

# NEPSY-LAINAAMO

# Välinelista



**PERHEKESKUS**  
Mukana elämässä.

**Nokian**  
**kaupunginkirjasto**

## Ajastinkello (iso)



Ajastin on visuaalinen kello, josta lapsi ja aikuinen pystyvät näkemään ajan kulun. Kelloon säädetty aika näyttää jäljellä olevan ajan punaisena sektorina. Ajastimen takana olevan magneetin avulla sen voi kiinnittää esimerkiksi jääkaapin oveen.

Lasten on usein vaikea hahmottaa ajankulkua. Siirtymätilanteet, kuten esim. pukeutuminen ja ulos siirtyminen, ovat monille lapsille haastavia. Kello auttaa lasta keskittymään käynnissä olevaan toimintoon ja näin ollen suoriutumaan siitä helpommin. Kellon avulla voidaan rajoittaa joitakin toimintoja mm. pelaamis- tai tv:n katsomisaikaa.

Anna lapselle alussa sen verran aikaa toiminnon suorittamiseen, että hän varmasti onnistuu. Auta lasta onnistumaan, jotta lapsen innostus säilyy. Onnistumisen kokemukset kasvattavat lapsen itsetuntoa ja omatoimisuutta.

Aluksi kelloa kannattaa käyttää vain yhteen toimintoon kerrallaan. Näin lapsen on helpompi keskittyä meneillään olevan toiminnon suorittamiseen. Aamuisin voidaan esimerkiksi säätää jokaiseen toimintoon erikseen oma aikansa, aamupalalle oma aika, sen jälkeen hampaiden pesulle ja sitten pukemiselle omansa. Vähitellen kun aamutoimet alkavat sujua, voidaan kaikille toimille säätää yksi yhteinen aika: harjoituksen tuloksena kaikki aamutoimet tulevat suoritetuiksi ennalta sovitussa ajassa kellon mukaan.

### **Puhdistus: Kostealla siivouspyyhkeellä**

**Osat:** 1 ajastinkello (16 cm x 16 cm x 5 cm) + ohjeet + säilytyskotelo

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 14,90 €

## Ajastinkello (pieni)



Ajastin on visuaalinen kello, josta lapsi ja aikuinen pystyvät näkemään ajan kulun. Kelloon säädetty aika näyttää jäljellä olevan ajan punaisena sektorina. Ajastimen takana olevan magneetin avulla sen voi kiinnittää esimerkiksi jääkaapin oveen.

Lasten on usein vaikea hahmottaa ajankulkua. Siirtymätilanteet, kuten esim. pukeutuminen ja ulos siirtyminen, ovat monille lapsille haastavia. Kello auttaa lasta keskittymään käynnissä olevaan toimintoon ja näin ollen suoriutumaan siitä helpommin. Kellon avulla voidaan rajoittaa joitakin toimintoja mm. pelaamis- tai tv:n katsomisaikaa.

Anna lapselle alussa sen verran aikaa toiminnon suorittamiseen, että hän varmasti onnistuu. Auta lasta onnistumaan, jotta lapsen innostus säilyy. Onnistumisen kokemukset kasvattavat lapsen itsetuntoa ja omatoimisuutta.

Aluksi kelloa kannattaa käyttää vain yhteen toimintoon kerrallaan. Näin lapsen on helpompi keskittyä meneillään olevan toiminnon suorittamiseen. Aamuisin voidaan esimerkiksi säätää jokaiseen toimintoon erikseen oma aikansa, aamupalalle oma aika, sen jälkeen hampaiden pesulle ja sitten pukemiselle omansa. Vähitellen kun aamutoimet alkavat sujua, voidaan kaikille toimille säätää yksi yhteinen aika: harjoituksen tuloksena kaikki aamutoimet tulevat suoritetuiksi ennalta sovitussa ajassa kellon mukaan.

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla

**Osat:** 1 ajastinkello ( 6 cm x 6 cm x 4 cm) + 1 laminoitu ohje

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 7,90 €

## Ajastinkello pahvikotelossa



Ajastin on visuaalinen kello, josta lapsi ja aikuinen pystyvät näkemään ajan kulun. Kelloon säädetty aika näyttää jäljellä olevan ajan punaisena sektorina. Ajastimen takana olevan magneetin avulla sen voi kiinnittää esimerkiksi jääkaapin oveen.

Lasten on usein vaikea hahmottaa ajankulkua. Siirtymätilanteet, kuten esim. pukeutuminen ja ulos siirtyminen, ovat monille lapsille haastavia. Kello auttaa lasta keskittymään käynnissä olevaan toimintoon ja näin ollen suoriutumaan siitä helpommin. Kellon avulla voidaan rajoittaa joitakin toimintoja mm. pelaamis- tai tv:n katsomisaikaa.

