

# KUOPIO

## Hyvisviesti 3/2020

Hyvisviesti kokoaa tietoa Kuopion kaupungin hyvinvoinnin edistämisen palvelualueen toiminnasta. Hyvisviesti lähetetään kerran kuukaudessa kaupungin avustuslomakkeessa yhdistysten ilmoittamiin sähköpostiosoitteisiin sekä muille yhteistyökumppaneille. Hyvisviestiä saa välittää eteenpäin. Hyvis-Kuopio myös [Facebookissa](#), tykkää meistä ja kutsu ystäviä.

EU:n yleinen tietosuoja-asetus astui voimaan 25.5.2018. Saat tämän viestin, koska saat meiltä tiedotteita. Jos haluat saada niitä jatkossakin, sinun ei tarvitse tehdä mitään.

Mikäli et niitä enää halua/tarvitse, ilmoita siitä sähköpostilla henkilölle, jolta olet ko. viestin saanut.

Säilytämme henkilötietoja tietosuoja-asetuksen edellyttämällä tavalla, emme luovuta niitä kolmansille osapuolille eikä tietoja siirretä EU:n tai ETA:n ulkopuolelle.

## Tietosuojaseloste

### 1. Järjestöfoorumi Kuopion kaupungintalolla 28.3.2020 klo 10.00 - 16.00

Kaikille pohjoissavolaisille järjestö- ja yhdistystoimijoille tarkoitettu avoin ja maksuton tilaisuus. Järjestöfoorumeissa pääset verkostoitumaan alueen muiden yhdistysten kanssa, tutustumaan järjestökentän ajankohtaisiin teemoihin ohjelman puheenvuoroissa ja saat työvälineitä oman yhdistyksesi toimintaan työpajoissa.

<p><b>Pohjois-Savon Järjestöfoorumi 28.3.2020</b></p> <p><b>Kuopion kaupungintalolla</b></p> <p>Järjestöfoorumi kokoaa Pohjois-Savon alueen järjestö- ja yhdistystoimijat ajankohtaisten järjestökentän teemojen äärelle.</p> <p>Tilaisuus on maksuton!</p>	<p><b>Luottamus verkostoyhteistyössä -yhdessä enemmän</b></p> <p>Järjestöfoorumin pääpuhujana kuullaan tietojohtamisen professori <b>Kirsimarja Blomqvistin</b> innostava luento verkosto- yhteistyön periaatteista ja luottamuksen rakentamisesta erilaisten osapuolten yhteistyössä.</p>
---	--

**Ilmoittautuminen on käynnissä 23.3.2020 saakka:**

<https://link.webropolsurveys.com/S/61A585C79F6E54B3>

[Tutustu foorumin ohjelmaan>>](#)

**2. Lasten ja nuorten pahoinvointi, miten sinä se ratkaisisit?**

Pohjois-Savossa järjestetään kolme tilaisuutta, joiden tavoitteena on koota järjestöjen ja yhdistysten työtä kokoon lasten ja nuorten pahoinvoinnin ehkäisemiseksi. Toinen tavoite on löytää ilmiön parissa toimivien toimijoiden yhteistyöllä yhteisiä ratkaisuja. Kutsummekin kaikkia yhdistys- ja järjestötoimijoita sekä julkisen sektorin työntekijöitä yhteisen ilmiön äärelle!

Ilmoittaudu yhteen tai useampaan tilaisuuksista 27.3. mennessä:

<https://link.webropolsurveys.com/S/5822D00B9232D0E7>

Tilaisuudet järjestävät yhteistyössä: Pohjois-Savon HYTE-tiimi, Savon Mielenterveysomaiset FinFami ry, Ehyt ry, Kirkkopalvelut ry, Pelastakaa Lapset Kuopio, Ylä-Savon Vakka, Waste ry, Pohjois-Savon Järjestöneuvosto sekä Sakke-hanke.

