

POHJOIS-KARJALAN LIIKUNNAN VUOSIKERTOMUS 2024

Sisällys

Puheenjohtajan tervehdys	3
Avainluvut 2024.....	4
Pohjois-Karjala lukuina	4
Poimintoja vuodelta 2024	5
Urheilugaala	5
Ikäihmisten terveyspäivä	5
Kesäleirit, Hyvinvointifestarit ja Lumipuisto	6
Pokalin Liikunnan iloa -strategia	7
Pokalin toiminta ja painopisteet 2024	7
Päivittäisen liikkeen lisääminen.....	9
Lapset ja nuoret.....	9
Aikuiset	9
Soveltava liikunta.....	10
Elinvoimainen seuratoiminta	11
Virta-hanke.....	11
Yhteiskunnallinen vaikuttaminen	12
Viestintä	13
Pokalin hallitus ja kokoukset	14
Pokalin toimisto ja organisaatio.....	15
Palkitseminen	16
Urheilugaalassa 2024 palkitut	16
Muut palkitsemiset ja muistamiset	17
Pokalin jäsenet.....	18
Tilinpäätös	20

Puheenjohtajan tervehdys

Hyvät lukijat!

Pokalin vuosi 2024 on ollut tasaista työntouhua perustehtävän parissa, liikunnan ja urheilun asiantuntijana, edunvalvojana ja pohjoiskarjalaisten hyvinvoinnin edistäjänä.

Strategiakautemme oli viime vuonna loppusuoralla, mutta päätimme muuttaa strategiakautta muiden järjestöjen ja Joensuun kaupungin strategiakausia vastaavaksi. Niinpä teimme siirtymäkauden lyhyen strategian vuodelle 2025. Uuden strategian, vuosille 2026-2029, pohjaksi on tehty yhdistysanalyysit. Lisäksi Pokalin oma henkilökunta että hallituksen jäsenet, ovat tehneet omat analyysinsä ja niistä on yhdessä keskusteltu.

Taloudelliset reunaehdot sanelevat pitkälti toimintaamme ja olemme joutuneet pohtimaan toiminnan tehostamista, talouden tasapainottamista monin keinoin ja miettimään tulopuolen vahvistamista. Uusia ratkaisuja on löydettävä tämän kevään aikana.

Jatkuva huoli valtionosuuksien pienemisestä, yhdistysavustusten tiukkenevasta jakamisesta ja hankkeiden saamisen vaikeudesta eivät voi olla vaikuttamatta arkipäivään. Eikä yhteistyökumppaneitakaan enää ole helppo löytää.

Taloudellisista huolista huolimatta, Pokali on pystynyt tarjoamaan palveluja ja koulutuksia varhaiskasvatuksen henkilöstökoulutuksista aina ikäihmisten terveysvalistuksiin, kouluikäisiä ja työssäkäyviä unohtamatta. Toiminta on ollut laajaa ja laadukasta.

Jäsenseuramme saavat myös monenlaista tukea ja apua oman seuratoimintansa kehittämiseen. Erityisesti olemme paneutuneet viime vuonna seurojen seura-analyyseihin, sääntöuudistuksiin ja sovittelukoulutuksiin. Pokali tarjoaa sovitteluosaamista seurojen sisäisiin ristiriitoihin. Tästä osaamisesta olemme saaneetkin jo positiivista valtakunnallista huomiota ja pilotoimme toimintaa muillekin aluejärjestöille.

Kiitos kuluneesta vuodesta kaikille Pokalin työntekijöille, hallituksen jäsenille, yhteistyökumppaneille ja jäsenseuroillemme.

Hyvää kevättä toivottaen,

Maija Törmänen, Pokalin puheenjohtaja

Avainluvut 2024

- Osallistujamäärät tilaisuuksissa: 14 088
- Tapahtumia ja kohtaamisia: 284
- Verkkosivujen ja sosiaalisen median kattavuus kasvoi yhteensä yli 50 % (vrt. 2023)
- Sosiaalisen median vuorovaikutus (esim. linkkien klikkaukset) kasvoi 84 % (vrt. 2023)
- Sosiaalisen median katselut: 169 602
- Kampanjat:
 - Euroopan Liikkujan viikko
 - Liikuntaminuutteja keräsi Pohjois-Karjalassa 83 koululuokkaa
 - Kampanjaviikolla kerättiin yhteensä 1 170 995 liikuntaminuuttia
- Jäsenseurat: 113
- Testattuja henkilöitä: 825
- Liikutetut henkilöt tapahtumissa: 1620
- Luennoilla ja sparrauksissa kohdatut henkilöt: 210

Pohjois-Karjala lukuina

- Asukasluku: 161 102
- Ikärakenne (2023): alle 15-v 13% / 15-64v 58,2% / yli 64v 28,8%
- Ylipainon (ml. Lihavuus) yleisyys:
 - Aikuisista 20%
 - Alakouluikäisistä 25,3%
 - 13-16-vuotiaista 26,5%
- Heikko fyysinen toimintakyky –Move 2024
 - 5. luokka 36,6%
 - 8. luokka 42,9%
- Terveysliikuntasuosittelun mukaan liian vähän liikkuvat aikuiset: 50%
- Seurojen lukumäärä: 242, joista erikoisseuroja 202 ja yleisseuroja 40.

