



Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu



TOIMINTA- JA TALOUSSUUNNITELMA 2020



ESLU - Liikunnan ja urheilun laadukain asiantuntija alueellaan

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU on monipuolinen vuonna 1993 perustettu yli laji- ja kuntarajojen toimiva seura- ja liikuntatoiminnan edistäjä ja yhteistyön koordinoija. ESLU kehittää toimintaansa alueellaan olevien tarpeiden mukaan toimien edunvalvonta-, koulutus-, yhteistyö-, kehitys- ja palveluorganisaationa. ESLU edistää seura- ja liikuntatoiminnan edellytyksiä kohtaamalla vuosittain yli 21 000 henkilöä.

Sisältö

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU	4
Koulutus	6
Seuratoiminta	7
Lasten ja nuorten liikunta	9
Aikuis- ja terveysliikunta	12
Markkinointi ja viestintä	15
Hallinto, henkilöstö ja talous	17



Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU



Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU on monipuolinen yli laji- ja kuntarajojen toimiva seura- ja liikuntatoiminnan edistäjä ja yhteistyön koordinoija. ESLU kehittää toimintaansa alueellaan olevien tarpeiden mukaan toimien edunvalvonta-, koulutus-, yhteistyö-, kehitys- ja palveluorganisaationa. Keskeisenä painopisteenä on Liikkuva Suomi -ohjelman jalkautumisen tukeminen sekä seura- ja kansalaistoiminnan elinvoimaisuuden vahvistaminen.

Yhteistyön lisääminen sekä liikunta- ja urheilutoimijoiden osaamisen kehittäminen ovat tärkeitä tehtäviä paikallistason toiminnan tukemisessa. ESLU tuottaa ja kehittää liikuntapalveluja laajan yhteistyöverkostonsa kanssa. Tärkeimpiä yhteistyötahoja ovat opetus- ja kulttuuriministeriö, muut Liikunnan aluejärjestöt, Olympiakomitea, lajiliitot, Etelä-Suomen aluehallintovirasto sekä paikallistason urheiluseurat ja kunnat. Lisäksi yhteistyötä tehdään jäsenjärjestöjen, muiden kansalaisjärjestöjen ja yhteistyökumppaneiden kanssa.

Toiminta-alue

ESLUn toiminta-alue käsittää 29 eteläsuomalaisista kuntaa, joissa asuu yhteensä noin 1,68 miljoonaa asukasta. Uudellamaalla asuu noin 30 prosenttia Suomen väestöstä. Ennusteen mukaan vuonna 2035 asukkaiden määrä lähenee jo kahta miljoonaa. ESLUn alueen kunnista suurin on noin 650 000 asukkaan Helsinki, joka on muuttoliikkeen vuoksi yksi Euroopan nopeimmin kasvavista kaupunkiseuduista. Alueemme pienimmässä kunnassa, Pukkilassa, on puolestaan noin 2 000 asukasta.¹⁾ ESLUn alueen moninaisuus asettaa haasteita toiminnallemme, koska alueemme kuntien toiminta ja toiminnot ovat hyvin erilaisia.

Yhteiskunnan muutokset asettavat myös seuratoiminnalle uusia haasteita. Vain viidesosa suomalaisista liikkuu riittävästi hyvinvoinnin ja terveyden kannalta. Tästä aiheutuu miljardiluokan kulut yhteiskunnalle. Summa kasvaa, koska lapset eivät liiku riittävästi ja työikäisten kunto uhkaa olla nykyistä heikompi.²⁾

Metropolialueen erityispiirteet tuovat haasteita myös lasten ja nuorten liikunnan suunnittelu-, kehittämis- ja toteutustyöhön. Liikunnan määrän väheneminen, yksipuolistuminen ja harrastuskustannusten nousu ovat suuria haasteita liikkeen lisäämisen näkökulmasta. Tilastokeskuksen mukaan ESLUn alueella on noin 1 378 päiväkotia, 527 peruskoulua, 70 lukiota ja 38 toisen asteen oppilaitosta³⁾. ESLU tukee kuntien eri toimialoja jakamalla asiantuntijuuttaan liikunnan ja urheilun saralla.

Yli kolmannes seuroista ja seuratoiminnan vapaaehtoisista toimii ESLUn alueella. Seuratoiminnan turvaamiseksi vapaaehtoistoiminta on saatava vetovoimaisemmaksi. Sitoutuminen toimintaan on muuttunut lyhytaikaisemmaksi, mikä aiheuttaa haasteita johtamiselle ja luo uutta koulutustarvetta. Lisäksi toiminnan tueksi tarvitaan palkattuja ammattilaisia seurakehitystyöhön. Seuroissa aikuisliikunnan kannalta keskeisiä tulevaisuuden kehityssuuntia ovat mm. väestön ikääntyminen ja monikulttuuristuminen sekä terveys- ja hyvinvointitietoisuus⁴⁾. Seurojen elinvoimaisuuden tukemiseksi ESLU kouluttaa, kehittää ja konsultoi seuroja vastaamaan liikunnan ja urheilun yhä vaativampiin odotuksiin.