VAPAAEHTOISET JA AMMATTILAISET

JÄRJESTÖT JA JULKISET PALVELUT

YLI SEKTORIRAJOJEN

**ILMIÖ!**  
**LASTEN JA NUORTEN PAHOINVOINTI - MITEN SINÄ SEN RATKAISISIT?**

31.3. IISALMI | 1.4. VARKAUS | 2.4. KUOPIO

Yhteistyössä: Pohjois-Savon HYTE-tiimi, Pohjois-Savon Järjestöneuvosto, Kirkkopalvelut ry, Savon Mielenterveysomaiset Finfami ry, EHYT ry, Pelastakaa Lapset Kuopio sekä Sakke-hanke

Logo: YLI SEKTORIRAJOJEN

### 3. Pohjoissavolaiset.fi – järjestötietopalvelu

Maksuton kanava yhdistyksen toiminnan näkyväksi tekemiseen



Pohjois-Savon järjestötietopalvelu helpottaa tiedon löytämistä yhdistysten tarjoaman tuki-, vapaaehtois- ja harrastustoiminnan parissa. Sivustolle voivat ilmoittaa tietoa niin sosiaali- ja terveysalan yhdistykset, kuin liikunta-, kylä- ja kulttuuriyhdistyksetkin. [Tutustu sivustolle ja ilmoita yhdistyksesi tiedot ja toimintaa järjestötietopalveluun>>](#)

Sivustolle ilmoitetut sisällöt kootaan kuukausittain ilmestyvään [uutiskirjeeseen](#). Liity sinäkin jo yli 600

uutiskirjeen tilaajamme joukkoon!

Kuopion [kaupungin verkkosivuilta](#) ohjataan kuopiolaisten järjestöjen ja yhdistysten tietojen piiriin suoraan Pohjoissavolaiset.fi -järjestötietopalveluun.

Lisätiedot ja yhteydenotot:

Sakke- Pohjois-Savon järjestöyhteistyön kehittämishanke Järjestökoordinaattori Henna Ovaskainen etunimi.sukunimi@pssotu.fi, p. 044 243 9000

### 4. Kuopio Juhlii taas vuonna 2020 - oletko SINÄ mukana?

Kuopio Juhlii on yhteisöllinen, monimuotoinen, luova, yllätyksellinen ja eri alueilla oman näköisensä kaupunkifestivaali, joka levittäytyy eri puolille kaupunkia kuukauden ajan 6.8.-6.9.2020. Tervetuloa mukaan osaksi tätä juhlaa!

Vuoden 2020 juhlateemana on paras paikka. Ilmianna kiva paikka Kuopiossa ja järjestä siellä vaikkapa pihakirppis, puistokonsertti tai autotallidisko. Mukaan toivotaan toimijoita Kuopion joka kolkasta - asukasyhdistyksiä, harrastusseuroja, kaveriporukoita.



Nyt on hyvä aika aloittaa ideointi ja herättää hyvät paikat Kuopiossa eloon!

Halutessasi voit pyytää Kuopio Juhlii -tapahtumatuottajatiimin auttamaan jo suunnitteluvaiheessa. Autamme puhelimesta tai tulemme paikanpäälle sparraamaan suunnitelmia, auttamaan ohjelma-aikataulujen tekemisessä, markkinoinnissa tai lupa-asioissa sekä muissa tuottamiseen liittyvissä kysymyksissä. Sparrauksia tarjolla rajoitettu määrä.

Tapahtumista kootaan yhteinen haitariesite, tapahtumaa mainostetaan sosiaalisessa mediassa ja julisteilla - tapahtumasi saa näin hyvää näkyvyyttä ja löytää uusia kävijöitä.

Järjestäjät voivat hakea tapahtuman kustannuksiin kaupungin tuotantotukea.

Ilmaise kiinnostuksesi tai ilmoittaudu jo nyt mukaan mahdolliseksi tapahtumajärjestäjäksi ja pysyt kartalla missä mennään. Ohjelmaa voi ehdottaa soittamalla, sähköpostitse tai

lomakkeella, joka löytyy [Kuopion Seinältä](#). Tilaa uutiskirje niin saat tietoa järjestettävistä tuotantosparrauksista, -koulutuksista ja siitä, miten tapahtumasuunnittelu etenee. Katso lisätietoja sekä viime vuoden tunnelmia osoitteesta: [www.kuopiojuhlii.fi](http://www.kuopiojuhlii.fi).

