

Tervetuloa liikkumaan!

## 28. Jukuleiri Kalajoella

6.-9.6.2023

JUKU  
Leiri

## Mitä tästä leirikirjeestä löydät

Jukuleirillä kaikilla on kivaa! .....	2
Leiriläiselle .....	3
Mitä pitää ottaa mukaan? .....	3
Miten leirillä käyttäytyään?.....	4
Miten leirillä nukutaan? .....	4
Mistä tunnistat muut leiriläiset? .....	4
Entä kun tulee nälkä? .....	5
Kun koti-ikävä iskee.....	5
Jukuleirin ohjelmarunko .....	6
Aikuiselle.....	7
Leirin henkilökunta ja yhteystiedot.....	7
Leiripaikka ja ajo-ohjeet .....	7
Tiedotus, valokuvaus ja videokuvaus .....	8
Leirin sisältö.....	9
Ensiapu ja sairaudet .....	10
Vakuutus.....	10
Löytötavarat .....	10
Peruutusehdot.....	10

## Jukuleirillä kaikilla on kivaa!

Hei Jukuleiriläinen ja huoltaja!

Taas on Jukuleirin aika. Toivotan sinut lämpimästi tervetulleeksi kesän 2023 Jukuleirille. **Jotta leirillä kaikki sujuisi mallikkaasti, luettehan tämän oppaan huolella läpi yhdessä. Leiriopas sisältää erittäin tärkeää tietoa tulevasta leiristä.**

Leirillä on pitkät perinteet, ja se on säilyttänyt suosionsa vuodesta 1993 lähtien. Suosion säilyminen ei ole ihme, sillä leirillä pääsee liikkumaan monipuolisesti innostavien ohjaajien johdolla. Tänä vuonna leiri jatkaa viime vuodelta tutuksi tulleeseen tapaan upeassa Merenojan yhtenäiskoulun ympäristössä.

Leiriorganisaatioon kuuluu noin 40 henkilöä, joiden tärkeä tehtävä on huolehtia leiriläisistä. Leiriorganisaatio pitää huolen siitä, että leiriläisillä on turvallista olla ja hymy pysyy huulilla leirin aikana.

HIPPO-leirillä pääset tutustumaan yhteensä yli kymmeneen erilaiseen lajiin - aikamoinen määrä uusia kokemuksia! Jos olet tulossa lajileirille, pääset treenaamaan päivittäin itseäsi kiinnostavan lajin parissa. Aikaisempaa kokemusta lajista ei vaadita! Lajitreeneiden lisäksi myös lajileiriläiset pääsevät kokeilemaan leirillä erilaisia liikkumismuotoja. Leirillä koet monia mieleenpainuvia hetkiä; odotatko jo innolla leiridiscoa ja SuperParkin huimia tempuratoja? Leiriltä löytyy usein myös uusia mukavia ystäviä! Saattaa käydä niinkin, että innostut jostain uudesta lajista ja löydät siitä harrastuksen, jota voit jatkaa myös leirin jälkeen.

Tärkeintä Jukuleirillä on se, että jokaisella leiriläisellä on hymy herkässä leirille tullessa ja pois lähtiessä mukana mukavia muistoja! Leiriorganisaation työntekijät ovat paikalla nimenomaan sinua ja muita leiriläisiä varten.

### Tervetuloa Jukuleirille! Liikutaan, viihdytään ja koetaan yhdessä!

Keski-Pohjanmaan Liikunnan leiritiimin puolesta leiriläiset tervetulleeksi toivottaa,

Eeva-Maria Fränti

Emilia Hirvi



## Leiriläiselle

Mukavaa, että tulet kanssamme leirille! Tähän sinun osioosi on kerätty kaikenlaista tärkeää tietoa, joka on hyvä tietää ennen leiriä ja sen aikana. Lue kaikki huolellisesti läpi jonkun aikuisen kanssa.