Anna lapselle alussa sen verran aikaa toiminnon suorittamiseen, että hän varmasti onnistuu. Auta lasta onnistumaan, jotta lapsen innostus säilyy. Onnistumisen kokemukset kasvattavat lapsen itsetuntoa ja omatoimisuutta.

Aluksi kelloa kannattaa käyttää vain yhteen toimintoon kerrallaan. Näin lapsen on helpompi keskittyä meneillään olevan toiminnon suorittamiseen. Aamuisin voidaan esimerkiksi säätää jokaiseen toimintoon erikseen oma aikansa, aamupalalle oma aika, sen jälkeen hampaiden pesulle ja sitten pukemiselle omansa. Vähitellen kun aamutoimet alkavat sujua, voidaan kaikille toimille säätää yksi yhteinen aika: harjoituksen tuloksena kaikki aamutoimet tulevat suoritetuiksi ennalta sovitussa ajassa kellon mukaan.

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla

**Osat:** 7 cm x 7 cm x 5 cm + säilytyskotelo

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 4,20 kpl

## Kuulosuojaimet



Kuulosuojaimia voidaan käyttää kun äänet tuntuvat lapsesta liian voimakkailta ja häiritsevät. Myös keskittymistä vaativissa tilanteissa kuulosuojaimet ovat monelle avuksi, vaikka ääniä ei juuri kuuluisikaan. Kuulosuojaimet rauhoittavat ja vähentävät äänien tuomaa ahdistusta ja kivun tunnetta korvissa.

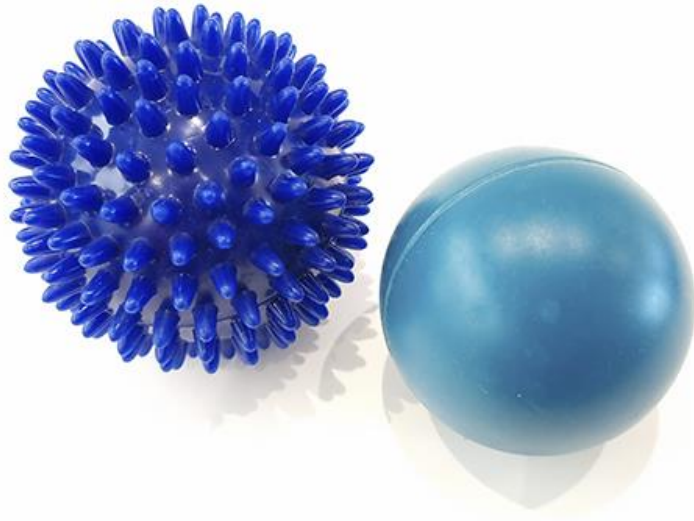
**Puhdistus:** Kostealla siivouspyyhkeellä

**Osat:** 1 kuulosuojaimet (siniset tai vaaleanpunaiset) + ohjeet + säilytyskotelo

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 9,90 €

## Terapiapallosetti



Nystyräpallo sopii keuhonhahmotusharjoituksiin, hierontaan, sormiharjoitteluun ja pintaverenkierron parantamiseen. Nystyräpallon pyörittely käsissä antaa lapselle tai nuorelle sallittua aktiivisuutta, mikäli paikallaan pysyminen on haastavaa.

**Puhdistus:** Käsinpesu astianpesuaineella

**Osat:** 1 nystyräpallo (7 cm x 7 cm x 7 cm) + 1 lacrosse-pallo (6 cm x 6 cm x 6 cm) + 2 ohjelappua + säilytyskotelo

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 9,90 €

## Tiimalasi



Tiimalasin avulla lapsen on helpompi hahmottaa ajan kulkua.

Siirtymätilanteet, kuten esim. pukeutuminen ja ulos siirtyminen, ovat monille lapsille haastavia. Tiimalasi auttaa lasta keskittymään käynnissä olevaan toimintoon ja näin ollen suoriutumaan siitä helpommin. Tiimalasin avulla voidaan rajoittaa joitakin toimintoja mm. pelaamis- tai tv:n katsomisaikaa.

Anna lapselle alussa sen verran aikaa toiminnon suorittamiseen, että hän varmasti onnistuu. Auta lasta onnistumaan, jotta lapsen innostus säilyy. Onnistumisen kokemukset kasvattavat lapsen itsetuntoa ja omatoimisuutta.

