

OULUN KESÄ 2025

NUORILLE JA NUORILLE AIKUISILLE



Kuva: Sanna Krook / Oulun kaupunki.

Sisällys

TEKEMISTÄ OULUSSA KESÄLLÄ 2025.....	4
Tapahtumia.....	4
Byströmin Ohjaamo.....	6
Lyhytterapiaa ajanvarauksella heinäkuussa Byströmillä.....	7
Byströmin Ohjaamon kesäkuun ryhmät, retket ja tapahtumat.....	7
Puistoruokailu Byströmin Ohjaamon sisäpihalla.....	7
OuluPride-viikko Byströmillä ja Oulun kaupungin nuorisopalveluissa	7
Puistoruokailut Byströmin sisäpihalla.....	8
Byströmin taidereput	8
Kaikukortti	8
Hyvän mielen talo ja Mielipaletti.....	9
Kaveriolkkari	9
Nuorten aikuisten vertaisryhmä Hyvän mielen talolla.....	9
Retki Seikkailupuisto Huikiaan	9
Retki Rokualle	9
Tyttöjen ja Poikien talot.....	10
Tyttöjen talon yhteystiedot	10
Poikien talon yhteystiedot	10
OSAO Ovi.....	10
Nuorisotila Nurkka.....	11
Kohtaamispaikka Loko	11
D-asema.....	11
Oulun seurakunnat	12
Walk in terapiat.....	12
Näyttelyt & näytelmät	12
Nurkan Galleria.....	12

Pikigalleria	12
Pikinen poloku.....	13
Liikuntaa, ulkoilua, ulkoilmatoimintaa itsenäisesti ja välinevuokrausta maksuttomasti.....	13
Yökoris-toiminta	13
Ulkokuntosalit, kuntoradat ja -reitit, luontopolut	13
Frisbeegolf	14
Geokätköily.....	14
Skeittipuistot ja Hollihaan Pumptrack.....	14
Kesän 2025 Action toiminta 13–19-vuotiaille	14
Fitness24Sevenin maksuttomat ulkotreenit.....	15
Kesän maksuttomat qigong- ja taijitreenit	15
Lainaa liikunta- ja harrastusvälineitä maksuttomasti	15
Liikuntavälinelainaamo.....	15
Liikunta- ja harrastusvälineitä lainaan kirjastoista.....	15
Verkossa.....	16
Discord.....	16
Chat.....	16
Muut kukkaroystävälliset tapahtumat.....	16
Kulttuuritalo Valve	16
Pop Up Yoga	16
MunOulu-tapahtumakalenteri	17
Elämäni kesä 2025.....	18

TEKEMISTÄ OULUSSA KESÄLLÄ 2025

Tapahtumia

Jazzpatio Jumpru Pubin patiolla 17.6.–5.8. tiistaisin ja Taiteiden yönä torstaina 14.8.2025 klo 21.

Luvassa livemusiikkia ja hyvää tunnelmaa. Järjestämisestä vastaavat yhteistyössä Oulun musiikkijuhlat ja Jumpru Pub. Jumpru Pubin patiolla on esteetön pääsy. Lava sijaitsee pation takaosassa, jonka edustalla on korotettua patiotilaa. Jumpru Pub ei ole esteetön tila, eikä siellä ole esteetöntä wc-tilaa. Tarkempi ohjelmisto julkaistaan myöhemmin. [Lisätietoa Oulun musiikkijuhlien Facebook-sivulta.](#)

Lauantaikirpputori Mannerheimin puistossa klo 11–15. Kaikille avoin ja maksuton kirppistapahtuma joka lauantai. Voit myydä omalta pöydältä tai viltiltä (ota itse mukaasi) tai käydä vain kiertelemässä muiden myyntipisteitä. Autoa tai peräkärä ei voi tuoda puistoon. Säävaraus. [Tarkemmat kirppispäivät Mun Oulun tapahtumakalenterista.](#)

Oulussa järjestetään puistopiknikejä heinä- ja elokuussa pääasiassa Hollihaanpuistossa, keskustan alueella sekä kaupunginosissa. Piknikeillä kaupunkilaiset toteuttavat itse tapahtumien ohjelmasisältöjä, jotka liittyvät muun muassa musiikkiin, luontoon ja joogaan tapahtuman mukaan. Puistopiknikit ovat maksuttomia. [Katso tarkemmat aikataulut ja ohjelma täältä.](#)

Iltakirppis Oulun kauppatorilla keskiviikkoisin 4.6.–6.8. klo 16–20. Ahtisaaren aukiolla, Oulun Kauppatorin kupeessa järjestetään kesällä tunnelmallinen Iltakirppis keskiviikkoisin. Myyntipaikan hinta on 5–10 euroa ja se tulee varata etukäteen. [Jos olet kiinnostunut myyntipaikasta, käy varaamassa paikkaasi ja lukemassa ohjeet täältä.](#)

Viva La Kesäkatu -keikat torstaisin 26.6.–24.7. klo 16–18 Valkean Kesäkadulla. Luvassa irkkumusiikkia, pianoimprovisaatiota, karaokea, jazzia ja r'n'b:tä. [Katso tarkemmat tiedot esiintyjistä Kauppakeskus Valkean sivuilta.](#)

