



KELLOKAS

KOILLISMAAN JÄRJESTÖJEN PALVELU- ja ESITELEHTI

JOULUKUU 2014

Tukea, tietoa, taitoa ja työtä



MIELENTERVEYDEN TUKI KULKEE RINNALLA. sivu 6



EL:N KUUSAMON YHDISTYS TARJOAA TIETOA. sivu 6



KUUSAMON NÄYTTÄMÖ ON TÄYNNÄ TAITOA. sivu 8



ON KUUSAMO TYÖLLISTÄÄ. sivu 7



Diabetesyhdistys valistaa ja tarjoaa vertaistukea.

SIVU 4

Kierrätyskeskus Löytölä työllistää ja tuo varoja Mielenterveyden Tuki ry:lle Kuusamossa.

SIVU 4

Taide elää ja voi hyvin Kuusamossa. Siitä pitää huolen 40-vuotias Taiteilijaseura Koillinen.

SIVU 6

Reserviläiset ovat isänmaan ja veteraanien tärkeällä asialla.

SIVU 8

Yhdessä kaikki on mahdollista

JÄKE-projekti puhaltaa uutta tekemisen kulttuuria koillismaalaiseen järjestökenttään

Projektivastaavan Mairit Topin misio on yhdessä tekeminen ja usko koillismaalaisten onnistumiseen vahva.

– Yhdessä kaikki on mahdollista, sanoo alkukesästä käynnistynyttä, kolmivuotista Järjestöjen kehittämisprojektin JÄKE:ä Kuusamossa vetävä Toppi.

Projektin ideana on toteuttaa ja kehittää kokonaisvaltaisesti sektorirajat ylittävää järjestöyhteistyötä ja vapaaehtoistoimintaa Koillismaalla, lisätä kuntalaisten osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja turvallisuutta niin taajamassa kuin ympäristökylissä

sekä tukea yhdistyksiä niiden toiminnassa.

– Lähtökohtana on säilyttää jokaisen yhdistyksen itsenäisyys ja erityispiirteet. Järjestökentän vahvuus on nimenomaan sen moninaisuus, maaseudun kehittäjän erikoisammattitutkinnon suorittanut haukiputaalainen merkonomi sanoo.

Ensimmäisten projektikuukausien kokemuksella Toppi sanoo ihailevansa koillismaalaisen yhdistyskentän uutteruutta ja monipuolisuutta. Projektin on lähtenyt mukaan niin pieniä, muutaman kymmenen hengen yhdistyksiä kuin merkittäviä rahoittaja- ja työllistäjäyhdistyksiä. Tällä hetkellä projektin kolmessa tiimissä on mukana parisenkymmentä koillismaalaista järjestöä.

– Mukaan mahtuu vielä toimijoita. Erityisesti kaipaavat vaikuttavia kylätoimikuntia ja suuria joukkoja kokoavia urheiluseuroja. Uskon,

että heilläkin on annettavaa muille ja toiminnassaan vielä kehitettävää.

– Teemme työtä tiedotus- ja viestintätoimissa, koulutus- ja tapahtumatoimissa sekä kehittämistoimissa; jokainen mukana oleva yhdistys on omien tarpeittensa mukaan.

Käytännössä projektia on muassa tämä lehti, jossa yhdistykset kertovat toiminnastaan. Projektia ovat myös järjestötreffit, joista ensimmäinen on jo takana, Chance-messut tammikuussa, jossa yhdistykset esittelevät toimintaansa ja tarjoavat uusille toimijoille mahdollisuuksia tehdä monenlaista järjestötyötä.

Keväällä odottavat uusien vapaaehtoisten peruskoulutukset ja suuri, kaikille avoin järjestöfoorumi Kuusamossa. Yhdistyksille myös räätälöidään sitä koulutusta, minkä he kokevat tarpeelliseksi, projektivastaava lupaa.

Toppi alleviivaa olevansa yhdistyksen käsikassara, se työkalu, jon-



Projektivastaava Mairit Toppi auttaa koillismaalaisia yhdistyksiä ja järjestöjä näiden kehittämistyössä kolmen seuraavan vuoden ajan.

ka avulla yhdistys voi kehittää toimintaansa ja verkostoitua itselleen tarpeelliseen suuntaan. Kolmannen sektorin mahdollisuuksiin ovat Koillismaalla tarttuneet nyt myös kunnat, jotka näkevät yhdistyksissä ja järjestöissä potentiaalisen työllistäjän.

– Mutta siten, että myös yhdistykset hyötyvät yhteistyöstä.

Toppi tuli työhönsä Haukiputaal-

ta, missä koordinoi onnistuneesti vastaavanlaista projektia. Haukiputaalle virisi yhdessä tekemisen ja aikaan saamiseen henki. Samaa hän toivoo Koillismaalta.

– Onnistun, jos voi kolmen tulevan vuoden aikana saada yhdistyksissä aikaan jotakin pysyvää yhdessä tekemisen kulttuuria. Sen ei tarvitse olla suurta, mutta toisaalta voihan se sitäkin olla, hän hymyilee.

Yhteistyö on kumppanuutta

Kolmas sektori on potentiaalinen toimija, sanoo Kuusamon perusturvajohtaja Vesa Isoviita. Hän kohtasi paikkakunnan yhdistyksiä ja järjestöjä marraskuun puolivälissä järjestetyillä Järjestötreffeillä ja ehdotti yhteistyötä. Isoviidan viestin kuuli nelisenkymmentä JÄKE-projektissa mukana olevan yhdistyksen aktiivia.

– Tarvitaan uudenlaisia tapoja toimia. Esimerkiksi sosiaalisen työllistämisen ja kuntouttavan työtoiminnan kehittäminen yhdessä kolmannen sektorin kanssa on myös Kuusamon kaupunkistrategian mukaista toimintaa. Yhdistysten ja järjestöjen osuutta halutaan korostaa, perusturvajohtaja totesi.

Isoviidan mukaan järjestöt halutaan aktiivisemmin mukaan ja työl-

listäjiksi, sillä kaupunki etsii kuumeisesti säästöjä ja miettii verorahojen tehokkaampaa käyttöä.

– Siksi lähemme etsimään täysin uusia ratkaisuja puhtaalta pöydältä. Ne tarkoittavat uusia tuotteita, palveluita ja uusia markkinoita.

Innovaatio-foorumi ideoinnin avuksi

Ideoinnin pohjaksi ja niiden edelleen jalostamiseksi Kuusamossa otetaan käyttöön jo lähiviikkoina extranet-alustalla toimiva innovaatio-foorumi. Sinne kuka tahansa voi heittää ajatuksia järjestöjen uusista rooleista ja toimintamalleista tai ideoida vain yksittäisiä asioita.

– Tavoitteena on paitsi työllistää, myös tarjota yhdistyksille mahdollisuus tulonhankintaan.

Isoviidan mukaan vielä ennen joulua järjestetään avoimet ideointi-

ja suunnittelutyöpajat sekä verkossa että fyysisesti. Työtoimintapalveluiden hankinta kolmannen sektorin toimijoilta alkaa ensi vuoden alussa.

Järjestötreffeillä Isoviidan ehdotus otettiin mielenkiinnolla vastaan.

– Yhdistyksillä on tekemättömiä töitä ja käsipareja tarvitaan kaikkialla. Jos niistä voisi vielä hankkia lisää euroja toimintaan, niin mikä ettei, totesi Kuusamon Senioritanssijoita edustanut Pentti Kurvinen.

Yhdistyksiä kaivataan myös kouluissa ja toisinpäin. Kuusamon lukion rehtori Tomi Meriläinen toivoi aktiivisuutta järjestöjen ja lukion välille. – Esimerkiksi lukion soveltavan kurssin voi jatkossa korvata työskentelemällä vapaaehtoisesti järjestössä. Tätä hyötyvät molemmat osapuolet, Meriläinen korosti.

Ammattiopistolla puolestaan on valmiudet siihen, että oppilaat voisivat suorittaa ainakin osin työssäoppimisjaksojaan myös yhdistyksissä.

Työllistäminen ei maksa mitään

Yhdistysten työllistämisen esteeksi koetaan usein byrokratia ja hintavuus. TE-toimiston Reima Airisniemen mukaan näin ei kuitenkaan välttämättä ole.

– Yhdistysten on helppo työllistää palkkatuen ja työkokeilun avulla. Palkkatukea voi tietyin ehdoin saada jopa 100 prosenttia kustannuksista, jos yhdistys palkkaa yli 24 kuukautta työttömänä olleen henkilön.

