



## Allaktivitetshuset

På fritidsgården kan du träffa kompisar och göra roliga saker. På gården finns café, datorer, TV-spel och Wii-spel. Vi har också studiorum, musik, pysselrum, danslokal och många andra aktiviteter.

Aktiviteterna är på onsdagar mellan 17.00 – 21.00.

Målgrupp: Alla mellan 13 – 23 år

Plats: Allaktivitetshuset, Nickstabadsvägen 13 Nynäshamn

Kontaktperson: Anna Westin

Telefonnummer: 08-520 738 90 eller 08-520 738 91

## Mobila fritidsledare

Om du vill börja på en aktivitet och inte har någon som kan följa dig dit då kan du kontakta någon av våra mobila fritidsledare som kanske kan hjälpa dig.

Miriam Blanchette telefon 08 520 738 92

Anna Elgh telefon 08 520 738 95



# FRITIDSAKTIVITETER FÖR DIG SOM BEHÖVER EXTRA STÖD

Hösten 2012 till våren 2013

Har du frågor angående fritid för barn och ungdom som behöver extra stöd kontakta:  
Monika Lundstedt, fritidskonsulent. Telefon 08 520 68 159. [Monika.lundstedt@nynashamn.se](mailto:Monika.lundstedt@nynashamn.se)  
Nynäshamns kommun Stadshusplatsen 1, 149 81 Nynäshamn  
Tel 08-520 680 00, [kultur-fritidsnamnden@nynashamn.se](mailto:kultur-fritidsnamnden@nynashamn.se), [www.nynashamn.se](http://www.nynashamn.se)



Frihet att utvecklas

## Kultur

### Teater

I kulturskolans teatergrupp får du träna att spela teater.

Ålder: 10 – 21 år

Plats: Kulturskolan Nynäsvägen 20

Kontaktperson: Sanne Ericsson

Telefon: 073-848 56 37

### Dans

För dig som vill prova olika dansstilar.

Målgrupp: För dig i grundskolan

Ålder: Från 12 år

Tid: Måndagar 18.00 – 19.00

Plats: Gymnasiets danssal

Kontaktperson: Maria Hammarsten

Telefon: 070-526 10 98

### Måleri – levande verkstad

Workshop där vi leker med färger papper och form

Ålder: Från 19 år

Tid: Tisdagar 9.15 – 11.15

Plats: Konstpoolen, Vikingavägen 39

Nynäshamn

Kontaktperson: Maria Oscarsson

Telefon: 070-7775567

## Idrott

### Upp&Ner – Idrott för alla

Upp&Ner utgår från individens möjligheter till fysisk aktivitet under roliga och tillrättalagda former.

Träningen kombineras av motorisk övning och fysisk aktivitet som förberedelse till olika idrotter.

Ålder: Alla

Tid: Tisdagar 17.30 – 18.30

Plats: Vanstaskolans idrottshall

Kontaktpersoner: Sorunda IF-handboll

Marie Anklew 073-5051139

[Marie.anklew@hotmail.com](mailto:Marie.anklew@hotmail.com)

Åsa Wirström 070-7424763

### Härs & Tvärs – handboll

Härs & Tvärs bygger på Upp & Ner-konceptet som gör det möjligt att lära sig spela handboll efter sina egna förutsättningar.

Ålder: Alla

Kontaktpersoner Sorunda IF – handboll

Marie Anklew 073-5051139

[Marie.anklew@hotmail.com](mailto:Marie.anklew@hotmail.com)

Åsa Wirström 070-7424763

## Idrott

### Fotboll för alla

För dig som vill träna och spela fotboll och ha roligt. Du kommer att spela matcher och ha möjlighet till att delta i träningsläger.

Målgrupp: Alla

Ålder: 6 år och uppåt

Plats: Viahallen

Kontaktperson: Anders

Mattsson

Telefon: 070-892 67 02

Hemsida: [www.nifen.se](http://www.nifen.se)

### Kampsport/Taido

För dig som vill träna kampsport

Ålder: Från 12 år

Tid: Torsdagar kl 18.00-19.00

Plats: Heimdalsvägen 6 c Nynäshamn

Kontaktperson: Royne

Rutström

Telefon: 070-951 45 58

## Natur och friluftsliv

### Nynäshamnns scoutkår

Här får du vara ute i skog och mark. Du får möjlighet att segla, vara med på hajk och läger.

Målgrupp: Alla

Ålder: Från 7 år och uppåt

Plats: Sandhamnsstugan,

Hamnviksvägen 9 i Nynäshamn

Kontaktperson: Åsa Lyvik

Telefon: 070-765 44 45

### Hund för alla

Hos oss får du vara tillsammans med lugna och trygga hundar. Vi träffas fem gånger med start i vår.

Målgrupp: Särskolan elever

Ålder: 6 - 21 år

Plats: Nynäshamn

Brukshundsklubb

Björsta Källa 40, Ösmo

Kontaktperson:

Anna-Karin Jaxvall

Telefon: 070-497 30 44

