



Valta-
kunnalliset
yhdistyspäivät
2024
Joensuu

Aika ja paikkakunta: 23.–24.8.2024, Joensuu

Majoitus ja perjantain ohjelmapaikka:

Original Sokos Hotel Kimmel, Itäranta 1, Joensuu

Huone- ja ruokavaraukset: Myyntipalvelu: puhelimitse 020 1234 660 tai sähköpostitse sales.karelia@sokshotels.fi 30.6. mennessä, tunnus BMTKL. Ilmoita varauksen yhteydessä mahdolliset ruokailijoiden erityisruokavaliot ja allergiat.

Ilmoita varauksen yhteydessä koodi: BMTKL

Kisakenttä: Joensuun keskusurheilukenttä, Mehtimäenaukio 2, 80110 Joensuu

Osallistumismaksu: 15 €/osallistuja

Kisakannustaja, joka osallistuu vain lauantain kisapäivään ja kannustaen osallistujia kisakatsomossa, ei peritä osallistumismaksua.

Tapahtumaan ilmoittautuminen: 8.5.–8.8.2024.

Huom! Varaa majoitus ja ruokailu viimeistään 30.6. mennessä.

Sokos Hotel Kimmelistä on varattu huonekiintiö ja sopimushinnat (tunnus BMTKL) tapahtumaan osallistujille. Samalla kun teet huonevaraukset, tilaa myös tarvittavat perjantain ruokavaraukset. Tarjolla on lounas (16,50 €) ja päivällinen (27,50 €). Varaukset viimeistään 30.6. Huoneita voi varata tämänkin jälkeen samalla hinnalla siinä tapauksessa, että huoneita on vielä vapaana. Voit myös ruokailla vapaasti lähialueen ruokapaikoissa. Lauantain lounas on tarjolla urheilukentällä. Kentälounas tilataan tapahtumailmoittautumisen yhteydessä.

Perjantai 23.8.

Kulttuuripäivä: Lähe miun mukkaan!

9.00 **TAPAHTUMAAN ILMOITTAUTUMINEN** alkaa hotellin aulassa

10.15 Matkakankeuden kartoitus

Katin ohjauksessa kevyttä liikkumista matkasta kankeille kropille.
(ei ennakoilmoittautumista)

10.00 Joensuun kirppiskierrokset

Lähde mukaan kiertämään Joensuun kirppareita. Opastettu kierros lähtee hotellin edustalta klo 10 tai voit kiertää omatoimisesti kartan avulla.
(ei ennakoilmoittautumista)

11–13 *Lounas Sirkkala-salissa (ennakkoon varanneille)*
Voit myös vapaasti ruokailla lähialueen ruokapaikoissa.

13–13.45 **AVAJAISET:** Penttilä-Sali
Ilmoittaudu tapahtumailmoittautumisen yhteydessä.

- Avaussanat, Olavi Sydänmaanlakka, toiminnanjohtaja
- Pohjois-Karjala-alueen puheenvuorot
- Vuoden Pomppu 2024 julkistus, palkinnon jakaa Janne Jalava, kehitysjohtaja
- Päivän ohjelman läpikäynti ja Mielenterveyden keskusliiton henkilökunta esittäytyy

VALITSE ITSELLESI SOPIVIN VAIHTOEHTO KULTTUURIN ILTAPÄIVÄSTÄ!

14–17 TOIMINTAPAJAT

14.15–15.15 Piirakkapaja

Pohjois-Karjalan Marttojen Piirakkapajassa tutustutaan karjalaiseen kulttuuriin tekemällä omia karjalanpiirakoita. Max 20 hlöä. Ilmoittaudu tapahtumailmoittautumisen yhteydessä.

15.30–16.30 Piirakkapaja

Pohjois-Karjalan Marttojen Piirakkapajassa tutustutaan karjalaiseen kulttuuriin tekemällä omia karjalanpiirakoita. Max 20 hlöä. Ilmoittaudu tapahtumailmoittautumisen yhteydessä.

Huom! Iltapäivälle on suunniteltu muitakin toimintapajoja, niistä lisää myöhemmin.