Hyvästä palkkatukityökokemuksesta treffiläisille kertoi tradenomi Vesa-Matti Alavuotunki. Hän pääsi työnsyrjään kiinni Koillismaan Kuu-loyhdistyksen kautta.

– Yhdistykset ovat monelle nuorelle hyvä paikka hankkia työkokemusta. Samalla yhdistykset saavat nuorta työvoimaa, uutta tietoa ja intoa tekemiseen.

Myös kaupunki tukee yhdistyksiä

työllistämässä ja yksi vaihtoehto muiden joukossa on kuntouttava työtoiminta. Kuusamon Askel-palvelun Erja Mustaniemi ja Kirsi Kankaanpää sanoivat kaipaavansa yhdistyksiä mukaan työtilaisuuksien järjestämiseen pitkäaikaistyöttömille.

– Monenlaisia järjestöille kuuluvia tehtäviä voisi helposti siirtää osaksi kuntouttavaa työtoimintaa.

Kankaanpää ideoi treffeillä Työpankkia, johon koottaisiin tehtäviä, joita yhdistyksillä on tarjolla. Tekijöitä Askeleesta kyllä löytyy, hän vakuutti.

Myös Palveluita ja pienyrityttöä kylille -hankkeen vetäjä Pirjo Kouva kannusti yhdistyksiä työllistämään.

– Arvonlisäverotonta sosiaalipalvelua ovat esimerkiksi tukipalvelut, jotka liittyvät asumiseen. Mielestäni tässä olisi kylätoimikuntien mahdollisuus. Palveluja tarvitaan kyllä ja paljon. Myös kotityövähennys rohkaiseen niiden käyttöön.

Järjestöt mukaan nuorten messuille

Perinteiset Koillismaan keskiasteen Chance-messut ovat tänä vuonna mahdollisuus myös yhdistyksille.

Kainuun ammattiopiston Kuusamon toimipisteessä 21. tammikuuta järjestettävät opiskelu- ja työelämä-messut kokoavat yhteen oppilaitokset, työnantajat ja yhdistykset.

– Silmämme ovat avautuneet kolmannelle sektorille, myöntää messuja yhdessä matkailualan kolmannen vuoden opiskelijoiden kanssa järjestävä lehtori Ulla Koskenkorva.

– Järjestöt ja yhdistykset ovat toimijoita siinä missä yrityksetkin. Ne voivat tarjota työssäoppimispaikkoja ja mahdollistaa nuorille aivan uudenlaisen osallisuuden kokemuksen. Olemme todella innostuneita tästä yhteistyömahdollisuudesta.

Koskenkorvan mielestä kolmas sektori saattaa olla se innovatiivisuuden avain, jota on Koillismaallakin etsitty jo kauan.

– Yhteistyöstä hyötyvät molemmat osapuolet. Yhdistykset saavat nuorta voimaa ja uusia ajatuksia ja nuoret puolestaan mahdollisuuden nähdä yhteiskuntaa heille kenties vieraalta kantilta ja kokea samalla vapaaehtoistyön voimaannuttavuutta.

Järjestöt ja yhdistykset osallistuvat messuille JÄKE-projektin kautta.

Vuorovuosin Kuusamossa, Taivalkoskella ja Posiolla järjestettävät Chance-messut ovat paitsi 9.-luokkalaisten tutustumispäivä toisen asteen koulutustarjontaan, myös rekrytointitilaisuus vanhemmille oppilaille ja aikuisille toisen asteen jälkeisiin opintoihin, erilaisiin työssäoppimispaikkoihin ja kesätöihin.

Messuilla esittäytyvät kaikki Koillismaalla koulutusta tarjoavat tahot sekä edustava otos yhteistyöryhtyksiä. – Nimensä mukaisesti nämä ovat mahdollisuuksien messut, Koskenkorva korostaa.



Koillismaan Omaishoitajat ja Läheiset ry:n yksi parhaillaan käynnissä olevista projekteista on Hei, me liikutaan. Kolmivuotinen hanke päättyy tänä vuonna ja hauskaa on ollut!

Elämänlaadun puolesta

Toimimme omaishoitajien sekä heidän hoidettaviensa aseman ja elämänlaadun parantamiseksi ja tukemiseksi, kiteyttää Koillismaan Omaishoitajat ja Läheiset ry:n puheenjohtaja Saira Käsmä-Karjalainen.

Yhdistyksen tavoitteena on kehittää omaishoitajien ja heidän hoidettavien palveluja ja tukitoimia yhteistyössä muiden tahojen kanssa.

Aktiiviseen tekemiseen kuuluvat muun muassa yhdistyksen järjestämät koulutukset, luennot, virkistysmatkat sekä omaishoitajille tarjottava vertaistuki. Oleellinen osa toimintaa ovat myös edunvalvonta ja tiedottaminen.

– Toimintamme on tarkoitettu myös entisille omaishoitajille ja kannatusjäsenille. Heilläkin on mahdollisuus osallistua koko jäsenistölle tarkoitettuihin tapahtumiin.

– Raha-automaattiyhdistyksen rahoituksella on mahdollista kehit-

tää yhdistyksen toimintaa omaishoitajalähtöisesti, Käsmä-Karjalainen sanoo.

Yhdistyksen suurimpana haasteena on kuitenkin RAY:n rahoituksen määräraikaisuus.

– RAY:n rahoittamien projektien aikana toiminta on tietysti tehokkaampaa. Projektien rinnalla toimii jäsenistömme, joka tekee järjestötyötä vapaaehtoisesti.

Puheenjohtajan mukaan omaishoitajien yhdistyksessä on tilaa uusille vapaaehtoisille toimijoille, jotka ovat kiinnostuneita esimerkiksi mainonnasta, markkinoinnista ja erilaisten tapahtumien järjestämisestä sekä niiden ideoinnista.

Koillismaan Omaishoitajat ja Läheiset tekee tiivistä yhteistyötä toisten toimijoiden kanssa. Yhdessä on järjestetty erilaisia koulutuksia, virkistystä ja muita tapahtumia.

– Jos meillä olisi rahaa ja vapaaehtoisilla aikaa, niin toimintamme omaishoitajien hyväksi olisi säännöllisempää ja toimisimme tehokkaammin eri kunnissa. Olisi mah-

dollisuus kehittää erilaisia tukimuotoja omaishoitajille, myös ilman RAY:n rahoitusta, jolloin yhdistyksen toiminta olisi vakaammalla pohjalla, puheenjohtaja sanoo.

Koillismaan Omaishoitajat ja Läheiset ry

Toiminta-alue Posio, Taivalkoski ja Kuusamo. Perustettu vuonna 1998. Jäsenmäärä 176.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Saira Käsmä-Karjalainen (puh. 040 065 4227, santtu.sisko@gmail.com) tai sihteeri Mia Marsch (puh. 040 4133 670, mia.marsch@khh.fi).

www.koillismaanomaishoitajat.com

JÄKE-projekti Koillismaa

Kesto
2014-2016

Hallinnointi
Koillismaan Omaishoitajat ja Läheiset ry.

Rahoitus
Raha-automaattiyhdistys



Yhteystiedot
Koillismaan Omaishoitajat ja Läheiset ry
Keskuskuja 6, Atimotalo, 93600 Kuusamo

Mairit Toppi
JÄKE -projektin projektivastaava
[mm.toppi\(at\)gmail.com](mailto:mm.toppi(at)gmail.com)
p. 040 6538008



Jäke-projektin yhdistyslehti marraskuussa 2014. Toimitus ja taitto: Viestintätoimisto Lyygia, www.lyygia.fi Painopaikka: Suomalainen Lehtipaino, Kajaani.



Napapiirillä joulupukkia tapaamassa!

Yhdenvertaisuutta kaikille kansalaisille

Yhteiskunnallisen yhdenvertaisuuden edistäminen ja kehitysvammaisten ihmisten elämänlaadun parantaminen Kuusamossa ovat Kehitysvammaisten Tukiliiton paikallisen yhdistyksen tehtävät.

Yhdistys seuraa muuttuvaa lainsäädäntöä ja valvoo kehitysvammaisten ja heidän perheidensä oikeuksien toteutumista käytännössä, kertoo puheenjohtaja Liisa Hokkinen.