### Mitä pitää ottaa mukaan?

Tässä on sinulle pakkausta helpottamiseksi lista, jota voit käydä kotiväen kanssa yhdessä läpi. Kun sinulta löytyy nämä tavarat, olet valmis Jukuleirille!

VAATTEET/YMS.	MUKANA	MUUTA TÄRKEÄÄ	MUKANA
5 x sukat		makuupussi	
5 x alusvaatteet		makuualusta tai patja	
1 x pitkät kerrastonhousut		muovinen juomapullo	
5 x t-paita		aurinkorasva	
takki		kello	
shortsit		muovipussi likavaatteille	
verkkarit/vastavaivat		hygieniatarvikkeet	
lämmin paita		hammasharja ja -tahna	
yöasu		pesuaineet	
sadeasu (takki & housut)		pieni reppu/kassi	
lippalakki/muu päähine		tarvittaessa lääkkeit	
pipo & hanskat, villasukat		kynä, paperia (nimmareita yms. varten)	
lenkkarit			
vaihtojalkineet			
2 x pyyhe			
farkut tms. ”diskovaatteet”			
kumisaappaat			
sisäkengät			

Suosittellemme, että laitat kaikkiin leirille otettaviin tavaroihin nimesi, tällöin hukkaan mennyt tavara löytyy nopeasti. Jos hukkaat jonkun tavarat, käy kysymässä sitä Infopisteeltä.

Mukaan on hyvä pakata mieluummin liikaa kuin liian vähän vaatetta. Leirillä vaatteesi voivat kastua sateessa, jolloin ne on hyvä vaihtaa kuiviin.

## Miten leirillä käyttäydytään?

Leirillä on kaikille yhteiset säännöt. Niitä on tärkeää noudattaa, että kaikilla on kiva ja turvallinen leiri. Voit käydä alla olevat säännöt läpi aikuisen kanssa jo ennen leiriä.



1. Kuuntele ohjaajia.
2. Ole ystävällinen kaikille.
3. Koulualueelta ei saa poistua ilman ohjaajaa.
4. Pidä kengät aina jalassa liikkuessasi ulkona.
5. Sisätiloissa emme käytä ulkokenkiä.
6. Lämpimällä säällä laita päähine päähän ja ota juomapullo mukaan päivän ohjelmaan lähdettäessä.
7. Kylminä päivinä laita tarpeeksi vaatetta päälle ja sateisina päivinä tarvittaessa vaihtovaatetta mukaan. Muista juomapullo myös kylmemmällä säällä!
8. Herkkuhetkiä vietetään lounaan sekä päivällisen jälkeen ruokalassa kioskin yhteydessä, makuutiloissa emme syö.
9. Kysy aina apua ohjaajilta, jos jokin mietityttää!

**Ohjaajan kanssa teette leirillä lisäksi oman ryhmänne yhteiset pelisäännöt.**

## Miten leirillä nukutaan?

Tänä vuonna leirillä nukumme luokahuoneissa. Leiripaikalle saavuttuasi saat tietää, mikä on juuri sinun majoitusluokkasi. Me olemme huolehtineet luokkajaot valmiiksi teitä varten!

Muistathan varata mukavan makuualustan taikka patjan, tyynyn sekä peiton tai makuupussin itsellesi nukkumista varten. Luokahuoneissa on hieman viileää öisin, joten kannattaa ottaa mukava oloasu nukkumiseen.

## Mistä tunnistat muut leiriläiset?

Avajaisten jälkeen saat leirirannekkeen, joka tulee pitää ranteessa koko leirin ajan. Leirirannekkeesta kaikki leirillä olevat näkevät, ketkä kaikki muut ovat mukana leirillä. Jos ranneke rikkoutuu, saat Infopisteeltä tarvittaessa uuden. Ohjaajasi auttaa sinua asiassa.

Saat ensimmäisenä päivänä myös leiripaidan, jonka voit laittaa päällesi vaikka heti!

