



TOHOTULLI

TOHOLAMMIN KUNTATIEDOTE | 4 / 2014



Luotsaa hyvinvointia

Terveyskeskus tiedottaa:

KUNTOUTUKSEN RYHMÄTOIMINTA SYKSY 2014

Ryhmät alkavat viikolla 38 eli 17.9.2014

Ryhmät kokoontuvat kuntoutuksen tiloissa 10x/15e/ryhmä

KE KLO 9.00–9.45 REUMARYHMÄ

Lihaskuntoa, liikkuvuutta, tasapainoa sekä rentoutumista edistäviä harjoitteita. Ryhmä soveltuu eri reumasairauksia sairastaville.

KE KLO 10.30–11.15 TASAPAINORYHMÄ

Kehonhallintaa ja tasapainoa sekä hengitys- ja verenkiertoelimistön kuntoa edistävää monipuolista liikuntaa diabeetikoille, osteoporootikoille sekä huimauksesta kärsiville.

KE KLO 12.00–12.45 AVH-RYHMÄ

Aivoinfarktin tai avioverenvuodon sairastaneet. Kehonhahmotusta ja lihasvoimaa edistävä ryhmä.

KE KLO 13.30–14.15 PARKINSON RYHMÄ

Liikkuvuutta, nopeusvoimaa ja tasapainoa edistäviä harjoitteita parkinson-kuntoutujille.

KE KLO 15.00–15.45 TULE-RYHMÄ

Lihaskuntoa ja keuhonhallintaa parantavia harjoitteita. Suunnattu jo leikatuille tai leikkaukseen jonottaville nivel-proteesi kuntoutujille.

TO KLO 12.00–12.45 MIELENTERVEYSKUNTOUTUJIIEN LIIKUNTARYHMÄ

Virkeyttä liikunnasta, lihasvoimaa ja liikkuvuutta edistäviä harjoitteita.

Tervetuloa mukaan liikkumaan!
Tiedustelut Kuntoutus 040-8044100.



ETSIVÄ NUORISOTYÖ

Toholammin kunnassa on aloittanut oma etsivä nuorisotyöntekijä.

Työntekijän tehtävänä on olla läsnä nuoren ”kimurantissa” arjessa, ohjata itsenäistymisen eri vaiheissa ja tukea elämänhallintataitojen opettelussa.

Etsivän nuorisotyöntekijän saa kiinni soittamalla, tekstiviestillä, sähköpostilla tai Facebookista nimenmerkillä Etsivä Nuorisotyö Toholampi.

Voit tavata ”etsivän” myös nuorisotilalla, koululla tai erilaisissa tapahtumissa.

Lisätietoja Facebookista tai itse etsivältä. Ota rohkeasti yhteyttä!

Etsivä nuorisotyöntekijä Janne Huhtala
puh. 040 150 5234
etunimi.sukunimi@toholampi.fi

Toholammin perheiden palvelut / Jytan Toholammin toimipiste

- Vs. perhetyöntekijänä on aloittanut **Mauri Uusitalo**, puh. 040 804 4730.
- Lastensuojelun vs. sosiaalityöntekijänä on aloittanut **Kirsi Takkinen**, puh. 040 804 4720.

Peruspalveluliikelaitos Jytan sosiaalipalvelujen odotusajat

Kotihoidon palvelujen odotusajat 1.1.–30.6.14

KUNTA	Yhteydenotto/ palvelupyynnöitä	Vastausaika	
		alle 7 arkipv	yli 7 arkipv
Lestijärvi	8	8	0
Toholampi	17	17	0

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista on tullut voimaan 1.7.2013. Lain mukaan (§ 26) kunnan on julkaistava ainakin puolivuositiedot siitä, missä ajassa iäkäs henkilö voi saada hakemansa sosiaalipalvelut.

Omaishoidon tuen odotusajat 1.1.–30.6.14

KUNTA	Hakemuksia	Myönteisiä päätöksiä	Kielteisiä päätöksiä	Keskimäär. käsittelyaika
Lestijärvi	3	2	1	1 kk
Toholampi	10	8	2	1 kk

Palveluasumisen odotusajat 1.1.–30.6.14

KUNTA	Hakemuksia palveluasumiseen	Myönteisiä päätöksiä	Keskimäär. käsittelyaika	Kielteisiä päätöksiä		Keskimäär. käsittelyaika
				täyttää kriteerit	ei täytä kriteerejä	
Lestijärvi	4	3	1 kk	0	1	1 kk
Toholampi	5	2	1 kk	0	3	1 kk

MENNÄÄN BUSSILLA!