– Teemme aloitteita ja annamme lausuntoja toimialueemme viranomaisille, tukipiirille ja Kehitysvammaisten Tukiliitto ry:lle. Järjestämme leirejä, kerhoja ja jäseniltoja sekä koulutus- ja virkistystoimintaa.

– Toimimme tiiviissä yhteistyössä paikallisten ja alueellisen viran-

omaisten, järjestöjen ja sidosryhmiemme kanssa, Hokkinen sanoo.

Nuoria perheitä toivotaan mukaan

Kuten monessa muussakin yhdistyksessä, myös Kuusamon Kehitysvammaisten Tuki ry:n toimiva väki

vanhenee ja vähenee.

– Emme tavoita nuoria perheitä, myöntää puheenjohtaja.

Jos kaikki olisi mahdollista, Kehitysvammaisten Tuki järjestäisi Kuusamossa paljon retkiä ja tapahtumia sekä suosittuja jäseniltoja ilman jäsenmaksuvelvoitetta.

– Sekä terveille että vammaisille, kaikille ikään katsomatta.

Kuusamon Kehitysvammaisten Tuki ry.

Yhdistys on perustettu 29.11.1971.
Jäseniä vuonna 2014 on 142.

Ota yhteyttä:
puheenjohtaja Liisa Hokkinen
(puh. 040 7633 992, liisa.hokkinen@gmail.com)
tai sihteeri Jaana Mustonen
(puh. 045 1463 743, jaanamustonen@live.fi)

www.kuusamonkvt.com

Hengityssairaiden äänellä

Astma, keuhkohtaumatauti ja uniapnea sekä harvinaisemmat sairaudet kuten sarkoidoosi yhdistävät Kuusamon Hengitysyhdistyksen jäseniä. Kyseessä on yhdistys, jonka toimenkuvana on edistää hengitysterveyttä ja hengityssairaana hyvää elämää.

– Tuomme hengityssairaana äänen kuuluviin ja valvomme heidän etujaan, sanoo yhdistyksen puheenjohtaja Irene Suoraniemi.

Käytännössä toiminta on hengityselinsairaiden auttamista ja tukemista sekä liikuntamahdollisuuksien järjestämistä.

– Kunnan kohentaminen on tärkeää kaikille ja erityisen tärkeää se on hengityssairauksista kärsivälle.

Kuusamolaisen lajeja ovat muun muassa kuntosali, jooga ja boccia, joita harjoitellaan yhdessä viikoittaisissa ryhmissä. Lapsille yhdistys tarjoaa muun muassa ilmaista uimaopetusta, sillä uinti on todettu esimerkiksi astmaatikoiden erinomaiseksi liikuntamuodoksi.

– Haasteena on kuitenkin saada

jäsenistö nykyistä aktiivisemmin mukaan liikkumaan ja osallistumaan yhdistyksen varaamille liikuntavuoroille, Suoraniemi kertoo.

Yhdessä liikkuminen on myös parasta mahdollista vertaistukea ja erityisen helppo tapa nuorille tutustua toisiin samanlaisessa elämäntilanteessa oleviin.

– Vertaistuki on ehkä kaikkein parasta, mitä me jäsenistöllemme tarjoamme. Siitä on valtava apu.

Kuusamon Hengitysyhdistys ry.

Perustettu vuonna 1957.
Jäsenmäärä noin 280.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Irene Suoraniemi
(puh. 0400 213 824, irene.suoraniemi@gmail.com) tai varapuheenjohtaja Niilo Määttä
(puh. 040 8359 631).

www.hengitysyhdistys.fi



Kuusamon Hengitysyhdistyksen perinteistä joulujuhlaa vietettiin tänä vuonna Kansanopiston notkuvan herkkupöydän äärellä. Vieraita odottamassa Anja Määttä (vas.), Sisko Niskala, Raija Hietala, Irene Suoraniemi, Kaarlo Korva ja Taisto Määttä.

Työtä koillismaalaisen maaseudun hyväksi

Jos olisi rahaa ja kaikki valta, Koillismaan Leader rahoittaisi yhä enemmän yritysten ja yhteisöjen hankkeita. Yhdistys tekee työtä maaseudun hyväksi.

– Jalkauduttaisiin myös useammin, tiedotettaisiin paremmin ja enemmän ja järjestettäisiin nykyistä useammin tilaisuuksia, sanoo yhdistyksen toiminnanjohtaja Pirjo Jaakkonen.

Taivalkosken, Kuusamon ja Posion alueella toimivan Koillismaan Leader ry:n tarkoituksena on aktivoita ja auttaa toiminta-alueen kehittämistä kiinnostuneita ihmisiä.

– Kutsumme omaehtoiseen maaseudun kehittämistyöhön elinkeinoharjoittajia, yhteisöjä ja muita toimijoita. Haluamme edistää

alueemme henkistä ja taloudellista kehittämistä, asukkaiden hyvinvointia ja sosiaalista osallisuutta. Rahoitamme näitä tavoitteita edistäviä yritysten ja yleishyödyllisten yhdistysten hankkeita, esimerkiksi investointeja, koulutusta ja muuta kehittämistä.

Yhdistyksen toiminta on yleishyödyllistä ja voittoa tavoittelematonta. Toiminnan linjaamisessa, päätöksenteossa ja toimenpiteiden toteuttamisessa kuullaan erityisesti paikallistason toimijoita.

Yhdistyksen pulmakulma on sama kuin monella muulla: oman toiminnan kehittämiseksi jää haluttua vähemmän aikaa, koska perustyö vaatii paljon pienillä henkilöresursseilla.

– Suuri toive olisi saada myös enemmän nuoria mukaan toi-

mintaan, sanoo myös yhdistyksen toiminnanjohtajana työskentelevä Jaakkonen.

Koillismaan Leader ry.

Perustettu 1999.
Jäseniä 156.
Ota yhteyttä: puheenjohtaja Tuomo Horsma
(puh. 040 588 7065, tuomo.horsma@netti.fi) tai toiminnanjohtaja Pirjo Jaakkonen
(puh. 0400 126 778, pirjo.jaakkonen@koillismaanleader.fi)

www.koillismaanleader.fi



Koillismaan Leaderin työntekijöitä ovat toiminnanjohtaja Pirjo Jaakkonen ja hankevastaava Marja Tuomivaara.

Sydämen asialla

Työsarkaa riittää loputtomiin, tietää Kuusamon Sydänyhdistyksen puheenjohtaja Reijo Päiväniemi.

– Emme varmasti ole paikkakuntamme viimeisiä sydän- tai verisuonitautieihin sairastuneita, hän sanoo.

Sydänyhdistyksen toiminnan tarkoituksena on terveyden, sydän- ja verisuonitautien riskiryhmiin kuuluvien sekä sairastuneiden fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin lisääminen.

– Haluamme edistää kuusamolaisten terveyttä siten, että sydän- ja verisuonitaudit vähensivät. Sen lisäksi tarjoamme vertaistukea sairastuneille, riskiryhmään kuuluville sekä heidän perheilleen ja läheisilleen.

Sydänyhdistyksen toimintamuotoja ovat tiedon ja toiminnan tarjoaminen sekä edunvalvonta ja vaikuttaminen. Kerhojen, liikunnallisten tapahtumien ja luentojen lisäksi tärkeää on sosiaalinen vuorovaikutus samassa elämäntilanteessa olevien kanssa.

– Haasteena toiminnan säilyttämiseksi nykyisellään on käsiparien väheneminen. Väestö vanhenee ja

nuoret eivät ole halukkaita astumaan vetojuhaksi, Päiväniemi harmittelee.

Hän esittääkin, että paikkakunnalla toimivat yhdistykset istuisivat saman pöydän ääreen ja pohtisivat porukalla, mistä ja miten innostaa uusia toimijoita mukaan.

– Aina kun joku puhuu, asioista löytyy uusia puolia, joita voi pohdiskella porukalla ja nähdä yhteisiä ongelmia monen yhdistyksen kantilta.

Info-pisteeseen tietoa toimijoista ja taudeista

Sydänyhdistystä tarvitaan, tietää puheenjohtaja. Vakiintuneen toiminnan rinnalle hän olisi halukas perustaman kunnallisen info-pisteen, jossa olisi tarjolla tietoutta sydän- ja muista sairauksista sekä erilaisista yhdistyksistä ja näiden toimintatavoista.