Poimintoja vuodelta 2024

Urheilugaala

Pohjois-Karjalan urheilugaala 2024 järjestettiin 27.1.2024 Sokos Hotel Kimmelissä. Urheilugaalan teemana oli luontoliikunta, joka huomioitiin ohjelman lisäksi myös palkituissa. Urheilugaalaan saapuivat juhlavieraiksi ja palkittaviksi Pohjois-Karjalaakin tutuksi tehneet Mikko "Peltsi" Peltola ja Juha Korhonen. Heidät palkittiin Pohjois-Karjalan luontoliikunnan lähettiläinä. Lisäksi gaalan ohjelmaa piristi stand up –koomikko Mikko Vaismaa.

Urheilugaalassa palkitaan vuosittain Pohjois-Karjalan kuntien vuoden liikuttajat, Karjalaisen kultamitalilautakunnan valitsevat kilpa- ja huippu-urheilussa ansioituneet tahot sekä Pohjois-Karjalan Liikunnan valitsevat liikunnassa- ja urheilussa ansioituneet tahot. Urheilugaalan huppuhetkiin lukeutuvan Elämänura-palkinnon sai Kiteen pesäpalloilun äitihahmo Marja-Liisa Varonen. Veikkaus muisti Marja-Liisa Varosta Uuno-palkinnolla ja erityisellä Jokeri-palkinnolla, joka on arvoltaan 500 €. Marja-Liisa sai valita Jokeri-palkinnon hyväntekeväisyyskohteen.

Ikäihmisten terveyspäivä

Ikäihmisten terveyspäivä – tapahtuma järjestettiin 12. kerran Suomen Seniorikodit ry:n toimeksiannosta Joensuu Areenassa 8.10.2024 klo 10.00–15.00. Pokali vastasi käytännön toteutuksesta. Mukana tapahtumassa oli yhteensä 55 eri järjestöä, yhdistystä ja yritystä sekä eri tahoja, jotka liittyvät ikääntyneiden ihmisten arkeen ja jaksamiseen sekä hyvinvointiin.

Tapahtuman teemana oli tänä vuonna muisti. Päälavalla puhuttiin mm. aivoterveystestä, muistista ja liikunnan merkityksestä muistiin. Lisäksi kuultiin testamentin laatimisesta ja edunvalvonnasta, sekä tietoinfoa alkoholin vaikutuksesta muistiin. Ohjelmassa oli myös tanssikurssi ja päivätanssit. Lavaohjelma sisälsi myös kolme erilaista jumppaa.

Osallistujilla oli mahdollisuus testata omaa toimintakykyään kansanterveydenkeskuksen ja Karelia amk:n palvelu- ja oppimisympäristö TARMO:n yhteistyössä toteutetussa mittauspisteissä. Tarjolla oli myös mm. niska-hartiahierontaa ja eri toimijoiden järjestämiä omia arvontoja. Urheiluseuroilla oli toiminnallisia pisteitä keilauksen, curlingin ja golfin tutustumiseen.

Kaiken kaikkiaan tapahtumaan osallistui yhteensä noin 1 400 henkilöä. Pohjois-Karjalan kunnat järjestivät myös yhteiskuljetuksia tapahtumaan, ainakin Tohmajärveltä, Kiteeltä, Polvijärveltä, Heinävedeltä ja Lieksasta.

Kesäleirit, Hyvinvointifestarit ja Lumipuisto

Pokali teki tiivistä yhteistyötä Itä-Suomen Liikuntaopisto (ISLO) ja Liikunta-aktiivisuuden edistämisen työryhmä (LAET) kanssa Hyvinvointifestarien järjestelyissä. Pokali vastasi etenkin lasten puolella olleiden toimijoiden, sekä osittain yritysten kontaktoinnista.

Hyvinvointifestareiden lisäksi Pokali oli mukana järjestämässä Laulurinteen Lumipuistoa, jossa Jekku-jänö oli mukana liikuttamassa Joensuun alueen koululaisia sekä perheitä. Jekku-jänö tavoitti noin 800 koululaista sekä 700 perhettä kolmen viikon aikana.

Pokalin kesäleirit järjestettiin vuonna 2024 kahden päivän mittaisina päiväleireinä. Kesäleiri 1 järjestettiin Mehtimäen ympäristössä yhteistyössä Jippo Junioreiden sekä Josba junioreiden kanssa. Kesäleiri 2 järjestettiin Sirkkalan liikkumiskeskuksessa yhteistyössä ISLO:n sekä Joensuun Katajan voimistelujaoston kanssa. Leireillä osallistujia oli yhteensä 60.

Pokalin Liikunnan iloa -strategia

Pokalin toiminta perustuu järjestön ”Liikunnan iloa” –strategiaan. Strategia käsittää vuodet 2021–2024. Strategiaa päätettiin jatkaa käsittämään vielä vuoden 2025, jotta saadaan strategiakausi mukautettua paikallisesti tärkeimpien sidosryhmien strategioiden ja maakuntaohjelman kanssa alkamaan samaan aikaan. Pokalin päätehtäväksi on määritetty pohjoiskarjalaisten ihmisten hyvinvoinnin edistäminen liikunnan ja urheilun avulla sekä liikuntakulttuurin elinvoimaisuuden ja monipuolisuuden varmistaminen. Visiomme on tehdä Pohjois-Karjalasta hyvinvoivien liikkujien ja urheilijoiden maakunta.