Lauantaina 12.7. Kierikin kiviikauden kylässä pääset pelaamaan Muinaisuuden selviytyjät -peliä. Kiviikauden kylä on kuin jättimäinen lautapeli, jolla pelaajat pääsevät etenemään suorittamalla tehtäviä kylän muinaistaitopisteillä. Liity oman kyläsi joukkoon ja kerää niin paljon tarvikkeita kuin vain suinkin pystyt. Voit pelata yksilönä tai joukkueena eli perhekuntana. [Tarkemmat tiedot Kierikin kotisivuilta.](#)

Fitness24Sevenin veloitukseton ulkotreeni Summer Tour sunnuntaina 20.7. klo 11–14 Kiikelinrannassa. Ohjelmassa ilmaisia ja kaikille avoimia ulkotreenejä, sekä pihapelejä, arvontaa ja sporttista yhdessäoloa. Ei vaadi ilmoittautumisia. Tunti 1 klo 11 alkaen Peppu-Vatsa 45 ja tunti 2 klo 12 alkaen Kehonhuolto 45. [Tapahtuman tiedot löydät myös MunOulun tapahtumakalenterista.](#)

Oulu2026 x Qstock 25.–26.7. Linnansaaressa. Oulu2026-lavalla ilmaiskeikkoja tarjoavat Lydian, Ravgon, Naike, Havut, Neon Puutarha, Seurat sekä Oulun_Keskusta. Alueelle on vapaa pääsy, ei ikärajaa. Linnansaaressa on myös ruokapalveluita, anniskelualue (K-18) ja wc:t. [Lisätietoja tapahtumasta löydät tapahtuman nettisivuilta.](#)

Lauantaina ja sunnuntaina 26.–27.7. Feel Japan - kesäfestivaali Valkean Kesäkadulla. Ohjelmassa mm. lohikäärmetaidetta, japanilaisia tanssiesityksiä, J-pop -idoliesitys ja perinteinen japanilainen kesätanssi. Ohjelmaa päälavalla lauantaina klo 12.00–14.00 ja 16.00–18.00 ja sunnuntaina klo 12.00–13.30 ja 15.00–16.30. [Tarkemmat tiedot tapahtumasta Kauppakeskus Valkean sivuilta.](#)

OuluPride-viikkoa vietetään 4.–10.8. Viikon aikana Oulussa on tarjolla monenlaisia tapahtumia! Myös perinteisestä OuluPride-kulkueesta tulee lisätietoa ennen tapahtumaa OuluPriden verkkosivuille. [OuluPride-viikon ohjelma on nyt julkaistu ja löydät sen tästä linkistä.](#) OuluPride-viikolla on tarjolla muun muassa:

- [Oulun anarkistimartat järjestävät kasvipistokkaiden vaihtoa ja minikylttipajan maanantaina 4.8. klo 18–19 Äströmin puistossa.](#) Tuo ja vie kasvien pistokkaita, kasveja tai ylimääräisiä ruukkuja. Olet tervetullut myös himmailemaan muiden kasvien ystävien kanssa. Piknikillä voit askarrella kasvillesi ikioman minikyltin. Se voi olla miniversio Pride-kyltistäsi, hauska lause tai jotain muuta, millä haluat kasvisi sinua morjennustavan arjessasi. Tapahtumassa on säävaraus.
- [Oulun Seta ry järjestää nuorten illan Pride-viikolla tiistaina 5.8. klo 18.30–21.00 D-ase-malla Tuirassa.](#) Nuorten ryhmä on suunnattu alle 30-vuotiaille, sukupuoleen ja seksuaaliseen suuntautumiseen katsomatta.
- [OuluPriden järjestämää kivienmaalaustyöpajaa](#) pääset viettämään Kulttuuritalo Valveella keskiviikkona 6.8. klo 16–20. Oulu Pride tarjoaa tarvikkeet. Kiven voit halutessasi viedä kotiin tai jättää löydettäväksi lähiympäristöön.
- **Torstaina 7.8. on tarjolla kaksi kylttityöpajaa:** [OuluPride järjestää kylttityöpajan Kulttuuritalo Valveella klo 16–20](#) ja [Oulu2026 tarjoaa kylttityöpajan Toriportti-rakennuksessa klo 15–18.](#)
- [Oulun kaupungin nuorisopalvelut järjestävät perinteisen tuunauspajan perjantaina 8.8. klo 11–16 Nuorten Bysiksellä.](#) Tule tuunaamaan avaimenperiä ja ystävärannekkeita. Myös helmitöitä ja rintanappeja mahdollista tehdä. Pientä purtavaa tarjolla!
- [Oulun kaupungin nuorisopalvelut järjestävät myös toisen perinteisen OuluPride-tapahtuman eli Pride-etkot lauantaina 9.8. klo 10–13.](#) Pride-etkoilla valmistaudut kulkueen ja puistojuhlan fiiliksiin. Voit lähteä mukaan yhteislähtöön kulkueeseen. Etkoilla pientä purtavaa, tekemistä ja glitternistit. Tule mukaan nostattamaan tunnelmaa!