ESLU on metropolialueen liikunnan ja urheilun

Seura- ja liikunta-
toiminnan edunvalvoja
sekä palvelujärjestö








Verkostojen rakentaja

Koulutustoiminnan
kehittäjä ja koordinoija

Toiminnan strategiset tavoitteet

- Metropolialueen hallinnon tärkein kumppani liikunnan ja urheilun asiantuntijapalveluissa
- Sidosryhmien tarpeiden tunnistaminen ja arkea helpottavien ratkaisujen tuottaminen
- Asiantuntija- ja vertaisverkostojen kehittäminen ja tukeminen
- Uusien trendien tunnistaminen sekä toiminnan jatkuva kehittäminen

ESLU lukuina vuonna 2018

		Osallistujat		Koulutusten määrä
ESLUn tilaisuudet		20 376		
Lasten ja nuorten liikunta		17 718		202
Seuratoiminta		1 276		55
Aikuis- ja terveysliikunta		1 336		86

Koulutus

Koulutustoiminta on ESLUn keskeinen tuki paikallistasolle. Keskeisenä painopisteenä on Liikkuva Suomi -ohjelman jalkautumisen tukeminen sekä seura- ja kansalaistoiminnan elinvoimaisuuden vahvistaminen. Ensisijaisena tavoitteena seuratoiminnassa on turvata liikunta- ja urheilutoimijoiden peruskoulutus alueella. ESLU kouluttaa, tukee sekä konsultoi toimijoita vastaamaan liikunnan ja urheilun yhä vaativampiin odotuksiin. Koulutustoimintaa järjestetään jokaisella ESLUn toimialalla; lasten ja nuorten liikunnassa, aikuis- ja terveysliikunnassa sekä seuratoiminnassa. Koulutuksia ja tapahtumia järjestetään avoimina, seminaareina sekä räätälöityinä tilauskoulutuksina.

Tavoitteenamme on laadukkaat tapahtumat ja koulutukset, joten kehitystyö on tärkeä osa myös

ESLUn koulutustoimintaa. Kehitämme koulutusten aiheita ja räätälöimme sisältöjä muun muassa seuraamalla ajankohtaisia aiheita ja keräämällä koulutuspalautteita. ESLU on mukana Liikunnan aluejärjestöjen koulutustyöryhmässä, jonka perustehtävänä on koordinoida ja kehittää alueiden yhteistä koulutuskokonaisuutta.

ESLU toimii yhteistyökumppanina Markkinointi-instituutin liikunta- ja urheilualalle suunnatussa liiketalouden perustutkintokoulutuksessa Faros & Comin kanssa. Lisäksi teemme yhteistyötä alueella toimivien oppilaitosten kanssa muun muassa hankekumppanina ja tarjoamalla oppilaille työharjoittelupaikkoja.

Valmentaja- ja ohjaajakoulutus (VOK) VOK-1-koulutuskokonaisuus

Kannustava valmentaja ja ohjaaja

Ihmisen elinjärjestelmät ja harjoittelu

Oppiminen ja opettaminen harjoitustilanteessa

Liikunnallinen ja urheilullinen elämäntapa

Fyysinen harjoittelu

Harjoittelun suunnittelu ja arviointi

Valmentajana ja ohjaajana kehittyminen

Lasten ja nuorten ohjaajan VOK-1 opinnot

Herkkyyskausien huomiointi harjoittelussa

Taitoharjoittelu

Tunne- ja vuorovaikutustaidot

Eettinen harjoittelu

Psyykkiset ja sosiaaliset ominaisuudet harjoittelussa

Aikuisten liikuttajan VOK-1 opinnot

Liikunta aikuisten arjessa

Vinkkejä ohjaustuokioihin

Teemakoulutukset

Terve Urheilija -koulutukset

Koulutuksia terveydenhuollon ammattilaisille

Työyhteisökoulutukset

Valmentajien ja ohjaajien tukikoulutukset

Urheilu- ja kinesioteippauskoulutukset

Seuratoiminnan hallinnon koulutukset

Talous, verotus

Markkinointiviestintä, yritys yhteistyö

Työ- ja valmentajasopimukset

Rahalliset tukimuodot

Hallinto, johtaminen, seuran pelisäännöt

Seuran juridiikka, tietosuoja

Arviointi ja kehittäminen

Lasten ja nuorten päivittäistä liikkumista tukevat koulutukset

Liikkuva koulu ja Liikkuva opiskelu -työpajat

Toiminnallinen oppiminen

Jonot mataliksi

Lisää liikettä varhaiskasvatukseen -koulutukset

Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä
- varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosittukset käytäntöön

Eriyistä tukea tarvitseva lapsi liikunnassa

Havainnosta liikkeeksi
- lasten motoristen taitojen havainnointi

Teemakoulutukset

Liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutus

Liikkujaksi - innosta vähän liikkuvat onnistumaan

Lasten liikunnan ohjaajakoulutus

Seuratoiminta



ESLUn tavoitteena on hyvin ja laadukkaasti toimiva urheiluseura. Seuratoiminnan lähtökohtana on seuran tahtotila, paikallinen näkökulma – kulttuuri, olosuhteet ja toimintaympäristö. Seurojen elinvoimaisuuden tukemiseksi ESLU kouluttaa, kehittää ja konsultoi seuroja vastaamaan liikunnan ja urheilun yhä vaativampiin odotuksiin. Tärkein tehtävä seuratoiminnan toimialalla on varmistaa, että seuroissa hallitaan järjestötoiminnan perusasiat. Työtä tehdään yhdessä eri yhteistyöverkostojen kanssa.

