

## UUTISKIRJE nr 2/2021

### Nurmeksen järjestöjen uutiskirje

Uutiskirjeen tarkoitus on lisätä sekä järjestöjen keskinäistä että kaupungin ja järjestöjen ym. yhteistyötahojen välistä viestintää, suunnittelua ja yhteistyötä. **Uutiskirjeeseen voi lähettää aineistoa**, toiveita ja ideoita osoitteeseen [anu.huusko@nurmes.fi](mailto:anu.huusko@nurmes.fi) (aiheeksi ”Uutiskirjeeseen aineistoa”).

Uutiskirje ilmestyy kerran kuussa. Seuraava uutiskirje ilmestyy **19.3.2021**.

Edelliset uutiskirjeet voit lukea täältä: <https://www.nurmes.fi/yhdistystenuutiskirje>

### Otsikoissa (klikkaamalla otsikkoa pääset aiheeseen)

***Hyvinvointilautakunnan avustushaku avataan Miun palveluissa***

***Eka kerta? Rekisteröi yhdistys Miun palveluihin***

***Yhdistyksen viralliset allekirjoittajat tunnistautumaan***

***Käy vastaamassa kyselyyn liikuntatottumuksista***

***Tarjota kesäsomettajille kiinnostavia tapahtuma- tai käyntikohteita***

***Järjestöjen yhteinen kesätoripäivä 12.7.2021 Kauppatorilla***

***Mukaan Valtimon kesäpäivämarkkinoille!***

***ARMI-hanke tarjoaa koulutusta***

***Vapaaehtoisoulutuksen koulutussisältö***

***Who Cares- Ajankohtaiset ilmiöt asiantuntijan silmin***

***Monipalveluauton tarvetta kartoitetaan Siun sotessa***

***Uusi näyttävämpi tapahtumakalenteri järjestöjen käyttöön***

***Pohjois-Karjalan Maakuntapäivän rahoitushaku avoinna 1.3.- 23.4.***

***Meidän Pohjois-Karjala 300***

***Valmistelussa uusi toimintaryhmälaki ja muutokset yhdistyslakiin***

***Digiperustaitojen opiskeluun vinkkejä Osaamiskirjasta***

***Jellin tietopankki käytössäsi – Apua ja ohjeita järjestötoimintaan***

***Jellin uutiskirjeestä nostettua***

***Sosten uutiskirjeestä napattua***

### Hyvinvointilautakunnan avustushaku avataan Miun palveluissa

Hyvinvointilautakunnan sähköinen avustushaku alkaa ma 22.2.2021 osoitteessa <https://miunpalvelut.fi/>

Hyvinvointilautakunnan avustushaku koskee toiminta- ja kohdeavustusta. **Toiminta-avustukset** kulttuuri-työhön, liikuntaan, nuorisotyöhön, kylätoimintaan ja ennalta ehkäisevään työhön on tarkoitettu vain järjestöjen sääntömääräiseen toimintaan. Hakemuksen liitteiksi vaaditaan hyväksytyt vuosikokousasiakirjat. Hakemuksessa pyydetään perustietoja järjestön toiminnasta ja taloudesta hakijavertailua varten. **Kohdeavustus** on tarkoitettu toimintaryhmien ja yksittäisten kuntalaisten toiminnan tukemiseen. Avustusta voidaan myöntää esim. erilaisten yksittäisten yleisötapahtumien ja retkien järjestämiseen, mikäli ne on tarkoitettu muille kuin omalle jäsenistölle. Hakuaika päättyy 15.4. klo15. Mikäli yhdistyksenne tarvitsee apua sähköisen avustushakemuksen täyttöön, ottakaa yhteyttä ma. yhteisökoordinaattoriin. Kuvalliset ohjeet avustuksen hakuun löytyy [täältä](#).

## Eka kerta? Rekisteröi yhdistys Miun palveluihin

Onko yhdistyksenne hakemassa hyvinvointilautakunnan toiminta- tai kohdeavustusta ensimmäistä kertaa? Käy rekisteröimässä yhdistys Miun palveluihin <https://miunpalvelut.fi/> Ohjeet rekisteröitymiseen löytyy [täältä](#).

