

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry

**TOIMINTA- JA TALOUS-
SUUNNITELMA
2024**

Liiku



SISÄLLYSLUETTELO

<i>Yleistä</i>	3
<i>Resurssit</i>	5
<i>LiikUn strategia</i>	6
<i>Päivittäisen liikkeen lisääminen</i>	7
<i>Lapset ja nuoret</i>	7
<i>Aikuiset</i>	13
<i>Elinvoimainen seuratoiminta</i>	19
<i>Yhteiskunnallinen vaikuttaminen</i>	24
<i>Viestintä ja markkinointi</i>	27
<i>Budjetti</i>	28

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n (LiikU) 31. toimintasuunnitelma ottaa huomioon nykyisen strategian linjaukset, aikaisempien vuosien hyvät kokemukset sekä toimintaan vaikuttavat seikat.

Uudessa hallitusohjelmassa on liikuntaan sekä positiivisia että negatiivisia viestejä. Suomi liikkeelle -ohjelman 20 miljoonan euron vuotuisella lisäpanostuksella on varmasti suuri merkitys liikkumisen aktivointityössä. LiikU on tässä työssä vahvasti mukana ja tavoitteena on varmistaa lounaissuomalaisen toimintakyky liikunnan keinoin. Hallitusohjelman uhkakuvana voidaan pitää koko opetus- ja kulttuuriministeriön rahoitukseen suunnatut leikkaukset. Nähtäväksi jää, miten ne suunnataan.

Opetus- ja kulttuuriministeriön (OKM), Suomen Olympiakomitean (OK) sekä muiden Liikunnan aluejärjestöjen kanssa on sovittu yhteisestä tekemisestä ja toimijoiden rooleista. Olympiakomitea on valtakunnallisesti keskeinen tekijä huippu-urheilun ja seura- ja järjestötoiminnan edistämisen lisäksi myös liikkeen lisäämisessä ja laajan liikuntakulttuurin edistämisessä. Vahva näkemyksemme on, että yhteistyö Olympiakomitean kanssa kehittyy myönteiseen suuntaan edelleen. Liikunnan aluejärjestöjen tehtäväkenttänä on ensisijaisesti liikunnallisen elämäntavan kehittäminen, päivittäisen liikkeen lisääminen sekä seuratoiminnan tukeminen. Roolien tarkastelua ja tehtävistä sopimista muiden toimijoiden kanssa on edelleen jatkettava. Liikunnan aluejärjestöt ovat sopineet keskenään kärkihankkeista, joita toteutetaan eri puolella Suomea. Liikkuvat-kokonaisuuden edistäminen on tästä hyvä esimerkki. Tulevaisuuden näkymät ja kumppanuudet sekä niistä johdetut painopisteet ovat toimintasuunnitelman keskeisimmät lähtökohdat.

Hyvinvointialueet huolehtivat jatkossa elintapaneuvonnasta ja palveluketjuista liikunnan sekä sosiaali- ja terveystalveluiden välillä. Sosiaali- ja terveystalvelut siirtyivät hyvinvointialueiden järjestettäväksi, mutta ennaltaehkäisevä liikuntatoimi pysyy kuntien järjestettävänä. Näiden kahden tason välisen vuorovaikutuksen ja yhteistyön järjestäminen jatkossa edellyttää vahvaa alueellista yhteistyötä. LiikU haluaa olla yksi merkittävistä yhteistyön tekijöistä.

LiikU toteuttaa koko toimintaansa yhdenvertaisuus -ja tasa-arvosuunnitelmia noudattaen. Tämä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että toimintamme on avoinna kaikille uskonnolliseen vakaumukseen, etniseen taustaan tai sukupuoleen katsomatta ja kohtelemme kaikkia tasa-arvoisesti.

LiikUn toimintasuunnitelmaan vaikuttavat yhteisten sopimusten lisäksi ennen kaikkea toiminta, jolle on tarvetta ja kysyntää. Verkostomainen toimintatapa on tärkeä. Se takaa kehittävän toimintaotteen ja antaa jatkuvaa palautetta eri toimijoiden tarvitsemista talveluista sekä auttaa ennakoimaan tulevia tarpeita ja mahdollisuuksia. LiikU on ollut aktiivinen verkonkutoja muun muassa toimialueensa kuntien kanssa tehtävässä yhteistyössä, ja siinä roolissa LiikUn yhtenä tavoitteena on laajentaa koordinoitua alueellista toimijaverkostoa liikunnan keskeisille toimijoille.



RESURSSIT

LiikUn onnistumisen perusedellytys on toiminnassa mukana olevat osaavat ja innostuneet henkilöt niin henkilökunnassa kuin vapaaehtoisina luottamushenkilöinä, oman toimen ohella (OTO)-toimijoina ja leiriohjaajina.

Henkilöstön innostuminen, työssään kehittyminen ja jaksaminen ovat keskeisiä tuloksekkaan toiminnan edellytyksiä. Vahvana painopisteenä on ylläpitää henkilöstön työkykyä sekä edistää hyvinvointia ja lisätä henkilöstön liikunta-aktiivisuutta. Henkilöstöorganisaation ja tiimeissä toimimisen kehittämistä jatketaan toimintavuoden aikana. Tehtäväkuvia selkeytetään ja henkilöresurssien riittävyys varmistetaan tunnistetun tarpeen mukaan.

Toimintavuoden aikana kiinnitetään huomiota toiminnanohjausjärjestelmän käyttöönottoon. Tämä näkyy asiakkaille esimerkiksi sujuvana ilmoittautumisena ja helpompana laskun hoitamisena.

Hyvin hoidettu talous ja taloudellisuus ovat LiikUn toiminnan johtavia toimintaperiaatteita. Viime vuosina kehitystyötä on tehty sähköisiin toimintaympäristöihimme ja sen talouden suunnittelu-, seuranta- ja raportointimenetelmiin ja -välineisiin. Toimintavuonna 2024 keskitymme näiden käyttöönottoon mahdollisimman laajasti jotta tehokas ja sujuva työskentely mahdollistuu.

LiikUn talouden perustan muodostavat oman toiminnan kautta saatavat tuotot sekä valtionavustukset. Rahapelituottojen vähenemisen vaikutus valtionavustusten määrän laskuun on toiminut kannustimena pohtia koko suomalaisen liikunnan ja urheilun rahoitusjärjestelmää uudella tavalla.

LIIKUN STRATEGIA

Nykyinen strategia otettiin käyttöön vuonna 2019. Perustehtävänämmä on edistää liikuntakulttuuria ja luoda lounaissuomalaisen hyvinvointia liikunnan keinoin. Sitä kohden etenemme visiomme ja sloganimme mukaisesti: **Liikunta elämäntavaksi!**

Toimintamme pohjana ovat valitut keskeiset arvot: yhdessä tekeminen, tasa-arvo, ilo ja innostaminen sekä toimiminen edelläkävijänä. Arvojemme mukaista toimintaa toteutamme oman yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelmamme mukaisesti kaikessa toiminnassa.

