

tammikuu 2025



Tervehdys ESLUsta!

Hyvää alkanutta uutta vuotta. Tässä ESLUn vuoden ensimmäinen jäsentiedote, josta löydät tuttuun tapaan seuratoiminnan uutisia ja tietoa tapahtumistamme. Meihin voi olla matalalla kynnyksellä yhteydessä, koska aihe mitä tahansa seuratoiminnan pulmaa tai koulutus-/sparraustarvetta. Olemme alueemme seuroja varten.

Jäsentiedotteen sisältö

- Jäsenmaksu ja jäsenedut
- Seuranostot
- Seura tutuksi -juttusarja: Pakilan veto ja Tanssiseura Comets
- Ajankohtaista
- ESLUn tapahtumat (Seuratoiminnan koordinaattorin koulutusnosto, avoimet koulutukset)
- Päivitä seurasi yhteystiedot

Jäsenmaksut ja jäsenedut

Tervehdys myös ESLUn uusille jäsenille. Olemme lähettäneet jäsenmaksut viime viikolla. **Jäsenmaksu on 135 euroa vuodelle 2025.** Jäsenedut astuvat voimaan, kun jäsenmaksu on maksettu.

Jäsenetuina mm.

- Neuvontapalvelut ja vastikkeeton lakiasianneuvonta
- Maksuton seurakäynti
- Seuratoiminnan kehittäjän maksuton apu seuran palautekyselyiden purkuun
- Koulutusetuja
- Maksuton Tähtiseura-auditointi (lapset ja nuoret, aikuiset)
- ESLUn InBody-kehonkoostumusmittauslaitteen vuokraus jäsenhintaan
- ESLUn ansiomerkit
- Jäsentiedote

► Yhteistyökumppanimme Viking Linen etuja

Lue tarkemmin
jäseneduistamme

Seuranostot

PuHu Junioreille Vuoden yhdenvertaisin seura -stipendi valmennuksen ja johtotehtävien kategoriassa

Vantaan PuHu Juniorit -koripalloseura on saanut Suomen Paralympiakomitean ja Alkon yhdessä myöntämän, 1 500 euron arvoisen Vuoden yhdenvertaisin seura -stipendin kategoriassa Yhdenvertaisuus valmennus- ja johtotehtävissä.

Lue lisää

ESLUn jäsenseura Suur-Helsingin Golf näyttää suuntaa, miten seuratoiminnassa huomioidaan kestävä kehitys

Kestävän kehityksen merkitys liikunta- ja urheiluseuroissa kasvaa jatkuvasti. Suur-Helsingin Golf (SHG) on panostanut kestäväää kehitystä edistäviin toimenpiteisiin useamman vuoden ajan. Seuran puheenjohtaja Pia Vilmi kertoo, että vastuullinen ja kestävä toiminta kirjattiin myös muutama vuosi sitten uudistettuun seuran strategiaan.



Kestävän kehityksen edistäminen edellyttää jatkuvaa vuoropuhelua ja käytännön toimia seurojen hallituksilta, johdolta ja työntekijöiltä. Suur-Helsingin Golfin puheenjohtaja **Pia Vilmin** (kuvassa) mukaan seurayhteisöjen kannattaa katsoa pidemmälle tulevaisuuteen ja pohtia, mitkä asiat edistävät tai uhkaavat seuran toimintaa sosiaalisen, taloudellisen tai ekologisen kestävyiden näkökulmista.

Lue lisää

Seura tutuksi -juttusarja

Pakilan Veto

Tanssiseura Comets

Pakilan Veto on ollut lasten ja nuorten Tähtiseura jo vuosia. Seura saavutti aikuisten Tähtiseurastatus ensimmäisenä hiihtoseurana Suomessa.

[Lue lisää](#)

Seura on erityisen ylpeä panostuksestaan laadukkaaseen aikuisten harrasteliikuntaan. Tulevaisuuden näkymissä keskeisenä strategisena painopisteenä on lasten ja nuorten harrastajamäärän merkittävä kasvattaminen ja junioritoiminnan kehittäminen.

[Lue lisää](#)

Ajankohtaista

Harrastamisen Suomen mallin ja koulun kerhotoiminnan hakuinfo 2025

Harrastamisen Suomen mallin avustusten ja koulujen kerhotoiminnan avustusten hakuinfo järjestetään 29.1.2025 klo 13.00-15.15 Teamssin välityksellä.