Toteutamme ja kehitämme toimintaamme arvojemme – vastuullisuus, moniarvoisuus, yhteisöllisyys ja asiantuntijuus – suunnassa.

Vuoden 2024 aikana aloitettiin Pokalin strategian rakentaminen vuosille 2026-2029. Työ jatkuu vuoden 2025 aikana ja hyväksytään vuoden 2025 syyskokouksessa.

Pokalin toiminta ja painopisteet 2024

Toimintamme keskittyy kuluvalle strategiakaudella pääosin kolmeen painopistealueeseemme: liikunnallisen elämäntavan edistämiseen, seuratoiminnan elinvoimaisuuden tukemiseen sekä kuntayhteistyöhön ja vaikuttamiseen. Keskitymme toiminnassamme erityisesti koulutustoimintaan, verkostotyöhön, liikuntapalvelujen kehittämiseen ja niiden tarjoamiseen, tapahtumien ja kampanjoiden järjestämiseen, vaikuttamiseen ja viestintään, työllistämiseen sekä palkitsemiskulttuurin vaalimiseen.

Vuoden 2024 kärkitavoitteiksi oli valittu järjestöjen välisen yhteistyön syventämisen, liikunnan kentällä toimivien tahojen vastuunjakon sekä elintapaneuvontaprosessien kehittämisen.

Järjestöjen välinen yhteistyö nostettiin uudelle tasolle Pokalin osallistuessa aktiivisesti JANE:n koulutusryhmän koulutussuunnitteluun ja koulutukseen. Näistä toimista alkoi aktiivinen järjestöjen yhteinen vaikuttamistyö vuoden 2025 kunta- ja aluevaaleja ajatellen.

Liikunnan kentällä toimivien tahojen vastuunjako sai selkeämmät rajat osin Joensuun Valmennuskeskuksen luoman pohjan takia. Muiden toimijoiden kanssa myös käytiin aktiivista keskustelua siitä, kenen kannattaa mitäkin liikunnan osa-aluetta hoitaa ja

millä alueella. Liikkuva Joensuu -yhteistyö antoi hyvää pohjaa asioiden yhteiselle eteenpäinviennille kuitenkin jokaiselle toimijalle oma sektori määrittäen.

Elintapaneuvontaprosessit kehittyivät, kun kunnat ja toimijat saivat määritettyä yhteiset toiminnan mittarit sekä yhteisen Hyviö-kirjaamisalustan.

Päivittäisen liikkeen lisääminen

Lapset ja nuoret

Lisää liikettä varhaiskasvatukseen, perusopetukseen, toiselle asteelle sekä harrastusmahdollisuuksien edistämistä peruskouluissa –hanke eli tuttavallisemmin Lisää liikettä -hanke jatkui vuonna 2024. Hankkeen puitteissa järjestettiin mm. verkostotapaamiset varhaiskasvatuksen liikuntavastaaville, peruskoulujen Liikkuva koulu – vastaaville sekä toisen asteen Liikkuva opiskelu –vastaaville. Lisää liikettä -hanke myös koulutti varhaiskasvattajia, peruskoulun oppilaita sekä peruskoulujen henkilöstöä, liikkutti nuoria välitunneilla yläkouluissa ja toisella asteella sekä sparrasi laajasti eri kohderyhmiä mukaan lukien alueen Harrastamisen Suomen Malli (HSM) -koordinaattorit.

Peruskouluihin koulutettiin Välkäreitä eli välituntiliikunnan ohjaajia ympäri maakuntaa. Lisäksi koulutettiin aloittelevien ohjaajien koulutuksia.

Pokali oli mukana eri yhteistyökumppaneiden järjestämissä tapahtumissa perheliikunnan osalta. Näitä olivat mm. Laulurinteen lumipuisto, Leikkipäivä Kontiolahdella sekä Lähiötalon pihatapahtuma. Lisäksi järjestimme oman Jekku-jänön seikkailusaari – tapahtuman.

Toiminnallisissa vanhempainilloissa kohdattiin perheitä varhaiskasvatuksessa ympäri maakuntaa. Vanhempainilloissa perheet pääsevät yhdessä liikkumaan sekä vanhemmat ja huoltajat saavat tietoa lasten liikkumisesta ja sen merkityksestä.

Lasten ja nuorten liikunnan osalta olimme mukana tukemassa alueen Liikkuva koulu ja Move! -hankkeita. Vuoden 2024 aikana erityisesti sparrasimme hanketyöntekijöitä KOULU-PT –toiminnan käynnistämiseen ja Liikkuva koulu –toiminnan tukemiseen. Lisäksi aloitimme kouluttamaan toiminnallisen oppimisen koulutuksia lähes kaikkiin Joensuun kaupungin peruskouluihin, jotka jatkuvat vuonna 2025.

Aikuiset

Aikuisten liikunnan edistämiseksi tehtiin laajasti yhteistyötä kuntien, työyhteisöjen ja muiden alueellisten toimijoiden kanssa. Liikuntaneuvonta oli käytössä 54 % kunnista (7/13), joista neljässä kunnassa palvelu oli vakiintunut osaksi kunnan toimintaa ja kolmessa sitä toteutettiin hankevetoisesti. Pohjois-Karjalassa otettiin vuonna 2024 käyttöön yhteiset mittarit ja kirjaamiskäytännöt Hyviö-alustalle.