Festivaali tekee Kuopiosta yhden suuren kohtaamispaikan. Kuopio Juhlii tehdään yhdessä!

#### 5. Kulttuurikahvila 60+

Torstai 26.3. klo 14-15.30 Kino Kuvakukossa

Teemana laulun ja musiikin hyvinvointivaikutukset, harmoninen laulu. Musiikkipedagogi, kulttuurisuunnittelija Tiina Taskinen-Viinikainen

#### 6. Yhdistyksillä on mahdollisuus hakea jäseneksi ETNO neuvottelukuntaan toimikaudelle 2020-2024.

Haku valtakunnalliseen ETNO neuvottelukuntaan ja seitsemään alueelliseen ETNO neuvottelukuntaan alkoi 17. helmikuuta ja päättyy 20. maaliskuuta 2020. ETNO:n tarkoitus on maahanmuuttajien ja etnisten vähemmistöjen, viranomaisten, poliittisten puolueiden ja kansalaisjärjestöjen välisen vuoropuhelun ja yhteistyön edistäminen.

<https://oikeusministerio.fi/hae-etnon-jaseneksi>



#### 7. Öljystä uusiutuviin -kuntalaistilaisuus Kuopiossa torstaina 12.3. klo 17.30-20.00

OP Pohjois-Savon Kuopion konttorin pankkisali (Puijonkatu 25)

Tilaisuudet ovat suunnattu etenkin kotitalouksille, jotka ovat suunnittelemassa öljylämmityksestä luopumista, mutta myös muut aiheesta kiinnostuneet ovat lämpimästi tervetulleita! Tilaisuudet ovat maksuttomia. Pyydämme [ilmoittautumaan](#) tilaisuuksiin kahvitarjoilujen järjestämisen takia.

Tilaisuuksien ohjelmassa mm.

- Tietoa remontin rahoituksesta ja lämmitysmuodon vaihdon vaikutuksesta asunnon arvoon
- Tietopaketti lämmitysmuodon vaihdokseen
- Tietoa saatavilla olevista tuista (mm. energia-avustus)

Tilaisuuden järjestävät Pohjois-Savon energianeuvonta –hanke (Kuopion kaupunki) sekä OP Pohjois-Savo.

## 8. Ajankohtaista Kuopion kansalaisopistossa

### Luennot

Toteutamme monipuolisia luentoja, joista suurinta osaa voi seurata myös verkon välityksellä samanaikaisesti tai katsella videotallenteena myöhemmin. Tule mukaan myös lukuisiin konsertteihin ja esityksiin sekä näyttelyihin. Tarjonta täydentyy nettisivuillemme koko lukuvuoden ajan. Luennot ja tapahtumat ovat maksuttomia, kaikille avoimia ja ennakoilmoittautumista ei tarvita, tervetuloa!

Lisätietoja: kansalaisopisto.kuopio.fi >opetustarjonta> luennot, tapahtumat ja matkat

### Hyvinvointia ja terveyttä -luentosarja

Lisätietoa luennoista [http://bit.ly/kko\\_luennot](http://bit.ly/kko_luennot)

Maaliskuun luennot:

#### Suolistoleikatun ja herkkävatsaisen ravitsemus

ti 10.3.2020 klo 18.30-20.00

Puistokartano, B059 Opistosali, Puistokatu 20, Kuopio

Päivi Lassila, ravitsemusterapeutti

Joillain on herkkä vatsa. Toisille taas käy niin, että suolistoleikkauksen jälkeen entinen teräsvatsa muuttuu harmia aiheuttavaksi oikuttelijaksi. Ruokavalintoihin vaikuttamalla, voidaan vatsavaivoja usein helpottaa. Yhteistyössä Pohjois-Savon Syöpäyhdistys ry ja Colores - Suomen Suolistosyöpäyhdistys. Samanaikainen etäluento ja videotallenne.