Kuka tahansa matkustaa bussilipun hinnalla koululaiskuljetuksissa. Aikataulut kunnan nettisivuilla.



Maaseutuyksikkö KaseKa tiedottaa

Kasvinsuojelukoulutukset v. 2014 ja 2015

Ympäristötuen ehtoihin on kuulunut ja kuuluu vielä vuoden 2014, että kasvinsuojeluaineita maatalan pelloille levittävän henkilön tulee käydä viiden vuoden välein kasvinsuojeluaineiden käyttäjäkoulutuksessa.

Vuodesta 2015 lähtien koulutusvaatimus poistuu, mutta tilalle tulee tutkintovaatimus (=koulutus on vapaaehtoinen, mutta tutkinto on pakollinen).

Tutkintovaatimus on kaikilla kasvinsuojeluaineiden ammattikäyttäjillä ja koskee mm. seuraavia henkilöitä:

- isäntä/renki/urakoitsija (eli se henkilö, joka tekee päätöksen kasvinsuojelutoimenpiteistä)
- kasvinsuojeluaineiden myyjät
- viheraluetöntekijät, taimikon hoitajat yms.

Tutkinto on oltava suoritettuna 26.11.2015 mennessä ja se on uusittava viiden vuoden välein. Kuitenkin **vanhan järjestelmän mukainen kasvinsuojeluaineiden käyttäjäkoulutus käy sen voimassaoloajan.**

ProAgria Keski-Pohjanmaa järjestää nk. vanhan mallin mukaisia (= ilman tenttiä) kasvinsuojeluaineiden käyttäjäkoulutuksia mm:

Toholampi, kunnantalo,
to 16.10.2014 klo 9.30 – 13.45

Lisätietoja ja ilmoittautuminen
puh.020 747 3250 tai ritva.karri@proagria.fi

Tenavien touhutunti Kleemolassa

Lasten oma liikuntavuoro pyörii Kleemolan koulun liikuntahallissa maanantaisin klo 18 – 19 18. elokuuta 2014 alkaen. Touhutunti on tarkoitettu alle kouluikäisille lapsille aikuisen seurassa ja vastuulla. Hallissa on tilaisuus purkaa energiaa juoksemalla, kiipeilemällä, hyppimällä ja vaikka pallopeleillä. Vauvoille ja taaperoille oma ”ryömintäkaista”, lapsille leikki- ja aikuisille juttuseuraa.

Kleemolan kyläyhdistys ry.



LIIKUNTA- JA NUORISOTOIMI

SYKSYN OHJATUT TUNNIT ALOITAVAT VKOLLA 38 (MA 15.9.):

TIISTAISIN

10.00 – 10.45 **Vesijumppa** /Lylyn Pisara (Minna)
11.30 – 12.15 **Vesijumppa** /Lylyn Pisara (Minna)
ilmoittautuminen Lylyn pisaraan

KESKIVIikkoISIN

10.00 – 11.00 **Kuntosali** / ryhmään mahtuu, kevään kävijöille paikka varattu (Minna)
19.00 – 20.00 **Spinning-tunti**, urh.halli (Vuokko)

TORSTAISIN

16.30 – 17.30 **Kuntopiiri/jumppa Kleemolan koululla** (Vuokko) Tunnille osallistutaan kertamaksulla 3 €/krt, jumppa alustavasti 18.9. – 9.10. Jos kävijöitä riittää, jatkuu jumppa koko syyskauden (syysloma vko 42)

PERJANTAISIN

10.00 – 11.00 **Kuntosali** / ryhmään mahtuu, kevään kävijöille paikka varattu (Sari)

Ilmoittautumiset TO 4.9. alkaen (jotta kaikki ehtivät saada kuntatiedotteen): VESIJUMPPIIN ilmoittautuminen LYLYN PISARAAN Suville 044 – 5623164 Kysy myös illan vesijumppien toteutumisesta Lylyn Pisarasta. Muu ilmoittautuminen Minnalle p. 040- 150 5233 tai minna.vilppola@toholampi.fi

Hinta: 35 € sis. alv / syyskausi / ryhmä. Lylyyn maksetaan ohjausmaksun lisäksi uintimaksu.