– Myös vertaistukea tarvittaisiin lisää. Haluaisimme jalkautua enemmän kentälle ja sairastuneiden luokse vaihtamaan kokemuksia ja kulumisia. Tämä työ ei tekemällä lopu, käyläläinen sanoo.

Kuusamon Sydänyhdistys ry

Perustettu vuonna 1974.
Jäsenmäärä noin 330.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Reijo Päiväniemi
(puh. 0400 805 027, repe_54kayla@hotmail.com).

Valokamman ja uvb-laitteen avulla

Harvalla yhdistyksellä on oma valokampa ja uvb-valolaite, saati useampia ja vielä terveyskeskuksiin sijoitettuna. Koillismaan Psoriasisyhdistyksellä selaiset on.

Yhdistys vuokraa valohoitolaitteita kaikille, joilla on lääkärin lähete näihin hoitoihin. Valohoitoa saa myös Kuusamon ja Taivalkosken terveyskeskuksissa, joiden käytössä on yhdistyksen laitteet.

Kuusamossa, Taivalkoskella, Posiolla ja Pudasjärvellä toimivan yhdistyksen haasteena on laaja toiminta-alue sekä toiminnan varsinainen kohde eli ihosairaus psoriasis.

– Psoriasis ei ole sairautena mikään helpoin ja sen ”julkistamista” ehkä kartetaan. Toisaalta vertaistuki olisi todella tärkeää varsinkin diagnoosinnan jälkeen, sanoo yhdistyksen sihteeri Maijakaisa Niemi.

Vertaistuen, tiedottamisen ja jäsenpalvelujen rinnalla psoriasisyhdistys haluaa edistää jäsenistönsä terveyttä ja hyvinvointia sekä tehdä tunnetuksi sairautta ja ennen kaikkea nivelpsoriasista.

Toiminnan ylläpitämisen ja kehittämisen haasteita ovat myös euroa. Niemen mukana yhdistyksen budjetti on hyvin pieni ja aktiivisia toimijoita vähän.

Jos rahaa olisi, Koillismaan Psoriasisyhdistyksen toimintaan kuuluisi lukuisia yleisluentoja, joissa asiantuntijoina olisivat ihotauti- ja reumalääkärit.

– Olisi mukava järjestää myös virkistystoimintaa kuten pikkujouluja ja erilaisia retkiä. Yhdessä oleminen ja yhdessä tekeminen on kuitenkin kaikkein mukavinta yhdistystoiminnassa, Niemi sanoo.

Koillismaan Psoriasisyhdistys ry

Perustettu vuonna 2006.
Jäsenmäärä on 39.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Marja-Terttu Rintelä (puh. 040 722 1229) tai sihteeri Maijakaisa Niemi (maijakaisa.niemi@hotmail.com)



Kuusamon Senioritanssijoiden vuoden kohokohta ovat toukokuussa järjestettävät Atimot. Kansainväliseen senioritanssitapahtumaan kokoontuu vuosittain jopa 400 seniori-ikäistä tanssijaa neljäksi päiväksi tanssimaan, oppimaan uutta ja nauttimaan yhdessäolosta.

Yhdessä tekemisen iloa ja senioritanssin riemua

Senioritanssi on parhaimmillaan yhdessä tekemisen iloa ja riemua, sanoo Kuusamon Senioritanssijoiden puheenjohtaja Pentti Kurvinen.

Vuodesta 2001 paikkakunnalla toiminut yhdistys on juurruttanut senioritanssin Kuusamoon ja sen oheen vuosittaisen, kansainväliseksi kasvaneen Atimo-senioritanssitapahtuman. Toukokuussa 2015 tapahtuma järjestetään jo 15. kerran.

Kuusamolaisien innoittamana senioritanssi on levinnyt laajalle pohjoiseen ja etelään. Oppia on haettu muun muassa Kemijärveltä, Sallasta ja Jämsästä ja kuusamolaiset ovat sitä mielellään antaneet.

– Mitä enemmän meitä on, sen enemmän me kaikki tästä harrastuksesta saamme, sanoo Kurvinen.

Kuusamossa neljä ryhmää

– Tänä talvena meillä on neljä senioritanssiryhmää, jotka harjoittelevat yhteistyössä Kuusamo-opiston kanssa. Haluamme tarjota monipuolista liikuntamuotoa mahdollisimman monelle eli uusia ryhmiä perustetaan aina tarvittaessa, kertoo Kurvinen.

Yhdistys myös kouluttaa: niin uusia senioritanssiohjaajia kuin jo toimiviakin ja houkuttelee uusia tanssijoita riveihinsä.

– Esiinnyimme eri tapahtumissa, järjestämme keväisin Senioritanssi tutuksi -toritapahtuman ja

kokoonnumme säännöllisesti senioritansseihin Hotkuun yhdessä Harmonikkakerhon kanssa, listaa puheenjohtaja.

Kuusamon Senioritanssijoiden toimintaa on myös Atimoristeily. Ideana on kerätä senioritanssijoita ympäri Suomen mukaan tanssivaan laivaan ja tanssia Tukholmassa paikallisten senioritanssijoiden kanssa. Tänä vuonna matkaan lähdettiin neljällä linja-autolla.

Senioritanssi sopii kaikille

Senioritanssin salaisuus on siinä, että se mahdollistaa liikkumisen ilon mahdollisimman monelle jokaisen henkilökohtaisten edellytysten ja tarpeitten mukaan. Sitä voi tanssia joko seisten tai istuen.

– Senioritanssi ylläpitää sekä fyysisiä että henkistä hyvinvointia. Sitä paitsi se on hauskaa, Kurvinen kiteyttää.

Kuusamon Senioritanssijat on kasvanut nopeasti lähes sadan ihmisen yhdistykseksi, jossa tekemistä riittää. Kurvisen mukaan

mahdollisuuksia olisi valtavan paljon, mutta vapaaehtoistyönä toimivalla järjestöllä resurssit eivät riitä vastata kaikkeen tarpeeseen.

– Työt kaatuvat helposti yksien henkilöiden tehtäväksi. Pitäisi saada lisää aktiivisia toimijoita, jotta voisimme laajentaa senioritanssiharrastusta Kuusamossa ja mahdollistaa osallistuminen myös kaikille vanhustyön palvelujen piirissä oleville heidän ehdoillaan. Ikääntyminen ei saa olla harrastamisen este.

Kansalaistoiminnalle oma koordinaattori

Puheenjohtaja Pentti Kurvisen mielestä Kuusamossa olisi tarvetta kansalaistoiminnan koordinaattorin viralle.

– Se helpottaisi kaikkien yhdistysten tekemistä, tekisi harrastamisesta ja toimimisesta näkyvämpää ja tiivistäisi yhteistyötä kaupungin kanssa. Kuusamossa tehdään paljon hyvää, mutta usein siten, että muut eivät tiedä siitä mitään, hän sanoo.

Kuusamon Senioritanssijat ry.

Perustettu vuonna 2001.
Jäseniä vajaa sata.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Pentti Kurvinen (puh. 0400 202 121 tai pentti@ayskari.fi)

www.senioritanssijat.fi

Taide elää ja voi hyvin

Taideharrastus elää ja voi hyvin Kuusamossa. Taiteilijaseura Koillinen on tehnyt jo 40 vuotta työtä koillismaalaisten taiteilijoiden työn tukemiseksi ja taideharrastuksen kehittämiseksi alueellaan.

– Viime kädessä tarkoituksemme on koota erilaiset kuvataiteen tekijät yhteistoimintaan ja tarjota heille kiinnostavia sisältöjä ja tapahtumia, kertoo yhdistyksen sihteeri Suoma Yli-Suvanto.

Taiteilijaseura järjestää myös laadukasta näyttelytoimintaa sekä vuorovaikutteisia, poikkitaiteellisia kulttuuritapahtumia.

– Yhteistyötahoille tarjoamme paikallisuutta tukevia yhteisötaidekursseja ja -työpajoja.

Noin 40 kuvataiteilijaa kattavan yhdistyksen haaveissa olisi pysy-

vän näyttelytilan perustaminen, jotta ryhmä- ja yhteisnäyttelyitä voitaisiin järjestää enemmän niin alueellisesti kuin valtakunnallisestikin.

– Taiteentekijät tarvitsevat näyttelymahdollisuuksia, se on keskeistä heidän työssään. Myös koulutus ja kuvataiteen eri kehityssuuntien esillä pitäminen on keskeistä toiminnassamme, yhdistyksen sihteeri sanoo.