#### Uniapnean diagnostiikan kehittäminen

ti 24.3.2020 klo 18.30-20.00

Puistokartano, B059 Opistosali, Puistokatu 20, Kuopio

Timo Leppänen, FT, yliopistotutkija

Luennon teemana: Kohti kehittyneempää ja yksilöllistä uniapnean vakavuuden arviointia. Hengityskatkojen vakavuuden kehittyminen ajan myötä ja tähän vakavuuden muutokseen vaikuttavat tekijät. Hengityskatkojen vakavuuden yhteys päiväaikaisiin oireisiin. Yhteistyössä Savon Sydänpiiri ry, Kuopion Seudun hengitysyhdistys ry ja Kuopion Hengityssäätio. Samanaikainen etäluento ja videotallenne.

### Senioriaamupäivät luento- ja keskustelusarja

#### Senioriaamupäivä: Näin hoidat pankkiasiasi helposti ja turvallisesti

to 5.3.2020 klo 10.00-11.30

Puistokartano, B059 Opistosali, Puistokatu 20, Kuopio

Salla Beketova, talousasiantuntija Osuuspankki

Luennolla käydään läpi miten päivittäiset pankkiasiat hoituvat helposti. Laskujen maksaminen huolettomasti sekä verkkopalvelutunnuksilla, että ilman. Tutustutaan eri vaihtoehtoihin ja löydetään parhaat tavat hoitaa päivittäiset raha-asiat vaivattomasti omassa arjessa. Ei etäluentoa.

### Kurssit, ilmoittautuminen ja asiakaspalvelu

**Vielä ehdit mukaan! Kevätlukukauden yli 10 viikkoa kestävät kurssit ovat nyt puolivälissään, joten lopuille kurssikerroille voit ilmoittautua puoleen hintaan. Alennuksen saat vain**

ilmoittautumalla kansalaisopiston asiakaspalvelussa. Tutustu netissä kurssitarjontaamme ja tule käymään asiakaspalvelussa. Ei muita alennuksia.

**Myös Kansalaisopisto on talvilomalla viikolla 10.** Kuopion ja Juankosken asiakaspalvelu sekä kurssilaskutus ovat kiinni 2-8.3.2020, Nilsiän asiakaspalvelu on suljettuna 2.-16.3.2020 (tarvittaessa yhteys Kuopion asiakaspalveluun 9.3. lähtien) ja Kuopion kansalaisopiston tilavuokraus on kiinni 2.-9.3.2020. Oikein hyvää ja rentouttavaa talvilomaa teille kaikille. Nähdään loman jälkeen!

### **Kevätnäyttelyt**

Kansalaisopiston kevätnäyttelykimara käynnistyy maaliskuussa. Näyttelyitä on Kuopion lisäksi Juankoskella, Nilsiässä, Maaningalla, Kaavilla ja Tuusniemellä. Lisätietoja näyttelyistä opiston nettisivuilla.

Kaikki tiedot kansalaisopiston toiminnasta, tapahtumista, kurssitarjonnasta ja ilmoittautumisesta löydät netistä 24/7 osoitteesta <http://kansalaisopisto.kuopio.fi/>  
Poimi omasi ja ilmoittaudu mukaan netissä silloin, kun sinulle parhaiten sopii tai asioi asiakaspalvelupisteissämme.

### **Asiakaspalvelun aukiolo**

Kuopion kansalaisopiston Puistokartanon asiakaspalvelu (Puistokatu 20, Kuopio) palvelee asiakkaita ma, ti, to klo 10-14 ja ke klo 10-17.30. Nilsiän asiakaspalvelu on avoinna kevätlukukaudella 2020 ti-to klo 10-14, ma ja pe suljettu. Nilsiän asiakaspalvelu on avoinna kevätlukukaudella ti-to klo 10-14, ma ja pe suljettu.

Asiakaspalvelupisteiden ollessa suljettuna Kuopion kansalaisopiston kursseille voi ilmoittautua netissä 24/7.

Asiakaspalvelu puh. 017 184 711

**Kerro meille kurssitoive lukuvuodelle 2020-2021.** Seuraavan lukuvuoden suunnittelu on käynnistymässä ja juuri nyt on oikea aika esittää toiveita kurssitoiveita 15.3. asti.

<http://kansalaisopisto.kuopio.fi/2020/01/23/kerro-meille-kurssitoive-lukuvuodelle-2020-2021/>

Tutustu ja katso lisää kansalaisopisto.kuopio.fi ja Facebook, Instagram, YouTube sekä Blogi.