Strategiakauden painopistealueet ovat päivittäisen liikkeen lisääminen, elinvoimaisen seuratoiminnan tukeminen sekä yhteiskunnallinen vaikuttaminen. Strategian toteuttamisen toimintatavat ovat vaikuttaminen, kehittäminen ja uudistaminen verkostoja ja kumppanuuksia vahvistamalla. LiikUn strategiaa päivitetään vuoden 2024 aikana.



PÄIVITTÄISEN LIIKKEEN LISÄÄMINEN

Valtakunnalliset liikunnan edistämishjelmat

Valtakunnallisten liikunnan edistämishjelmien eli Liikkuvat-kokonaisuuden avulla edistetään liikunnallista elämäntapaa eri ikä- ja väestöryhmissä. Edistämme alue- ja kuntatasolla valtakunnallista Liikkuvat-kokonaisuutta sekä verkotamme kunnan eri hallintokuntia sekä muita toimijoita yhteen liikkumisen ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Lisäämme eri toimijoiden osaamista liikkuvamman elämäntavan edistämiseksi. Teemme tiivistä yhteistyötä LiikUn muiden painopistealueiden asiantuntijoiden kanssa koko elinkaaren päivittäisen liikunnan edistämistyön rajapinnoissa.

Lapset ja nuoret

LiikU tarjoaa alueellisesti monipuolisia työkaluja ja tukea lasten ja nuorten liikunnallista elämäntapaa edistävälle tahoille toiminnan kehittämiseen sekä tiedolla johtamiseen. Tavoitteena on lisätä innostusta, edistää liikuntamyönteistä toimintakulttuuria sekä lasten ja nuorten päivittäisen fyysisen aktiivisuuden suositusten toteutumista varhaiskasvatuksessa, kouluissa, oppilaitoksissa ja LiikUn omissa tapahtumissa.

Teemme edistämistyötä koulutuksen, sparrauksen, verkostotyön, tukipalveluiden ja viestinnän avulla kunta-, yksikkö- ja oppilaitoskohtaisesti. Verkostomainen toimintatapa ja yhteistyö eri toimijoiden välillä on avainasemassa lasten ja nuorten liikunnallisen elämäntavan edistämistyössä. Toimintaedellytyksiä kehitetään yhteistyössä muiden Liikunnan aluejärjestöjen, valtakunnallisen Liikkuvat-kokonaisuuden, Harrastamisen Suomen mallin, Lounais-Suomen aluehallintoviraston, Suomen Olympiakomitean, Suomen Paralympiakomitean sekä muiden järjestöjen kanssa, joiden tavoitteena on edistää päivittäistä lasten ja nuorten fyysistä aktiivisuutta sekä kehittää liikkumismahdollisuuksia.

Varhaisvuosien liikunta

Tavoitteet:

- Pienten lasten liikuntasuositusten toteutuminen varhaiskasvatuksessa liikunnallista toimintakulttuuria edistämällä.
- Valtakunnallisten Liikkuva varhaiskasvatus ja Liikkuva perhe -ohjelmien alueellinen ja paikallinen edistäminen.
- Aktiivinen alueellinen verkostotyö liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisen tueksi.
- Varhaiskasvatushenkilöstön liikuntaosaamisen vahvistaminen, innostuksen sekä työhyvinvoinnin lisääminen.
- Perheiden liikuntatietoisuuden lisääminen ja hyvinvoinnin sekä terveyden edistäminen liikunnan keinoin.

Toimenpiteet:

- Teemme tiivistä yhteistyötä kuntien ja varhaiskasvatussyksiköiden kanssa sekä tarjoamme asiantuntevaa sparrausta kehittämisprosesseissa.
- Järjestämme säännöllisiä verkostotapaamisia alueellamme ja jaamme hyviä käytänteitä liikunnallisemman varhaiskasvatuspäivän kehittämiseen sekä toiminnan vakiinnuttamiseen.
- Järjestämme liikuntakoulutuksia ja erilaisia tilaisuuksia varhaiskasvatushenkilöstölle ja muille pienten lasten liikunnan parissa toimiville.
- Toteutamme toiminnallisia vanhempainiltoja varhaiskasvatussyksiköille ja perheliikuntatapahtumia yhteistyössä eri tahojen kanssa.
- Tarjoamme palveluita ja neuvoa kasvattajien työhyvinvoinnin lisäämiseksi yhteistyössä LiikUn terveystieteen asiantuntijoiden kanssa.
- Kehitämme ja tarjoamme työkaluja perheiden aktiivisen elämäntavan tukemiseen ja luontosuhteen vahvistamiseen varhaiskasvatuksen ja muiden toimijoiden kautta.

Tuloksena:

- LiikUn alueelta kaksi uutta kuntaa rekisteröityy Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaan kuntatasolla, jonka jälkeen 93% Lounais-Suomen kunnista on mukana.
- Toteutamme kolmesta neljään Liikkuva varhaiskasvatus verkostotilaisuutta.
- Koulutamme 250 pienten lasten liikuttajaa.
- Toteutamme 30 sparrausta varhaiskasvatuksen liikunnallisemman toimintakulttuurin edistämisen tiimoilta.
- Järjestämme 10 perheliikuntatapahtumaa yhteistyössä eri tahojen kanssa.
- Lisää liikettä -hankeraportointi neljä kertaa vuodessa.

Kouluvuosien liikunnallistaminen ja harrastusmahdollisuuksien edistäminen koulupäivän yhteydessä

Tavoitteet:

- Lasten ja nuorten liikuntasuosittelun toteutuminen liikunnallista toimintakulttuuria edistämällä.
- Valtakunnallisen Liikkuva koulu -ohjelman ja Harrastamisen Suomen mallin alueellinen ja paikallinen edistäminen.
- Paikallisen yhteistyön edistäminen ja verkostotyön vahvistaminen aktiivisemman koulupäivän vakiinnuttamisen tueksi.
- Koulun henkilökunnan liikuntaosaamisen vahvistaminen ja työhyvinvoinnin lisääminen.
- Välituntiliikunnan edistäminen, oppilaiden osaamisen vahvistaminen vertaisliikuttajana ja liikuntatapahtumien/-tempausten järjestäjänä.
- Alueemme kuntien tukeminen harrastamisen Suomen mallin kehittämistyössä edistämällä vuoropuhelua eri toimijoiden ja hallintokuntien välillä.
- Kouluikäisten lasten ja nuorten luontosuhteen vahvistaminen

Toimenpiteet:

- Teemme kuntien ja koulujen kanssa Liikkuva koulu -kehittämistyötä ja tarjoamme asiantuntevaa sparrausta toiminnan vakiinnuttamiseksi ja välituntiliikunnan kehittämiseksi.
- Järjestämme säännöllisiä ja innostavia verkostotapaamisia alueellamme ja jaamme hyviä käytänteitä liikunnallisemman koulupäivän kehittämiseen sekä toiminnan vakiinnuttamiseen.
- Järjestämme liikuntakoulutuksia, työpajoja ja seminaareja koulun henkilöstölle sekä vertaisohjaajakoulutuksia oppilaille.
- Järjestämme luontoliikuntapäiviä ja -tapahtumia.
- Jaamme alueella hyviä malleja MOVE! -mittaus- ja palautejärjestelmän kokonaisuudesta
- Järjestämme verkostotapaamisia ja sparrauksia harrastamisen mahdollisuuksien edistäminen koulupäivän yhteydessä ja kannustamme eri toimijoiden yhteistyöhön.
- Pilotoimme harrastuskaveri-toimintaa Harrastamisen Suomen mallin toiminnoissa.
- Tarjoamme palveluita ja neuvoa koulun henkilöstön työhyvinvoinnin lisäämiseksi yhteistyössä LiikUn terveysliikunnan asiantuntijoiden kanssa.