Lisää viestintää ja verkostoitumisesta

Yhdistyksen lähiaikojen tavoitteena on kehittää sisäistä ja ulkoista tiedottamista yksinkertaistamalla nettisivujen päivittämistä ja monipuolistamalla kanavia.

Kuvataidetta ei tehdä Koillismaalla umpiossa, siksi verkostoituminen maakunnan ja valtakunnan taide-

yhteisöjen ja -laitosten kanssa on Yli-Suvannon mukaan tärkeää.

– Haasteena meilläkin ovat toimintaa edistävien resurssien vähäisyys eli henkilöstön, rahoitusmahdollisuuksien ja tilojen niukkuus. Myös pitkät välimatkat tuovat lisää kustannuksia ja vaativat aikaa, hän sanoo.

Taiteilijaseura Koillinen ry.

Perustettu 1974.
Jäsenmäärä 40.

Ota yhteyttä:
sihteeri Suoma Yli-Suvanto
(puh. 040 5433 834, suoma.ylisuvanto@gmail.com).

www.taiteilijaseurakoillinen.fi



Taiteilijaseura Koillisen 40-vuotisjuhlanäyttelyn avajaisissa puheenjohtaja Lea Iso-Möttönen (oik.) ja sihteeri Suoma Yli-Suvanto.



Kesäisin merkittävä osa kasvisravintola Karpalon raaka-aineista saadaan omalta puutarhapalstalta. Pappilan pelloilla kasvaa muun muassa retiisejä, salaattia, porkkanoita, herneitä, yrttejä ja punajuuria.

Karpalosta maailman paras ruokapaikka

ETRA on lyhenne sanoista elämäntavat raittiiksi. Kuusamon Etra ry on siis raittiusjärjestö ja osa valtakunnallista ETRA-liittoa. Näkyvintä toimintaa Kuusamossa on Kitkantiellä sijaitseva Kasvisravintola Karpalo ja sitä tukeva Karpalo-Kirppis saman tien varrella.

– Haluamme parantaa ihmisen kokonaisvaltaista elämänlaatua tarjoamalla terveellistä kasvisruokaa Kasvisravintola Karpalossa ja pitämällä Terveysprojekti Karpalo -kursseja ja kasvisruokakursseja sekä Karpalo-Team -kursseja, kiteyttää toiminnan yhdistyksen puheenjohtaja Paa-

vo Hautala.

Yhdistyksen yksinkertaisena tavoitteena on tehdä Karpalosta maailman paras ruokapaikka!

– Ravintola Karpalon tueksi haluaisimme perustaa Kuusamoon ympärivuotisen luomukasvihuoneen, jonka lämmitys toimisi maalämmöllä. Tilakin olisi tiedossa, mutta kustannukset ovat kovat. Hintapyyntö maatilasta on noin 80.000 euroa.

Liikuntakasvatusta ja luomutuotteita

Hautalan suunnitelmassa on myös liikuntakasvatuksen ja luomutuotemyynnin kehittäminen paikkakunnalla.

– Karpalon asiakkaiden käyttöön voisi hankkia polkupyöriä ja nimetä nämä värikkäät kulkuneuvot Karppiksiksi. Karpalon yhteyteen sopisi erinomaisesti myös kauppa, joka möisi vain luomutuotteita.

Ihmisten tavoittaminen aiempaa vaikeampaa

Jos mahdollisuuksia olisi määrättömästi, kutsuttaisiin ETRA:n toimesta Karpaloon kuukausittain terveysalan asiantuntijoita luennoimaan terveysasioista.

– Ja jos vielä saataisiin kehitettyä Karpalosta a la carte -ravintola ja sen eteläiselle sivulle kesäravintola,

niin olisipa hienoa, haaveilee puheenjohtaja Paavo Hautala.

Toiveiden tukkeena on mikäs muu kuin raha – siis sen puute.

– Myös vapaaehtoisten työnteki-

jöiden rekrytoiminen on vaikeaa. Ylipäänsä ihmisten tavoittaminen on vuosi vuodelta haastavampaa. Mutta uskon, että asiat järjestyvät, jos ne on niin tarkoitettu.

Kuusamon ETRA ry

Perustettu 1.12.2008, hyväksytty yhdistysrekisteriin 27.2.2009.
Jäsenmäärä 64.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja: Paavo Hautala
(puh. 040 8474 582, paavo.hautala@pp1.inet.fi)

www.terveysprojektikarpalo.fi
www.kasvisravintolakarpalo.fi
etra.adventist.fi



Diabetesliiton vertaistukihenkilöt tapasivat toisiaan syksyllä Rokualla. Kuva Miika Rautiainen.

Vertaistukea diabeetikoille

– Tärkeimmät tehtävämme ovat vertaistuen antaminen, virkistystapahtumien järjestäminen sekä tiedottaminen koulutuksista ja teemapäivistä, kiteyttää Koillismaan Diabetesyhdistyksen puheenjohtaja Ulla Koskenkorva.

Koillismaan Diabetesyhdistys on yksi Suomen Diabetesliiton 106 paikallisesta yhdistyksestä. Kaikki henkilöjäsenet ovat Diabetesliiton jäseniä yhdistysten kautta.

Kuusamossa toiminnan keskiössä on kerran kuukaudessa Atimotalolla kokoontuva Atimokerho.

Sen lisäksi diabetesyhdistyksen jäsenet tapaavat toisiaan yhteisessä pilkki- ja ulkoilupäivässä huhtikuussa. Kesäisin kulttuuriretkeillä lähikuntien kesäteatteriesityksiin tai lähikaupunkeihin. Diabetesyhdistys on myös tuttu näky Ikämessuille ja muissa järjestöjen yhteisissä tapahtumissa.

Puheenjohtaja Ulla Koskenkorvan mukaan tulevan vuoden suunnitelmissa ovat yhdistyksen omat nettisivut, jotka tehostaisivat tiedonkulkua.

– Toisaalta jäsenistä suuri osa on seniori-ikäisiä, joita emme tavoita sähköisesti, vaan jäsenkirje ja diabeteshoitajan ilmoitustaulun ilmoittelu on edelleen paikallaan, hän sanoo.

Ykkös- tai kakkostyyppijä

Diabeetikot voivat olla joko ykkös- tai kakkostyyppijä. Ykköstyyppi edustaa yleensä nuorisostaan diabetesta ja kakkostyyppi aikuisiän diabetesta. Koskenkorvan



»Maailman diabetespäivää vietetään kaikkialla maailmassa 14.11. Tämän vuoden teemana on **Tunnetko tämän tyyppin? Raskausdiabetes.**

mukaan suuri haaste on saada lapset ja nuoret mukaan toimintaan, sillä vertaistuki on erityisen tärkeää heille.

Diabetes haastaa yleensä koko perheen ja siksi Koskenkorvan haaveissa olisi perhekerho, jossa tavata toisia samassa elämäntilanteessa olevia. Seniorit puolestaan kaipaavat lenkkikavereita.

– Lukupiirikin olisi aivan ihana asia, hän haaveilee. Kenties sellainen voisi toteuttaa yhdessä jonkun toisen yhdistyksen kanssa, sillä kuten puheenjohtaja sanoo, ”jos olisi aikaa ja rahaa, niin toimisimme vielä enemmän yhteistyössä muiden järjestöjen kanssa.”

Koillismaan Diabetesyhdistys ry

Perustettu 8.2.1976.
Yhdistyksen jäsenmäärä on 230 jäsentä.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Ulla Koskenkorva (puh. 040 732 4442, ulla.koskenkorva@kao.fi) tai sihteeri Sirkka Kokko (puh. 0400 641 081).



Hyvän mielen edistäjä

Kuusamon Mielenterveyden Tuki ry on paikkakuntansa hyvän mielen edistäjä. Sen tehtävänä on muistuttaa mielenterveydestä, kehittää mielenterveyspalvelujen saatavuutta, laatua ja tasoa sekä tehdä ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä.

– Toiminnan perustana on vertaistuki ja kokemusasiantuntijuus sekä vapaaehtoisuus, sanoo yhdistyksen toiminnanjohtaja Kaija Polo.

Mielenterveyden Tuki haluaa vaikuttaa Kuusamossa voimallisesti mielenterveyskuntoutujien aseman parantamiseen ja asenneilmastoon. Toimenkuvaan kuuluu myös edunvalvonta.