Ohjaajilla on myös leiripaidat, näin tunnistat helposti ketkä ovat leiriohjaajia. Muista, että kaikilta ohjaajilta saa kysyä aina neuvoa ja apua, ei vain omalta ryhmäohjaajalta.

## Entä kun tulee nälkä?

Ruokailuja on päivittäin neljä: aamupala, lounas, päivällinen ja iltapala. Ruokailuihin mennään yhdessä ryhmänä oman ohjaajan johdolla, käsien pesun kautta.

Olethan muistanut ilmoittaa, jos sinulla on erityisruokavalio? Jos et, ota heti yhteyttä 0440 916 074 tai sähköpostilla [eeva-maria.franti@kepli.fi](mailto:eeva-maria.franti@kepli.fi).

## Herkkujen syöminen

Leirin aikana on mahdollista syödä herkuja, mutta aina vasta ruokailun jälkeen!

Leirille voit ottaa kohtuullisen määrän herkuja mukaan jo kotoa. Jos herkuja on mukana kohtuuttomasti, voivat leiriohjaajat kerätä osan herkuista pois, niin ettet syö niitä kaikkia kerralla. Herkut saa myöhemmin leirin aikana takaisin. Herkuja voi ostaa myös leirin aikana Jukuleirin omasta leirikioskista, joka on avoinna lounaan sekä päivällisen yhteydessä. Leiridiskon aikana on myös mahdollista ostaa jotain hyvää.

Leirillä on tarjolla maukasta kotiruokaa, jolla jaksaa hyvin leiripäivien ajan. ”Herkkurahaa” suositellaan otettavaksi mukaan korkeintaan 20 €.

## Kun koti-ikävä iskee

Leirille saa ottaa mukaan oman puhelimen. Niitä ei kuitenkaan pidetä mukana, vaan kännykät kerätään leirin alussa ryhmäkohtaisiin pusseihin, joita pidetään niille varatussa tilassa. Merkkää puhelimeen oman nimesi esim. maalarinteipillä. Huomioithan, että leirillä et voi ladata puhelintasi.

Leirillä voit käyttää omaa puhelintasi lounastauon yhteydessä, jolloin voit halutessasi soittaa vaikkapa kotiin. Puhelinaika on maanantaina päivällisen jälkeen ja tiistaista torstaihin lounaan jälkeen. Aika on hyvä ilmoittaa myös kotiväelle, että he tietävät odotella soittoaasi!

## Jukuleirin ohjelmarunko

Tarkempi ohjelma on ryhmäkohtainen ja selviää leirille saavuttaessa.

6.6. Tiistai		7.6. Keskiviikko	
10.00–12.00	Leirille saapuminen ja majoittuminen	7.30	Herätys, aamutoimet + aamunavaus
11.00- 12.15	Lounas	8.00	Aamupala
12.30–13.00	Leirin avajaiset	9.00–11.15	Toimintapisteet/Hipot Lajitreeni / Lajit
13.30–17	Toimintapisteet/Hipot Lajitreeni / Lajit	11.30	Lounas
17.15	Päivällinen	13.00-13.30	Lajiesittely/leirivieras
18.30-20.30	Yhteistä ryhmäytymistä	13.45-17.00	Toimintapisteet
20.30	Iltapala + iltatoimet	17.15	Päivällinen
22.00	Hiljaisuus	18.30–20.15	Leiridisco
		20.30	Iltapala + iltatoimet
		22.00	Hiljaisuus
8.6. Torstai		9.6. Perjantai	
7.30	Herätys, aamutoimet + aamunavaus	7.30	Herätys, aamutoimet + aamunavaus
8.00	Aamupala	8.00	Aamupala
8.30–11.30	SuperPark (1h 45min /ryhmä)	9.00–11.15	Toimintapisteet/Hipot Lajitreeni / Lajit
11.00 alk.	Lounas	11.30	Lounas & pakkaaminen ja siivous
13.00-16.30	Toimintapisteet/Hipot Lajitreeni / Lajit	12.30-13.00	Leirin päättäjäiset YU-kentällä
17.00	Päivällinen	13.00-14.30	Koko perheelle avoin KPO:n kesärieha päättäjäisten yhteydessä.
18.30	Leffailta	<b>Nähdäänhän taas ensi vuonna?</b>	
21.00	Iltapala + iltatoimet		
22.00	Hiljaisuus		