Tuloksena:

- LiikUn alueelta kaksi uutta koulua rekisteröityy Liikkuva koulu -ohjelmaan, jonka jälkeen Lounais-Suomen alueen kouluista 97% on Liikkuvia kouluja.
- LiikUn alueella 36/43 kunnasta on mukana Harrastamisen Suomen mallin toiminnassa.
- Toteutamme kahdesta neljään Harrastamisen edistämisen verkostotilaisuutta.
- Toteutamme kahdesta neljään Liikkuva koulu verkostotilaisuutta.
- Koulutamme yhteensä 300 opettajaa ja oppilasta.
- Toteutamme 20 sparrausta koulupäivän liikunnallistamisen ja koulupäivän yhteydessä tapahtuvan harrastamisen edistämisen tiimoilta.
- Järjestämme 12 koulupäivän aikaista liikuntatapahtumaa.
- Lisää liikettä -hankeraportointi neljä kertaa vuodessa.

Opiskeluvuosien liikunnallistaminen

Tavoitteet:

- Liikkeen lisääminen ja aktiivisuuden edistäminen opiskelupäiviin
- Valtakunnallisen Liikkuva opiskelu -ohjelman alueellinen ja paikallinen edistäminen
- Paikallisen yhteistyön lisääminen ja verkostotyön vahvistaminen henkilöstön ja opiskelijoiden parissa
- Oppilaitosten henkilökunnan sekä opiskelijoiden liikuntaosaamisen vahvistaminen
- Opiskelu- ja työhyvinvoinnin lisääminen opiskelupäivien yhteydessä

Toimenpiteet:

- Teemme kuntien ja oppilaitosten kanssa Liikkuva opiskelu -kehittämistyötä ja tarjoamme asiantuntevaa sparrausta.
- Innostamme uusia oppilaitoksia matkalle Liikkuviksi oppilaitoksiksi.
- Kehitämme olemassa olevia verkostoja ja järjestämme alueellisia verkostotapaamisia Liikkuva opiskelu -toiminnan edistämiseksi ja vakiinnuttamiseksi (henkilöstön ja liikuntatutoreiden verkostot).
- Järjestämme liikuntakoulutuksia, työpajoja ja seminaareja opettajille ja opiskelijoille.
- Kohtaamme opiskelijoita ja koulutamme heitä vertais- ja harrasteohjaajiksi.
- Tarjoamme palveluita ja neuvoa henkilökunnan ja opiskelijoiden hyvinvoinnin lisäämiseksi yhteistyössä LiikUn terveysliikunnan asiantuntijoiden kanssa.

Tuloksena:

- LiikUn alueella 46/63 oppilaitoksesta on rekisteröitynyt Liikkuva opiskelu -ohjelmaan, jonka jälkeen 73% alueemme toisen asteen oppilaitoksista on Liikkuvia oppilaitoksia.
- Toteutamme neljästä kuuteen Liikkuva opiskelu verkostotilaisuutta, erikseen opiskelun yhteyshenkilöille ja liikuntatutoreille.
- Koulutamme yhteensä 200 opettajaa ja opiskelijaa.
- Toteutamme kuusi liikuntatapahtumaa oppilaitoksilla.
- Toteutamme 15 sparrausta opiskelupäivän liikunnallistamisen tiimoilta.
- Lisää liikettä -hankeraportointi neljä kertaa vuodessa.

Liikuntatapahtumat ja leirit

Tavoitteet:

- Tapahtumissa ja leireillä kannustamme liikkumisen iloon, joka kantaa läpi elämän sloganilla: "Iloa liikkeellä - Liikunta elämäntavaksi!"
- Toteutamme laadukkaita, turvalliset, yhdenvertaiset ja taloudellisesti kannattavat leiri- ja liikuntatapahtumat.
- Vahvistamme leiri- ja liikuntatapahtumissa lasten, nuorten ja perheiden luontosuhdetta.
- Liikuntatapahtumissa ja -leireillä pääsee tutustumaan matalalla kynnyksellä eri liikuntalajeihin, ne tarjoavat elämyksiä liikunnan parissa ja mahdollisuuden innostua uudesta harrastuksesta.
- Viestimme ajantasaista tietoa päivittäisen liikkumisen tärkeydestä ja liikkumisen suosituksista Lounais-Suomen alueella eri tapahtumissamme.
- Kehittämistä sisältöjä ja järjestelmiä nykyajan tarpeita ja käytänteitä vastaaviksi.
- Huolehdimme leiritoimintojen vapaaehtoisista, rekryämme uusia, lisäämme heidän osaamista ja ylläpidämme motivaatiota olla mukana toiminnassamme edistämässä lasten ja nuorten liikuntaa.
- Kehitämme leirien johtoryhmätoimintaa.
- Edistämme Pitkis-Sport liikuntaleirin näkyvyyttä sekä tunnettua koko Lounais-Suomen alueella yhteistyössä yhteistyökumppaneiden, seurojen ja kuntien kanssa.



Toimenpiteet:

- Leiritoimintamme tarjoaa vapaaehtoisille leiriohjaajille- ja toimijoille vastuullisia tehtäviä ja oppimisen paikkoja.
- Koulutamme vapaaehtoisia, kiitämme ja arvostamme heidän panostaan liikuntakulttuurin edistämisestä kanssamme.
- Vapaaehtoisten saamiseksi teemme yhteistyötä oppilaitosten, urheiluseurojen, muiden järjestöjen ja leiriläisten huoltajien kanssa.
- Osallistujilta kerätään palaute ja toimintaamme kehitetään sen pohjalta.
- Perheliikuntaleirit 4-10 -vuotiaille lapsille yhdessä aikuisen kanssa antavat kipinää perheen yhteiseen liikkumiseen ja nuorisajohtajakoulutuksissa koulutetaan yli 15-vuotiaita ohjauksesta kiinnostuneita nuoria tuleviksi seura-, järjestö- ja leiriohjaajiksi.
- Viestimme tapahtumissa, leireillä, somessa ja uutiskirjeillä ja seuraamme leiritoimintaan luotuja markkinointi- ja viestintäsuunnitelmia.

Tuloksena:

- Pitkis-Sport -liikuntaleirillä liikkuu vähintään 1000 leiriläistä ja 200 vapaaehtoista on mukana mahdollistamassa leirin toteutuminen.
- Liikuntaleirin palautteissa leiriläisten ja vapaaehtoisten tyytyväisyys leiriin on vähintään 3,5/4 ja leiriläisten palautteissa turvallisuus on vähintään 3,5/4.
- Pitkis -liikuntaperheiden muissa avoimissa ja maksullisissa tapahtumissa liikkuu yli 4000 lounaissuomalaista lasta, nuorta ja aikuista.