– Tavoitteenamme on yhdistää ja aktivoida mielenterveyskuntoutujia ja heidän läheisiään, sekä vaikuttaa palvelujen saatavuuteen.

Yhdistyksen arkea on mielenkiintoinen, toimintakykyä ylläpitävä ja voimavarojen mukaan mielekäs tekeminen ja työ kuntoutujille, vertaistoiminta ja tukiverkosto. Myös jäsenistön virkistäytyminen sekä vapaa-ajanviettomahdollisuuksien tarjoaminen ovat osa tekemistä.

Samalla viivalle muiden sairauksien kanssa

Kaiken ytimessä on toiminnanjohtaja Polon mukaan näkemys siitä, että mielen sairaudet ja mielenterveysongelmat on saatava samalle viivalle muiden sairauksien kanssa. Tarvitaan asennekasvatusta mielenterveysasioissa, jotta yhdenvertainen asema yhteiskunnassa olisi mahdollinen, hän sanoo.

– Me haluamme tarjota mielenterveyskuntoutujille sisältöä elämään, tietoa, ohjausta ja parempia mahdollisuuksia selvittää jokapäiväisestä elämästä. Myös mielenterveyskuntoutuvat tarvitsevat uusia kokemuksia ja elämyksiä. Meillä kaikilla on tarve itsensä toteuttamiseen ja kokemusten vaihtoon. Tunne, että



Muikut talteen: kaloja päästelemässä Jouko, Roosa, Urpo ja Armas.

ei ole yksin asioidensa kanssa, kantaa pitkälle.

Yhdistyksen suurin haaste on rahoituksen turvaaminen. Polon mukaan myös toimintaan myönteisesti suhtautuvien henkilöiden pysyminen toiminnassa ja uusien mukaan saaminen on tärkeää.

– Vertaisohjaajien osaamisen kehittäminen ja työn tukeminen on ehdottoman tärkeää, mutta haastavaa.

Toiminnanjohtaja Kaija Polo viisioissa Kuusamon Mielenterveyden Tuki ry edustaa monipuolisesti eri elämänvaiheita ja -aloja.

– Tarjoamme mielenkiintoista, toimintakykyä ylläpitävää vertais-

ja viriketoimintaa, johon on helppo osallistua. Jos voisin vaikuttaa, mukana toiminnassa olisi nykyistä paljon enemmän auttavaisia vapaaehtoistyöntekijöitä ja tukijoita sekä tukihenkilöitä.

”Minusta välitetään ja minä välitän”

Mielenterveyden Tuen suojissa toimii myös ANNUT-projekti. Sen kohderyhmänä ovat 15–25-vuotiaat elämäntilanteensa tukea tarvitsevat, opintonsa keskeyttäneet, työttömät, opintopaikkaa ilman jääneet nuoret ja nuoret aikuiset.

Kuusamon Mielenterveyden Tuki ry.

Rekisteröitynyt yhdistykseksi vuonna 1976.
Jäsenmäärä tänä vuonna 250.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Tarmo Raatikainen (puh. 041 5483 605, tarmo.raatikainen@kuusamo.fi) tai sihteeri/toiminnanjohtaja Kaija Polo (puh. 040 7220 363, kaija.polo@hyvanmielentukea.fi).
www.hyvanmielentukea.fi

Eläkettä nauttivien etujen ajaja

Jäsenmäärältään yksi Kuusamon suurimmista kolmannen sektorin toimijoista on Eläkeliiton Kuusamon yhdistys.

Lähes 600 jäsenen voimalla se valvoo jäsentensä etuja: pyrkii parantamaan eläkkeen saajien sosiaalista asemaa sekä ylläpitämään näiden henkistä ja fyysistä kuntoa.

Oleellista toiminnassa on myös virkistys-, loma- ja kulttuuripalvelujen järjestäminen jäsenistölle, sanoo yhdistyksen puheenjohtaja Kauko Määttä.

– Osallistumme myös Kuusamon vanhuspalveluneuvoston toimintaan ja teemme aloitteita

eläkeläisten aseman ja palvelun turvaamiseksi.

Eläkeliiton tavoitteena on ”ansaittua eläkettä nauttivien kuntalaisten kokonaisvaltainen elinmahdollisuuksien ylläpitäminen omassa kotikunnassa”.

– Suurimpana haasteena on saada mukaan toimintaan aktiivisia toimihenkilöitä henkilöitä. Eläkeläisillä ovat eläkeläisten kiireet, hymyilee puheenjohtaja Määttä.

Yhdistyksen tarjoamat liikuntamahdollisuudet sekä virkistystoiminta ja kotimaan matkat kiinnostavat jäsenistöä. Matkoille riittää lähtijöitä ja niitä järjestetään niin paljon kuin resurssit antavat myötä.

Eläkeliiton Kuusamon yhdistys ry.

Perustettu vuonna 1971.
Jäseniä 584.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Kauko Määttä (puh. 050 400 8136, maatta.kau1@gmail.com) tai sihteeri Ritva Karkama (puh. 0400 617 934).



Kuusamon Taitokeskuksessa onnistuu muun muassa matonkudonta. Kirjaston alakerrassa sijaitsevilla tiloilla on useita erikokoisia kangaspuita.

Käsityötaito ei kysy ikää

Käsillä tekeminen tuottaa hyvää mieltä ja antaa onnistumisen kokemuksia - haluamme auttaa ja innostaa kuusamolaisia löytämään oman tapansa tehdä käsitöitä, sanoo Kuusamon Taitokeskuksen käsityöneuvoja Liisa Hämäläinen.

Hän työskentelee Taito Pohjois-Pohjanmaa ry:n palveluksessa Kuusamossa yhdessä käsityöneuvoja Aija Jaakkolan kanssa.

- Käsityö ei katso ikää. Ei tarvitse olla mummo, jotta voi osallistua virkkaus- tai neulomiskurssille oppiakseen kantapään teon.

Haasteena ovat nuoret

Hämäläisen mukaan Taitokeskuksen haasteena ovat nuoret, joka eivät uskalla tulla käsitöiden pariin.

Taito Pohjois-Pohjanmaa onkin järjestänyt kuluvaan vuoden Kuusamossa taajaman ulkopuolella sijaitseissa kouluissa käsityökerhoja. Myönteisesti ry:n rahoituksen turvin.

- Puolivillaista käsityöperinnettä -hanke on osoittanut, että innokkaat lapset ja nuoret ovat perinteen säilyttämisen voimavara. Jotta perheen taloudellisesta tilanteesta riippumatta halukkailla lapsilla olisi mahdollisuus osallistua käsityökerhoihin, tarvittaisiin hankke- tai muuta rahoitusta materiaaleihin ja matkakustannuksiin myös vastaisuudessa.

Yhdistyksen ja Kuusamon Taito-

keskuksen varsinaista toimintaa on käsityöneuvonta ja kudonta, erilaisten kädentaitokurssien suunnittelu ja ohjaus, käsityömatkojen järjestäminen ja materiaalin myynti. Toiminta on avointa kaikille kuusamolaisille eikä osallistuminen edellytä yhdistyksen jäsenyyttä.

- Kouluajan negatiivisia käsityökokemuksia ei kannata märehdyä - kurssilla tehtävät työt pystyy jokainen aikuinen tekemään, hän sanoo.

- Nykyajan kiireisille ihmisille järjestämme kurssia, jotka kestävät 2-4 tuntia, joten pitkäaikaista sitoutumista ei vaadita, jotta pääsee jälleen käsitöiden tekemisen ihanaan maailmaan.

- Taitokeskuksessa on erikokoisia kangaspuita, joilla voi kutoa kaikenlaisia kodin tekstiilejä. Ei haittaa, vaikka aiemmin osaisikaan kutoa, sillä jokainen tekijä opastetaan henkilökohtaisesti työn alkuun, Hämäläinen rohkaisee.

Kurssitilassa valmistetaan myös esimerkiksi lampunvarjostimia ja koruja sekä juhlapyyhiin liittyviä koristeita. Tilauksesta tehdään myös mattoja, seinätekstiilejä ja erilaisia kodintekstiilejä.

Perusopetuksesta neuvontajärjestöksi

Taito Pohjois-Pohjanmaan ja myös Kuusamon Taitokeskuksen syntysanat lausuttiin jo vuonna 1907, jolloin perustettiin Käsiteollisuusyhdistys. Alkuaikoina toiminnan muotona olivat muun muassa kiertävät Naiskotiteollisuuskoulut. Sotien jälkeen toiminta muuttui perusopetuksesta neuvonnaksi.