Seura-, kunta- ja lajiliittoyhteistyötä kehitetään ja vahvistetaan luomalla uusia verkostoja (esim. Seurafoorumit) ja järjestämällä verkostotapaamisia sekä tilauskoulutuksia. ESLU osallistuu seuratoiminnan verkostotapaamisiin ja tekee seurakehitystyötä Olympiakomitean, lajiliittojen, urheiluakatemioiden ja -opistojen, kuntien sekä muiden Liikunnan aluejärjestöjen kanssa. Tavoitteiden saavuttamiseksi yhteistyötä tiivistetään.

Seuratoiminnan kehittämiseksi seuratoimijat tarvitsevat tarpeisiinsa sopivia koulutuksia ja tukipalveluja. Seuratoiminnan hallinnon koulutukset toteutetaan avoimina koulutuksina, seminaareina sekä räätälöityinä tilauskoulutuksina seura-, lajiliitto- ja kuntakohtaisesti. Seuraseminaarit, seurafoorumit, Seura-Akatemiat ja klubitoiminta tarjoavat tietoa seuratoiminnan yhteisistä asioista sekä foorumin yhteistyön kehittämiseksi.

Suomen Valmentajat -yhdistyksen arvion mukaan maassamme toimii 80000 valmentajaa. Suurin osa heistä toimii täysin vapaaehtois pohjalta, vailla rahallista korvausta. Ammattivalmentajia on Suomessa vain noin 1200. ESLUn koulutustarjontaan kuuluu myös 1-tason valtakunnallinen valmentaja- ja ohjaajakoulutus (VOK-1) lasten ja nuorten sekä aikuisliikunnan ohjaamiseen.

Seuratoimijoiden tarpeita tullaan kartoittamaan entistä tiiviimmin, jotta voimme vastata tarpeisiin laadukkaasti sekä saavutamme mahdollisimman suurta vaikuttavuutta toimijoissa. Lisäksi jaamme tietoa ja koulutamme alueemme seuroja yhdenvertaisuustyössä.

Yhteiskunnan muutokset asettavat seuratoiminnalle uusia haasteita. Viranomaisten vaatimukset ja ohjeistukset muuttuvat jatkuvasti ja samalla sitoutuminen toimintaan on muuttunut lyhytaikaisemmaksi, joka aiheuttaa haasteita johtamiselle ja luo jatkuvasti uutta koulutustarvetta. Yli kolmannes Suomen seuroista ja seuratoiminnan vapaaehtoisista toimii ESLUn alueella.

Seuratoiminnan turvaamiseksi vapaaehtoistoiminta on kehitettävä vetovoimaisemmaksi. Lisäksi toiminnan tueksi tarvitaan palkattuja asiansa osaavia ammattilaisia seuratyöhön ja seuratoiminnan kehittämiseen.

Seuratoiminta

TAVOITTEET

Urheiluseuratoimijoiden osaaminen lisääntyy

ESLUn alueella on laadukkaita ja hyvin toimivia urheiluseuroja

ESLUn alueella on toimivat verkostot seuratoiminnan kehittämiseksi

Seurafoorumi toimii jokaisessa ESLUn alueen kunnassa

TOIMENPITEET

- Järjestämme avoimia seuratoiminnan hallinnon seminaareja ja Seura-Akatemia-koulutuksia
- Järjestämme tilauksesta ja avoimena VOK-1-koulutuksia ja muita ohjaajille ja valmentajille suunnattuja koulutuksia
- Järjestämme räätälöityjä kehitysprosesseja
- Neuvomme, mentoroimme ja sparraamme seuroja heidän arjessaan
- Toimimme seuratoiminnan hallinnon asiantuntijana liiketalouden perustutkinto -koulutuksessa
- Järjestämme klubitapaamisia ja verkostoja (Pj-, Tj-, Vp-, Sk- ja Jojo-klubit)
- Järjestämme seminaareja seura- ja kuntatoimijoille
- Olemme mukana seurojen laadun kehittämisprosesseissa ja auditoinneissa (Tähtiseura)
- Luomme yhteistyössä uusia seurafoorumeja sekä tuemme ja sparraamme kuntia käynnistämään toiminnan



Lasten ja nuorten liikunta



ESLU tarjoaa monipuolisia työvälineitä lasten ja nuorten liikuntaa järjestäville tahoille toiminnan kehittämiseksi. Erilaisia verkostoja kokoamalla tavoitteena on vaikuttaa lasten ja nuorten liikunnan toimintaedellytyksiin ja olosuhteisiin. Toiminnan painopisteenä on opiskelupäivän ja varhaiskasvatuksen liikunnallistaminen, koulupäivän liikunnallistamisen jatkuvuuden ylläpito tukitoimien avulla, harrastusmahdollisuuksien edistäminen sekä terveellisten elämäntapojen tukeminen. Työtä tehdään koulutuksen, konsultoinnin, tukipalveluiden ja viestinnän avulla kunta-, oppilaitos- ja seurakohtaisesti.