Aluksi tiimalasia kannattaa käyttää vain yhteen toimintoon kerrallaan. Näin lapsen on helpompi keskittyä meneillään olevan toiminnon suorittamiseen. Aamuisin voidaan esimerkiksi asettaa jokaiseen toimintoon erikseen oma aikansa, aamupalalle oma aika, sen jälkeen hampaiden pesulle ja sitten pukemiselle omansa. Vähitellen kun aamutoimet alkavat sujua, voidaan kaikille toimille säätää yksi yhteinen aika: harjoituksen tuloksena kaikki aamutoimet tulevat suoritetuiksi ennalta sovitussa ajassa tiimalasin mukaan.

30 s, 1 min, 3 min, 5 min ja 10 min

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla

**Osat:** 1 tiimalasi pahvikotelossa; 4 cm x 15 cm + ohjeet

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 4,90 €

## Jumppapallo (iso, 75 cm)



Pallon päällä istuminen ja keinuttelu rentouttaa ja vähentää levottomuutta. Jumppapallon päällä istuen voi keinuttelulla tai heijaamisella rauhoittaa itseään muita häiritsemättä.

Varmista, että pallo on lapselle sopivankokoinen ja että lapsi pystyy istumaan sen päällä tukevasti niin, että molemmat jalkapohjat ulottuvat kunnolla lattiaan.

On hyvä kertoa lapselle pallon käyttötarkoituksesta ja huolehtia siitä, että sitä käytetään aina aikuisen valvonnassa.

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla

**Osat:** Jumppapallo (täytettävä) ja pumppu

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 12,95 €



## Jumppapallo (pieni, 23 cm)



Pienen jumppapallon avulla voidaan tehdä motorisia ja kehonhallintaa lisääviä harjoitteita tehtävien välissä ja päivän aikana. Harjoitteet voivat rauhoittaa tai lisätä kehontuntemusta. Motorisesti aktivoivien liikkeen salliminen esimerkiksi tehtävien tai siirtymien välissä voi helpottaa keskittymistä annettuihin tehtäviin.

Pientä jumppapalloa voi käyttää esimerkiksi niin, että lapsi istuu tuolilla ja saa pallon jalkojensa alle. Jalat saavat pyöritellä palloa ja lapsi voi keskittyä annettuun tehtävään. Palloa voidaan esimerkiksi pitää molemmin käsin kiinni ja kiertää vartalon yli puolelta toiselle koskettaen pallolla lattiaa. Tämä harjoittaa muun muassa vartalon keskilinjan hahmottamista. Palloa voidaan myös kuljettaa kahdella kädellä tehden isoja ja pieniä ympyröitä ilmaan. Pallon kanssa voi kurottua mahdollisimman ylös kohti taivasta ja tämän jälkeen pallolla kurkotetaan alhaalta jalkojen välistä mahdollisimman taakse.

Palloa voidaan käyttää myös hierontaan.

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla

**Osat:** Pallo (täytetty)

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 6,90 €

## Vastuskuminauha (erittäin kevyt tai kevyt vastus)



Kiinnitä kuminauha tuolin jalkoihin. Lapsi voi työntää tiukkaa kuminauhaa jaloillaan. Liikettä voi vähentää levottomuutta ja auttaa lasta keskittymään meneillään olevaan asiaan. Liikettä hieman vastustava kuminauha tuottaa myös syvätuntoaistimusta, joka rauhoittaa keskushermostoa ja auttaa keskittymään esimerkiksi koulussa opetukseen.

Tuolin jalkojen lisäksi nauhaa voi käyttää vetovastuksena kiinnittämällä se esimerkiksi ovenkahvaan, tuolin tai sohvan jalkoihin. Proprioseptiivinen aisti, eli lihakset jänteet ja nivelet, saavat aistimusta ja se rauhoittaa hermostoa.

Nauhaa voidaan käyttää omien jalkojen ympärillä keskittymisen tukemiseen. Tämä antaa sekä syvätuntoaistimusta että proprioseptistä aistimusta. Samoin nauhan voi laittaa jalkojen alle ja käsillä vetää itseään kohti esimerkiksi istuessa. Silloin saadaan syvätuntoaistimus jaloille ja proprioseptinen aistimus käsille. Vastustuskuminauhalla voidaan tehdä näin sallittu, keskittymistä tukeva liike tai sitä voidaan käyttää kuormituksen purkuun sopivana välineenä.

Kuminauhaa tulee käyttää aina aikuisen valvonnassa ja sitä ei pidä jättää lapselle leikkiin tai ilman valvontaa, ettei lapsi pääse vahingoittamaan itseään.