## Yhdistyksen viralliset allekirjoittajat tunnistautumaan

Miun palveluiden <https://miunpalvelut.fi/> kautta tapahtuva Nurmeksen hyvinvointilautakunnan avustushaku vaatii virallisten allekirjoittajien sähköisen tunnistautumisen. Avustushakua varten yhdistysten virallisten allekirjoittajien tulee käydä tunnistautumassa nettipankkitunnuksilla. Kun virallinen allekirjoittaja/allekirjoittajat on tunnistaunut, voi sen jälkeen hakea hyvinvointilautakunnan avustusta.

## Käy vastaamassa kyselyyn liikuntatottumuksista

Pohjoiskarjalaisten liikuntatottumuksia ja –aktiivisuutta selvitetään jälleen. Viimeksi vastaavanlainen kysely toteutettiin vuonna 2017 ja nyt se saa jatkoa. Liikuntakyselyssä selvitetään mm. kuntalaisten liikunta-aktiivisuutta, eniten harrastettuja liikuntamuotoja, liikunnan harrastamista lisääviä ja rajoittavia tekijöitä, urheilu-seuratoimintaan osallistuvien määrää, halua panostaa taloudellisesti liikunnan harrastamiseen. Lisäksi kuntalaisilta kysytään kehitettäviä asioita liikunnan osalta omassa kunnassa. Kyselyn täyttäminen on nopeaa ja helppoa. Vastausaikaa on 8.3. saakka ja vastaamaan pääset tästä linkistä: [maakunnallinen liikuntakysely](#) Kyselyn toteuttaa Pohjois-Karjalan Liikunta ry (Pokali) ja lisätietoja saa Tomi Pyylammelta puh. 040 773 9243, [tomi.pyylampi@pokali.fi](mailto:tomi.pyylampi@pokali.fi).

## Tarjota kesäsomettajille kiinnostavia tapahtuma- tai käyntikohteita

#NuortenNurmes hankekoordinaattori Henna Kuittiselle saa lähettää ideoita, jos yhdistyksellänne on tulossa sopivia toimintoja ja tapahtumia kesäsomettajille. Heti kesäkuusta alkaa nuorilla kesätyöt ja kesäsomettajille toivotaan kiinnostavia kohteita julkaistavaksi facebookiin ja instagramiin. Onko yhdistyksellänne juhlia, tapahtumia, upeita tapaamispaikkoja tai retkikohteita, josta olisi kiinnostava nähdä nuorekas näkökulma ja esitystapa? Ota yhteyttä [henna.kuittinen@nurmes.fi](mailto:henna.kuittinen@nurmes.fi)

## Järjestöjen yhteinen kesätoripäivä 12.7.2021 Kauppatorilla

Kokoonnuimme Teamsilla suunnittelemaan ensi kesän kesätoripäiviä ja sovimme järjestöjen yhteiseksi kesätoripäiväksi 12.7.2021. Yhteinen kesätoripäivä pidetään Kauppatorilla. Seuraava kesätori palaveri pidetään 2.3.2021 klo 17 Teamsilla. Ilmoittaudu mukaan Teams-suunnittelupalaveriin ja/tai järjestöjen yhteiselle kesätorille toriemännälle [virpi.siivola@saunalahti.fi](mailto:virpi.siivola@saunalahti.fi) tai ma. yhteisökoordinaattorille [anu.huusko@nurmes.fi](mailto:anu.huusko@nurmes.fi)

## Mukaan Valtimon kesäpäivämarkkinoille!

Valtimon kesäpäivät on kotiseututapahtuma, joka on järjestetty vuodesta 1982 lähtien (koronan takia peruttu 2020). 39. Valtimon kesäpäivät järjestetään 5.–11.7.2021. Kesäpäivämarkkinat pidetään lauantaina 10.7.2021. Valtimon LC:n kesäpäivätoimikunta kutsuu mukaan kaikille avoimiin suunnittelupalaveriin 17.3. ja 28.4.2021. Yhteyttä voi ottaa kesäpäivätoimikunnan pj. Jukka Hakkaraiseen, [jukhakka@gmail.com](mailto:jukhakka@gmail.com)

## ARMI-hanke tarjoaa koulutusta

ARMI – Arjen yhteisöllisyys mielen hyvinvoinnin tukena, on Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistyksen hallinnoima kaksivuotinen hanke, jossa myös Nurmeksen kaupunki on mukana. Hankkeen kautta saamme Nurmekseen mm. koulutusta. Nyt on mahdollista ilmoittautua Elämäntilannekriisien ja stressikuormituksen tunnistaminen ja hallinta- koulutukseen. Maksuton koulutus kestää yhteensä 8 tuntia. Koulutus järjestetään

ke 17.3. klo 17-21 ja 24.3. klo 17-21 Nurmeksessa Porokylän Ystävänpysäkillä ja Valtimon Kuntalaistentalolla. Koulutuksen tavoitteena on antaa järjestötoimijoille välineitä tunnistaa kriisejä, kuormitusta ja avun tarvetta, lisätä henkilökohtaisia stressinhallinnan taitoja sekä lisätä ongelmissa olevien ihmisten kohtaamisen ja avun piiriin ohjaamisen taitoja. Ryhmäkoko 7-9 henkilöä. Ilmoittaudu pian!