Buusti360-ohjelman puitteissa toteutettiin kaksi laajempaa työhyvinvoinnin kehittämisprojektia. Pokali oli mukana alueellisessa henkilöstöliikunnan verkostossa yhdessä Etelä- ja Pohjois-Savon kanssa.

Vuoden aikana viestittiin aktiivisesti Liikkuva aikuinen -ohjelmasta sekä Ikäinstituutin kampanjoista. Liikkujan apteekki -yhteistyö jatkui alueella, ja yksi apteekki osallistui

Liikuntaa lääkkeeksi -koulutukseen. Pohjois-Karjalassa toimii yhteensä viisi liikkujan apteekkia.

Hyvinvointitilaisuuksia järjestettiin kuusi, joihin osallistui yhteensä 130 henkilöä. Tilaisuuksissa oli tarjolla työhyvinvointi-iltapäiviä, liikunnan lajikokeiluja sekä hyvinvointiluentoja.

Pokali oli mukana kahdeksassa kuntotapahtumassa. Osallistuttiin SYKETTÄ-korkeakoululiikunnan testauspäiville sekä TestLab Mehtimäki -hankkeen kuntakiertueille, jotka tarjosivat kaikille avoimia testauspäiviä. Näissä oli mahdollista mittaauttaa muun muassa kehonkoostumus, puristusvoima, tasapaino, ponnistusvoima, reaktionopeus ja tehontuotto.

Soveltava liikunta

Avoimet ovet –hanke yhteistyössä Suomen Paralympiakomitean kanssa jatkui vuonna 2024. Hankkeen puitteissa järjestimme verkostotapaamisia soveltavan liikunnan teemalta alueen urheiluseuroille. Lisäksi sparrasimme useampaa urheiluseuraa soveltavan liikunnan toiminnan aloittamisessa tai toiminnan jatkuvuuden tukemisessa sekä olimme tukemassa alueen Valtti-toimintaa. Viestimme soveltavan liikunnan teemoista laajalti eri toimijaverkostoissa.

Elinvoimainen seuratoiminta

Vuonna 2024 Pokalin vetämät seuratoiminnan palvelut kehittyivät edelleen. Osana painopistevalintana ollutta järjestyhteistyön kehittämistä Pokali sai vedettyä osan seuroista mukaan yhteistoimintaan muiden alojen yhdistysten kanssa.

Merkittävä seurojen välisen tiedonjakamisen välineenä olivat myös tammikuussa alkaneet Seurakahvitilaisuudet, jossa kerran kuussa seurat kokoontuivat Pokalin kahvitiloihin ilman suurempaa agendaä vain kuulumisia vaihtamaan. Näitä kahvitilaisuuksia kertyi yhdeksän kappaletta ja osallistuneita oli lähes 30 eri seurasta.

Seuratoimijoille järjestettiin yhteensä 23 koulutusta, joihin osallistui 369 henkilöä (luku tarkistettava). Lisäksi järjestettiin 31 seuraverkostotapahtumaa, jotka kokosivat yhteen 238 osallistujaa.

Tähtiseura-laatuauditointeja toteutettiin neljä, ja niihin osallistui yhteensä 40 seuratoimijaa. Seuroja tuettiin myös yksilöllisesti – vuoden aikana tehtiin 39 seurasparrausta, joissa mukana oli yhteensä 234 henkilöä. Lisäksi toteutettiin kuusi seura-analyysiä, joihin osallistui 36 henkilöä.

Pokalin työllistämispalvelun kautta työllistyi urheiluseuroihin yhteensä 28 henkilöä. Urheiluseuroille järjestettiin kaksi ravitsemuskoulutusta, joihin osallistui 90 henkilöä. Seurojen vastuullisuustyötä vahvistettiin paneelikeskusteluiden kautta, joissa käsiteltiin ajankohtaisia teemoja ja jaettiin hyviä käytäntöjä.

Virta-hanke

Pohjois-Karjalan liikunta ry. käynnisti 1.1.2024 kaksivuotisen, Leader-rahoitteen seurakehittämishankkeen Keski-Karjalan kunnissa. Hankkeen keskeisenä tavoitteena on kehittää mukana olevien kuntien ja niissä toimivien yhdistysten elinvoimaa. Vuoden 2024 aikana hankkeen toimesta toteutettiin seuraavia toimenpiteitä:

- Seitsemän seuraverkostotapaamista, 85 osallistujaa
- Kaksi kuntalaisille suunnattua liikuntatapahtumaa, 190 osallistujaa
- Kolme kuntalaisille suunnattua testitapahtumaa yhdessä TestLab-hankkeen toimijoiden kanssa.
- Toteutettu tai aloitettu neljä seura-analyysiä, 22 osallistujaa
- Kahdeksan sparraustilaisuutta yksittäisten seurojen kanssa, 39 osallistujaa
- Kaksi koulutustapahtumaa, 42 osallistujaa

Yhteiskunnallinen vaikuttaminen

Vaikuttamistyön merkitys on kasvanut maailmantilanteen ja julkisten varojen niukkuuden takia.

Vuoden 2024 aikana Pokali on ollut aktiivisesti mukana urheiluyhteisön kehittämisessä yhdessä muiden liikunnan aluejärjestöjen sekä Suomen Liikunnan Alueet ry:n kanssa.