Kuusamossa toiminta alkoi vuonna 1985 Neuvonta-asetelmalla, jonka nimi muutettiin 1990-luvun alkupuolella Käsityökeskukseksi ja vuonna 2011 Taitokeskukseksi.

Taito Pohjois-Pohjanmaa ry

Yhdistyksen kotipaikka on Oulu ja hallituksen puheenjohtajana muhoslainen Marika Halme. Jäseniä on noin 250, joista kuusamolaisia yli sata.

Ota yhteyttä: Taitokeskuksissa (Oulu, Kuusamo, Raahe) vastaa toiminnanjohtaja Jari Räinen (puh. 040 3522 500).

Kuusamon Taitokeskuksessa (Keskuskujat 4C) työskentelevät käsityöneuvojat Aija Jaakkola ja Liisa Hämäläinen (puh. 040 1620 262, kuusamo@taitopohjoispohjanmaa.fi).

www.taitopohjoispohjanmaa.fi

Vaikuttavat nuoret aikuiset

Kuusamon nuorkauppakamari haluaa olla aktiivinen vaikuttaja kaupungissa, sanoo järjestöä tämän vuoden luotsannut Sari Kokko.

- Tavoitteenamme on jäsenten oma kehitys, laajat verkostot sekä onnistuneet strategian mukaiset projektit.

Kokoon mukaan onnistuneet projektit ovat sellaisia, jotka vaikuttavat ympäröivään yhteiskuntaan myönteisesti, edistävät nuorkauppakamarilaisten henkilökohtaista oppimista ja ovat taloudellisesti kannattavia.

- Kuusamon nuorkauppakamarin missio tiivistää toimintamme hyvin: ”Yhdessä kehitämme aluetamme ja yksilöitä yhteiskuntavastuumme tuntien”.

Maailmanlaajuinen kehittämisverkosto

Nuorkauppakamariverkosto on maailmanlaajuinen ja sen tehtävänä on kehittää jäsenistöään kohti kestävä johtajuutta. Jäsenet voivat kehittyä hallitusviroissa, joissa voi kussakin olla vain vuoden verran sekä projekteissa projektipäällikköinä tai tiimien jäsenenä.

- Yhdistyksemme ongelmana on pieni jäsenmäärä. Jäsenkadon taustalla on katoava yhteisöllisyys, kilpailu ihmisten vapaa-ajasta sekä ongelmat ulkoisessa viestinnässä, Kokko sanoo.

Hänen mielestään nuorkauppakamaritoiminnasta on hankalaa

kertoa kattavasti, mutta kuusamolaiset ovat tehostaneet viestintäänsä ja helpottaneet Nuorkauppakamarin toiminnasta kertomista yhdistyksen mission ja vision avulla.

- Yhdistyksemme pääasiallinen tehtävä on kouluttaa jäsenistöämme. Jos mahdollisuuksia olisi, toteuttaisimme jäsenistöme yksilöllisiä toiveita vastaavia koulutuksia, jotka kehittäisivät heitä kestävään johtajuuteen niin arjessa kuin työelämässäänkin.

Myös yhteiskuntavastuullisuus on osa nuorkauppakamarin toimintaa, joten toiveissa olisi mahdollisuus auttaa yhä enemmän ja eri tavoin paikallisia apua tarvitsevia tahoja.

Kuusamon nuorkauppakamari ry

Perustamisvuosi 1969. Jäseniä on ollut perustettaessa 28, tällä hetkellä jäseniä on senaattorit ja kunniajäsenet mukaan laskettuna 46.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja 2014 Sari Kokko (puh. 044 361 3187, sari.kokko9@gmail.com) tai puheenjohtaja 2015 Marjo Kämäräinen (puh. 045 875 4477, kamarainen.marjo@gmail.com).

**www.jckuusamo.fi
Facebook: Kuusamon nuorkauppakamari ry**



Karhujuoksun 2014 talkoolaiset ylärivissä vasemmalta oikealle: Tiia Mustonen, Jukka Rytioja, Elina Eksymä, Miika Eksymä, Marko Kokkila, Sari Kokko, Sini Nevalainen. Alarivissä Mari Isojärvi, Riitta Aittaniemi, Sonja Kokko, Kari-Pekka Määttä sekä Elise Ylitalo.

Haastavaa työtä työllistymisen hyväksi

ON Kuusamo on yhdistys, joka ylläpitää työhönvalmennuskeskusta, antaa kuntoutus- ja työllistämismennusta, lyhytkestoisista koulutusta sekä näitä tukevan työympäristön.

- Järjestämme myös muuta vastaavanlaista toimintaa, jolla edistetään vajaakuntoisten, nuorten ja pitkäaikaistyöttömien sekä syrjäytymisen vaarassa olevien henkilöiden työmarkkina-aseman parantamista,

sanoo yhdistyksen puheenjohtaja Viljo Määttä.

ON Kuusamo toimii voimakkaasti verkostoituneesti ja yhteistyössä Kuusamon kaupungin, yhdistysten, yritysten ja viranomaisten kanssa.

Valmennuskeskuksen toimialoja ovat mäntyhöonekalujen valmistus ja kuntoutuspalvelut, joiden kautta valmennettavat saavat monipuolisen kokemuksen avoimille työmarkkinoille.

Tulevan vuoden tavoitteena on uusien palvelutuotteiden tarjoami-

nen, kuntoutuspalveluiden näkyvyyden parantaminen, verkostoyhteistyön syventäminen sekä kuntoutustoimintojen kehittäminen.

Arvokasta työtä yhteiskunnan hyväksi

Tekemistä haastaa talouden tiukkuus ja henkilöstöressurssien riittävyys.

- Haasteellista yhdistystoiminnassa on myös uusien kuntoutus-

palvelujen kehittäminen ja niiden markkinoiminen. Yhdistyksen yhteiskunnalle tekemän työn arvokkuutta ei myöskään aina ymmärretä, Viljo Määttä harmittelee.

On Kuusamo tekee kuitenkin kaikkensa, jotta se pystyisi työllistämään yhä useampia heikossa työmarkkina-asetelmassa olevia.

- Myös kotipalvelutoimintoja haluttaisiin kehittää ja työtoimintaa olisi pystyttävä järjestämään suuremmalle asiakaskunnalle kuin mitä nyt järjestetään, hän sanoo.

ON Kuusamo -työhönvalmennuskeskus ry.

Perustettu vuonna 1981. Yhteisöjäseniä kaksi, yhdistysjäseniä kuusi ja henkilöjäseniä 20.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Viljo Määttä (puh. 044 0200 430, viljo.maatta@gmail.com)

www.onkuusamo.fi



Teatteriretket ja kaikki muu yhdessä tekeminen kuuluvat Koillismaan Äitien Lomahuollon toimintaan. Reissussa on aina mukavaa, tietävät yhdistyksessä toimivat äidit.

Tukea ja toimintaa äideille

Suurperheiden äitien lomatarpeeseen 55 vuotta sitten syntynyt Koillismaan Äitien Lomahuolto elää yhä ja voi hyvin.

– Kokoonnumme kerhoiltaamme kerran viikossa, kuulemme asiantuntijoita, tarjoamme lomiasiaa sosiaalisin perustein, järjestämme joulun- ja äitienpäiväpäivällisiä, vieraillemme vanhusten ja kehitysvammaisten yksiköissä ja harrastamme kulttuuria, listaa yhdistyksen puheenjohtaja Anneli Murtovaara.

Koillismaan Äitien Lomahuollon tarkoituksena on tarjota nimensä mukaan äideille sosiaalista kanssakäymistä.

– Äideille, perheen koosta riippumatta, on tärkeää, että tulee lähdeä kotoa. Tämä on vapaaehtois-

toimintaa, jossa parasta on yhdessä olemisen, Murtovaara kiteyttää.

Yhdistyksen perustivat aikoinaan Koillismaalle vaikuttajanaiset, jotka olivat havahtuneet suurperheiden äitien uupumiseen. Heille haluttiin tarjota lomaa, sosiaalista toimintaa ja virkistysiltoja. Nykyisin myös avioparit osallistuvat lomalle ja joillekin retkille pääsevät mukaan myös lastenlapset isovanhempiensa seurassa.

Ollaan kuitenkin tultu tilanteeseen, missä toimijoita, ja varsinkin nuoria, ei tahdo enää saada mukaan, puheenjohtaja harmittelee.