Sisällöt:

- Kriisissä olevien tunnistaminen, tukeminen ja hoitoonohjaus
- Erilaiset kriisit ja niistä selviytyminen
- Stressinhallinta ja resilienssitaitojen kehittäminen
- Ongelmien puheeksi ottaminen
- Auttamisjärjestelmän toimijat ja avun hakeminen

Ilmoittaudu ARMI-hankkeen projektipäällikkö Leena Virratvuorelle [leena.virratvuori@pksotu.fi](mailto:leena.virratvuori@pksotu.fi)

## Vapaaehtoiskoulutuksen koulutussisältö

Vapaaehtoiskoulutusta Nurmeksessa ti 20.4.klo 17:30-19. Kyseessä on maksuton peruskoulutus, joka järjestetään hybridinä, voit osallistua Porokylän Ystävänpysäkillä tai Teamsin välityksellä. Teemallisia jatkokoulutuksia lähemme toteuttamaan osallistujien kiinnostuksen mukaan. Koulutuksen sisältö: Vapaaehtoistointa tilastojen valossa, vapaaehtoistoiminnan määrittelmä ja jaottelua. Vapaaehtoistoiminnan yleisesti hyväksytyt periaatteet ja motiivit. Vapaaehtoisen oikeudet ja velvollisuudet. Vapaaehtoistoiminnan haasteita. Mietitään yhdessä, mikä sopii itselle parhaiten ja mistä saan lisää neuvoja. Kouluttajana toimii Teija Sivonen Kotikartanoyhdistykseltä. Tule mukaan! Ilmoittaudu Nurmeksessä 20.4. vapaaehtoiskoulutukseen [anu.huusko@nurmes.fi](mailto:anu.huusko@nurmes.fi)

## Who Cares- Ajankohtaiset ilmiöt asiantuntijan silmin

Kiinnostavia webinaareja keväällä 2021! Who cares-luentosarjan aloittaa psykiatri Hannu Lauerma ja rikoskomisario Marko Forss aiheena "Väkivalta, pahuus ja pahoinvointi ajassamme". Webinaarit ovat maksuttomia ja niihin löytyy linkit osoitteesta [www.whocares.fi](http://www.whocares.fi)

VÄKIVALTA, PAHUUS JA PAHOINVOINTI AJASSAMME

Vieraina psykiatri Hannu Lauerma ja rikoskomisario Marko Forss. Hannu Lauerma: Väkivallan ja syrjäytymisen taustatekijät. Marko Forss: Esitukinta- ja lastensuojeluprosessi lapsen päihde- ja rikoskierteen katkaisijana

MIELENTERVEYS JA JAKSAMINEN

Vieraina Mielenterveyden keskusliiton toiminnanjohtaja Olavi Sydänmaanlakka sekä Mieli ry:n johtava asiantuntijalääkäri Meri Larivaara

HUUMAUSAINEEET NYT

Vieraina Itä-Suomen Poliisin rikoskomisario Juha Korhonen, sosiaalityöntekijä Tuija Heimonen ja huumeiden käyttäjän äiti Anu Lipsanen

ONNELLISUUS – KANNATTAAKO ETSIÄ JA MISTÄ?

Vieraana aivotutkija Katri Saarikivi aiheella empatia, aivot ja hyvinvointi

## Monipalveluauton tarvetta kartoitetaan Siun sotessa

Monipalveluauton käyttöönottoa suunnitellaan Siun soten alueella. Tämän avulla voidaan parantaa hoidon saatavuutta ja saavutettavuutta. Alueen asukkaat voivat kertoa, mitä Siun soten palveluita monipalveluautosta olisi hyvä saada. Kyselyssä haetaan myös tietoa palveluiden tarjoamisesta järjestönäkökulmasta. Auto kaipaa myös nimen, millä se kulkee. Kyselyssä voi antaa oman nimiehdotuksensa, paras ehdotus palkitaan. Käy vastaamassa kyselyyn 15.3.2021 mennessä <https://www.siunsote.fi/-/monipalveluautoa-suunnitellaan-haja-asutusalueille?redirect=%2F>

