

61. Helin kesä 7.–9.6.2024, Helsinki

Helin kesän teema on ”Yhdessä!”



Perjantai 7.6.2024

Ilmoittautuminen alkaa kello 13.30

- | | |
|--------------------|---|
| 13.30– | Ilmoittautuminen alkaa |
| 14.15–15.00 | Kahvi (<i>kokousravintola 2. krs</i>) |
| 15.00–15.45 | Tervetuloa Helin kesään! (<i>kokoustila Kyllikki</i>)
<i>Toiminnanjohtaja Markku Hyttinen ja järjestöjohtaja Mervi Puolanne</i> |
| 15.45–17.00 | Ilmastomuutoksen terveysvaikutukset kiinnostavat Aktivistimummoja (<i>kokoustila Kyllikki</i>)
<i>Aktivistimummo, tutkimusprofessori Helena Kääriäinen, THL</i> |
| 17.00–18.30 | Päivällinen (<i>kokousravintola 2. krs</i>) ja majoittuminen |
| 19.00–20.00 alkaen | Tullaan yhteen -ilta (vapaaehtoinen)
<i>ulkona sään salliessa tai kokoustila Kyllikki</i> |

Lauantai 8.6.2024

- | | |
|------------|--|
| 07.00– | Aamupala |
| 09.00–9.30 | Aamuvirkistys
<i>sään salliessa ulkona</i> |

09.30–11.00 **Työpajat**

Työpaja 1 (Raakel) Tuoreita tuulia vertaistoimintaan <i>ohjaaja, asiantuntija Päivi Suuniittu (järjestöpäällikkö Elina Salo-Orkamaa ja järjestöasiantuntija Helena Narkilahti)</i>	Työpaja 2 (Esteri) Hyvä hallituskaveri <i>Sopusoinnuttaja Sari Marita Ikäheimo (järjestöasiatuntijat Hanna-Leena Kärkkäinen ja Riitta Palovuori)</i>	Työpaja 3 (Kyllikki) Hengitysliiton yhteistyökirjasto – lainaa elävä kirja ja rakennetaan yhteistyötä yhdessä * <i>Kirjastonhoitaja Mervi Puolanne</i>
--	--	--

11.10–11.55 **Aivot arjessa – miten voin edistää omaa aivoterveystäni**
*Asiantuntija Sanna Reuna, Aivoliitto
(kokoustila Kyllikki)*

12.00–13.00 **Lounas** (kokousravintola 2. krs)

13.00–14.30 **Työpajat jatkuvat**

Työpaja 1 (Kyllikki) Hengitysliiton yhteistyökirjasto – lainaa elävä kirja ja rakennetaan yhteistyötä yhdessä * <i>Kirjastonhoitaja Mervi Puolanne</i>	Työpaja 2 (Raakel) Tuoreita tuulia vertaistoimintaan <i>ohjaaja, asiantuntija Päivi Suuniittu (järjestöpäällikkö Elina Salo-Orkamaa ja järjestöasiantuntija Helena Narkilahti)</i>	Työpaja 3 (Esteri) Hyvä hallituskaveri <i>Sopusoinnuttaja Sari Marita Ikäheimo (järjestöasiantuntijat Hanna-Leena Kärkkäinen ja Riitta Palovuori)</i>
--	--	---

14.30–15.00 **Kahvi** (kokousravintola 2. krs)

15.00–16.30 **Työpajat jatkuvat**

Työpaja 1 (Raakel) Hyvä hallituskaveri <i>Sopusoinnuttaja Sari Marita Ikäheimo (järjestöasiantuntijat Hanna-Leena Kärkkäinen ja Riitta Palovuori)</i>	Työpaja 2 (Kyllikki) Hengitysliiton yhteistyökirjasto – lainaa elävä kirja ja rakennetaan yhteistyötä yhdessä * <i>Kirjastonhoitaja Mervi Puolanne</i>	Työpaja 3 (Esteri) Tuoreita tuulia vertaistoimintaan <i>ohjaaja, asiantuntija Päivi Suuniittu (järjestöpäällikkö Elina Salo-Orkamaa ja järjestöasiantuntija Helena Narkilahti)</i>
---	--	--

17.00–18.30 **Päivällinen** (kokousravintola 2. krs)

18.30–20.00 **Vapaaehtoista yhteistä iltaohjelmaa**
Musiikkimuseo Fame, Kauppakeskus Tripla

[Fame on uuden ajan elämyksellinen museo](#), jossa Suomen musiikkia esitellään monipuolisesti ja monen musiikkilajin kautta.

Huom! Liput varataan ilmoittautumisen mukaan. Ilmoittautuminen kysytään valittujen osallistujien vahvistuksen yhteydessä.

Sunnuntai 9.6.2024

07.00– **Aamupala**

09.00–9.30 **Aamuvirkistys**
sään salliessa ulkona

09.30–10.15 **Hyvästä parhaaksi hallituskaveriksi** (kokoustila Kyllikki)
Sopusoinnuttaja Sari Marita Ikäheimo, Hengityслиitto

10.30–11.30 **Miitta Sorvali kertoo elämästään: Miten räkänokasta tuli arvostettu näyttelijä?** (kokoustila Kyllikki)
Näyttelijä Miitta Sorvali

11.30–12.00 **Loppuyhteenveto ja palaute** (kokoustila Kyllikki)

12.00–13.00 **Lounas ja kahvi** (kokousravintola 2. krs)

Hyvää kotimatkaa!

***) Hengityслиiton yhteistyökirjaston lainattavat elävät kirjat**

Kirja 1 Erityisasiantuntija Sari Mäki: Vaikuttaminen hengitysterveyteen ja hengityssairautta sairastavan hyvää elämään – kokemustieto vaikuttamisessa

Kirja 2 Terveiden edistämisen päällikkö Jenni Tuomela: Tupakansavu vähenee, mutta uudet nikotiini tuotteet lisääntyvät

Osa I Nikotiini ja ympäristöjäte

Osa II Uudet nikotiini tuotteet

Kirja 3 Liikunnan asiantuntija Veera Farin: Liikkuva yhdistys

Osa I Hengitys- ja tietoisuusharjoitukset

Osa II Hyvää puhinaa liikkeellä puistotapahtuma Ilmanpäivänä 26.8.2024

Kirja 4 Viestinnän asiantuntija Selina Kangas: Yhdistystiedotteet tehokäyttöön

Lainata voi myös opastusta Kongressin käyttöön. Asiantuntijana toimii järjestötoiminnan ja viestinnän assistentti Eero Kaasinen. Kysymme opastustarvetta valittujen osallistujien vahvistuksen yhteydessä, jolloin voit ilmoittautua opastettavaksi. Ota oma tietokoneesi mukaan.