Tilaisuudessa käydään läpi Harrastamisen Suomen mallin ja kerhoavustusten hakuilmoitukset sekä kuullaan kuntien hyviä käytänteitä harrastus- ja kerhotoiminnan toteuttamisesta. Tilaisuuteen ei ole ilmoittautumista.

[Lue lisää](#)

Kesäduuni OP:n piikkiin -kampanja tarjoaa tuhansille 15-17-vuotiaille nuorille kesätyön

Kesäduuni OP:n piikkiin -kampanjassa autetaan nuoria ottamaan ensimmäisiä askeleita työelämään. OP maksaa työnantajana toimivalle yhdistykselle nuoren palkan kahdeksi viikoksi. Yhdistykset voivat hakea lahjoitusta 20.1.-14.2.2025. Nuorten kesätyöhaku on avoinna 3.-28.3.2025.

[Lue lisää OP:n sivuilta](#)

Ikäinstituutin Ikiliikkuja-viikko

Iäkkäiden liikkumisen teemaviikon (10.-16.3.2025) aiheena on arkiliikkuminen, ja pääviestinä se, että jokainen voi löytää itselleen sopivan tavan liikkua. Ikiliikkuja-viikkoon voi osallistua monella tapaa, esim. viestimällä iäkkäiden liikkumisesta, järjestämällä liikuntatapahtumia tai avoimia ovia liikuntaryhmiin tai ottamalla liikkumisen puheeksi iäkkään kanssa.

Infowebinaari Ikiliikkuja-viikosta järjestetään ti 21.1.2025 klo 15.00–15.30. Webinaarista saat vinkkejä ja ideoita viikon toteutukseen.

Ikiliikkuja-viikosta ja siihen liittyvistä valmiista materiaaleista voi lukea lisää Ikäinstituutin sivuilta. Linkki webinaariin ja lisämateriaaleihin löytyy alta.

Lue lisää Ikiliikkuja-viikosta

Seuratoiminnan koordinaattori Henni Aron terveiset ja koulutusnosto

Toivottavasti seuroissa on lähtenyt vuosi ja harrastusryhmät aktiivisesti käyntiin. Näin alkuvuodesta on hyvä käydä läpi, minkälainen on ESLUn kevään koulutustarjonta ja poimia sieltä omalle seuralle sopivat koulutukset oman toiminnan kehittämiseksi.

Erityisesti haluaisin nostaa esiin, Kun lapsi haastaa harrastuksessa -koulutuksen, jonka avulla on mahdollista saada konkreettisia apuja ja vinkkejä ohjaajille, jotka toimivat lasten kanssa. Kouluttautumalla heti alkuvuodesta saadaan vinkin käyttöön koko kaudeksi ja näin vietyä toimintaa paremmin eteenpäin.

Kun lapsi haastaa liikuntaharrastuksessa 4.2.2025

Mitä tehdä kun lapsi ei suostu osallistumaan? Entä jos lapsi menettää malttinsa harrastustoiminnassa? Miten silloin toimitaan?

Koulutuksessa käydään läpi erilaisia toimintatapoja ja -malleja, joiden avulla tuetaan ja autetaan lasta onnistumaan liikuntaharrastuksessa. Lisäksi jaetaan tietoa ja vaihdetaan kokemuksia haastavien tilanteiden ohjaamisesta.

Käytännön osuudesta ohjaaja saa paljon erilaisia käytännön vinkkejä, miten eri tavoin huomioida monenlaiset menijät. Tavoitteena on vahvistaa ohjaajien osaamista kohdata haastavia tilanteita.

Aika ja paikka: ti 4.2.2025 klo 17.00 - 20.00, Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri, Helsinki
Hinta: Koulutuksen hinta on 75 €/osallistuja. **ESLUn jäsenetu:** Kaksi osallistujaa yhden hinnalla.

Ilmoita seurasi ohjaajat mukaan
31.1. mennessä

Seura-Akatemia: Mistä rahoitusta ja kumppanuuksia urheiluseuroille? 29.1.2025

Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo meidän seurassa -työpaja 10.2.2025

Miten lähteä liikkeelle, kun mietitään urheiluseuralle kumppaneita ja sponsoreita? Mitä asioita seuran tulee ottaa huomioon ja mihin pitää varautua? Miten seura voi hyödyntää erilaisia apurahoituksia? Mitkä osallistumismahdollisuudet seuroilla on EU-hankkeisiin? Mitä ovat Läpimurtosäätiön apurahat?