Aikuiset

Toiminnan tavoitteet:

LiikU on alueen johtava aikuisväestön terveyttä edistävän liikunnan asiantuntija.

Vuoden 2024 toiminnan painopisteet kohdistuvat:

1. Työelämätoimijoiden kanssa tehtävään kehittämistyöhön, jotta liikunta sekä fyysinen aktiivisuus olisivat entistä vahvempi osa työyhteisöjen toimintakulttuuria ja toimintakyvyn edistämistä.
2. Aktiivisemman arjen ja aikuisten liikunnan harrastamisen edistämiseen sekä lisäämiseen.

Työelämätoimintoina olemme tukemassa yrityksiä kehittämään liikuntamyönteistä toimintakulttuuria. Jatkamme liikunnan aluejärjestöjen yhteisen Buusti360 työhyvinvointikonseptin kehittämistä ja vastaamme valtakunnallisesta kehitystyöstä yhdessä Päijät-Hämeen Liikunnan ja Urheilun kanssa. Vuonna 2023 julkaistu Suomen hallitusohjelman Suomi liikkeelle –toimintakymppiohjelma antaa vahvaa selkänojaa työelämätoimijoiden kanssa tehtävälle työllemme. Keskeiset työmarkkinajärjestöt ovat sitoutuneet Suomi liikkeelle –toimintakymppiohjelmaan.

Työelämätoiminnot, liikuntaneuvonnan ja elintapaohjauksen kehittäminen ja aikuisten liikkumisen edistäminen ovat painopisteitä Liikuttava Suomi –hankkeessa, jota LiikU hallinnoi valtakunnallisesti. Liikuttava Suomi –hankkeessa ovat vuonna 2024 mukana kaikki Suomen liikunnan aluejärjestöt ja sitä rahoittaa opetus- ja kulttuuriministeriö

Liikuttava Suomi hankkeen ohjausryhmässä ovat liikunnan aluejärjestöjen lisäksi edustettuina Liikkuva Aikuinen –ohjelman, Ikäinstituutin sekä Suomen Olympiakomitean edustajat. Kunnat ovat tärkeä kumppani myös Liikuttava Suomi hankkeessa, jonka myötä toteutamme muun muassa avoimia kuntomittauksia yhteistyössä lounaissuomalaisen kuntien kanssa.

Aktiivisemman arjen ja aikuisten liikunnan harrastamisen edistämiseksi järjestämme vuonna 2024 kampanjoita, kuten 'Liikkuen läpi vuoden' -kampanjan sekä Kunnon Eväät -harrastustapahtuman. Kampanjoiden, tapahtumien ja teemapäivien tavoitteena on, että useampi lounaissuomalainen aikuinen löytää toimintamme avulla uusia harrastusmahdollisuuksia ja lisää liikkumistaan terveytensä kannalta riittävälle tasolle.

Vuonna 2024 edistämme liikuntaa tukevia ja kehittäviä päätöksiä yhdessä kuntien ja hyvinvointialueiden kanssa muun muassa liikuntaneuvonnan ja elintapaohjauksen kehittämiseksi kohti toimivia palvelupolkuja ja hoitosuunnitelmia. Valtaosa aikuisista ei liiku terveytensä kannalta riittävästi. Tästä aiheutuu merkittäviä kustannuksia terveydenhuollolle sairauksien hoitoon liittyvinä kustannuksina ja lääkekustannuksina. Liikkumattomuus lisää myös työstäpoissaoloja ja sen vuoksi menetetään työvuosia, jotka osaltaan uhkaavat yritysten kilpailukykyä. Oikea-aikaisilla ja vaikuttavilla interventioilla liikuntaneuvonnassa ja elintapaohjauksessa on mahdollisuus vaikuttaa suotuisasti ihmisten terveyteen ja hyvinvointiin sekä lisätä lounaissuomalaisten fyysistä aktiivisuutta.

Varusmiesten heikentynyt kunto on yksi mittari, joilla arvioidaan suomalaisten nuorten aikuisten kuntoa. LiikU on vuonna 2024 mukana kansallisessa Kunnossa kassulle – toiminnassa, mikäli rahoitus toiminnalle vahvistuu.

Työhyvinvointi

Työntekijä viettää suuren osan päivästään työpaikalla, joten työnantajilla on valtavasti potentiaalia päästä vaikuttamaan työntekijöidensä hyvinvointiin. Panostus työntekijöiden hyvinvointiin kannattaa, koska se näyttäytyy työntekijöille vastuullisena toimintana, joka lisää työtyytyväisyyttä ja työn imua. Hyvinvoivassa työyhteisössä on vähemmän sairaspöissaoloja, henkilöstö viihtyy ja on tuottava. Lisäksi työurista tulee mielekkäämpiä sekä pidempiä. LiikUssa työyhteisöjen kanssa tehtäviä toimintoja kehitetään yhteisesti kaikkien liikunnan aluejärjestöjen kanssa ja se kulkee valtakunnallisesti nimellä Buusti360. Osa palveluistamme on maksuttomia, osa maksullisia.

Tavoitteet:

- Lisätä suomalaisten työikäisten fyysistä hyvinvointia.
- Lisätä työyhteisöliikunnan hyviä käytäntöjä, tietoa ja osaamista työyhteisöissä.
- Lisätä verkostomaista työtapaa alueellisesti.
- Tehdä Buusti360 -konseptista tunnetumpi alueellamme.
- Toimia yhteistyössä Liikkuva aikuinen -ohjelman kanssa (Liikkuva työelämä).

Toimenpiteet:

- Kehitämme ja toteutamme valtakunnallista Buusti360 -liikunta- ja hyvinvointiohjelmää, jonka toimenpiteinä ovat mm. sparraukset työpaikkojen johdon ja työntekijöiden kanssa, erilaiset kunto- ja hyvinvointimittaukset, luennot sekä liikunta- ja lajikokeilupäivät.
- Toteutamme alueellista työpaikkaliikunnan verkostoa ja viestimme työhyvinvoinnista alueellisesti. Lisäksi osallistumme paikallisten toimijoidemme kanssa valtakunnalliseen henkilöstöliikunnan XL-verkostoon, joka on tarkoitettu yli 1000 hlö työllistävälle julkisille organisaatioille.
- Viestimme Liikkuva työelämä- kokonaisuudesta.

Tuloksena:

- 70 eri Buusti360 työhyvinvointitilaisuutta
- kahdeksan (8) Suomen aktiivisin työpaikka (SAT) kartoitusta
- kuusi (6) valtakunnallista/alueellista työpaikkaliikunnan uutiskirjettä vuodessa
- neljä (3) kertaa vuodessa alueellinen työpaikkaliikunnan verkosto
- Kaksi (2) kertaa vuodessa mukana alueen edustajien kanssa valtakunnallisessa henkilöstöliikunnan XL-verkostossa
- Palkitaan maakunnan aktiivisin työpaikkaliikuttaja Varsinais-Suomessa ja Satakunnassa



Liikuntaneuvonta ja elintapaohjaus

LiikUn alueella 58% kunnista toteuttaa liikuntaneuvontaa. Liikuntaneuvonnalla tarkoitetaan systemaattista toimintamallia, jossa tavoitteena tukea terveytensä kannalta liian vähän liikkuvia ihmisiä liikunnan aloittamisessa ja fyysisen aktiivisuuden kasvattamisessa. Opetus- ja kulttuuriministeriö on laatinut ohjeistuksen, miten kuntien tulee liikuntaneuvontaa toteuttaa. Suosituksen mukaisesti kunnan tulee tehdä yhteistyötä hyvinvointialueen kanssa.