Puolustusvoimien MILjazz soi Oulussa maanantaina 4.8. klo 15–22 Oulun Kauppatorilla. Kiertueen aikana musiikki soi iltakuuden iltakymmenen välillä. Kaikissa kaupungissa lavalle nousee Ilmavoimien Big Band, joka viihdyttää MILjazz-yleisöä solistinaan säkenöivä lina Salin. Lisäksi jokaisella paikkakunnalla esiintyy myös alueellisen sotilassoittokunnan kokoonpano. Kiertueen kattausta entisestään monipuolistaa kansainvälisistä soittajista koostuva NATO Jazz Orchestra. Musiikin lisäksi tapahtumassa on mahdollisuus tutustua varusmiespalvelukseen, naisten vapaaehtoiseen asepalvelukseen sekä maanpuolustusjärjestöihin. Paikalla Kainuun prikaatin kalustoesittely, jossa esillä Maavoimien nykyaikaista kalustoa. [Lisätietoa tapahtumasta löydät tästä linkistä.](#)

Byströmin Ohjaamo

Byströmin Ohjaamo palvelee sinua kesällä 6.7. saakka arkisin maanantaista torstaihin klo 9–16 ja perjantaisin klo 9–15. Kesäkuussa Byströmillä on tarjolla monenlaisia ryhmätoimintoja ja tapahtumia. Ne on listattu alapuolelle taulukkoon ja lisätietoja löydät Byströmin Ohjaamon verkkosivuilta.

Heinäkuussa Byströmin aukioloajoissa on poikkeuksia. 7.7.–1.8. Byströmin Ohjaamo on kiinni maanantaisin ja avoinna tiistaista torstaihin klo 12–16 ja perjantaisin klo 12–15.

Seuraavat palvelut Byströmin Ohjaamolla ovat kesätauolla:

Seksuaalineuvonta TAUOLLA 13.8. saakka

Työllisyyspalveluiden walk in TAUOLLA 1.8. saakka

Päihdeneuvonta TAUOLLA 30.6.–3.8.

Asumisneuvonta TAUOLLA 1.7.–3.8.

Etsivän nuorisotyön walk in TAUOLLA 3.–22.7.

Ammatinvalintapsykologin walk in TAUOLLA 7.–25.7.

Tieto- ja neuvontatyön walk in TAUOLLA 15.7.–3.8.

Voit asioida paikan päällä ilman ajanvarausta, aukioloaikojen mukaisesti, käyttää tietokoneita, kirjaston palveluita ja itsenäisen tiedonhaun materiaaleja. Byströmin Ohjaamon sähköiset palvelut ovat käytössä koko kesän osoitteessa nuortenoulu.fi/bystrominohjaamo (linkki alla), mutta yhteydenottoihin vastauksissa voi olla viivettä. Kaikki Byströmin Ohjaamon palvelut ovat aina maksuttomia. Lisätietoa löydät [Byströmin Ohjaamon sivuilta Nuortenoulu.fi:ssä.](#)

Lyhytterapiaa ajanvarauksella heinäkuussa Byströmillä

Byströmin Ohjaamossa on tarjolla käynti kerrallaan- lyhytterapian tapaamisia heinäkuussa **torstaisin 17.7., 24.7. ja 31.7. klo 12–14.45 välisenä aikana**. Käynnin kesto on 45 minuuttia. Voit tiedustella vapaita aikoja ja varata ajan soittamalla tai lähettämällä viestin Byströmin numeroon 050 599 2293.

Byströmin Ohjaamon kesäkuun ryhmät, retket ja tapahtumat

Byströmin verkkosivuilta löydät lisätietoa alla olevista toiminnoista. Toiminta on suunnattu 17–29-vuotiaille oululaisille nuorille ja nuorille aikuisille. Seuraa Byströmin Ohjaamo Instagramissa (@bystro-minohjaamo). Tiedotamme siellä tarkemmin ryhmätoiminnoista ja tapahtumista.

Puistoruokailu Byströmin Ohjaamon sisäpihalla

Milloin	Mitä	Missä	Lisätietoja
Ti-pe 1.7.–6.7. Klo 13–14	Puistoruokailu ja oheistekemistä 18–29-vuotiaille (mm. kivien maalailua, runoutta)	Byströmin sisäpiha (Hallituskatu 5)	Ei ilmoittautumista. Maksuton. Tervetuloa!
Ti-pe 7.–11.7. Klo 13–14	Puistoruokailu ja oheistekemistä 18–29-vuotiaille (mm. biljardia, helmias-karteluja)	Byströmin sisäpiha (Hallituskatu 5)	Ei ilmoittautumista. Maksuton. Tervetuloa!
Ti-pe 14.–18.7. Klo 13–14	Puistoruokailu ja oheistekemistä 18–29-vuotiaille (mm. biljardia, pelailua)	Byströmin sisäpiha (Hallituskatu 5)	Ei ilmoittautumista. Maksuton. Tervetuloa!
Ti-pe 21.–25.7. Klo 13–14	Puistoruokailu ja oheistekemistä 18–29-vuotiaille (mm. biljardia)	Byströmin sisäpiha (Hallituskatu 5)	Ei ilmoittautumista. Maksuton. Tervetuloa!
Ti-pe 28.7.–1.8. Klo 13–14	Puistoruokailu ja oheistekemistä 18–29-vuotiaille (mm. värityskuvia, biljardia)	Byströmin sisäpiha (Hallituskatu 5)	Ei ilmoittautumista. Maksuton. Tervetuloa!

