.

Kontakt

annica.dahlborn@jarfalla.se

www.jarfalla.se

Viksjö Golfklubb

Kom och spela golf.

VAR? Fjällens gård

Kontakt

tranare@viksjogk.se

www.viksjogk.se

Torsdagsklubben

Musikcafé med artister som uppträder med sång, musik och dans. Anmälan krävs.

NÄR? Torsdagar klockan 18.30-21.00

VAR? Allmogegatan 8-10

Kontaktperson

Bo Carlqvist

08-120 55 144

bo.carlqvist@sv.se

www.sv.se

Friskis & Svettis

Friskis & Svettis har lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla.

NÄR? Måndagar klockan 17.30-18.30

VAR? Friskiskällan,
Järfällavägen 106

Kontakt

info@friskissvettis.se

www.jarfalla.friskissvettis.se

Fritidsnätet

Fritidsnätet är en webbtjänst för att hitta fritidsaktiviteter för barn, ungdomar och vuxna som är i behov av extra stöd i Stockholms län.

Gå in på

www.fritidsnatet.se för att hitta just din aktivitet.

Järfälla karate

Järfälla karate har karate-träning för barn och ungdomar.

Ta kontakt för mer info om tider och plats.

Kontakt

jarfallakarate@outlook.com

www.jarfallakarate.se

Häng i idrottshallen

Vill du med NPF komma och leka i en hel idrottshall med oss? Med oss kan du prova på att göra det du vill i hallen utan krav. Föräldrar ansvarar för sina egna barn. Hela familjen är välkommen och Attention bjuder på enkel fika.

NÄR? Sista lördagen varje månad klockan 14.00-16.00

VAR? Olovslundskolan

Kontakt

info@attention-

jarfalla-upplandsbro.se

www.attention-jarfalla-

upplandsbro.se/my-calendar/

Järfälla Tennis

Tennisträning för personer med olika funktionsnedsättningar.

VAR? Mjölnavägen 1

Kontakt

jts.kansliet@gmail.com

www.jarfallatennis.se/

Järfälla Aikidoklubb

Aikido är inte bara en självförsvarsteknik utan framförallt en metod att träna sin kropp och själ till välmående och harmoni.

Kontakt

klubben.jak@gmail.com

www.jarfalla-aikido.se

Halliwick klubbarna Doppingen och Viggen

Föreningen bedriver simträning för alla åldrar och funktionsnedsättningar enligt Halliwick-metoden.

Individen tränar i grupp eller enskilt. Varje simmare ska ha en vuxen som är med i vattnet och tränar.

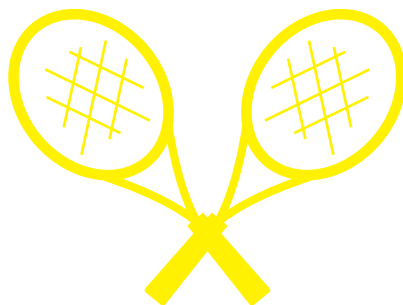
NÄR? Tisdagar klockan 18.30-19.30

VAR? Järfällabadet

Kontakt

styrelse@halliwick.se

www.halliwick.se



Järfällagymnasterna

Gymnastikgrupper för barn i 4-13 årsåldern som behöver extra stöd av förälder eller ledsagare och tydliga instruktioner. Gruppen jobbar med rytmik och redskap i gymnastiksalen för att förbättra kroppskontroll och självkänsla.

Alla barn deltar utifrån sin egna förutsättningar.

Kontakt

08-580 368 48

kansli@jarfallagymnasterna.se

www.jarfallagymnasterna.se

Viksjo scoutkår

Vår mesta verksamhet är utomhus. Scoutprogrammet fungerar mycket bra att anpassa till enskilda behov. Viktigast är en bra dialog och ett bra samarbete om vilka förutsättningar som behövs. Hos oss är alla scouter i våra vanliga grupper.

Kontakt

info@viksjo.ssf.scout.se

http://viksjo.scout.se/

Järfälla innebandyklubb

Alla deltagare ska ha med sig en vuxen som deltar aktivt under träningen. Vi kommer spela, leka och umgås.

Vi anpassar träningen efter deltagarnas förutsättningar. Det viktigaste är att alla har kul och får chansen att utvecklas efter sin egen förmåga.

Kontakt

kansli@jarfallaibk.com

www.laget.se/jarfallaibk

Bowling Klubben Bus

Föreningen bedriver bowling för barn och ungdomar samt vuxna med särskilda behov.

VAR? Hammarvägen 61

Kontakt

bk.bus@hotmail.com

Medley

Simskola i liten grupp för barn och ungdomar, 9-13 år med ADHD, autism, asberger och/eller intellektuell funktionsnedsättning.

VAR? Järfällabadet

Kontakt

jakobsbergssimhall@medley.se

www.medley.se