Sosiaali- ja terveysministeriön suositukset vastaavasti koskevat hyvinvointialueita, miten ja mille kohderyhmälle hyvinvointialueet veloitetaan rakentamaan elintapaohjauksen toimintamalli. Myös tässä suosituksessa odotetaan yhteistyötä kuntien liikuntaneuvonnan kanssa.

Etenkin Satakunnassa moni kunta toteuttaa liikuntaneuvontaa yhteistyössä hyvinvointialueen elintapaohjaajan kanssa. Vuonna 2024 tavoitteena on, että yhä useampi liikuntaneuvoja ja elintapaohjaaja muodostavat keskenään vastinparin, jotta kunnissa toteutuva liikuntaneuvonta ja hyvinvointialueen elintapaohjaus toimivat yhtenä kokonaisuutena liian vähän liikkuvien kuntalaisten löytämiseksi ja oikeanlaisen tuen antamiseksi.

Tavoitteet:

- Varmistaa liikunnan ja liikuntaneuvonnan asema uusissa hyvinvointialueiden suunnitelmissa olemassa olevien resurssien puitteissa.
- Vahvistaa yhdistysten mukana oloa ja roolia liikunnan palveluketjuissa
- Olla mukana määrittelemässä mitä liikuntaneuvonta on ja valmistella liikunnan palveluketjujen sisältöjä valtakunnallisesti yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa.

Toimenpiteet:

- Tuemme LiikUn alueen kuntia ja hyvinvointialueita liikuntaneuvonnan ja liikunnan palveluketjujen rakentumisessa huomioiden kansalliset liikuntaneuvonnan suositukset, ohjeistukset ja linjaukset.
- Olemme mukana Satakunnan elintapaohjauksen verkostossa ja autamme toimijoita vastinparien löytämiseksi sekä toimivan yhteistyön rakentamiseksi.
- Toteutamme Liikkuva aikuinen -ohjelman kanssa yhdessä sovitut toimenpiteet alueellamme. Näitä ovat mm. Liikuntaneuvonnan verkostoissa vaikuttaminen

Tulokset:

- · Liikuntaneuvonta kattaa vähintään 60% lounaissuomalaisista kunnista.
- · Vähintään 35% kuntien liikuntaneuvojista tietää hyvinvointialueella toimivan vastinparinsa ja tekee yhteistyötä hänen kanssaan.

Aktiiviseen arkeen kannustaminen

Modernin elämäntavan suurimpia haasteita on liikkeen väheneminen arkipäivästä. Harraste- ja arkiliikunta on hieno mahdollisuus korvata tätä liikettä. Liikkumattomuuden suorat kustannukset ovat yli 72 miljoonaa euroa Lounais-Suomessa, joten liikunnallisen elämäntavan edistäminen on erittäin tärkeää.

Myös ikäihmisten määrä lisääntyy maakunnissa. Liikunnan avulla voidaan ylläpitää ja lisätä ikäihmisten toimintakykyä sekä mielenvirkeyttä. LiikUn on mukana viiden muun aluejärjestön kanssa Ikiliikkuville lisää liikettä (ILLI) -hankkeessa. Hankkeen ensisijainen kohderyhmä on vähän liikkuvat + 65-vuotiaat hankealueiden asukkaat.

Tavoitteet:

- Lisätä aikuisväestön sekä ikäihmisten aktiivista arkea.
- Kehittää ympärivuotista liikuntakampanjaa kokonaisvaltaisesti omalla työryhmällä yhteistyössä kuntien kanssa ja pitää kampanjat (Talviliikkuja-, Haastepyöräily-, Syysliikkuja-kampanjat) elinvoimaisena.
- Kannustaa ja tiedottaa aikuisväestön ja ikäihmisten mahdollisuuksista urheiluseuratoiminnassa.
- Liikunta ja liikunnan puheeksiotto on osa apteekkihenkilöstön työtä asiakaskontakteissa

Toimenpiteet:

- Tiedotamme aktiivisen arjen tärkeydestä eri kohderyhmille.
- Olemme mukana eri tapahtumissa ja verkostoissa kertomassa liikunnallisesta elämäntavasta.
- Koulutamme vertaisohjaajia lisäämään harrasteliikuntaa.
- Viestimme 10.5. järjestettävästä Unelmien liikuntapäivästä ja kannustamme eri tahoja, kuten seuroja mukaan päivän toteutukseen.
- Järjestämme kuntien välisiä haastekampanjoita eri vuodenaikoina.
- Toteutamme kuntien kanssa kuntotestaus- ja hyvinvointipäiviä alueellamme.
- Järjestämme koulutuksia Liikkujan Apteekille yhteistyössä liikunnan aluejärjestöjen kanssa
- Järjestämme Turussa Kunnon Eväät - hyvän mielen liikuntatapahtuman

Tulokset:

- · 41 kuntaa mukaan Liikkuen läpi vuoden kampanjakokonaisuuteen.
- · Kuusi (6) kuntien kanssa yhteistyössä järjestettävää kuntomittauspäivää.
- · Kaksi (2) vertaisohjaaja koulutusta ja kaksi (2) seurakoulutusta aikuisten ja ikäihmisten liikuttajille.
- · 38 Liikkujan Apteekkia alueellamme.
- · 150 osallistujaa Kunnon eväät tapahtumassa



ELINVOIMAINEN SEURATOIMINTA

LiikUn seuratoiminnan suunnat, on laadittu vuosille 2021–2026. Ne toimivat pohjana elinvoimaiselle seuratoiminnalle Lounais-Suomessa, mitä kohti on kuljettu nyt kahden vuoden ajan tavoitteiden suuntaisesti. Vuonna 2024 jatketaan jo aloitettuja toimenpiteitä ja kehitystä kohti tavoitteiden saavuttamista.

Elinvoimaisen seuratoiminnan tavoitteiden toteuttajina toimivat seurakehittäjät. Lisäksi seuratoiminnan perustehtävää ovat tukemassa LiikUn muu henkilökunta, LiikUn otokouluttajat sekä seuratoiminnan johtoryhmä. Osa seuratoiminnan toimenpiteistä toteutetaan hanketyönä Harrastamisen Suomen Malli – aluehankkeen puitteissa. Hankkeessa on mukana 11 Liikunnan Aluejärjestöä ja sen rahoitus tulee opetus- ja kulttuuriministeriöltä. Hankkeen hallinnoijana toimii Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu ry.