OuluPride-viikko Byströmillä ja Oulun kaupungin nuorisopalveluissa

Milloin	Mitä	Missä	Ilmoittautuminen	Lisätietoja
4.-10.8.2025	OuluPride-viikko	Byström (Hallituskatu 5a) ja Nuorten työpajat (Tykistökatu 13)		

Pe 8.8. klo 11–16	Tuunaus-paja	Nuorten Bysis (Hallituskatu 5)	Ei tarvitse ilmoit- tautua, tule mu- kaan vain!	Sanna, p. 0447038246
La 9.8. klo 10–13	Etkot ja yhteislähtö kulkueeseen	Nuorten Bysis (Hallituskatu 5)		Etkoilta yhteislähtö kulkueeseen noin klo 12–12.30

Puistoruokailut Byströmin sisäpihalla

Byströmin Ohjaamolla järjestetään kesällä puistoruokailuja 18–29-vuotiaille. Puistoruokailut järjestetään Byströmin Ohjaamon sisäpihalla 1.7.–1.8. tiistaista perjantaihin klo 13–14. Puistoruokailuihin ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, **voit vain saapua paikalla oman ruoka-astian kanssa. Ota mukaasi myös ruokajuomaa.** Puistoruokailut ovat päihteettömiä tilaisuuksia. Puistoruokailun yhteydessä on luvassa myös pientä tekemistä.

Byströmin taidereput

Byströmin Ohjaamon asiakasvastaanotosta löytyy taidereppuja (3 kpl) lainattavaksi ja käytettäväksi. Repuissa on tarvikkeet monenlaiseen helposti toteutettavaan taidetekemiseen. Mukana on myös erilaisia ohjeistuksia tekemisestä. Niiden avulla voit inspiroitua taiteilemaan ja katsomaan ympäristöä erilaisesta kulmasta, jos sisäinen ideoija ja taiteilija sattuisi nukkumaan. Käy nappaamassa reppu mukaan yksin tai kavereiden kanssa ulkoillessasi.

Kaikukortti

Kaikukortilla voit hankkia maksuttomia pääsylippuja kulttuuritapahtumiin ja -paikkoihin, kuten konsertteihin, teattereihin ja museoihin. Kortilla voit myös hankkia kurssipaikkoja kansalaisopistoihin. Kaikukortti on tarkoitettu tiukassa taloudellisessa tilanteessa oleville henkilöille ja perheille, jotka ovat asiakkaana korttia jakavassa hyvinvointipalveluiden tai muun palvelun yksikössä. Kortti on henkilökohtainen ja maksuton.

Kaikukortilla voit vierailla mm. Oulun taidemuseossa, Kierikkikeskuksessa ja Turkansaaren ulkomuseossa aukioloaikojen puitteissa korttia esittämällä. [Lisätietoa, kuten mistä saat vuoden 2025 kaikukortin ja missä voit käyttää korttia.](#)

Hyvän mielen talo ja Mielipaletti

Hyvän mielen talon aukioloajat ovat 2.6.–31.8. välisenä aikana ma-ti, to-pe klo 9–15. Toiminta tapahtuu Hyvän mielen talolla (osoite Kauppurienkatu 23, 2. krs.), jos ei toisin mainita.

Alla on lisätietoa toiminnasta, joka on suunnattu 18–35-vuotiaille. [Hyvän mielen talossa toimivan Mielipaletin ajankohtaiset toiminnot löydät tästä linkistä.](#)

Kaveriolkkari

- Tunnetko yksinäisyyttä ja haluaisitko tutustua muihin nuoriin aikuisiin mukavan tekemisen äärellä? Kaveriolkkarissa voit viettää aikaa toisten kanssa, pelata video- ja lautapelejä, piirtää/maalata tai kokeilla erilaisia soittimia. Yhteistyössä Mielipaletti ja Helsingin diakonissalaitoksen Vamos. Tervetuloa mukaan lämminhenkiseen porukkaan, jossa jännitys ei haittaa!
- Kaveriolkkarit torstaisin 5.6.–28.8. välisenä aikana klo 13–15. Huom! Ei kaveriolkkaria 3.7.

Nuorten aikuisten vertaisryhmä Hyvän mielen talolla

- Tiistaisin 8.7., 22.7. ja 5.8. klo 13–14.15
 - Tiistaina 8.7. teemana Yksinäisyys/ihmissuhteet
 - Tiistaina 22.7. teemana Voimaa harrastuksista/tekemisestä
 - Tiistaina 5.8. teemana Masennus
- Ryhmässä keskustellaan mielen hyvinvointiin ja nuorten aikuisten elämään liittyvistä aiheista rennossa ja turvallisessa ilmapiirissä. Ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, voit osallistua yhdelle tai useammalle kerralle.