Yhteistyö eri toimijoiden välillä on avainasemassa lasten ja nuorten liikunnan kehitystyössä. Toimintaedellytyksiä kehitetään yhteistyössä aluehallintoviraston, Ilo kasvaa liikkuen -ohjelman, Liikkuvan koulun, Liikkuvan opiskelun, Olympiakomitean sekä muiden järjestöjen kanssa, joiden tavoitteena on lisätä lasten ja nuorten fyysistä aktiivisuutta päivän aikana sekä kehittää liikuntamahdollisuuksia. Osa toimialan toimenpiteistä toteutetaan hanketyönä yhteistyössä muiden Liikunnan aluejärjestöjen kanssa.

Urheiluseurapalvelut

Tavoitteenamme on lisätä seuratoimijoiden osaamista, tarjota toimivia työkaluja ja luoda aktiivisia verkostoja kehittämään ja lisäämään lasten ja nuorten liikkumisen mahdollisuuksia. Lasten ja nuorten ohjaajien ja valmentajien osaamista lisätään järjestämällä tilauksesta ja avoimena 1-tason valmentaja- ja ohjaajakoulutusta (VOK-1) sekä muiden osaamisen kehittämisen teemakoulutuksia. Edistämme liikunnan harrastamisen mahdollisuuksia järjestä-

mällä verkostotapaamisia. Lisäksi teemme yhteistyötä liikuntaharrastuksia tuottavien tahojen kanssa ja olemme mukana valtakunnallisessa Koulussa harrastamisen verkostossa.

Hankkeet

Liikkuva lapsi varhaiskasvatuksessa -hanke on aluejärjestöjen yhteinen hanke, jonka tavoitteena on verkostotyön edistäminen ja kehittäminen, varhaiskasvattajien liikuntaosaamisen vahvistaminen sekä uusien tukityökalujen ja sisältöjen kehittäminen varhaiskasvattajien tueksi. Työtä tehdään yhdessä valtakunnallisen Ilo kasvaa liikkuen -ohjelman kanssa.

Lisää liikettä 2020 -hankkeen päämääränä on opiskelijoiden aktiivisempi opiskelupäivä. Tavoitteena on koordinoita alueellista Liikkuva opiskelu -kehittämistyötä toisella asteella auttamalla, tukemalla ja innostamalla oppilaitoksia. Liikkuva koulu -ohjelmassa mukana olevien koulujen tukemista jatketaan edelleen verkostotyön ja koulutuksen keinoin. Kehittämistyötä tehdään yhdessä muiden aluejärjestöjen kanssa.

CONNEXT – for Inclusion ESR -hankkeessa ESLU on mukana liikunnan asiantuntijana sekä toimii verkostojen koordinoijana ja hyvien käytänteiden jakajana yhteistyössä muiden toteuttajien kanssa. ESLU levittää ja juurruttaa hankkeen toimintaa omissa rakenteissaan. ESR-hankkeen päämääränä on vahvistaa koulutuksessa aliedustettujen, maahanmuuttajataustaisten nuorten miesten ja heidän läheistensä osaamista ja motivaatiota uravalintojen suhteen sekä tukea peruskoulun jälkeistä koulutukseen siirtymistä. Hankkeen koordinoijana toimii Metropolia Ammattikorkeakoulu.

Seuratoiminta lasten ja nuorten liikunnassa

TAVOITTEET

Liikunnan harrastamisen mahdollisuudet lisääntyvät lapsilla ja nuorilla

Alueella on laadukkaita seuroja toteuttamassa lapsille ja nuorille suunnattua seuratoimintaa

Seuratoimijoilla on osaamista lasten ja nuorten ohjaamiseen ja valmentamiseen

TOIMENPITEET

- Järjestämme verkostotapaamisia harrastustoiminnan tukemiseksi
- Tuemme seuroja ja kuntia harrastustoiminnan kehittämisessä (koulutus)
- Edistämme urheiluseurojen ja päiväkotien/koulujen/oppilaitosten yhteistyötä (mm. liikuntapäivät, vanhempainillat, perheliikunta)
- Teemme tiivistä yhteistyötä liikuntaharrastuksia tuottavien tahojen kanssa sekä muiden harrastustoiminnasta vastaavien toimijoiden kanssa
- Toimimme aktiivisesti mukana Koulussa harrastamisen verkostossa
- Järjestämme leiritoimintaa paikallisten toimijoiden kanssa
- Järjestämme tilauksesta ja avoimena VOK-1-koulutuksia ja muita ohjaajille ja valmentajille suunnattuja koulutuksia