Yhteistyössä opetus- ja kulttuuriministeriön kanssa laadimme 15 aluejärjestön yhteisen tavoiteasiakirjan, joka kokoaa yhteen keskeiset painopisteet ja mittarit liikunnan ja urheilun kehittämiseksi. Asiakirja rakentuu kolmen keskeisen teeman ympärille:

- päivittäisen liikkeen lisääminen
- elinvoimainen seuratoiminta
- kuntakumppanuus

Osana valtakunnallista liikunnan edistämistyötä Pokali osallistui aktiivisesti myös Olympiakomitean koordinoimaan Toimintakykyinen maa ja kansa -konseptiin, jonka tavoitteena on lisätä liikettä ja vähentää liikkumattomuuden aiheuttamia kustannuksia yhteiskunnalle.

Pokali on ollut vahvasti mukana keskusteluissa kuntien ja hyvinvointialueen kanssa ja tuonut liikunnan ja urheilun tärkeitä nostoja niin nykyisten päättäjien kuin tulevien ehdokkaidenkin tietoon esimerkiksi muiden maakunnan järjestöjen kanssa yhteistyössä järjestettyjen infojen avulla.

Savo-Karjalan kansanedustajille on pyritty välittämään tietoa seuratoiminnan tärkeydestä liikuttajina sekä yhteisöllisyyden, osallisuuden sekä puolustuskyvykkyyden vaalijoina.

Aluejohtaja on ylläpitänyt Kampaviinereitä ja kabinettipäätöksiä -blogia, jossa ottaa keskusteluun yhteiskunnallisia asioita liikuntakentän ja järjestötyön näkökulmasta. Näitä kirjoituksia on jaettu ympäri Suomea.

Liikkuva Joensuu -yhteistoimintamalli on ollut esillä valtakunnallisissa tilaisuuksissa melko ainutlaatuisena toimintakulttuurina, johon osallistuu kaupunki, liikuntaopisto, urheiluakatemia, kansalaisopisto sekä liikunnan aluejärjestö ja seurat.

Viestintä

Vuonna 2024 Pokalin viestintä tavoitti entistä laajemman yleisön eri kanavissa. Nettisivuilla vieraili vuoden aikana 54 403 kävijää, mikä oli 20 % enemmän kuin edellisvuonna. Sosiaalisen median vuorovaikutus, kuten linkkien klikkaukset ja sisällön jakaminen, kasvoi jopa 84 %.

Facebookissa seuraajia oli 1 600, joista 74,3 % oli naisia ja 25,7 % miehiä. Suurin kohderyhmä oli 35–54-vuotiaat. Instagramissa seuraajia oli 1 277, joista 69,2 % naisia ja 30,8 % miehiä. Suurimmat kohderyhmät olivat 35–44-vuotiaat (32,6 %), 25–34-vuotiaat (25,8 %) ja 45–54-vuotiaat (20,8 %).

Vuoden aikana julkaistiin viisi Kampaviinereitä ja kabinettipäätöksiä -blogia, jolla oli 150 tilaajaa ja keskimääräinen avausprosentti oli 51 %. Blogi käynnistettiin vuoden 2024 alussa osaksi Pokalin viestinnän kehittämistä.

Sosiaalisen median sisällöntuotantoa vahvistettiin tekemällä mainoskuvia koulutuksista ja työpajoista koko Itä-Suomen alueelle yhteistyössä alueen liikunnan aluejärjestöjen ja aluehallintoviraston kanssa. Pokali osallistui myös elintapaohjauksen verkoston viestintäsuunnitelman laatimiseen.

Vuoden merkittävimpiä piikkejä verkkosivujen ja sosiaalisen median tavoittavuudessa nähtiin Ikäihmisten terveyspäivän ja Pohjois-Karjalan Urheilugaalan yhteydessä.

Pokalin hallitus ja kokoukset

Pokalin hallitus kokoontui vuoden aikana seitsemän kertaa. Pokalin hallitukseen kuuluivat vuonna 2024 seuraavat henkilöt:

- Maija Törmänen (pj.)
- Arto Näsänen (vpj.)
- Marjo Siintomaa-Toljander (vpj.)
- Ari Niskanen
- Timo Makkonen
- Jutta Kurki
- Heli Aalto
- Aki Keronen

Lisäksi kokouksissa esittelijänä toimi aluejohtaja Tomi Pyylampi sekä vara-aluejohtajana Sari Kakkonen, myöhemmin Roosa-Maria Turunen.

Pokalilla oli kaksi jäsenkokousta: Kevätkokous 29.4.2024 sekä syyskokous 3.12.2024.

Kevätkokous hyväksyi tilinpäätöksen ja vuosikertomuksen 2023 ja päätti asettaa ehdollepanotoimikunnan valmistelemaan henkilövalintoja syyskokoukseen. Ehdollepanotoimikuntana toimi Antero Puhakka (KarTe) pj., Jussi Väisänen (Jippo ry), Katri Mäntylä (PyU), Sirke Katajala (NurmSe) ja sihteerinä aluejohtaja Tomi Pyylampi.