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla

**Osat:** Kuminauha

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 9,90 €

## Vastuskuminauha (kevyt vastus)



Kiinnitä kuminauha tuolin jalkoihin. Lapsi voi työntää tiukkaa kuminauhaa jaloillaan. Liikehdintä voi vähentää levottomuutta ja auttaa lasta keskittymään meneillään olevaan asiaan. Liikettä hieman vastustava kuminauha tuottaa myös syvätuntoaistimusta, joka rauhoittaa keskushermostoa ja auttaa keskittymään esimerkiksi koulussa opetukseen.

Tuolin jalkojen lisäksi nauhaa voi käyttää vetovastuksena kiinnittämällä se esimerkiksi ovenkahvaan, tuolin tai sohvan jalkoihin. Proprioseptiivinen aisti, eli lihakset jänteet ja nivelet, saavat aistimusta ja se rauhoittaa hermostoa.

Nauhaa voidaan käyttää omien jalkojen ympärillä keskittymisen tukemiseen. Tämä antaa sekä syvätuntoaistimusta että proprioseptistä aistimusta. Samoin nauhan voi laittaa jalkojen alle ja käsillä vetää itseään kohti esimerkiksi istuessa. Silloin saadaan syvätuntoaistimus jaloille ja proprioseptinen aistimus käsille. Vastustuskuminauhalla voidaan tehdä näin sallittu, keskittymistä tukeva liike tai sitä voidaan käyttää kuormituksen purkuun sopivana välineenä.

Kuminauhaa tulee käyttää aina aikuisen valvonnassa ja sitä ei pidä jättää lapselle leikkiin tai ilman valvontaa, ettei lapsi pääse vahingoittamaan itseään.

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla

**Osat:** Kuminauha

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 13,95 €

## Mauri Mäyräkoira -painokoira



Mauria on helppo pitää sylissä ja sen paino rauhoittaa levotonta lasta ja alentaa korkeaa vireystilaa. Mauri sopii erityisesti sellaiselle lapselle, jolle on vaikeaa istua paikallaan tai keskittyä pöydän/pulpetin ääressä työskentelyyn, ruokailuun, päiväkodin aamupiiriin, levolle rauhoittumiseen jne.

Mauri on myös hyvä kuuntelija. Maurille voi lukea satuja samalla, kun se istuu sylissä. Mauri ei korjaa virheitä, vaan kuuntelee tarkasti. Nukkumaanmenotilanteessa Mauri antaa rauhoittavaa syvätuntoa.

Ikäsuositus: 4-vuotiaista ylöspäin.

**Huom! Painokoiraa kannetaan aina kädellä alta tukien, ei esim. päästä tai jalasta roikottaen.**

**Varoitus! Ei sovellu alle 3-vuotiaille. Paino saattaa estää lapsen verenkierron tai hengityksen. Lapsen on itse pystyttävä halutessaan siirtämään painolelu pois päältään.**

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla (tarvittaessa käsinpesu 40 asteessa, ilmoitathan henkilökunnalle mahdollisesta pesun tarpeesta)

**Osat:** Tekstiilipintainen painolelu (paino 2,3 kg)

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 34,90 €

## Puristelupallo



Tätä palloa voi puristella ja se palautuu sekunneissa takaisin täyteen mittaansa. Pallo soveltuu stressileluksi tai käden motoriikan harjoitteluun. Pallon puristelu tuo aistikokemuksen, joka voi rauhoittaa ja auttaa keskittymään omaan toimintaan tai tilanteissa, joissa on tarkoitus rauhoittua hetkeksi.

**Varoitus! Ei sovellu alle 3-vuotiaille. Tukehtumisvaara.**

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla

**Osat:** Pehmeä, muotoiltava pallo (materiaali: polyuretaanivaahdo)

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 5,00 €

## Tasapaino- tai nystyrätyyny



Tasapaino- tai nystyrätyynyä voidaan käyttää tuolin päällä, jolloin lapsi saa sallittua liikettä kehoonsa, mikä voi auttaa tarkkaavuuden ylläpitämisessä. Samalla lapsi saa nystyröistä tuntoaistimuksen.

Tyynyä voi käyttää myös jalkojen alla: jalat saavat tuntoaistimusta ja sallittua liikettä, mikä auttaa keskittymisessä.

Tyynyä voi pitää selän takana, kun istuu tuolissa, jolloin selälle tulee tuntoaistimusta. Nystyrätyyny antaa myös tukea lapselle, jos hän ei halua istua tuolin perällä.

Tyynyn päällä voi myös maata sängyllä, jolloin saadaan sallittua liikettä levossa.