Varhaiskasvatuksen liikunnallistaminen

TAVOITTEET

Varhaiskasvatushenkilöstön liikuntaosaaminen vahvistuu

ESLUn alueella on aktiiviset verkostot toiminnallisen varhaiskasvatuksen mahdollistamiseksi

Valtakunnallisen Ilo kasvaa liikkuen -ohjelman paikallinen edistäminen

TOIMENPITEET

- Järjestämme koulutuksia ja toiminnallisia vanhempainiltoja
- Jaamme hyviä käytänteitä liikunnallisemman arjen rakentamiseen mm. verkostotapaamisissa
- Sparraamme kuntia ja varhaiskasvatustyksiköitä kehittämisprosesseissa

Kouluvuosien liikunnallistaminen

TAVOITTEET

Liikkuva koulu -toiminnot säilyvät kuntien/koulujen käytännössä

TOIMENPITEET

- Järjestämme säännöllisiä Liikkuva koulu -kuntakoordinaattoreiden verkostotapaamisia
- Järjestämme koulutuksia ja työpajoja koulun henkilöstölle sekä vertaisohjaajakoulutuksia oppilaille

Opiskeluvuosien liikunnallistaminen

TAVOITTEET

Oppilaitokset oppivat tuntemaan ESLUn palvelut, joilla muutetaan toimintakulttuuria toiminnallisemmaksi ja liikkuvammaksi

Valtakunnallisen Liikkuva opiskelu -ohjelman paikallinen edistäminen

TOIMENPITEET

- Järjestämme verkostotapaamisia toiminnan jalkauttamiseksi
- Järjestämme koulutuksia opettajille ja opiskelijoille
- Sparraamme oppilaitoksia ja kuntia kehittämissesseissa
- Tuemme valtakunnallista Liikkuva opiskelu -ohjelman viestintää



Aikuis- ja terveystoiminta



ESLUn aikuis- ja terveystoiminnan toimialan tavoitteena on lisätä työikäisten liikettä ja hyvinvointia tukemalla alueen liikunta- ja urheiluseurojen sekä muiden liikuntaa edistävien tahojen elinvoimaisuutta, onnistumisen edellytyksiä ja toimijoiden osaamista. Toimialan palvelut on suunnattu erityisesti urheiluseuroille, kuntasektorille ja työyhteisöille.

ESLUn tärkeimpiä yhteistyötahoja työikäisten liikunnan edistämiseksi ovat urheiluseurat ja kunnat. Muita kumppaneita ovat alueen oppilaitokset, Liikunnan ja kansanterveyden edistämiskeskus (KKI-ohjelma), Olympiakomitea, UKK-Instituutti sekä Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Jatkamme yhteistyötä myös Ikäinstituutin kanssa erilaisten kokeilujen muodossa.

Urheiluseurapalvelut

Urheiluseurojen jäsenistöstä yli 60 % on yli 19-vuotiaita. Tutkimuksen mukaan urheiluseuroista 40 % ilmoitti panostavansa liikunnan edistämiseen ilman saavutustavoitteita ja vain kolmasosalla vastaajista ensisijainen painopiste oli kilpaurheilutoiminta. Loput noin 30 % ilmoittivat panostavansa liikunnan ja kilpaurheilun edistämiseen laaja-alaisesti. Urheiluseuroista 55 % kertoi tarjoavansa toimintaa myös ikääntyneille. Aikuisten seuraurheilun kasvulle on edelleen potentiaalia, sillä vain reilu 10 % työikäisistä ilmoittaa liikkuvansa urheiluseurassa.⁵⁾

Tavoite urheiluseuroille suunnatuissa palveluissa on innostaa, lisätä osaamista, tarjota toimivia työkaluja ja dynaamisia verkostoja aikuisharrastajien liikkumaan aktivoimiseksi ja paikallisen liikuntatoiminnan laadun varmistamiseksi. Haluamme muistuttaa seuroja jo olemassa olevien harrastajien ja ohjaajien tyytyväisyyden varmistamisesta sekä toiminnan monipuolisuudesta. Toimintamuotona painotetaan seurojen kehitysprosesseja. Urheiluseuroille suunnatut palvelumuodot sisältävät muun muassa verkostotapaamisia, kehittämisiltoja ja koulutuksia sekä hyvien mallien jakamista ja konsultointia.

Kuntayhteistyö

Liikuntaneuvonta on yksilöön kohdistuvaa terveyden edistämistä, jossa painopisteenä on vahvistaa terveyttä edistäviä elintapoja, mukaan lukien riittävää liikuntaa. Liian vähäinen liikkuminen ja pitkäkestoinen istuminen lisää terveysriskejä. Liikkuminen on lääke, jolla näitä terveysriskejä voidaan pienentää.⁶⁾

Tavoitteena on jalkauttaa liikuntaneuvonta alueen jokaiseen kuntaan ja innostaa urheiluseuroja osaksi kunnallista liikuntaneuvonnan palveluketjua. Urheiluseurat ovat paikallisia liikuttajia ja luonteva osa liikuntaneuvonnan palveluketjua. Tavoitteena on edistää paikallisten palveluketjujen ja neuvontaprosessien toimivuutta sekä toimijoiden osaamista. Toimijoiden keskinäistä luottamusta ja arvostusta vahvistetaan lisäämällä muun muassa tiedonkulkua ja paikallista vuorovaikutusta.