Syyskokous hyväksyi talousarvion, toimintasuunnitelman sekä strategiapäivityksen vuodelle 2025. Kokous valitsi Pokalin varapuheenjohtajaksi Heli Aallon erovuoroisen Arto Näsäsen tilalle. Hallituksen jäseniksi valittiin Anne Niskanen, Antti-Eemeli Ahtilinna ja Aki Keronen. Erovuoroisia olivat Heli Aalto, Aki Keronen ja Timo Makkonen.

Pokalin toimisto ja organisaatio

Pokalin toimipiste sijaitsee Joensuussa Tiedepuistolla, mutta henkilökunnan työtehtävät kuljettavat heitä ympäri maakuntaa. Pokali tarjoaa myös mahdollisuuden etätyöskentelyyn, silloin kun työtehtävät sen mahdollistavat.

Pokalilla oli vuonna 2024 yhteistyösopimukset taloushallinnon hoitamisesta Karelia Soutu ry:n ja Pohjois-Karjalan ampumahiihdon tuki ry:n kanssa. Nämä sopimukset ovat kattaneet kirjanpidon ja Pohjois-Karjalan ampumahiihdon tuki ry:n osalta myös laskutuksen, maksuliikenteen ja palkanlaskennan hoidon.

Yhteistyösopimukset toimiston peruspalveluista tehtiin vuonna 2024 Pohjois-Karjalan ampumahiihdontuki ry:n kanssa koskien mm. kopiointi-, tulostus- ja postituspalveluja. Myös muille jäsenyhteisöille tarjottiin kopiointi-, tulostus- ja postituspalveluja edulliseen jäsenhintaan. Pohjois-Karjalan Ampumahiihto ry:n kanssa on tehty yhteistyötä myös viestinnän osalta.

Henkilöstö	Harjoittelijat	Kouluttajat ja muut toimijat
Hirvonen Katri (80 %)	Hämäläinen Juuso	Antikainen Tuula
Kakkonen Sari	Härkönen Anne	Halonen Soile
Kaverinen Jonna (80 %)	Kakkinen Anni	Heinonen Varpu
Lehtimäki Jouni		Holm Milla
Pyylampi Tomi		Hämäläinen Juuso
Turunen Roosa-Maria (80 %)		Härkönen Anne
Remes Tommi (loppunut 31.1.2024)		Kakkinen Anni
		Karppinen Riitta
		Kinnunen Mirja
		Koistinen Anna
		Lehkonen Nina
		Pitkänen Tiina
		Sormunen Piia
		Timonen Miika
		Tirkkonen Taija
		Tirkkonen Tiia
		Vaarala Iida

Palkitseminen

Urheilugaalassa 2024 palkitut

- **Kuntien valitsemat vuoden 2023 liikuttajat**
 - Heinävesi: Eläkeliiton Heinäveden yhdistys ry
 - Ilomantsi: Rauni Penttinen
 - Joensuu: Josba Juniorit ry
 - Juuka: Tarja Gröhn
 - Kitee: Keski-Karjalan sukeltajat ry
 - Kontiolahti: Esa Manninen ja Simo Hirvonen
 - Lieksa: Jongunjoen kyläseura ry
 - Liperi: Liperin Lavatanssijat ry
 - Nurmes: Nurmeksen Naisvoimistelijat ry
 - Outokumpu: Outokummun Kiekko ry
 - Polvijärvi: Jenni Leppänen
 - Rääkkylä: Martti Rautiainen
 - Tohmajärvi: Outi Ruokolainen
- **Karjalaisen kultamitalilautakunnan valinnat**
 - Pohjois-Karjalan paras urheilija 2023 -lukijäänestyksen voittaja: Erno Kostamo
 - vuoden valmentaja: Petri Virtanen
 - vuoden joukkue: Kataja Basket
 - vuoden nuori urheilija: Pinja Eskelinen
 - Karjalaisen kultamitaliurheilija: Santeri Örn
- **Pohjois-Karjalan Liikunta ry:n valinnat**
 - vuoden liikunta- ja urheiluseura: Joen Liitokiekko ry
 - vuoden maakunnallinen liikuttaja: Sanomalehti Karjalaisen retkireittisarja
 - vuoden liikunta- ja urheilukunta: Nurmes
 - vuoden Pokalin yhteistyökumppani: Pohjois-Karjalan Kansanterveyden keskus ry
 - vuoden seuratyöntekijä: Jani Ruotsalainen
 - vuoden liikuntapaikkatyöntekijä: Mikko Tanskanen
 - Vuoden liikunnallinen ympäristötoimija: Pielis-Golf ry
 - Vuoden aktiivisin työpaikka: Outokummun Metalli Oy
 - Kunniainainta: Joensuun Kataja Voimistelun vastuullisuusteko
 - Elämänura-palkinto: Marja-Liisa Varonen

○ **Muita palkintoja**

- Pohjois-Karjalan luontoliikunnan lähettiläät: Mikko "Peltsi" Peltola ja Juha Korhonen
- Susirajan urheilutoimittajien vuoden valinta: Santeri Örn
- Harrastaminen koulupäivän yhteydessä -palkinto: Joensuu
- Maakunnan aktiivisin työpaikka: Outokummun Metalli
- Lasten ja nuorten Tähtiseura - Vuoden lasten ja nuorten Tähtiseura - kannustepalkinto: Joensuun Uimaseura ry
- Kunniaininta: Joensuun Kataja Voimistelun vastuullisuuteko

Muut palkitsemiset ja muistamiset

- Pokalin diplomi: Joensuun Ampujat ry 100v.
- Höytiäisen urheilijat - TARKASTA

Pokalin jäsenet

Pokalilla oli vuoden 2024 lopussa 113 jäsenyhdistystä, jotka ovat paria poikkeusta lukuun ottamatta pohjoiskarjalaisia urheilu- ja liikuntaseuroja. Näistä noin puolet tulevat Joensuun alueelta ja loput tasaisesti väkijakauman mukaan muista Pohjois-Karjalan kunnista.