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla

**Osat:** Ilmatäytteinen tasapainotyyny ja pumppu

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 12,95 €

## Fannin tunnetaitokortit



Helppo ja hauska apuväline tunnetaitojen harjoitteluun. Kortit tutustuttavat erilaisiin tunteisiin sekä vahvistavat lapsen kykyä tunnistaa ja nimetä erilaisia tunteita. Korttien avulla voi myös harjoitella tunteiden säätelyä ja ongelmanratkaisua. Kortit on tarkoitettu käytettäväksi aikuisen ja lapsen yhteisissä hetkissä ja aikuisen valvonnassa.

**Osat:** 1 korttipakka (31 kuvitettua korttia)

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 27,95 €

## Terapiamatto



Käytä mattoa makaamalla sen päällä lyhyen ajan. Voit halutessasi käyttää kehon ja maton välissä ohutta vaatekerrosta. Kasvata makuuaikaa vähitellen, kunnes kehosi on tottunut maton käyttöön.

**Huom! Ei suositella alle 16-vuotiaille, raskaana oleville eikä imettäville naisille.**

**Puhdistus:** Käsipesu

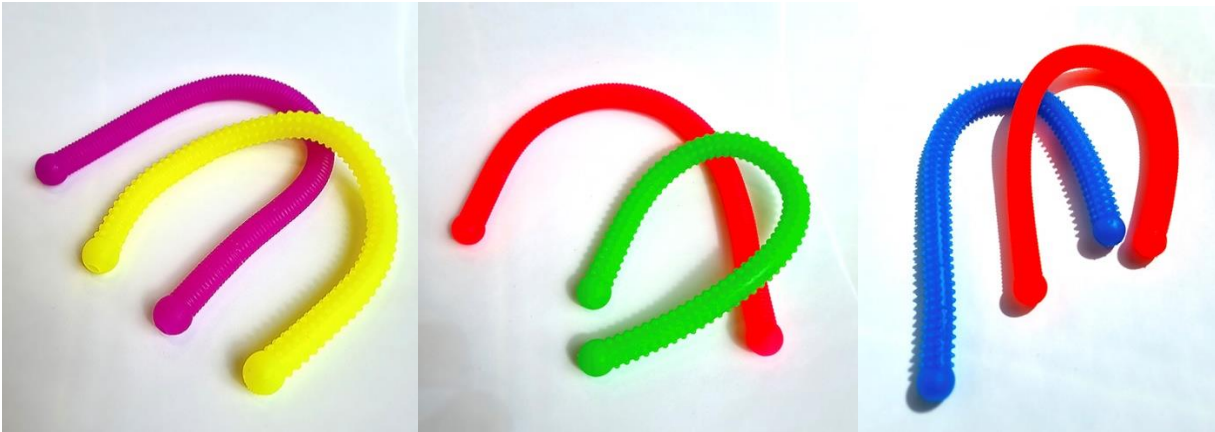
**Osat:** Terapiamatto ja kuljetuskassi

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 14,95 €



## Venyvät toukat -aistilelu



Toukkia on mukava venyttellä ja niiden erilaisia muhкуроita ja nystyjä on kiva tunnustella. Toukat tuntuvat ihanan löllöiltä ja niitä on mukava vain pidellä kädessä ja hypistellä.

Yksi venyvä toukka mahtuu helposti taskuun, reppuun, pulpettiin, penaaaliin tai voit solmia sen housunlenkkiin, jolloin sen mukaan ottaminen onnistuu hyvin ja sen käyttäminen keskittymisen apuvälineenä on helppoa.

Toukkia hypistellen on helpompaa rauhoittua. Toukkaa voidaan venyttellä silloin, kun tuntee kuormitusta tai tarvitaan jotakin hypisteltävää. Toukka voi auttaa lasta kuuntelemaan ja keskittymään paremmin, kun sormissa on jotain näppereltävää.

**Varoitus! Ei sovellu alle 3-vuotiaille. Sisältää pieniä osia. Tukehtumisvaara.**

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla

**Osat:** Kaksi toukkaa, pituus 30 cm

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 5,00 €

## Tangle Therapy -keskittymislelu



Nystyräpintaista "stressilelua" voi käännellä, väännellä ja puristella. Lelu auttaa keskittymään, kehittää hienomotoriikkaa ja vähentää stressiä.

**Varoitus! Ei sovellu alle 3-vuotiaille. Tukehtumisvaara. Sisältää pieniä osia.**

**Puhdistus:** Kostealla puhdistusliinalla

**Osat:** Keskittymislelu

**Laina-aika:** 4 viikkoa

**Korvaushinta:** 12,90 €