Retki Seikkailupuisto Huikiaan

- Tiistaina 15.7. klo 12–15
- Seikkailupuisto Huikiassa päästään yhdessä seikkailemaan korkeuksissa, eritasoisilla radoilla luonnon keskellä. Omatoiminen kulku Huikiaan, Pikkukankaantielle Raksilan kaupunginosaan.
- Mukaan sopii 13 osallistujaa. Ilmoittautuminen Janicalle p. 044 311 4140.

Retki Rokualle

- Tiistaina 19.8. klo 10–17
- Lähde mukaan viettämään mukavaa päivää hienon Rokuan kansallispuiston maisemissa! Retkellä kävellään n. parin kilometrin mittainen matka, nautitaan luonnon rauhasta sekä nuotioeväistä. Retkelle lähtevät mukaan Mielipaletin työntekijän lisäksi luontolähetä-vapaaehtoiset. Tarjoamme eväiden lisäksi myös lounaan. Retken hinta 5 euroa.

- Ilmoittaudu mukaan 5.8. mennessä Ellalle p. 044 3346 141 tai Janicalle p. 044 311 4140.

Tyttöjen ja Poikien talot

Tyttöjen talo on kiinni 19.6.–31.7. Poikien talo on kiinni 27.6–28.7.

Tyttöjen talon yhteystiedot

Tyttöjen talo sijaitsee osoitteessa Kirkkokatu 19 A 9. Sisäänkäynti on lukittu, ja ovisummeria soittamalla ohjaajat avaavat oven. Ovisummerin numero on 4. Tyttöjen talo löytyy myös Instagramista, @ouluntyttöjentalo.

Ohjaajat:

- Pauliina Manangou, puh. 0400 263 844, sähköposti pauliina.manangou(at)vuolleoulu.fi
- Mervi Makkonen, puh. 044 7261 260, sähköposti mervi.makkonen(at)vuolleoulu.fi
- Tessa Kuusikko, puh. 044 493 6949, sähköposti tessa.kuusikko(at)vuolleoulu.fi

[Tarkempaa tietoa Tyttöjen talon kesäajasta löydät tästä linkistä.](#)

Poikien talon yhteystiedot

Poikien talo sijaitsee osoitteessa Isokatu 41 A 13. Poikien talo löytyy myös instagramista, @vuollepöikientalo.

Ohjaajat:

- Joonas Koskela, puh. 050 598 8012, sähköposti joonas.koskela(at)vuolleoulu.fi
- Antti Nieminen, puh. 050 305 3396, sähköposti antti.nieminen(at)vuolleoulu.fi
- Olli-Pekka Kallunki, puh. 044 726 1265, sähköposti olli-pekka.kallunki(at)vuolleoulu.fi

[Tarkempaa tietoa Poikien talon kesäajasta löydät tästä linkistä.](#)

OSAO Ovi

Avoinna koko kesän maanantaista torstaihin 10–15 ja perjantaisin 10–14 Kotkantien kampuksella (Kotkantie 1, F-siipi, 1.kerros, sisäänkäynti ovi F2). Mahdollisuus myös etäasiointiin Teamsin välityksellä. Opinto- ja uraohjaajat ovat tavattavissa henkilökohtaisia uraohjauskeskusteluja ja hakeutumisen neuvontaa varten ajanvarauksella. [Löydät lisätietoja ja ajanvarauslinkit OSAO:n Oven verkkosivuilta.](#)

Nuorisotila Nurkka

Kauppakeskus Valkean 1. kerroksessa sijaitseva nuorisotila 13–29-vuotiaille nuorille ja nuorille aikuisille. Toiminnasta vastaa Oulun Nuorisopalvelut ja ODL. Nurkka on avoinna maanantaista torstaihin klo 15–20 ja perjantaista lauantaihin klo 15–21. Seuraa Instagramissa @valkeannurkka saadaksesi ajankohtaista tietoa teemapäivistä. Nuorisotilan yhteydessä on Nurkan Galleria, joka on tila nuorten omille näyttelyille.

Kohtaamispaikka Loko

Oulun NMKY:n kohtaamispaikka Loko on oululaisille 18–35-vuotiaille nuorille aikuisille tarkoitettu oleskelutila (Kauppurienkatu 23, 1. kerros, käynti Vaarankadun puolelta). Loko on avoinna kesällä 2.6.–17.8. maanantaisin klo 12–16 ja tiistaista torstaihin klo 15–20, paitsi Lokon ollessa suljettu 26.–30.6 välisen ajan. Perjantaina 4.7. klo 18–22 Loko ja Oulun Yökoris järjestävät yhteisen tapahtuman Lokolla. Perjantaina 18.7. Lokossa on retkipäivä, josta saat lisätietoa Lokon ohjaajilta.

Kohtaamispaikka Loko tarjoaa yhteisöllisen paikan yhdessä oloon ja vapaa-ajan toimintaan. Voit viettää aikaa juttelun, kädentaitojen, arjen touhuilun, musiikin, taiteen, pelailun, luovan toiminnan, kokkailun ja muun toiminnan parissa. Kohtaamispaikassa nuoret aikuiset pääsevät itse vaikuttamaan toiminnan suunnitteluun, sisältöön ja toteuttamiseen. Toiminta on päihtetöntä ja maksutonta. Kohtaamispaikassa noudatetaan turvallisemman tilan periaatteita. Voit seurata @loko_oulu Instagramissa, jossa tiedotetaan ajankohtaisista asioista. [Aukioloajat ja lisätietoa löydät Lokon verkkosivuilta.](#)

D-asema

D-asema (Valtatie 53, Tuira) on kaikille avoin kohtaamispaikka, jossa toimintaa suunnitellaan ja järjestetään yhdessä alueen asukkaiden kanssa.