Työyhteisöliikunta

Työnantajia autetaan henkilöstön arjen aktivoimiseksi niin töissä, vapaalla kuin työmatkoilla. Urheiluseurat ovat työyhteisöliikuntapalveluiden toteuttajina ESLUn keskeisiä yhteistyökumppaneita ja yhtenä tavoitteena on innostaa työyhteisöjen henkilökuntaa urheiluseurojen palvelujen pariin. ESLUn työyhteisöille suunnattuja palveluja ovat esimerkiksi henkilöstön hyvinvointikyselyt, terveystietokannan kartoitukset ja mittaukset, liikunta-neuvonta ja koulutukset.

Henkilöstölle suunnattuja koulutuksia ja palveluita toteutetaan laajasti ja tuemme muun muassa Liikkuva opiskelu ja Liikkuva koulu -ohjelmien työyhteisöjen liikunta- ja hyvinvointipalveluja. Olemme mukana kehittämässä Liikunnan aluejärjestöjen yhteistä Buusti360-työhyvinvointipalvelukokonaisuutta. Buusti360-palvelusivusto julkaistaan tammikuussa 2020. Lisäksi jalkautamme Olympiakomitean hallinnoimaa Suomen Aktiivisin työpaikka-kartoitusta.

Seuratoiminta aikuisten liikunnassa

TAVOITTEET

Seurapäätäjien ymmärrys sekä seuratoimijoiden osaaminen aikuisliikunnan edistämässä kasvaa

Alueen seurat aktivoituvat työyhteisöliikuntapalvelujen tarjoajina

Seuroilla on osaamista kehittää palveluja erilaisille liikkujille

Alueella on laadukkaita seuroja toteuttamassa aikuisten liikuttamista

TOIMENPITEET

- Järjestämme seurajohdolle koulutusta ja tukea aikuisharrastajien tuomista mahdollisuuksista
- Jalkautamme seuroille Työkäisten hyvinvointivalmennus -konseptia
- Vahvistamme seurojen ohjaajien ja valmentajien osaamista kouluttamalla ja verkostoitumalla (VOK-1, teemakoulutukset, idea- ja infoillat, asiantuntijaluennot ja -seminaarit)
- Lisäämme oppilaitosten ja urheiluseurojen yhteistyötä mm. urheiluseurassa tehtäviin työharjoitteluihin kannustamalla

Kuntien liikuntaneuvonta

TAVOITTEET

Alueen kunnissa käynnistetään liikuntaneuvontaa ja jo olemassa olevat palveluketjut kehittyvät

ESLUn alueen kuntien liikuntaneuvojien ja palveluketjuun osallistuvien toimijoiden osaaminen lisääntyy

Alueen aktiiviset verkostot varmistavat palveluketjun laadun ja sujuvuuden

TOIMENPITEET

- Autamme ja tuemme kuntia prosessinomaisen liikuntaneuvonnan ja liikuntaneuvontapalveluketjun käynnistämässä ja kehittämässä
- Vahvistamme liikuntaneuvonnan paikallisia palveluketjuja yhdistämällä toimijoita (apteekit ja urheiluseurat)
- Järjestämme paikallisia liikuntaneuvonnan verkostotapaamisia/-foorumeja
- Järjestämme koulutuksia ja seminaareja kuntien liikuntaneuvojille, Liikkujan Apteekkien yhdyshenkilöille ja urheiluseurojen johdolle sekä ohjaajille

Työyhteisöpalvelut

TAVOITTEET

Työyhteisöjen edustajat ymmärtävät liikunnan merkityksen työkykyyn ja hyvinvointiin

Työnantajilla on tietoa ja osaamista henkilöstön hyvinvoinnin edistämiseksi ja arjen aktivoimiseksi

ESLUn työyhteisöliikunnan palvelut kehittyvät

Alueen työyhteisöille tehdään tunnetuksi Buusti360-liikunta- ja hyvinvointiohjelmaa

Kumppaniverkostot työyhteisöliikunnan edistämiseksi vahvistuvat

TOIMENPITEET

- Toimimme työyhteisöjen johdolle ja henkilöstölle suunnattujen liikunta- ja hyvinvointikoulutusten sekä palveluiden toteuttajana ja tuottajana (hyvinvointikartoitukset, terveystieteen mittaukset, koulutukset ja alustukset, lajikokeilut, liikuntakurssit, liikuntaneuvonta, Suomen Aktiivisin työpaikka -kartoitus)
- Osallistumme valtakunnallisen Buusti360 -ohjelman kehitystyöhön ja jalkautamme toimenpiteitä omalla alueellamme
- Koulutamme ja innostamme urheiluseuroja tarjoamaan työyhteisöliikunnan palveluja
- Järjestämme paikallisia työhyvinvoinnin verkostotilaisuuksia

Markkinointi ja viestintä



ESLUn viestintä perustuu avoimeen ja totuudenmukaiseen toimintaan, jonka avulla pyritään huolehtimaan organisaation maineesta, lisäämään liikunnan ja urheilun arvostusta suomalaisessa yhteiskunnassa sekä kehittämään yhteistyötä eri toimijoiden välillä. Viestinnän tavoitteena on ESLUn strategisten valintojen, tavoitteiden sekä palveluntarjonnan tukeminen. Viestintäyhteistyötä tehdään tiiviisti kuntien ja muiden sidosryhmien kanssa. Lisäksi ESLUn tunnettuutta vahvistetaan viestinnän avulla kuntapäätäjien, liikunnan toimijoiden sekä seuraverkoston keskuudessa.