*LiikUn seuratoiminnan visio, on olla kiinnostavin
lounaissuomalaisen seuratoiminnan tukija vuonna 2026.
Perustehtävänä on voimistaa seurojen elinvoimaisuutta.*

Seuratoiminnan strategiset suunnat vuosiksi 2021–2026 on määritelty neljään alueeseen:

1. Osaamisen polut tukevat seuratoimijoiden (ohjaaja, valmentaja, hallinnon toimija -arjen tekemistä).
2. Vuorovaikutteiset verkostot vahvistavat seurojen kumppanuuksia, uusia toimintatapoja ja resursointia.
3. Vahvistuvat, näkyvät ja arvostetut seuraorganisaatiot elävät ajassa ja toimivat laadukkaasti kulttuuriaan vaalien, arvoa sidosryhmilleen luoden sekä toimijoiden tarpeet huomioiden.
4. LiikU on seurojen tarpeisiin vastaava – oppiva, uudistuva ja tietoperusteisesti johdettu seuratoiminnan asiantuntijaorganisaatio.

Tavoitteet ja toimenpiteet suuntien toteutumiseksi vuonna 2024

1. Osaamisen polut tukevat seuratoimijoiden (ohjaaja, valmentaja, hallinnon toimija) arjen tekemistä

Tavoitteet:

- Toteutetaan päivitettyjen osaamisen polkujen koulutuksia seuratoimijoiden arjen tukemiseksi ja toiminnan kehittämiseksi (ohjaajan, valmentajan, aikuisliikunnan ja perheiden sekä hallinnon toimijan osaamisen polut).
- Koulutukset ovat laadukkaita ja ne on toteutettu punaisen langan mukaisesti huomioiden oppimiskäsitys, oppimisympäristö, oppimisalusta ja toimintatavat.
- Jäsenyhdistyksille on tuotettu laadukkaita osaamisen palveluita ja muita etuja.

Toimenpiteet:

- Toteutetaan tarpeen ja resurssien mukaan koulutuspoolin (n. 50 valikoitua koulutusta) mukaisia koulutuksia, jotka tukevat osaamisen polkuja huomioiden Opetus- ja kulttuuriministeriön, Olympiakomitean ja aluejärjestöjen yhteiset lupaukset.
- Luodaan harrasteliikunnan ohjaajanpolku osana HSM-aluehanketta.
- Tarjotaan jäsenseuroille jäsenetuja muun muassa maksuton seurakäynti (esimerkiksi hallituksen kokouksessa), koulutusetu sekä maksuton Tähtiseura-auditointi.
- Kouluttajaverkostoa kasvatetaan tarpeen mukaan ja heidän osaamisestaan ja kiittämisestään huolehditaan.

Tuloksena:

- Toteutetaan vuoden aikana vähintään 20 seurakoulutusta, joissa yhteensä 200–300 osallistujaa.
- Toteutetaan vuoden aikana vähintään kymmenen (10) seurakäyntiä.
- Toteutetaan vähintään kaksi (2) oto-toimija tilaisuutta.

2. Vuorovaikutteiset verkostot vahvistavat seurojen kumppanuuksia, uusia toimintatapoja ja resursointia

Tavoitteet:

- Nykyisten ja uusien verkostojen kautta syntyy kumppanuuksia, verkostoissa käytetään monipuolisia toimintatapoja, ne mahdollistavat lisää resursseja jäsenyhteisöilleen ja edistävät jäsenten hyvinvointia.
- Edistetään kuntien ja seurojen välistä yhteistyötä ja vuoropuhelua yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi.
- Lisätään kuntarajat ylittävää yhteistyötä kuntien ja seurojen välillä. Edistetään liikkumista, hyvinvointia ja uusia resursseja Rajattomasti liikuntaa -kumppanuusverkostoissa sekä Harrastamisen Suomen Mallin – aluehankkeen pilottikunnissa.

Toimenpiteet:

- Mahdollistetaan eri verkostojen toiminta mm.TJ-klubi (toiminnanjohtajien verkosto), käynnistetään seurojen puheenjohtajien verkosto (PJ-klubi).
- Lisätään kuntayhteistyötä ja seurojen toimintaedellytyksiä tarjoamalla asiantuntijuuttamme kuntien/kaupunkien seurafoorumeihin ja -parlamentteihin.
- Vakiinnutetaan kuntien yhteistyöverkostoja yhdessä kaikkien LiikUn strategisten painopistealueiden (elinvoimainen seuratoiminta, päivittäinen liikunta ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen) kanssa.
- Tuodaan esille hyviä toimintamalleja harrasteliikunnan toteuttamiseksi alueellisesti ja ollaan mukana Harrastamisen Suomen Mallin seuraverkoston käynnistämisessä osana HSM-aluehanketta.

Tuloksena:

- Järjestetään vuoden aikana kolme - neljä (3–4) TJ-Klubin tapaamista.
- Järjestetään vuoden aikana yksi – kaksi (1–2) PJ-klubin tapaamista.
- Ollaan asiantuntijuusroolissa kymmenessä (10) seurafoorumeissa ja -parlamentissa vuoden aikana.

3. Vahvistuvat, näkyvät ja arvostetut seuraorganisaatiot elävät ajassa ja toimivat laadukkaasti kulttuuriaan vaalien, arvoa sidosryhmilleen luoden sekä toimijoiden tarpeet huomioiden.

Tavoitteet:

- Tuetaan seurojen laadun kehittymistä ja kiittämisen kulttuuria.
- Kasvatetaan LiikUn jäsenmäärää ja varmistetaan, että alueen Tähtiseurat liittyvät LiikUn jäseniksi.
- LiikUn alueen seuroja liittyy Tähtiseura-alustan avulla kehittämään omaa seuraansa.
- LiikUn alueen seurat tekevät hyviä valtakunnallisia tukihakemuksia resurssiensa parantamiseksi ja toiminnan turvaamiseksi.

Toimenpiteet:

- Kannustetaan seuroja tähtiseurapolulle ja sitä kautta Tähtiseuroiksi. Auditoidaan LiikUn alueella toimivia Tähtiseuroja ja Tähtiseuraksi pyrkiviä.
- Tarjotaan seuroille fasilitoituja kehitysiltoja.
- Järjestetään laadukkaat ja taloudellisesti kannattavat maakunnalliset Urheilugaalat Satakunnassa ja Varsinais-Suomessa.
- Viestitään eri rahoitusten tukimahdollisuuksista seuroille ja sparrataan hankehakijoita.

Tuloksena:

- Tähtiseura-alustalla on vuoden lopussa 105 LiikUn alueen seuraa (nyt 100 seuraa).
- Pidetään vuoden aikana viisi (5) seuran kehitysiltaa.
- Urheilugaaloissa palkitaan yhteensä 80 henkilöä/tahoa ja vieraita on yhteensä 1200.
- Sparrataan 10-15 seuran seuratukihakemuksia.