Lisätietoja: Minna Vilppola 040-150 5233

Toholammin kulttuuri- ja liikuntarahasto

Rahastoon voi tehdä lahjoituksia tileille
Op FI42 5471 0920 0002 46
Sp FI43 4912 3020 0005 04

Muistathan, että rahastosta muistetaan urheilun ja kulttuurin saralla menestyneitä!



Lahjoitusrahastoa
kesäkuussa 2014 kartuttaneet
Luottamuspalkkiolahjoitukset: Isoaho
Veli-Petteri, Kivelä Elina ja Välimäki Antti



Toholammin vapaa-aikalautakunta kiittää lämpimästi kaikkia tähän mennessä rahastoon lahjoituksen antaneita!

KESKI-POHJANMAAN KONSERVATORION TOHOLAMMIN TOIMIPISTEEN OPPILASILLAT KAUDELLA 2014–2015

Toholammin Kulttuurisalissa keskiviikkoisin klo 18.30
8.10., 10.12., 11.3. ja 29.4.



Suomenselän kansalaisopisto

KANSALAIPOISTON SYYSTYÖKAUSI

Syyskausi alkaa viikolla 39, liikuntakurssit viikolla 40. Kurssiohjelma on luettavissa netissä 28.8. alkaen. Opinto-oppaat jaetaan koteihin viikolla 37. Kurseille voi ilmoittautua 28.8.–18.9. ensisijaisesti netissä www.opistopalvelut.fi/suomenselka tai puh. 040 150 5232 ja 040 150 5200. Kurssit eivät toteudu, mikäli viimeiseen ilmoittautumispäivään mennessä ei ole riittävä määrä ilmoittautuneita. Ilmoittautuminen koskee kaikkia kursseja.

PÄÄSYKokeet

Toholammin Kulttuurisalissa tiistaina 2.9. kansalaisopiston pianonsoittoon klo 18.00
yksinlauluun klo 19.00

Alkavalla kaudella opetusta antavat piano soitossa Satu-Maarit Huhtala, Katja Koskela ja Riikka Haapamäki sekä yksinlaulussa Henri Uusitalo ja Satu-Maarit Huhtala. Pääsykokeet koskevat kaikkia, myös opintojaan jatkavia opiskelijoita.

KUVATAITEEN PERUSOPETUS

Urheiluhallin kuvataideluokassa
ma 15.30–17.30 18.8. alk. Työpajat 1 Sari Saarikoski
to 15.15–17.15 21.8. alk. Työpajat 2 Sari Saarikoski
Työpajaopintoihin saavat osallistua myös muut kuin taiteen perusopetukseen hyväksytyt. Tiedustelut opettajalta tai kulttuuritoimistosta (p. 040 150 5232).

130101 SUKUTUTKIMUKSEN PERUSKURSSI (28 t)

Kuusiston koulu, atk-luokka
ti 16.9.–2.12.2014 klo 18.00–21.00
Kurssimaksu 32 €, Raija Koski

Sopii kaikille sukututkimuksesta kiinnostuneille. Ei edellytä ennakkotietoa tai osaamista. Käymme läpi sukututkimuksen perus-lähteet digitoiduista kirkonarkistoista (historiakirjat ja rippikirjat), opimme ns. sisksak-tekniikan, tutustumme sukututkimuksen kannalta keskeisiin tietokantoihin ja tutustumme Sukujutut-sukututkimusohjelman Demo-versioon, jonka avulla voi tehdä halutessa pienimuotoisen sukupuun. Kurssilaisilla on myös mahdollisuus tilata kurssin aikana Suomen sukututkimusseuran oppikirjoja alennettuun hintaan. Kurssilaiset tekevät oman sukunsa tutkimusta kurssin aikana tuettuna. Ilm. viim. 8.9.



TOHOTULI
kuntatiedote

Julkaisija:
Toholammin kunta
Levikki: 1 600 kpl

Levikkialue:
Toholampi

Taitto: I-print | plus
Paino: I-print Oy
Jakelu: Itella Posti Oy

Ilmestymispäivä 26.8.2014

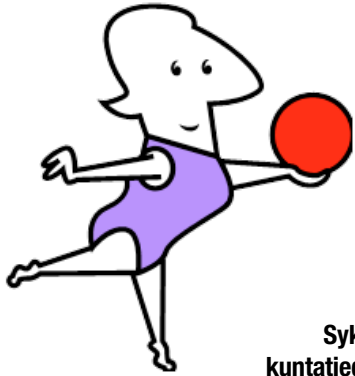
Lehden seuraava numero ilmestyy lokakuussa.