**Leiriläisten vanhemmat ovat tervetulleita leirin päättäjäisiin sekä koko perheen KPO:n Kesäriehaan! Kesäriehassa maskotit Apsi Apina, Onni Orava, pomppulinnoja sekä paljon muuta liikunnallista tekemistä.**

**Kesärieha on avoin kaikille!**

## Aikuiselle

### Leirin henkilökunta ja yhteystiedot

Jukuleirillä liikkuu noin 150 lasta ja leiriorganisaatioon kuuluu noin 40 henkilöä. Leirin vastuuhenkilöt ovat kokeneita aikuisia, jotka vastaavat leirin turvallisuudesta, aikataulujen toimivuudesta ja ennen kaikkea lasten viihtymisestä leirillä. Kaikilla leiriläisillä oma leiriohjaaja - tai useampi - jonka mukana leiriläiset kulkevat koko leirin ajan. Leiriohjaajat ovat saaneet tehtävänsä sopivan koulutuksen. Lapset jaetaan leiriryhmiin ennakkoon ja ilmoitetut huonekaveritoiveet otetaan mahdollisimman hyvin huomioon.

Leiriläisillä on rajattu aika käyttää omaa puhelintaan. Jos haluatte saada heihin yhteyden tämän ajan ulkopuolella, voitte soittaa leirin infopuhelimeen 0440 916 080. Välitämme leiriläiselle tarvittaessa soittopyyntöni/viestin. Leirin johto on tavoitettavissa koko ajan.



**Yhteystiedot leirin aikana:** Soitathan vain tärkeissä asioissa. Olemme aina tarvittaessa yhteydessä kotiin.

Eeva-Maria Fränti 0440 916 074

Emilia Hirvi 0440 916 076

Info 0440 916 080

### Leiripaikka ja ajo-ohjeet

**Leiripaikkana toimii Kalajoen Merenojan Yhtenäiskoulu**

**Osoite:** Pohjankyläntie 6, 85100 Kalajoki

Auton voi jättää Merenojan liikuntahallin/koulun edessä olevalle jättöpaikalle ja kantaa sieltä tavarat päädyssä sijaitsevan oven kautta majoituspaikoille koulun sisälle. Jättöpaikalta näetkin jo ilmoittautumispisteen, josta ohjaajat opastavat teidät oikeaan luokkahuoneeseen.

*Mikäli olit leirillä viime vuonna, huomioithan että kulku on tänä vuonna rakennuksen toisesta päädystä.*



## *Leirille saapuminen ja pois lähteminen*

**Leirille saavutaan tiistaina 6.6. klo 10.00–12.00 välisenä aikana.**

*Ilmoittautukaa ensin leirin ilmoittautumispisteeseen*, jonka jälkeen teidät ohjataan oikeaan luokkahuoneeseen. Voitte yhdessä kantaa tavarat koulun sisälle sekä laittaa oman makuupaikan valmiiksi. Tämän jälkeen onkin aika sanoa heipat kotiväelle.

**Lounasta on tarjolla tulopäivänä klo 11.00–12.15.** Ohjaajat opastavat miten toimia lounaalle mentäessä. Muistakaa majoittua ennen lounasta, ettei kasaaminen unohdu iltaan!

**Leirin avajaiset alkavat klo 12.30 leiriaukiolla.** Avajaisissa lapset jaetaan omiin ryhmiinsä ja leiri pääsee toden teolla alkamaan!