D-asemaan saat yhteyden puhelimitse numerosta 040 4810 264. Löydät D-aseman myös Facebookista (D-asema Oulu) ja Instagramista (@dasemaoulu). [Lisätietoa D-aseman toiminnasta löydät tästä linkistä.](#)

Oulun seurakunnat

Walk in terapiat

Oulun ev.-lut. seurakunnat tarjoavat 16–29-vuotiaille maksutonta ja anonyymiä keskusteluapua ilman ajanvarausta. Walk in terapia on ratkaisukeskeistä lyhytterapiaa ”käynti kerrallaan” periaatteella. Toiminta on suunnattu nuorille ja nuorille aikuisille mielen hyvinvoinnin tueksi. Olet tervetullut keskustelemaan taustastasi ja elämäntilanteestasi riippumatta, eikä sinun tarvitse kuulua kirkkoon. Uskonnollisista aiheista puhutaan ainoastaan, jos niin toivot. Päätät keskustelunaiheet itse, ja sitä kunnioitetaan.

Kesällä 2025 walk in terapiaa on saatavilla:

- 23.7. alkaen keskiviikkoisin klo 15–18 Oulun keskustassa, Nuorten Kivijalka, Isokatu 17, 90100 Oulu (käynti sisäpihalta) .

[Lisätietoa Oulun seurakuntien kesäajan toiminnasta nuorille löydät tästä linkistä.](#)

Näyttelyt & näytelmät

Nurkan Galleria

Nurkan Galleriassa on 27.6.–2.8. välisenä aikana esillä Opri Heikkisen työt. Elokuussa 5.–30.8. esillä on Routa Salmen teoksia ja avajaisiin voit osallistua tiistaina 5.8. klo 18–19. Tervetuloa!

Nurkan galleria on nuorten omien näyttelyiden tila. Nurkan gallerian toimintaa järjestää Kulttuuritalo Valve yhteistyössä Byströmin Ohjaamon ja B-Art-nuorten kanssa.

Pikigalleria

Pikigalleria on Kulttuurikiihdyttämö ry:n ylläpitämä taidegalleria Oulun Pikisaaressa, Villatehtaan kulttuuripihapiirissä. Galleria toimii aktiivisesti paikallisen taideyhteisön keskuksena ja pyrkii edistämään taiteen ja kulttuurin saavutettavuutta ja merkitystä Oulussa. Pikigalleria on avoinna tiistaista perjantaihin klo 12–18 ja lauantaisin klo 10–16 (Pikisaarentie 15 B 1, 2. krs).

Pikigalleriassa Värinä yhteisnäyttely 3.7.-2.8.2025

Avajaiset ja Kutomon avoimet ovet lauantaina 5.7.2025 klo 12–18. Puheet ja taiteilijatapaamiset Pikigalleriassa klo 12–13. Myös työhuoneita avoinna klo 12.00 alkaen.

Pikinen polku

Ympäristötaidetta Pikisaassa 10.6.–30.9. Ympäristötaidepolku kiertee Pikisaaren rantoja ja metsiköjä. Luontoon levittäytyy kesän ajaksi neljätoista taideteosta Pikisaassa työskenteleviltä taiteilijoilta tai taiteilijaryhmiltä sekä kutsutaitelijoilta. Tervetuloa kokemaan polku kesän aikana omaan tahtiin! Teokset ovat löydettävissä polun varrelta kellon ympäri läpi koko kesän. Taidepolkualue alkaa Vanhan Villatehtaan (Pikisaarentie 17) nurkalta rantapolulta ja jatkuu Korkeasaarensillalle asti. [Löydät lisätietoa teoksista ja taiteilijoista sekä taidepolun kartan täältä.](#)

Liikuntaa, ulkoilua, ulkoilmatoimintaa itsenäisesti ja välinevuokrausta maksuttomasti

Yökoris-toiminta

Matalan kynnyksen liikuntaa nuorille ja nuorille aikuisille! Toiminta on alkanut Oulussa kesällä 2020. Yökoris pyrkii tuomaan oululaisia nuoria ja nuoria aikuisia yhteen mielekkään toiminnan ääreen. Ajan-kohtaista tiedotusta voit seurata Instagramissa @yokorisoulu. Käy tutustumassa aikatauluihin ja tule mukaan. Toiminta suunnattu pääasiassa 15–35-vuotiaille.

Koripallokentät sijaitsevat tänä kesänä Heinäpään palloiluhallin läheisyydessä Raksilan tekojään ollessa remontissa. Vuorot alkavat pyörimään aiempien kesien tapaan 5–6 kertaa viikossa Heinäpäässä. Seuraa @yokorisoulu:n Instagram-tarinoista missä pop-up pelit pyörii ja hyppää mukaan! Pop up-pelit tiistaista perjantaihin klo 17–21.