HYVINVOINTIKESKUS MAUNU RY

Elnantie 2, 69300 Toholampi. p. 045 8422 251 • e-mail: jussinpirtti@gmail.com

Toiminta alkaa Jussinpirtillä viikolla 36

LIIKUNNAN ILOA RYHMISSÄ



Naisten ryhmä to 9.30–10.30,
Minna Vilppola

Miesten ryhmä to 10.30–11.30,
Minna Vilppola

Miesten ryhmä II to 15.00–16.00,
Hannu Ahola



Syksyn muusta ohjelmasta ilmoitetaan seuraavassa kuntatiedotteessa, Keskipohjanmaan tapahtumakalenterissa ja Facebookissa. Seuratkaa ilmoittelua!

KLEMETTI-OPISTON KAMARIKUORO

Konsertti Toholammin kirkossa
su 14.9.2014 klo 14.00

Johtaa Heikki Liimola

Ohjelma 15 €

Järj. Toholammin Kamarimusiikkiryhdistys



Salaista valoa täynnä

Näkemyksiä runoilija Saima Harmajan elämästä ja tuotannosta

to 9.10.2014 klo 18.00
Toholammin kirjastossa

Saima Harmaja -seuran perustaja,
toimittaja ja teatteritaiteen maisteri
Päivi Istala



Vapaa pääsy



Saima Harmaja (8.5.1913–21.4.1937)



TOHOLAMMIN NAISVOIMISTELIJAT TIEDOTTAA!

Ryhmät alkavat viikolla 37

LAPSET:

3–4 v. Vilperijumppa torstai klo 18–19, Kuusiston koulu
vetäjänä Anu Olkkola

5–6 v. Villiviikarit maanantai klo 18.00–18.45, Kuusiston koulu
vetäjänä Nanna Peltokangas ja Sonja Yliuoma

9–10 v. Nopsanikat tiistai klo 17–18, Kuusiston koulu
vetäjänä Oona Remesaho ja Elli Soini

Alle kouluikäiset Vauhtiveikat tiistai klo 18.15–19.00,
Sykäräisen koulu, vetäjänä Hanna Peltokangas

AIKUISET:

Levytankojumppa maanantai klo 19–20, Kuusiston koulu
ohjaajina Vuokko, Niina ja Laura
ilmoittautuminen tekstiviestillä 1.9 alkaen
040-7645775 Virpi Nivala

Kuntosali sekaryhmä maanantai klo 18–19,
urheiluhalli (Sari Pajakoski)

Kuntosali naiset keskiviikko klo 18–19,
urheiluhalli (Sari Pajakoski)

Kahvakuula maanantai klo 18.30–19.15,
Sykäräisen koulun pihalla (Anne Wennström)

Omat kuulat ja patjat mukaan!
Ilmoittautuminen tekstiviestillä 040-7486886 Anne

Toholammin naisvoimistelijat ei ole vakuuttanut ryhmissä kävijöitä.

Jos olet kiinnostunut toimimaan ohjaajana ryhmissämme niin ota yhteyttä Sari Pajakoski p. 040-5199154

TOHOLAMMIN 4H-TIEDOTTAA



4H-kerhot toimivat seuraavasti:

KIRKONKYLÄ:

- 4H-kerho to klo 17.00–18.30 4H:n toimisto (Sara ja Konsta)
- 4H-kokkikerho ma klo 14.00–15.30 kotitalousluokka (Sari)

SYKÄRÄINEN:

- 4H-kerho to 17.00–18.00 koulu (Sandra, Jenni, Emma)
- 4H-salibandy kerho to 18.00–19.30 koulu (Atte ja Veeti)

KLEEMOLA:

- 4H-kerho ke 18.00–19.30 koulu (Aliisa ja Mimosa)

VIITOJA:

- 4H-kerho ke 13.30–15.00 koulu (Jasmina, Niina ja Ellen)

Kerhot alkavat viimeistään vk 36 ellei toisin ilmoiteta.

Kiitokset kaikille lannoitesäkkikeräykseen osallistuneille!!!!

Terkuin 4H-Sari



Ikääntyvien arjen ja palvelujen parantamiseksi

SenioriKaste- hanke kehittää vanhustyön palveluja ja toimintatapoja, jotka tukevat ikääntyvien kotona asumista. Kotona asumisen lisäksi hankkeessa tuetaan ikääntyvien arjen sisältöjen monipuolistamista sekä kuntouttavan toiminnan ja osaamisen kehittämistä.