## Uusi näyttävämpi tapahtumakalenteri järjestöjen käyttöön

Pohjois-Karjalan tapahtumakalenteri tarjotaan maksuttomana myös järjestöjen käyttöön! Kyseessä on kaikkia maakunnan asukkaita, yrityksiä ja muita yhteisöjä palveleva tapahtumien ilmoituspaikka. Samalla se toimii erinomaisena tietolähteenä maakunnan menoista matkailijoille. Palveluun rekisteröityminen ja tapahtumien ilmoittaminen on selkeää ja nopeaa. Voit lisätä tapahtumia esimerkiksi edustamasi yhdistyksen, yrityksen ja organisaation nimissä. Voit jakaa tapahtumakalenterissa julkaisemasi tapahtumat helposti somekanavissa ja syötteen avulla saat ne näkyviin myös omille verkkosivuillesi. Rekisteröidy käyttäjäksi ja luo edustamasi yhteisön profiiliin. Sen jälkeen voitkin alkaa ilmoittaa tapahtumistasi. Tapahtumakalenterin löydät osoitteesta <https://tapahtumat.pohjois-karjala.fi/fi-FI> Mikäli tarvitset opastusta tapahtumakalenterin käytöstä, ota yhteyttä [anu.huusko@nurmes.fi](mailto:anu.huusko@nurmes.fi)

## Pohjois-Karjalan Maakuntapäivän rahoitushaku avoinna 1.3.- 23.4.

Maakuntaliitto tukee Maakuntapäivän järjestelyjä edellisvuosien tapaan. Maakuntapäivän rahoitushaku on avoinna 1.3.- 23.4. Hakuohjeet- ja lomakkeet tulevat pian maakuntapaiva.fi-sivustolle. Maakuntapäivän infotilaisuus järjestetään Teams-kokouksella 1.3.2021 klo 14. Ilmoittautujat saavat kokouskutsun sähköpostilla. Tutustu ohjeisiin ja ilmoittaudu infotilaisuuteen <https://maakuntapaiva.fi/ohjeita-tekijoille/>

## Meidän Pohjois-Karjala 300

Pohjois-Karjalan 300-vuotisjuhlan kunniaksi maakuntaa kuvataan ihmisten ja tarinoiden kautta. Esillä on koko vuoden kestävä videosarja, jossa kerrotaan, kuinka huikea paikka Pohjois-Karjala on asua, tehdä töitä, opiskella ja yrittää. Nurmes on syyskuussa kuukauden kunta. Teemaa ”Yhdessä olemme enemmän!” jatketaan vuoden ajan. Mikäli sinulla on hyviä ideoita ehdotettavaksi Nurmeksen kuukauden kunta -videointiin. Ota yhteyttä johdon sihteeri Paula Karjalaiseen [paula.karjalainen@nurmes.fi](mailto:paula.karjalainen@nurmes.fi)

Maakuntapaiva.fi-sivustolla on kerrottu Pohjois-Karjalan 300-vuotisjuhlavuoden kunniaksi järjestettävistä erilaisista kampanjoista. [#hyvätö300](https://www.instagram.com/hyvatyo300) kampanja kerää hyviä tekoja. Kampanjaan voi osallistua ihan jokainen. Henkilökohtaisen osallistumisen lisäksi mukaan voi lähteä ystäväporukalla, yrityksenä, urheiluseurana tai vaikkapa yhteisönä. Kerro kuvin tai sanoin, mikä on sinun tai teidän hyvä teko – samalla voit haastaa muutkin talkoisiin! Lisää tietoa ja tapahtumia sivulla <https://maakuntapaiva.fi/>

## Valmistelussa uusi toimintaryhmälaki ja muutokset yhdistyslakiin

Työryhmä esittää uutta toimintaryhmälakia sekä muutoksia yhdistyslakiin. Tavoitteena on yhdistyksen yhdistämisen helpottamiseen, etäosallistumisen helpottamiseen yhdistyksen kokouksessa ja verkkokokouksen sallimiseen sekä jäsen- ja liittoäänestyksen sallimiseen hallituksen valinnassa liittyviä yhdistyslakimuutoksia. Työryhmän ehdotuksissa otetaan huomioon perinteistä yhdistystoimintaa kevyemmin järjestäytyneen kansalaistoiminnan tarpeet ja säädetään uutta toimintaryhmä- oikeushenkilöä koskeva laki. Työryhmän ehdotuksissa olisi helpotuksia myös pienimpien yhdistysten kirjanpitoon, talouden seurantaan ja raportointiin liittyvissä asioissa. Lisätietoa <https://valtioneuvosto.fi/-/1410853/yhteisollista-kansalaistoimintaa-halutaan-edistaa>