Ahman Pojat ry	Joensuun Kauhojat ry
Brahean Uimarit ry	Joensuun Keilailuliitto ry
Enon Kisa-Pojat ry	Joensuun Latu ry
Erotuomarikerho Pallopuntari	Joensuun Maila ry
FB Factor	Joensuun Palloseura ry
FC Hertta ry	Joensuun Punttipojat ry
FC Pogosta ry	Joensuun Pyöräilijät ry
Future Club ry	Joensuun Ratsastajat ry
Höytiäisen Urheilijat ry	Joensuun Taekwondo ry
Ilomantsin Urheilijat ry	Joensuun Uimaseura ry
Itä-Suomen Yliopiston Ylioppilaskunta	Joensuun Urheiluautoilijat ry
JIPPO ry	Joensuun Voimailukerho ry
Jippo-juniorit ry	Joensuun Voimistelu ja Liikunta ry
Joen Juju ry	Jokipata ry
Joen Kyokyshikai Karate Dojo ry	Jokipojat
Joen Liitokiekko ry	Josba Juniorit ry
Joen Mawashi ry	Juniori Jokipojat ry
Joen Suunta ry	Juniori-Hurtat ry
Joen Yawara ry	Juuan Ampujat ry
Joensuun Agilityurheilijat ry	Juuan Jänne ry
Joensuun Cheerleadingseura ry	Juuan Palloseura ry
Joensuun Wolves ry	Juuan Urheilijat ry
Joensuun Ampujat ry	Jyrin kamppailukerho ry
Joensuun Curling ry	Kalevan Rasti ry
Joensuun Hiihtoveikot ry	Karelia-Soutu ry
Joensuun Kataja ry	Karelia Golf ry

Karelian Seikkailu-urheilijat ry

Karjalan Tennis ry

Keski-Karjalan Rasti ry

Keski-Karjalan Urheiluautoilijat ry

Kesälahden Urheilijat ry

Kiihtelysvaaran Urheilijat ry

Kippon ry

Kiteen Pallo -90 ry

Kiteen Urheilijat ry

Kolin Ipatti r.y.

Kontiolahden Kajastus ry

Kontiolahden Urheilijat ry

Lehmo Balls -96 ry

Lehmon Pallo -77 ry

Lieksan Hiihtoseura ry

Lieksan Into ry

Lieksan Loiske ry

Lieksan Taitoluistelijat ry

Lieksan Urheilijat ry

Liperin Hiihtoseura ry

Liperin Taimi ry

Liperin Taimi Paini ry

Liperin Taimi Suunnistus ry

Louhelan Woima ry

Niemisen Urheilijat ry

Nunnanlahden Viesti ry

Nurmeksen Sepot ry

Ote - Kiipeilykeskus

Outokummun Kiekko ry

Outokummun Partio ry

Outokummun Voimistelu ja Liikunta ry

Palovaaran Erämiehet ry

Pielis-Golf ry

Pielisen Ampujat ry

Pohjois-Karjalan Ampumahiihdontuki ry

Pohjois-Karjalan Hiihto ry

Pohjois-Karjalan lentopallo ry

Pohjois-Karjalan Mielenterveydentuki ry

Pohjois-Karjalan Seurakoirat PoKS ry

Pohjois-Karjalan Sydänpiiri

Pohjois-Karjalan Yleisurheilu ry

Polvijärven Urheilijat ry

Polvijärven Vauhti ry

Puhoksen Vesa ry

Pyhäselän Urheilijat ry

Rääkkylän Kisa-Veikot ry

Savo-Karjalan Suunnistus ry

Selkien Sisu ry

Soccer Club Riverball ry

Sulkaman Kipinä ry; kaukalopallo, pesäpallo

Suomen Salibandyliitto

Tanssikerho Täysikuu ry

Tomppa - Tohmajärven jumppa ry

Tuupovaaran Urheilijat ry

Ultrajuoksuseura Sisu ry

Valtimon Vasama ry

Viinijärven Urheilijat ry

Vuonislahden Urheilijat ry

Värtsilän Kisa ry

Ylämyllyn Yllätys ry

Tilinpäätös

Taloudellisesti toimintavuosi 2024 oli alijäämäinen 22 177,10 euroa. Toimintakulut olivat yhteensä 441 138,06 euroa, jossa oli laskua vuodesta 2023 lähes 30 prosenttia. Varsinaisen toiminnan tuotot olivat 171 916 euroa (v.2023/ 364 503 €).

Opetus- ja kulttuuriministeriön yleisavustus vuodelle 2024 oli 196 000 euroa. Avustus laski vuodesta 2023 kuudellatuhannella eurolla. Lisäksi Pokali sai erilaisia hankeavustuksia ja -rahoja yhteensä 69 119 euroa (v.2023 236 273 €). Vuonna 2024 ei ollut käynnissä edellisten vuosien kaltaista laajaa hanketta. Tämä vaikutti hankeavustusten kokonaismäärään vuonna 2024, ja asia voitiin ottaa huomioon vuoden 2025 talousarviossa.