– Minusta olisi tärkeää, että toiminta jatkuu. Kyllä meitä tarvitaan. Meidän iäkkäämpien rinnalle pitäisi kuitenkin pikaisesti löytää nuoria henkilöitä kehittämään esimerkiksi kerhoiltoja.

Yhdistyksen haaveissa olisi myös palkata siivous- ja muuta apua sitä tarvitseville.

– Jos rahaa olisi, myös ystävälvelutoimintaa kehitettäisiin varmasti, Murtovaara sanoo.

Koillismaan Äitien Lomahuolto ry

Perustettu 2.3.1959 eli 55-vuotias yhdistys.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Anneli Murtovaara (puh. 040 7711 328, anneli.murtovaara@gmail.com) tai sihteeri Mervi Nivala (puh. 040 7016 536, mervi.nivala@luukku.com)

Näyttämö etsii uusia tiloja

Uudet sisätilat ja enemmän talkoolaisia, niputtaa Kuusamon Näyttämön sihteeri Silja Mustonen perinteikkään teatteriyhdistyksen toiveet lähivuosille.

Uudet sisätilat ja enemmän talkoolaisia, niputtaa Kuusamon Näyttämön sihteeri Silja Mustonen perinteikkään teatteriyhdistyksen toiveet lähivuosille.

Vuodesta 1948 lähtien Kuusamon kulttuurielämää riemastuttanut Näyttämö tavoittelee toiminnallaan yhä ammattimaisempaa harrastajateatteritoimintaa, miksei jopa ammattilaisteatteria, Mustonen sanoo.

– Innostamalla mukaan toimintaan uusia ja aktiivisia teatterilaisia voimme monipuolistaa Näyttämön toimintaa ja varmistaa tuotantojemme korkean tason.

Näyttämöyhdistyksen tehtävänä on toimia paikkakunnalla teatterista kiinnostuneiden yhdyssiteenä ja tarjota kuusamolaisille kulttuuritoimintaa harrastajateatterin keinoin. Kesäisin näyttämönä on toimiva kesäteatteri Hotelli Kuusamon rannassa ja talvisin tuotannot ovat keskittyneet Kuusamotalolle. Haussa ovat kuitenkin pysyvät, vain teatterilaisille tarkoitettut omat harjoitus- ja esitystilat.

– Tiedämme, että tuotamme korkeatasoista kulttuuria ja haluamme tehdä sitä jatkossakin. Tarvitaan kuitenkin lisää porukkaa, jotta kukaan ei uuvu taakan alle ja jotta meillä riittää monipuolista osaamista myös tuleville vuosille, Silja Mustonen sanoo.

Kuusamon Näyttämöllä tulee olemaan kiireinen vuosi 2015, kun se tuottaa vuoden aikana neljä ensi-il-



Näyttämön puheenjohtaja Heikki Siikaluoma on innokas näyttelijä. Oikealla Jenni Siikaluoma. Kuva viime kesältä.

taa: Tammikuussa ensi-iltansa saa huippusuosiota kerännyt ”Mielensä-pahoittaja ja poika”, keväällä Kuusamon näyttämö tekee yhdessä Kuusamo-opiston kanssa nuorten ryhmän Näytön paikan kanssa esityksen, kesällä tullaan näkemään musiikinäytelmä, joka toistaiseksi kulkee työnimellä ”Laila Kinnusen elämä” ja syksyllä ensi-illan saa kolmen naisen esitys ”Kaaos”.

– Kesänäytelmä tullaan toteuttamaan yhdessä muiden alueen kulttuuri-toimijoiden kanssa, kun lavalla nähdään noin nelihenkinen bändi sekä mahdollisesti myös kuoro ja tanssiryhmä, Silja Mustonen kertoo.

Kuusamon Näyttämö ry

Perustettu vuonna 1948. Jäsenmäärä 91.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Heikki Siikaluoma (puh. 044 0826 808, kuusamon.nayttamo@gmail.com) tai sihteeri Silja Mustonen (puh. 040 7482 692, kuusamon.nayttamo@gmail.com).
www.kuusamonnayttamo.fi

Vapaaehtoista työtä isänmaan hyväksi

Vuodesta 1958 työtä isänmaan hyväksi tehneen Kuusamon Reserviläisten toiminta on avointa kaikille vapaaehtoisesta maanpuolustuksesta ja järjestötyöstä kiinnostuneille.

– Ohjaamme ja tuemme jäsentemme toimintaa reserviläisinä ja tarjoamme mahdollisuuden osallistua vapaaehtoiseen maanpuolustustyöhön, sanoo yhdistystä vuodesta 2009 luotsannut Jarmo Käkälä.

Reserviläisten toiminta on kokouksia, opiskelu-, esitelmä- ja juhlatilaisuuksia, urheiluammuntaa, kuntoilua, kilpailuja ja retkeilyä sekä tietysti maanpuolustuskoulutusta ja muuta maanpuolustusta vahvistavaa tekemistä.

Yhdistys perustettiin Kuusamon reservin aliupseerit-nimisellä. Perustavan kokouksen puheenjohtajana toimi reservin ylikersantti Ensio Kuittinen ja pöytäkirjaa piti alikersantti Matti Virranniemi.

– Yhdistyksen toiminnan pohjana oli jo tuolloin vapaaehtoinen maanpuolustus. Tarkoituksena oli myös vahvistaa kansalaisten intoa



Kunniavartiosto sankarivainajien muistomerkillä on tärkeä osa Kuusamon Reserviläisten toimintaa.

maanpuolustus työhön.

Alkuvuosien toiminta oli värikästä ja monipuolista. Ensimmäisenä toimintavuotenaan yhdistys muun muassa kuljetti juhlavieraita Rukatunturille pääsiäisenä ja juhannuksena ja sai siitä tuloja 40,634 markkaa.

– Pidettiin myös iltamia Valistustalolla, joiden ohjelmassa oli pianonsoittoa, lausuntaa ja mies-

vartettilaulua.

1970-luvun alussa yhdistys kartutti rahavarojaan Ruskatansseilla, kirpputorimyynnillä ja itsenäisyyspäiväkynttilöiden myynnillä. Kuusamon rajan kanssa solmittiin yhteistoiminnallisia suhteita.

Vuonna 1977 yhdistyksen säännöt uusittiin ja nimeksi tuli Kuusamon reserviläiset ry. Samana vuonna perustettiin naisjaosto,

jonka puheenjohtajaksi valittiin Eija Vanttaja.

Oman lippunsa Kuusamon reserviläiset saivat vuonna 1983. Lippun ja standaarin suunnitteli kelloseppä Kyösti Tammi ja lipun vihki kappalainen Oswald Carlson.

– Yhdistyksemme tekemää työtä ja 50-vuotisia saavutuksia juhlittiin vuonna 2008 Kuusamossa ensimmäistä kertaa järjestetyn Reserviläisliiton vuosikokoustaapahtuman yhteydessä. Ne olivat hienot juhlat.

Jotokset ja veteraanityö ovat tärkeitä

Jarmo Käkälän mukaan reserviläistoimintaan Kuusamossa on alusta asti kuulunut hengellinen toiminta, jota toteutetaan nykyään valtakunnallisena Joulutulet-tapahtumana.

– Perinteistä toimintaamme ovat kevät- ja syysjotokset. Jotoksilla ammutaan, pilkitään, pelataan katkoa ja pohditaan porukalla maanpuolustukseen liittyviä kysymyksiä.

Myös veteraanityö on tänä päi-

vänä toiminnan keskiössä. Reserviläiset ovat mukana Kuusamon veteraanitoimikunnassa ja osallistuvat sankarihaukalla tapahtuviin lippuvartioiden ja vuorollaan myös seppeleenlaskuihin.

– Sotiemme veteraanien auttaminen on yksi halutuistamme ja tärkeimmistä tehtävistämme. Myös maanpuolustuskoulutukseen osallistuminen on oleellinen osa toimintaa. Teemme paljon ja tiivistä yhteistyötä paikkakuntamme ja alueemme muitten maanpuolustusjärjestöjen sekä rajavartiolaitoksen kanssa, puheenjohtaja sanoo.

Kuusamon Reserviläiset ry

Perustettu vuonna 1958. Jäsenmäärä noin 80.

Ota yhteyttä: puheenjohtaja Käkälä Jarmo (puh. 040 5182 436).

www.kuusamonreserviläiset.fi