**Leirin päättäjaiset pidetään perjantaina 9.6. klo 12.30–13.00 yleisurheilukentällä.**

Päätöstilaisuuteen ovat tervetulleita myös leiriläisten kotiväki! Ota mukaan istuinalunen ja tarvittaessa sateenvarjo. Yleisurheilukenttä sijaitsee Merenojan yhtenäiskoulun pihassa. Tänä vuonna päättäjäisissä myös KPO:n Kesärieha. Luvassa pomppulinnoja ja maskotteja, tulkaa mukaan koko perheen kanssa!

Leiriläiset siirtyvät päättäjäisiin oman ohjaajansa johdolla. Päättäjäisten jälkeen siirrytään oman ohjaajan johdolla takaisin noutamaan tavarat. Kotiväki on tervetullut avustamaan pakkaamisessa 12.00 alkaen. Kun leiriläisen kampeet ovat kasassa, on aika sanoa omalle ohjaajalle: ”Heippa, nähdään ensi vuonna”.

**Jokaisen leiriläisen tulee ilmoittaa poislähtemisestään omalle ohjaajalleen, jotta tiedämme, että jokainen on päässyt turvallisesti kotimatalle!**



## **Tiedotus, valokuvaus ja videokuvaus**

Leirijärjestäjät ottavat leirin aikana tilannekuvia. Kuvia julkaistaan Kepli ry:n nettisivuilla, Jukuleirin Facebook ja Instagram sivuilla sekä mahdollisesti muissa julkaisuissa. Voit ladata kuvia vapaasti omaan käyttöösi. Ilmoittautumisen yhteydessä on kysytty kuvauslupa. Mikäli lastasi ei saa kuvata leiritoimintojen yhteydessä, ilmoita siitä ennen leiriä infopuhelimeen.

Käy tykkäämässä Jukuleirin Facebook -sivusta sekä Instagram -tilistä.

## Leirin sisältö

Leiri on jaettu kahteen osaan: Hippo-leiriin ja lajikohtaisiin leireihin. Hippo-leirillä lapset pääsevät kokeilemaan monia eri tapoja liikkua ja urheilla. Lajileireillä on enemmän lajikohtaista ohjausta, mutta myös sen aikana pääset kokeilemaan muitakin lajeja.

### **Kaikille yhteinen leiripassi sisältää**

- ✓ Täysihoidon: aamupala, lounas, päivällinen ja iltapala. Poikkeuksina maanantai, jolloin aloitamme lounaalla ja torstai, jolloin leiriläisille kuuluu aamupala ja lounas ennen kotiinlähtöä.
- ✓ Koulumajoituksen vartioidulla alueella luokkahuoneessa
- ✓ Tapaturmavakuutuksen
- ✓ Koulutettujen ohjaajien palvelut
- ✓ Leiriohjelman mukaisen liikuntaohjauksen, mm. toimintapisteet
- ✓ Leiritapahtumat: avajaiset, SuperParkin, discon, leffaillan, urheilijavierailut, päättäjäiset
- ✓ Leirin t-paidan
- ✓ Kuljetukset leirillä

## Ensiapu ja sairaudet

Leirin EA-henkilökunta on tavoitettavissa infopisteen yhteydessä. Yövärtioinnista vastaa paikallinen urheiluseura sekä vartiointiliike

Leiriläisten on hyvä ottaa tarvittaessa omat allergia- ja kipulääkkeet mukaan lääkkeiden sopivuuden varmistamiseksi. EA-henkilökunta arvioi lääkehoidon tarpeellisuuden ja opastaa lasta lääkkeiden ottamisessa. Jos leiriläisellä ei ole omia lääkkeitä mukana, on leirin EA-henkilökunta yhteydessä kotiin lääkkeiden sopivuuden varmistamisesta.