Pohjois-Karjalan Liikunta ry:llä ei ole pitkäaikaisia lainoja. Vuoden 2024 investointina oli käytetyn Inbody-laitteiston hankinta.

	Toteutunut 1.1.2024- 31.12.2024	Toteutunut 1.1.2023- 31.12.2023	BUDJETTI 2024	BUDJETTI 2025
VARSINAINEN TOIMINTA				
TUOTOT				
Koulutus- ja tapahtumatuotot	54 712,43	75 247,34	80600,00	68500,00
Sopimustuotot	30 009,27	36 583,31	20600,00	31400,00
Muut tuotot	18 075,50	16 400,03	23000,00	17500,00
Avustukset	69 119,26	236 272,81	167839,00	87040,00
TUOTOT	171 916,46	364 503,49	292039,00	204440,00
KULUT				
Henkilöstökulut	-288 883,18	-340 778,59	-340860,00	-297298,00
Poistot	-2 685,04	-3 192,23	-2394,00	-1795,00
Vuokrat	-47 825,80	-53 055,54	-55580,00	-47161,00
Ulkopuoliset palvelut	-51 200,93	-156 652,39	-76450,00	-46310,00
Matkat ja majoitukset	-19 137,47	-25 432,49	-21750,00	-18386,00
Ruokailukulut	-444,25	-5 788,44	-5000,00	-5300,00
Materiaalikulut	-5 422,25	-5 467,87	-5650,00	-5200,00
Urheilija- ja valmentajatuot	-450,00	0,00	0,00	0,00
Muut toimintakulut	-25 089,14	-33 391,29	-33430,00	-25490,00
KULUT	-441 138,06	-623 758,84	-541114,00	-446940,00
VARSINAISEN TOIMINNAN KULUJÄÄMÄ	-269 221,60	-259 255,35	-249075,00	-242500,00
VARAINHANKINTA				
Tuotot	46 789,88	49 076,82	47575,00	46500,00
Kulut	-889,80	-1 198,41	0,00	0,00
TUOTTO/KULUJÄÄMÄ	-223 321,52	-211 376,94	-201 500,00	-196 000,00
RAHOITUSTUOTOT JA KULUT				
Tuotot	6 410,54	5 985,96	0,00	0,00
Kulut	0,00	0,00	0,00	0,00
OMATOIMINEN TUOTTO-/KULUJÄÄMÄ	-216 910,98	-205 390,98	-201500,00	-196000,00
SATUNNAISET TUOTOT JA KULUT				
Satunnaiset tuotot		346,72	0,00	0,00
KOKONAISTUOTO/KULUJÄÄMÄ	-216 910,98	-205 044,26	-201500,00	-196000,00
YLEISAVUSTUKSET	196 000,00	202 000,00	201500,00	196000,00
TILIKAUDEN YLI/ALIJÄÄMÄ ENNEN VEROJA				
TULOVEROT	-1 266,12	0,00	0,00	0,00
TILIKAUDEN YLI/ALIJÄÄMÄ	-22 177,10	-3 044,26	0,00	0,00
Tuotot yhteensä	421 116,88	621 912,99	541 114,00	446 940,00
Kulut yhteensä	-443 293,98	-624 957,25	-541 114,00	-446 940,00

TASE

31.12.2024 31.12.2023

VASTAAVA

PYSYVÄT VASTAAVAT

Aineelliset hyödykkeet		
Koneet ja kalusto	8 055,10	9 576,67

VAIHTUVAT VASTAAVAT

Vaihto-omaisuus		
Aineet ja tarvikkeet	1 114,51	2 004,31
Muut vaihto-omaisuus	0,00	0,00
Vaihto-omaisuus yhteensä	1 114,51	2 004,31

Saamiset		
Lyhytaikaiset		
Myyntisaamiset	23 850,96	34 535,49
Siirtosaamiset	27 748,88	43 904,43
Lainasaamiset seuroilta	9 842,80	10 054,99
Lyhytaikaiset saamiset yhteensä	61 442,64	88 494,91
Saamiset yhteensä	61 442,64	88 494,91
Rahat ja pankkisaamiset	180 748,66	178 379,97
VAIHTUVAT VASTAAVAT YHTEENSÄ	243 305,81	268 879,19

VASTAAVA YHTEENSÄ	251 360,91	278 455,86
-------------------	------------	------------

VASTATTAVA

OMA PÄÄOMA

Edellisten tilikausien voitto (tappio)	227 225,52	230 269,78
Tilikauden voitto (tappio)	-22 177,10	-3 044,26
OMA PÄÄOMA YHTEENSÄ	205 048,42	227 225,52

VIERAS PÄÄOMA

Lyhytaikainen		
Saadut ennakot	158,00	138,00
Ostovelat	869,96	2 929,48
Siirtovelat	10 592,27	1 196,04
Muut lyhytaikaiset velat	34 692,26	46 966,82
Lyhytaikaiset velat yhteensä	46 312,49	51 230,34
VIERAS PÄÄOMA YHTEENSÄ	46 312,49	51 230,34

VASTATTAVAA YHTEENSÄ	251 360,91	278 455,86
----------------------	------------	------------