Ulkokuntosalit, kuntoradat ja -reitit, luontopolut

Kuntoradat ja -reitit toimivat kesäisin myös maastopyöräilyreitinä kävelyn, juoksun ja muun lenkkeilyn ohessa. Virpiniemen liikuntaopistolta löytyy Mobiilisuunnistusrata, [lisätietoa löydät tästä linkistä.](#) Oulun alueelta [löytyy useita luontopolkuja](#), osassa näistä on valmiina polttopuita nuotion tekoa varten. Muistathan seurata maastopalovaroituksia esimerkiksi [Ilmatieteenlaitoksen sivuilta](#), maastopalovaroituksen aikaan avotulen teko on kielletty. [Lisätietoa Oulun alueen ulkokuntosaleista ja kuntoilupor-
taista tästä linkistä.](#)

Frisbeegolf

Kiekkosetin voit lainata kahden viikon laina-ajalla kirjastoauto Kaunosta sekä Haukiputaan, Kastellin, Kaukovainion, Kellon, Kiimingin, Koskelan ja Oulunsalon kirjastosta. Myös [Oulun kaupungin liikuntavälinelainaamosta](#) voit lainata ilmaiseksi frisbeegolf-kiekkoja.

- Maksuttomat radat
 - Hiironen, 18 väylää; Honkimaan frisbeegolfrata, 18 väylää
 - Honkimaa, 21 väylää
 - Jääli, 9 väylää
 - Meri-Toppila DiscGolfPark, 18 väylää
 - Metsokankaan koulu, 3 väylää
 - Oulunsalo Peuhu DiscGolfPark, 9 väylää
 - Torpanmäki, 9 väylää
 - Virpiniemi DiscGolfPark, 18 väylää
 - Yli-li frisbeegolf, 9 väylää

[Lisätietoa Oulun frisbeegolfradoista löydät tästä linkistä.](#)

Geokätköily

Geokätköilyssä käytetään satelliittipaikannusta ja useimmista puhelimista se löytyykin. Voit käyttää myös erillistä GPS-laitetta. Voit etsiä geokätköjä yksin tai yhdessä jonkun kanssa. Jokainen geokätkö on omanlaisensa, ja voit piilottaa myös itse uusia geokätköjä. Kätköjen etsintä sekä piilotus kuuluvat jokaisenoikeuksiin. [Lisätietoa geokätköilyn aloittamisesta löydät tästä linkistä.](#)

Skeittipuistot ja Hollihaan Pumptrack

Hollihaan puistosta löytyy Oulun pumptrack, jolla voit ajaa ja temppuilla esim. BMX- tai maastopyörällä, skeittilaudalla, longboardilla, potkulaudalla tai rullaluistimilla. Radan käyttö on maksutonta ja se on avoinna vuorokauden ympäri. [Oulun alueen skeittipuistot löydät tästä linkistä.](#)

Kesän 2025 Action toiminta 13–19-vuotiaille

Linnanmaan liikuntakeskus kuntosali ke 14.30–16.00 (1.7.–30.8.)

Linnanmaan uimahalli uinti ke 15–17 (1.7.–30.8.)

Vesi-Jatulin Kuntosali ti ja to klo 15.00–17.00 11.8.–29.8.

Vesi-Jatulin uinti ti ja to klo 15.00–17.00 11.8.–29.8.

Skeittaus Oulun Rullalautailijat Ry

Action-vuoro torstaisin klo 19–21 Hovisuon skeittialueella 31.7. saakka. Orryn puolesta vuoroilla on käytettävissä 10 kpl skeittilautoja ja 7 eri kokoista kypärää.

Fitness24Sevenin maksuttomat ulkotreenit

Kaiken tasoisille liikkujille sopivia ulkotreenitunteja maanantaisin klo 17–18 Ainolanpuistossa 31.8. saakka. Vuoroviikoin tarjolla Pilates in the Park ja Yoga in the Park. Tunnit pidetään osoitteessa Ainolanpolku 1, entisen Pohjois-Pohjanmaan museon etupihalla. Mukaan tarvitset oman joogamaton sekä juomapullon.

Kesän maksuttomat qigong- ja taijitreenit

Ainolan puistossa tarjolla qigong- ja taijitreenejä 16.8 saakka kaksi kertaa viikossa. Lauantaisin klo 12-13:30 harjoitellaan qigongia ja keskiviikkoisin klo 18-19:30 treenataan taiji-painotteisesti. Puistotunnit ovat kaikille avoimet ja sopivat ensikertalaisille. Tarvitset ainoastaan mukavat, säähän soveltuvat vaatteet ja kengät kevyttä liikuntaa varten. Harjoituspaikka on Ainolan puistossa leikkipuiston ja kesäteatterin välisellä nurmikkoalueella. Myrskyllä säävaraus. Lauantain ohjatulle tunnille voi ottaa osaa myös Zoomin kautta online. Osallistumislinkki löytyy Oulun Taiji-seuran Facebook sivuilta.