14–16 VIERAILU JOENSUUN TAIDEMUSEOSSA

Joensuun Taidemuseo Onni, Kirkkokatu 23, kävelymatka noin 1 km
Kävellään kävelyoppaiden kanssa yhdessä perille ja takaisin hotelliin.
Ilmoittaudu tapahtumailmoittautumisen yhteydessä.

- 14.15–15.15 oppaat lähtevät hotellin edustalta klo 14.00.
- 15.00–16.00 oppaat lähtevät hotellin edustalta klo 14.45.
- Jos et omista museokorttia tai Kaikukorttia, MTKL kustantaa sisäänpääsyn.

14–17 KULTTUURISUUNNISTUSTA JOENSUUN KESKUSTASSA

(ei ennakkoilmoittautumista, kaikkea kivaa luvassa)

16–18 *Illallisbuffet* (ennakkoon varanneille, Sirkkala-sali)
Voit myös vapaasti ruokailla lähialueen ruokapaikoissa.

16–18 **KISAKANSLIA:** Nouda lauantain kisanumerot jo ennakkoon

19–23 **ILTAJUHLA "Historian havinaa ja kulttuuria Karjalasta"**, Sirkkala-sali

Ilmoittaudu tapahtumailmoittautumisen yhteydessä, mukaan mahtuu 240 henkilöä.

- Historian havinaa -tietokilpailu Mielenterveyden keskusliiton monisäkeisistä vaiheista
- Teatteriesitys
- Bändi tanssittaa yhdistysväkeä – pistetään yhdessä jalalla koreaksi!
- 21.00 Karaoke – lava on vapaa!
- Ohjelma päättyy klo 23.

Lauantai 26.8.

7–10.30 *Aamiainen majoittuville*

8.45 **KISAKANSLIA AVAUTUU JOENSUUN KESKUSURHEILUKENTÄLLÄ**
(os. Mehtimäenaukio 2, Joensuu)

- 8.45 Kävelyoppaat lähtevät Hotelli Kimmelin edestä kohti kenttää (noin 1,9 km)
- 9.15 Kävelyoppaat lähtevät Hotelli Kimmelin edestä kohti kenttää (noin 1,9 km)

10.00 **YLEISURHEILUKISOJEN AVAUS**

10.10 Kisalajit käyntiin

Sarjat

Naiset/miehet (naisilla ja miehillä omat sarjat)

- 40 (kaikki, jotka täyttävät tänä vuonna 40–49 vuotta)
- 50 (kaikki, jotka täyttävät tänä vuonna 50–59 vuotta)
- 60 (kaikki, jotka täyttävät tänä vuonna 60–69 vuotta)
- 70 (kaikki, jotka täyttävät tänä vuonna 70–79 vuotta)
- Ruotsalaisviesti juostaan sekajoukkuein, joten siinä vain yksi sarja
- Yhdistysten työntekijät (kävely)

Lajit

- 3-ottelu: 60 metrin juoksu, pituushyppy ja kuulantyyöntö
- 1000 metrin kävely
- Ruotsalaisviestit

Jokainen kilpailija saa omasta suorituksestaan pisteitä sijoituksensa perusteella omalle yhdistykselle. Eniten pisteitä kerännyt yhdistys voittaa yhdistyskisa

11–14 TOIMINTARASTIT AVOINNA

Toimintarasteille on helppo osallistua. Osallistuminen ei vaadi ennakoilmoittautumista. Piipahda kokeilemassa esimerkiksi mölkkyä, tasapainorataa ja tarkkuusfutista tai tutustu Marttojen terveyspajaan.

11–14 *Lounas kentän välittömässä läheisyydessä Joensuun Areenassa*
(*etukäteisen varanneille*)

12.30 Kaikille avoin 1200 m:n yhteiskävely
Tämän vuoden yhteiskävelyn teemana on "Ilo elää Karjalassa". Pukeudu vapaasti teeman mukaan, paras asu palkitaan.

PALKINTOJEN JAKO

3-otteluiden palkintojen jakoa aloitetaan, kun 3-otteluiden tulokset ovat valmiit. Loput palkintojen jaot heti kisalajien päätyttyä.

n. 16.00 Kisat päättyy