4. LiikU on seurojen tarpeisiin vastaava, oppiva ja uudistuva seuratoiminnan asiantuntijaorganisaatio

Tavoitteet:

- Huolehditaan seuratoiminnassa mukana olevien toimijoiden jatkuvasta osaamisen lisäämisestä.
- Kumppanuudet lajiliittojen, Olympiakomitean, aluejärjestöjen ja kuntien kanssa lisäävät osaamista ja yhteistyötä.
- Johdetaan tiedolla omaa toimintaa.
- LiikUn tiimit ovat tietoisia toistensa strategisista suunnitelmista koskien seuratoiminnan rajapintoja.
- LiikUn palvelut ja tuotteet ovat moniarvoisia, vastuullisia ja toteutettu kestävä kehitys huomioiden.

Toimenpiteet

- Analysoidaan oman osaamisen kehittämisen tarpeita ja mahdollistetaan osaamisen lisääminen kouluttajille, toimihenkilölle (henkilökunta) ja seuratoiminnan johtoryhmälle.
- Verkostoidutaan eri sidosryhmien kanssa (OK, AVI, OKM, lajiliitot, kunnat) ja viedään niistä saatua tietoa eri sidosryhmille.
- Kerätään omasta toiminnasta tietoa, jota hyödynnetään strategisessa ja operatiivisessa toiminnassa.
- Yhteinen suunnittelu ja tiedon jako LiikUn eri tiimien kesken.
- Seuratoiminnan tuotteet ja palvelut on peilattu vastuullisuuden, kestävä kehityksen ja moniarvoisuuden näkökulmista.

Tuloksena

- Seuratoiminnan henkilöstö osallistuu kouluttajakoulutuksiin (vähintään 1-3 koulutusta) sekä lisää osaamistaan omissa koulutuksissa. Mahdollistetaan oto-kouluttajille osallistuminen LiikUn eri koulutustapahtumiin.
- Osallistutaan verkostojen palavereihin ja seminaareihin (30 tilaisuutta).
- Koulutuksiin osallistuneiden palautteista ja seurojen koulutuskyselystä saadut tulokset ohjaavat koulutustoiminnan suunnittelua ja koulutusvalintoja.
- Utiskirjeiden kuukausittaiset avauskerrat ylittävät 30%.
- Pidetään yhteiset yhteistyöpalaverit neljä (4) kertaa vuodessa päivittäisen liikunnan tiimin kanssa.

YHTEISKUNNALLINEN VAIKUTTAMINEN

LiikUn tehtävä on vaikuttaa siihen, että alueellamme on parhaat mahdolliset edellytykset edistää asukkaiden päivittäistä liikettä ja elinvoimaista seuratoimintaa. Pidämme tärkeänä, että jokaisessa kunnassa on osaava liikuntapalveluiden henkilöstö kehittämässä yhteistyötä eri hallinnonalojen, kansalaisjärjestöjen sekä alueellisten toimijoiden kanssa. Tärkeimpiä tavoitteitamme on resurssien turvaaminen liikunnalle merkittävänä terveyshaittoja ennaltaehkäisevänä ja hyvinvointia edistävänä toimintana. Urheiluseurat tarvitsevat tukea toimintansa pyörittämiseen. Seura-avustusten määrää tulee kasvattaa ja liikuntapaikkojen tulee olla lasten ja nuorten toiminnalle maksuttomia tai erittäin alhaisia.

Hallitusohjelma on nostanut vavasti esille Suomi liikkeelle – ohjelman. Ohjelman tavoitteena on kehittää suomalaisten toimintakykyä liikunnan keinoin. Tässä yhteydessä toimintakyvyllä tarkoitetaan kykyä huolehtia itsestä, toisista ja yhteisistä asioista. LiikU on sitoutunut viemään tätä asiaa eteenpäin muiden aluejärjestöjen tavoin yhteistyössä opetus- ja kulttuuriministeriön sekä Olympiakomitean kanssa.

Jokainen LiikUn työntekijä toteuttaa yhteiskunnallisen vaikuttamisen rooliaan omaan työhönsä liittyvien kohderyhmien keskuudessa järjestämällä koulutuksia, kokoamalla verkostoja ja viestimällä oman toimialansa asioista. Viestimme ja käymme ajankohtaiskeskustelua alueemme päättäjien ja vaikuttajien kanssa. LiikU vahvistaa liikunnan asemaa kunnallisessa, seudullisessa ja valtakunnallisessa päätöksenteossa ja resurssienjaossa.

Rajattomasti liikuntaa -kumppanuusverkostot

Jatkamme liikunnan kumppanuusverkostotyötä, jossa on mukana lähes kaikki Lounais-Suomen kunnat omine toimijaverkostoineen.

Tavoite 1:

- Pidetään yllä Satakunnan ja Varsinais-Suomen Rajattomasti liikuntaa -kumppanuusverkostot alueen kuntien ja muiden toimijoiden kanssa.

Toimenpiteet:

- Jatketaan yhteistyötä 26 Varsinais-Suomesta mukana olevan Rajattomasti liikuntaa –kunnan kanssa.
- Jatketaan Satakunnan kumppanuusverkostotyötä 15 kunnan kesken.
- Toivotetaan tervetulleiksi kaksi verkostoista puuttuvaa kuntaa, jos ne haluavat liittyä yhteistyöhön

Tavoite 2:

- Edelleen kehitetään ja otetaan käyttöön toimintatapoja ja työkaluja, joilla vahvistetaan:
 - Liikunnan strategista asemaa ja tiedolla johtamista kunnissa ja seudullisesti
 - Liikunnan ajankohtaisviestintää keskeisille päättäjille ja vaikuttajille kunnissa ja seudullisesti
 - Seura- ja järjestötoimijoiden sekä kuntien liikuntahenkilöstön osaamista
 - Eri ikä- ja kohderyhmien liikunnallista elämäntapaa

Toimenpiteet:

- Viedään päätökseen maakunnalliset liikuntastrategiaprosessit liikunnan kehittämisen kokonaiskuvan luomiseksi Satakunnan ja Varsinais-Suomen Rajattomasti liikuntaa – ohjausryhmien päätösten mukaisesti
- Tehdään suunnitelmat strategioiden jalkauttamiseksi molemmissa maakunnissa
- Jatketaan Rajattomasti liikuntatietoa –alustan kehittämistä alueellisena ja seudullisena tiedolla johtamisen työkaluna kuntien ja seitsemän liikunnan aluejärjestön (9 maakuntaa) kesken
- Luodaan vahvemmat suuntaviivat strategisen ja tietoon perustuvan viestinnän kehittämiseksi yhdessä uuden viestinnäsuunnittelijan kanssa
- Jatketaan LiikuntAsiaa –uutiskirjeen julkaisemista ja kehittämistä toimittaen se 6-10 kertaa vuodessa kuntien kautta kunta-, maakunta- ja hyvinvointialuepäättäjille ja vaikuttajaryhmille
- Jatketaan osallistumista Satakunnan ja Varsinais-Suomen hyvinvointialueyhteistyöhön liikunnan tehtävien, yhdyspintapalvelujen ja resurssien osalta
- Kehitetään kumppanuusverkostojen puitteissa seuroille, kuntien henkilöstölle ja muille keskeisille toimijatahoille tarjottavia maksuttomia koulutuskokonaisuuksia
- Rakennetaan kehittämishankkeita ja haetaan niille ulkopuolista lisärahoitusta
- Kehitetään priorisoiden eri ikä- ja kohderyhmien liikkumaan aktivointitoimenpiteitä hyödyntäen olemassa olevia omia verkostoja sekä kansallisia hankkeita ja ohjelmia (esim. Ikäihmiset, soveltava liikunta, lapset ja nuoret)