## Digiperustaitojen opiskeluun vinkkejä Osaamiskirjasta

Linkin takaa löytyy Osaamiskirja digitaitojen opiskeluun. Sivustolla voit selata Osaamiskirjaa tai ladata sen tietokoneellesi. Käy katsomassa InPromptu-hankkeen julkaisu <https://sites.google.com/view/inpromptu/julkaisut/osaamiskirja> Yhdistystoimijoille on keväällä 2021 mahdollisuus tilata osaamiskirjasta painettu versio.

## Jellin tietopankki käytössäsi – Apua ja ohjeita järjestötoimintaan

Jellin Apua ja ohjeita järjestötoimintaan-sivustolle on koottu eri teemojen alle monipuolinen valikoima toimijoiden oppaita, ohjeita ja työvälineitä yhdistystoiminnan tueksi. Löydät niin käytännön työvälineitä, pohjia, lomakkeita, menetelmiä sekä malleja järjestötoiminnan sekä sen kehittämisen tueksi ja avuksi. Käy tutustumassa [Apua ja ohjeita järjestötoimintaan | Jelli](#)

## Jellin uutiskirjeestä nostettua

Kuntoutussäätiön tuore julkaisu: Opas maahanmuuttotyön tueksi. Kuntoutussäätiön oppaan tarkoituksena on antaa yleiskuva kotoutumistyön toimintaympäristöstä keskeisine käsitteineen. Lisäksi oppaassa käydään läpi kotoutumista edistävän toiminnan kannalta keskeisiä asioita, jotka on hyvä ottaa huomioon toimintaa suunnitellessa. Ensisijaisesti opas on tarkoitettu kolmannen sektorin kotoutumista tukeville toimijoille, mutta sitä voivat hyödyntää myös julkisen- ja yksityisen sektorin maahanmuuttajien palveluita ja muita toimintoja suunnittelevat henkilöt. Tutustu oppaaseen [Kuntoutussäätiön verkkosivuilla](#)

Läheisyupumuksen omahoito -vertaisryhmät kevät 2021. 01.03.2021 - 02.06.2021 Vertaisryhmän järjestää Pohjois-Karjalan mielenterveysomaiset – FinFami ry. Ryhmät on tarkoitettu Sinulle, jolla on huolta läheisesi mielenterveydestä tai päihteiden käytöstä. Ryhmässä on tavoitteena oppia yhdessä huomioimaan ja kehittämään voimavaroja, joiden avulla voit ehkäistä läheisyupumusta. Kysele lisätietoa Minnalta, p. 050-564 8708 tai minna.turunen@tukitupa.fi

**Huomaathan, että Jellin uutiskirjeessä on aina paljon muutakin. Tähän on nostettu vain osa eli tilaamalla Jellin uutiskirjeen varmistat, ettei jokin teitä kiinnostava asia mene ohi! Lue lisää Jellin uutiskirjeestä ja tilaa omasi [täältä](#).**

## Sosten uutiskirjeestä napattua

Virtuaaliset järjestömessut järjestetään 2.-3.3.2021. Tilaisuuden suojelijana toimii sosiaali- ja terveysministeri Aino-Kaisa Pekonen. Osallisuutta ja hyvinvointia tukevien Virtuaalisten järjestömessujen 2.3.2021 pidettävän avaustilaisuuden ohjelma on nyt julkaistu. Käy katso ohjelma <http://www.jarjesto-messut.fi/>

Soste esittää, että hallituksen on tutkittava kansanterveyttä vahvistavan terveysveron mahdollisuudet. Terveysperusteinen verotus tukee kansanterveyttä ja asialle löytyy kannatusta kansan keskuudesta. Yli puolet suomalaisista (53 %) kannattaa siirtymistä elintarvikkeiden terveysperusteiseen verotukseen. Tutkimuksen lähteenä on Taloustutkimus 2020/11. Lue lisää [Sosten uutiskirjeestä](#)