AVOIN INFO JA KESKUSTELUTILAISUUS

Kulttuurisalissa
28.8.2014 klo 14:00

Mukana hankkeen työntekijät

TERVETULOA!



MUISTIBUSSI MUISTIVIIKKOLLA



**TOHOLAMMILLA
S-MARKETIN PARKKIPAIKALLA
PERJANTAINA 19.9.2014
KLO 11.30-13.00**



**TERVETULOA TUTUSTUMAAN
MUISTIASIOIHIN JA NAUTTIMAAN
KUPPI KUUMAA!**

Järj. Muistiliitto Keski-Pohjanmaa



NUPPI JA RUPPI

VERTAISTUKEA MUISTISAIRAUTEEN SAIRASTUNEILLE JA HEIDÄN LÄHEISILLEEN

Nuppi ja ruppi -ryhmä on pariskuntien tai läheisessä hoiva-suhteessa olevien (esim. äiti – tytär) yhteinen harrastus. Toisella osallistujista on todettu jokin muistisairaus.

Toiminnan tarkoituksena on tukea perheiden kotona selviytymistä ja tarjota vertaistukea sekä tietoa, tukea ja neuvontaa arkipäivän haasteisiin. Kahden tunnin kokoontumiset alkavat yhteisellä kahvitteletuokiolla, jonka jälkeen eriytyvät ohjelmat muistisairaille ja läheisille.

Ryhmä kokoontuu kuukauden viimeisenä keskiviikkona 24.9. alkaen klo 14-16 Jussinpirtissä Toholammilla, Elnantie 2.

Tervetuloa mukaan!

Lisätiedot ja ilmoittautuminen 19.9. mennessä
Liisa Mäkelä p. 044 7720 093,
liisa.makela@suomendemy.fi

Järjestää: Perhönjokilaakson Omaishoitajat ja Läheiset ry sekä Muistiliitto Keski-Pohjanmaa



Kutsu eroneuvo-iltaan

eronneille ja eroa harkitseville vanhemmille sekä heidän läheisilleen

Ero herättää vanhemmissa monenlaisia kysymyksiä. Eroneuvosta saat tietoa ja tukea erosta selviämiseen ja vanhemmuuden kysymyksiin eron jälkeen.

Eroneuvoon ovat tervetulleita vanhemmat, jotka harkitsevat eroa tai ovat jo eronneet, ja perheen läheiset.

Eroneuvot ovat matalan kynnyksen avoimia tilaisuuksia kaikille asuinkunnasta riippumatta eikä tilaisuuteen tarvitse ilmoittautua etukäteen, osallistuminen on myös maksutonta.

Tilaisuuden vetäjä on sosiaali- tai terveysalan ammattilainen. Mukana on aina myös vertaistukijoita, jotka ovat itse eron kokeneita vanhempia. Tilaisuus on kertaluonteinen ja kestää kaksi tuntia.

Keski-Pohjanmaalla järjestetään seuraavat Eroneuvo-illat:

- **Kokkolassa** tiistaina 2.9.2014 klo 18-20, Kokkolan ensi- ja turvakoti ry:n tilassa, os. Ouluntie 31 B
- **Kaustisella** tiistaina 7.10.2014 klo 18-20, Perhe- ja sosiaalikeskus Pajalassa, os. Pajalantie 3
- **Kannuksessa** tiistaina 4.11.2014 klo 18-20, Perhekeskus, Asematie 1, 2.krs

Järjestäjinä Kokkolan kaupunki, Jyväskylä, Kokkolan ensi- ja turvakoti ry

Lisätietoja

Merja Heikkilä, Kaustinen, puh 040 804 5811, merja.heikkila@kpsph.fi

Marita Toivonen, Kannus, puh 040 804 2811, marita.toivonen@kpsph.fi

Anneli Eerikäinen, Kokkola, puh 044 251 31314,

anneli.eerikainen@kokkolansijaturvakoti.fi

www.neuvokeskus.fi

*"Upeaa oli se, että sai itse kertoa mitä halusi.
Ja että tilaisuuteen pääsi suht nopeasti."*



VANHEMMUUS EI PÄÄTY EROON.
NEUVOKESKUS.



kiuru
Peruspalveluliikelaitos Jyväskylä

HARKITSETKO EROA?
OLETKO ÄSKETTÄIN ERONNUT?