Painopisteet

Vuonna 2020 jatketaan ESLUn tunnettavuuden kasvattamista ja aseman vahvistamista asiantuntijaorganisaationa. Vuoden tavoitteet tukevat toimialakohtaisten tavoitteiden toteutumista. Tavoit-

teiden saavuttamista tuetaan viestimällä, tukemalla verkostotoiminnan kehittämistä, lisäämällä yhteistyötä muiden liikunnan ja urheilun parissa toimivien tahojen kanssa, tukemalla terveyttä ja hyvinvointia edistäviä kampanjoita ja viestimällä hanketoiminnasta. Tavoitteena on kehittää palveluprosesseja ja tehostaa viestinnän tukitoimia. Osallistumme liikunnan yhteiskunnalliseen keskusteluun ja toteutamme yhdenvertaisuustyötä muiden liikunta- ja urheilutoimijoiden kanssa.

Lisäksi keskitytään organisaation sisäisen viestinnän kehittämiseen, koska sidosryhmien välisissä kohtaamisissa työntekijät, kouluttajat ja luottamushenkilöt vastaavat toiminnallaan organisaation viestinnästä ja maineesta.



Ulkoinen ja sisäinen viestintä

TAVOITTEET

ESLUn toiminnan tunnettavuus ja asiantuntijuus vahvistuvat

ESLUn viestintä vahvistaa eri toimijoiden välistä yhteistyötä

Viestit osaamisen kehittämistä, kampanjoista ja verkostoista saavuttavat kohderyhmät

ESLUn sisäinen viestintä tehostuu

Työntekijät tuntevat ESLUn arvot ja tavoitteet ja kokevat nämä omakseen

TOIMENPITEET

- Osallistumme valtakunnallisiin liikuntaa ja terveyttä edistäviin kampanjoihin
- Toimitamme säännöllisesti Etelätuuli-verkkolehden, kohdennetut aluetiedotteet sekä jäsentiedotteet
- Kehitämme jatkuvasti viestinnän työkaluja
- Tiedotamme koulutuksista, tukimahdollisuuksista, verkostotapaamisista, seminaareista, webinaareista ja uusimmista tutkimuksista eri kanavissa
- Tuemme toimialojen ja hankkeiden tavoitteiden saavuttamista viestinnällisin keinoin
- Viestimme jäsenille ja sidosryhmille ESLUn toiminnasta ja palveluista kaikilla toimialoilla
- Kehitämme sisäisen viestinnän työtapoja ja avointa viestintää
- Kehitämme prosesseja uuden tiimityökalun avulla
- Pidämme viikkopalavereita tiedon jakamiseksi ja asioiden käsittelemiseksi
- Mahdollistamme työntekijöille kanavat viestiä ja vaikuttaa sekä koulutamme niiden käytössä
- Järjestämme kouluttajatapaamisia ESLUn arvojen ja tavoitteiden jalkauttamiseksi
- Jalkautamme ja viestimme Liikunnan aluejärjestöjen yhteisistä palveluista ja hankkeista

Viestintä ja yhteiskuntasuhteet

TAVOITTEET

ESLU koetaan liikunnan asiantuntijaorganisaationa ja helposti lähestyttävänä

Jäsenjärjestöt ja sidosryhmät tietävät ESLUn toiminnasta ja voivat jakaa helposti tietoa omissa kanavissaan

ESLUn työ yhdenvertaisuuden edistämiseksi tavoittaa seurat

TOIMENPITEET

- Järjestämme liikuntaa ja terveyttä edistäviä verkostoja ja hyödynnämme niitä vaikuttamisen välineenä
- Kehitämme ja tuemme yhteistyötä eri tahojen kanssa liikunnallisen elämäntavan vahvistamiseksi
- Jaamme tietoa ja koulutamme seuroja yhdenvertaisuustyössä

Hallinto, henkilöstö ja talous



ESLUn ylintä päätösvaltaa käyttää jäsenseurojen ja -järjestöjen edustajista koostuva varsinainen kokous keväällä ja syksyllä. Hallituksen muodostavat syyskokouksessa kahdeksi kalenterivuodeksi valitut puheenjohtaja ja kymmenen hallituksen jäsentä. Hallitus toimii varsinaisten kokousten päätösten täytäntöönpanijana.