Jos lapsellasi on jokin jatkuvaa tarkkailua vaativa sairaus, esim. diabetes tai epilepsia, muistithan ilmoittaa tästä ilmoittautumisen yhteydessä. Tuodessasi lasta leirille ota mukaan ohjeet lapsen tarkkailua/hoitoa varten. Leirille tullessa nämä ohjeet käydään läpi lapsen ohjaajan, huoltajan ja EA-henkilökunnan kesken.

Jos lapsella on säännöllinen lääkitys ja hän pääsääntöisesti ottaa lääkkeensä itse, pyrkii hänen oma leiriohjaajansa joka tapauksessa muistuttamaan lääkkeiden otosta. Lasten, jotka eivät itse halua tai osaa huolehtia säännöllisestä lääkityksestään leiriaikana, on toimitettava lääkkeet ensiapupisteeseen ja keskusteltava EA-henkilökunnan kanssa lääkkeiden otosta. EA-henkilökunta valvoo tällöin lapsen lääkkeidenoton.

Leiriensivun vastuuhenkilöt tekevät tarvittaessa ratkaisut suuremmista toimenpiteistä, kuten lapsen saattamisesta jatkohoitoon. Tällöin olemme luonnollisesti yhteydessä lapsen huoltajaan. Lähin terveyskeskus löytyy tarvittaessa Kalajoen keskustasta, muutaman minuutin ajomatkan päästä.

## Vakuutus

Järjestäjä vakuuttaa leiriläiset leirin ajaksi. Olemme aina tarvittaessa yhteydessä myös huoltajiin. Jos leirillä sattuu tapaturma, josta saattaa olla myöhemmin haittaa, leirinjohtaja tekee tapaturmasta tapaturmailmoituksen. Olethan yhteydessä leirinjohtoon heti, jos havaitset lapsellesi sattuneesta tapaturmasta olevan jatkohoitoa vaativaa haittaa vielä leirin jälkeen.

## Löytötavarat

Löytötavarat kerätään leirin aikana infopisteelle. Leirille jääneet löytötavarat viemme järjestäjän toimistolle Kokkolaan, jossa säilytämme niitä 30.9.2023 asti. Toimiston yhteystiedot löydät lopusta.

## Peruutusehdot

Ilmoittautuessanne leirille olette hyväksyneet leirin peruutusehdot. Toivomme tietysti kaikkien pystyvän osallistumaan leirille, mutta jos joudut perumaan osallistumisen leirimaksua ei enää palauteta. Lääkärintodistuksella peruutusmaksu on 30 €/hlö. Jos leiri keskeytyy syystä tai toisesta, leirimaksua ei palauteta.

Leirin pitkäaikaisten yhteistyökumppaniemme ansiosta pystymme järjestämään ikimuistoisen leirikokemuksen laadukkaasti!

**Suurkiitokset toimivasta yhteistyöstä lasten ja nuorten liikunnan parissa!**



---

Leirin järjestää:

Keski-Pohjanmaan Liikunta ry

Torikatu 16 A 2, 67100 Kokkola

[www.kepli.fi](http://www.kepli.fi) Keplin toimisto: 0440916080

Leirin info 0440 916 080

Emilia Hirvi 0440 916 076

Eeva-Maria Fränti 0440 916 074

\*Järjestäjä pidättää oikeudet leiriohjelmassa tapahtuviin muutoksiin.



# KPO:n KESÄRIEHA

Tapahtumassa mukana

**APSI APINA JA ONNI ORAVA!**




**KPO JÄRJESTÄÄ ILMAISEN KESÄRIEHAN PERHEILLE**

Pomppulinnoja, kivaa yhdessä tekemistä

Apsin ja Onnin kanssa, pientä naposteltavaa sekä vapaata liikuntaa.

**Kalajoki, yleisurheilukenttä 9.6. klo 13–14.30**

(samassa yhteydessä Jukuleirin päättäjäiset)

POWERED BY  **kepli**