Tuloksena:

- Vakiintuneet Rajattomasti liikuntaa –kumppanuusverkostot Satakunnassa ja Varsinais-Suomessa
- 4-6 ohjausryhmätapaamista molemmissa maakunnissa: yhteistyön linjaukset ja priorisointi
- 10-15 muuta tilaisuutta:
 - Liikuntahenkilöstön koulutukset ja ajankohtaisinfot,
 - Strategian ja yhdyspintapalvelujen kehittämiseen liittyvät tilaisuudet,
 - Työryhmät (esim. soveltava liikunta, ikääntyneiden liikkuminen) jne.
- Rajattomasti liikuntatietoa –alusta tiedolla johtamisen ja liikunnan ajankohtaisviestinnän työkaluna käytössä kahdeksan liikunnan aluejärjestön (9 maakunnan) alueella sekä vakiintuneet toimintatavat sen ylläpitämiseksi ja kehittämiseksi
- Strategisen ja tiedolla johtamisen viestinnän tarkempi suunnitelma
- Seudulliset ja alueelliset linjaukset liikunnasta osana terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä:
 - Maakunnalliset liikuntastrategiat jalkauttamissuunnitelmineen
 - Osallistuminen ja vaikuttaminen hyvinvointialueiden kehittämistyöhön liikunnan puheeksi ottamisen, palveluohjauksen ja liikuntaneuvonnan edistämiseksi

Avoimet ovet -hanke

Avoimet ovet -hankkeen tavoitteena on tukea urheiluseuroja vammaisten ja erityistä tukea tarvitsevien harrastajien mukaan ottamisessa ja jalostaa jo olemassa olevia toimivia käytäntöjä. Hanke toteutetaan yhteistyössä 12 liikunnan aluejärjestön ja seitsemän lajiliiton kanssa. Hanketta rahoittaa opetus- ja kulttuuriministeriö, ja sitä hallinnoi Suomen Paralympiakomitea.

Hanke jatkuu alkuperäisestä suunnitelmasta poiketen toukokuun 2024 loppuun. Viimeisessä hankevaiheessa toteutetaan vammaisvertaisliikuttajakokeilu. Vammaisvertaisliikuttaja Sanna Koivusalo toimii linkkinä harrastajien, seurojen ja kuntien välillä. Tarkoituksena on lisätä tietoisuutta soveltavan liikunnan harrastusmahdollisuuksista, toimia linkkinä urheiluseurojen ja vammaisryhmien välillä sekä kokemusasiantuntijana ja vertaistukena liikkumisen haasteissa ja mahdollisuuksissa.



VIESTINTÄ JA MARKKINOINTI

LiikUlla viestimme liikunnan ja urheilun teemoista aktiivisesti ja totuusperäisesti. LiikUn viestinnän tavoite, on tukea LiikUn strategian mukaisia tavoitteina, arvoja sekä lisätä palvelutarjonnan tunnettavuutta. Vuoden 2024 toimialakohtaisten tavoitteiden saavuttamista tuetaan viestinnän ja markkinoinnin keinoin sekä liikunnan ja hyvinvoinnin kampanjoita sekä hankkeita edistetään ja tuetaan viestinnän avulla. LiikUn ulkoista ja sisäistä viestintää aloitettiin kehittämään vuonna 2023 ja tämä kehitystyö jatkuu toimintavuonna 2024.

Ulkoisen ja sisäisen viestintä:

Tavoitteet:

- Asiantuntijamaineen ja tunnettavuuden kasvattaminen
- Viestimme tavoittavat kohderyhmän ja ohjaa tavoitteen mukaiseen toimintaan
- Sisäisen viestinnän toimivuus
- LiikUn henkilökunta, tuntee omakseen ja sitoutuu LiikUn strategian mukaisiin tavoitteisiin ja arvoihin
- Liikunnanaluejärjestöjen yhteiset viestinnän toimenpiteet toteutuvat

Toimenpiteet:

- Yhtenäinen ilme ja asiantuntijuus kaikessa viestinnässä
- Yhteisten viestinnän sääntöjen ja linjausten jalkautus jatkuu
- Viestimme kohderyhmille toiminnastamme, koulutuksistamme, tapahtumistamme sekä valtakunnallisista kampanjoista ja hankkeista uutiskirjeissämme, verkostoissamme, SoMekanavissamme, verkkosivuilla, tapaamisissa sekä yhteistyökumppaneidemme kautta.
- Sisäisen viestinnän kehittäminen avoimuuteen ja keskusteluun kannustavan ilmapiirin avulla sekä uusien toimintatapojen avulla.

Mittarit:

- Raportit (SoMekanavista, Creamailer, Google Analytics).
- Koulutuksen toteutuminen ja palautteet
- Jäsenkyselyt
- Oma sisäinen arviointi

BUDJETTI

VARSINAINEN TOIMINTA

TUOTOT

osanottomaksut	709410	801404	610846
muut tuotot	8000	8000	14314
erityisavustukset	134721	104829	218862
TUOTOT YHTEENSÄ	852131	914233	844022

KULUT

palkat ja palkkiot	641378	633985	638972
henkilöstösivukulut	148981	142116	147017
henkilöstökulut yhteensä	790359	776101	785989
vuokra- ja vastikekulut	100445	108100	92132
poistot/muut kulut	5000	2300	8635

Muut kulut			
ostopalvelut	449822	503117	409420
matka- ja majoituskulut	41950	48250	30844
materiaali- ja muut toimintakulut	155805	177165	192046
Muut kulut yhteensä	647577	728532	632310

KULUT YHTEENSÄ

Varsinaisen toiminnan kuluja jäämä	-691250	-700800	-675045
------------------------------------	---------	---------	---------

Varainhankinta

Varainhankinnan tuotot	107900	128900	110514
Varainhankinnan kulut	9450	20400	9143
Varainhankinta yhteensä	98450	108500	101371

Sijoitustuotot	2800	2300	2438
Rahoituskulut	0	0	0
Satunnaiset kulut	0	0	0
Avustustuotot	590000	590000	580000

Tilikauden tulos ali-/ylijäämä	0	0	8763
--------------------------------	---	---	------

Tuotot yhteensä	1552831	1635433	1536973
Kulut yhteensä	1552831	1635433	1528210

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry (LiikU)

*Turun toimisto (Esteetön kulku)
Humalistonkatu 6, 20100 Turku
(02) 515 1900*

*Porin toimisto (Esteetön kulku)
Yrjönkatu 22, 28100 Pori*

www.liiku.fi

The logo for LiikU, featuring the word "LiikU" in a stylized, bold, blue font. The letters are thick and blocky, with a slight slant. The "i" and "k" are connected, and the "U" is a simple, rounded shape. The logo is positioned on the left side of the page, above a large, abstract blue shape that occupies the bottom right corner.