Lainaa liikunta- ja harrastusvälineitä maksuttomasti

Liikuntavälinelainaamo

Oulun kaupungin liikuntavälinelainaamosta saat maksuttomasti lainattua kesäisiä välineitä liikkumiseen ja harrastuksiin. Tarjolla on muun muassa frisbeegolf-kiekkoja, monenlaisia mailoja ja palloja, potkulautoja, rullalautoja ja rullaluistimia suojavarusteineen. Liikuntavälinelainaamon löydät Kierrätyskeskus Likken tiloista Limingantullista (Jääsalontie 16–18). Lainaukset arkisin klo 10–17, palautukset Likken aukioloaikoina (myös lauantaisin). [Lisätietoa Liikuntavälinelainaamosta löydät tästä linkistä.](#)

Liikunta- ja harrastusvälineitä lainaan kirjastoista

Useat Oulun alueen kirjastot lainaavat maksuttomasti kirjastokortilla monenlaisia pelejä ja harrastusvälineitä. Kirjastoista löydät muun muassa frisbeegolfkiekkosettejä, monenlaisia pihapelejä, pöytätennis-, pesäpallo- ja padel-settejä. [Lisätietoa kirjastosta lainattavista tiloista, laitteista ja välineistä löydät tästä linkistä.](#)

Verkossa

Discord

Mielipaletin Discord – Mielipaletin Discordissa sinulla on mahdollisuus jakaa ajatuksia ja fiiliksiä toisten nuorten kanssa. Keskusteluissa käyvät myös Mielipaletin työntekijät ja vapaaehtoiset! Keskustelu on aina auki, mutta ennen kuin alat keskustelemaan, luethan ensimmäiseksi serveriämme koskevat säännöt. Tervetuloa ja mukavia juttuhetkiä! [Mielipaletin Discordiin pääset tästä linkistä.](#)

Sekasin Discord – Sekasin Discord-serveri on Mieli Suomen Mielenterveys ry:n koordinoima palvelu, jonka keskiössä ovat yhteisöllisyys ja yksinäisyyden vähentäminen. [Pääset Sekasin Discordiin tästä linkistä.](#)

Verkkonuorisotalo Loiste – Loiste on Setan järjestämä verkkonuorisotalo sateenkaarinuorille Discordissa. Loiste tarjoaa paikan 13–20-vuotiaille sateenkaarinuorille vapaamuotoiseen kohtaamiseen turvallisemmassa tilassa, jossa on aina paikalla moderaattoreita. Moderaattoreina toimivat hankkeen työntekijät, yhteistyökumppanit sekä hankkeen edetessä koulutetut vapaaehtoiset. [Lisätietoja ja ohjeet Discordiin löydät tästä linkistä.](#)

Chat

Netari.fi-sivustolla näkyy päiväkohtaisesti avoimet chatit. [Pääset chat-listaukseen tästä linkistä.](#)

Muut kukkarostävälliset tapahtumat

Kulttuuritalo Valve

[Tästä linkistä pääset Valveen tapahtumakalenteriin.](#)

[Valveen tapahtumaesitteen huhti-elokuun tapahtumista löydät tästä linkistä.](#)

Muistathan kysyä mahdollisuutta osallistua Kaiku-kortilla.

Pop Up Yoga

Pop Up Yoga Oulun perinteiset puistojoogat järjestetään 2.6.–14.8. Tunnit pidetään tutussa paikassa Pohjois-Pohjanmaan museon takana (ns. pääportista sisään Myllytullin koulun kulmalta, kävele kohti isoa ruskeaa rakennusta, edessä ankkuripatsas. Joogat pidetään talon takana, meren puolella lipputangon luona). Puistojoogat pidetään maanantaista torstaihin klo 17–18. Kaikki tunnit ovat saman hintaisia 10 €/kerta ja maksutapoina käyvät käteinen, MobilePay (numeroon 48009) sekä mobiililiikuntaedut.

Ota mukaan oma matto tai alusta. Kaikki ovat tervetulleita Pop Upin Porukkaan! [Lisätietoa tästä linkistä.](#)

MunOulu-tapahtumakalenteri

[Voit katsoa ajankohtaisia tapahtumia MunOulun tapahtumakalenterista.](#)

Tästä koonnista ja sen ylläpidosta vastaavat Byströmin Ohjaamon nuorten tieto- ja neuvontatyön ohjaajat. Saat meihin yhteyden sähköpostitse [bystrom\(at\)ouka.fi](mailto:bystrom(at)ouka.fi) tai puhelimitse 050 599 2293.

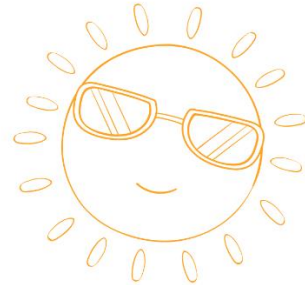
Elämäni kesä 2025

Elämäni kesä 2025

Mistä sun kesä rakentuu, mitä siihen kuuluu?

Millainen kesäihminen olet?

Mitä teet kesällä?



Sun kesäihmiset

kenen kanssa vietät aikaa?

Paras kesämuistosi?

Mitä, missä, milloin ja kenen kanssa?

Tärkeimmät asiat kesässä?

Mistä et luovu?

Omat menovinkit kesälle 2025:

- ---
- ---
- ---
- ---
- ---
- ---

„NUORTEN
OULU”