ESLUn operatiivisen toiminnan toimialueita ovat lasten ja nuorten liikunta, aikuisten kunto- ja terveysliikunta sekä seura- ja järjestötoiminta. ESLUn palveluksessa työskentelee noin 11 henkilöä ja 30 oman toimen ohella (oto) toimivaa kouluttajaa. Aktiivisten kouluttajien määrä suhteutetaan palvelun laadun varmistamiseksi koulutuskysynnän mukaan. Lisäksi hankkeissa ja tapahtumissa hyödynnetään tarvittaessa ulkopuolisia palveluntarjoajia. ESLU vastaa Kansainvälisen Joukkuevoimisteluliiton (IFAGG) hallinnon hoitamisesta. ESLU muuttaa takaisin uudistettuihin toimitiloihin Olympiastadionille vuoden 2020 aikana.

Osaamisen kehittäminen

Toiminnan painopisteiden mukaisesti osaamisen kehittäminen on tärkeässä roolissa kaikilla toiminnan tasoilla. Henkilöstön ydinosaamista ovat lasten ja nuorten liikunta, aikuisten terveys- ja harrasteliikunta, seuratoiminta, liikuntapolitiikka sekä alueen toimijoiden ja jäsenten tuntemus ja heidän tarpeensa. Henkilöstön osaamisen kehittämiseen järjestetään yhteisiä tilaisuuksia ja osallistutaan muiden tahojen järjestämiin koulutuksiin.

ESLUn laajaa oto-kouluttajaverkostoa pidetään ajan tasalla resursoimalla kouluttajien mahdollisuuksiin osallistua ESLUn omiin koulutuksiin, valtakunnallisiin kouluttajakoulutuksiin ja kouluttaja-huoltoon.

ESLUn yhdenvertaisuussuunnitelma jalkautetaan oto-koulutajille. Suunnitelman mukaisia toimenpiteitä seurataan säännöllisesti.

Strategia ohjaa ESLUn käytännön toimintaa ja päivittäisiä valintoja. Toiminnan painopisteet arvioidaan vuosittain strategian mukaisesti. ESLU huomioi strategiassaan toimintaympäristön muutokset ja tekee yhteistyötä sovittujen valintojen mukaisesti.

Talous

ESLUn talous on vakaalla pohjalla. Vuoden 2020 talousarvion toimintakulujen yhteissumma on 873 400 euroa. Talousarvio pohjautuu 520 000 euron valtion toiminta-avustukseen. Koulutusten osallistumiskynnys pidetään alhaisena edullisella hintatasolla. Hallitus vahvistaa tarkennetun talousarvion alkuvuodesta, kun avustuspäätökset vahvistuvat.

Arvioimme tarvetta sähköisten työvälineiden kehittämiseksi ja jatkamme ESLUn sidosryhmien palveluprosessien parantamiseksi laskutus- ja viestintätoimintojen, jäsenhallintatyökalujen sekä verkkopalvelun kehittämistä.

ESLUn talousarvio vuodelle 2020

VARAINHANKINTA	
Tuotot	
Osanottomaksut	210 200
Palvelusopimustuotot	34 800
Muut tuotot	70 000
Tuotot yhteensä	315 000
Kulut	
Henkilöstökulut	
Palkat ja palkkiot	435 500
Henkilösivukulut	108 000
Henkilöstökulut yhteensä	543 500
Muut kulut	
Vuokrat	72 000
Ulkopuoliset palvelut	75 000
Matka- ja majoituskulut	87 000
Materiaalikulut	45 000
Muut toimintakulut	50 900
Muut kulut yhteensä	329 900
Kulut yhteensä	873 400
Varsinaisen toiminnan kulujaama	-558 400
VARAINHANKINTA	
Tuotot	
Jäsenmaksutuotot	37 400
Muut varainhankinnan tuotot	1 000
Tuotot yhteensä	38 400
Varainhankinta yhteensä	38 400
Kulujaama	-520 000
AVUSTUKSET	
Valtion toiminta-avustus	520 000
Avustukset yhteensä	520 000
Tilikauden tulos	0

Lähteet:

- 1) Uudenmaanliittoon kuuluu 26 kuntaa
- 2) Olympiakomitea
- 3) Luvut perustuvat Tilastokeskuksen tietoihin. Tarkistettu 10/2018
- 4) Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat – tilanne, muutokset ja tulevaisuus. Raporttitiivistelmä. Koski, P. & Mäenpää, P. (2018). Liikunta ja urheilu aikuisen hyvinvoinnin tukena. Asiantuntijatyö liikkujan polun aikuisvaiheessa. Kauravaara, K. (2018).
- 5) Kansallinen liikuntatutkimus 2009-2010. Koski, P. & Mäenpää, P. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:25, TNS Gallup.
- 6) www.muutostaliikkeella.fi/liikuntaneuvonta, www.ukkinstituutti.fi/filebank/3609-Terveysliikunta-utiset-web.pdf, Liikuntaneuvonnan tila 2018, KKI-ohjelma.



VIKING LINE



Opetus- ja
kulttuuri-
ministeriö



SOKOS HOTELS
KESKELLÄ KAUPUNKIA. KESKELLÄ ELÄMÄÄ.