Aika ja paikka: ke 29.1.2025 klo 17.30 - 20.30, Olympiastadion, Helsinki

Hinta: Tilaisuuden hinta on 75 €/osallistuja. **ESLUn jäsenetu:** Kaksi osallistujaa yhden hinnalla.

Ilmoittaudu mukaan 27.1. mennessä

Työpajassa käydään läpi seuratoiminnan yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa. Lisäksi pohditaan saavutettavuutta useammasta eri näkökulmasta. Mitä tämä tarkoittaa seuran hallinnon näkökulmasta? Miten teemat tulisi ottaa huomioon käytännön ohjaus- ja valmennustilanteissa? Mitä kaikkea saavutettavuuteen kuuluu ja miten sitä voidaan kehittää seuran toiminnassa?

Aika ja paikka: ma 10.2.2025 klo 17.30 - 20.30, Olympiastadion, Helsinki

Hinta: Tilaisuuden hinta on 75 €/osallistuja. **ESLUn jäsenetu:** Kaksi osallistujaa yhden hinnalla.

Ilmoittaudu mukaan 27.1. mennessä

ESLUn kevää koulutuksia - lisäyksiä tulossa kalenteriin

- [Seura-Akatemia: Mistä rahoitusta ja kumppanuuksia urheiluseuroille? 29.1.2025](#)
- [Kun lapsi haastaa liikuntaharrastuksessa 4.2.2025](#)
- [Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo meidän seurassa -työpaja 10.2.2025](#)
- [Urheilu- ja kinesioiteippauksen perusteet 5.3.2025](#)
- [Seura-Akatemia: Lapset ja nuoret seuratoiminnassa 25.3.2025](#)
- [Urheiluseuran myynti ja markkinointi 8.4.2025](#)
- [Lasten Liike -verkkokoulutus, kokoneet ohjaajat ja valmentajat sekä opettajat 6.5.2025](#)
- [Lasten Liike -koulutus, nuoret ja aloittelevat ohjaajat 13.5.2025](#)

Tilauuskoulutukset: Koulutuksia seuran tarpeisiin

Tilauuskoulutuksen sisällöt, laajuus ja toteutustapa räätälöidään koulutuksen tilaajan tarpeiden mukaan. Tilauuskoulutukseen voi osallistua isompi joukko samasta seurasta tai lähiseuroista samalta alueelta. Etuna ovat muun muassa sisältöjen painotusten räätälöinti tilaajan toiveiden mukaan sekä ajankäyttö, sillä aikataulun voi muokata tarpeiden mukaan tai jakaa koulutuspaketin pidemmälle ajanjaksolle toteutettavaksi. ESLUn koulutuksia voidaan järjestää myös etäyhteyksin.

ESLusta tukea ja sparrausta!

Seuratoiminta: Seuratoiminnan koordinaattori, [Henni Aro](#), puh. 040 450 1950.

Lasten ja nuorten liikunta: lasten ja nuorten liikunnan päällikkö, [Tarja Nieminen](#), puh. 0400 894 559

Aikuisliikunta: aikuisliikunnan asiantuntija, [Merja Palkama](#), puh. 044 901 9289

Seurasi yhteystiedot ajantasalle

ESLU ylläpitää rekisteriä alueensa seuroista ja seuratoimijoista. Muistattehan päivittää seuranne yhteystiedot, jotta postit tulevat oikeille henkilöille. Parhaiten tämä onnistuu verkkosivuillamme olevalla lomakkeella.

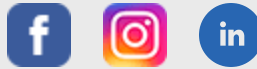
[Päivitä seurasi yhteystiedot](#)

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU
Olympiastadion
Paavo Nurmen tie 1
00250 Helsinki
www.eslu.fi



ESLUn koulutustarjonnan löydät [täältä](#).

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. ESLU edistää seura- ja liikuntatoiminnan edellytyksiä kohtaamalla vuosittain noin 18 000 henkilöä!



Osoitelähde: ESLUn asiakasrekisteri. ESLUn tietosuojaselosteeseen voit tutustua [ESLUn verkkosivuilla](#).

Jos et halua meiltä enempää postia, [poistu](#) postituslistalta.