

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry (LiikU)

# Toiminta- ja taloussuunnitelma 2014





## Toiminta- ja taloussuunnitelma vuodelle 2014

Suomen hallitusohjelmassa todetut kehittämiskohteet sopivat LiikUn toimintaan hyvin. Hallituskaudella mm. edistetään koko elämäkaaren mittaista liikunnallista elämäntapaa, jatketaan liikkuva koulu –ohjelmaa, työyhteisöliikunnan hyviä käytäntöjä juurrutetaan pysyviksi ja kannustaviksi työelämän toiminnoiksi, edistetään matalan kynnyksen seuratoimintaa ja toimenpiteitä, joilla seura- ja kansalaistoimintaa voidaan entistä paremmin paikallisesti tukea. OKM:n liikuntapolitiikan tavoitteena erityisesti vuonna 2014 on varmistaa liikuntapalveluiden saatavuus ja lisätä liikunnallista elämäntapaa.

Kesäkuussa 2012 perustettu uusi liikunnan kattojärjestö – Valo on aloittanut toiminnan vuoden 2013 aikana. Sen tehtävänä ja tavoitteena on varmistaa lisää laadukasta liikettä paikallistasolle. Järjestö toteuttaa koko liikuntakentän yhteistä visiota ”Olemme maailman liikkuvien urheilukansa”.

Visioon pääsemiseksi Valo tekee työtä, jotta jokaisella lapsella on mahdollisuus innostua liikunnasta ja urheilusta, ja että liikunnasta ja urheilusta saadaan elinvoimaa nuoren ja aikuisen arkeen. Kolmantena tavoitteena on saada innostuksesta ja osaamisesta vetovoimaa seuratoimintaan.

Valo haluaa olla innostaja, yhdistäjä ja uudistaja. Nämä kaikki em. Valon valinnat on otettu myös mukaan LiikUn vuoden 2014 toimintasuunnitelmaan. Lisäksi toimintasuunnitelma pohjautuu aikaisempien vuosien kokemuksiin sekä kysyntään.

Valon organisoitumiseen vaikuttaa myös nk. aluejärjestöselvityksen esitykset ja alueiden johtamisjärjestelmä. Tämä tarkoittaa sitoutumista yhteisesti päätettyihin tehtäviin. Toisin sanoen osa LiikUn toiminnasta on yhteisesti ja valtakunnallisesti sovittujen asioiden toteuttamista ja osa Satakunnan ja Varsinais-Suomen maakuntien toimijoiden tarpeista lähtevää toimintaa. Lokakuussa 2013 Valon asettama selvitysmies Timo Haukilahti julkisti selvityksensä ja 17 kehittämisehdotusta. Ehdotukset koskevat pääsääntöisesti alueiden ja lajiliittojen yhteistyötä sekä alueiden roolia ja palvelutehtäviä. Ehdotukset konkretisoituvat vuoden 2014 aikana ja osaa niistä lähdetään toteuttamaan käytännössä heti. Vuoden 2014 aikana yhteinen tehtäväkenttä tarkentuu selvitystyön käynnistämien prosessien työn tuloksena.

Alueiden roolina tullee olemaan jatkossakin pääsääntöisesti yhteiskuntavastuullisen liikunnan edistäminen eli ihmisten liikkumaan aktivoiminen ja seurojen toimivuuden tukeminen.

Liikuntalain uudistustyö on ollut käynnissä keväästä 2013 alkaen. Työ valmistunee vuoden loppuun mennessä. Työn tulos tulee vaikuttamaan liikuntajärjestöjen toimintaan viimeistään vuonna 2015. Joiltakin osin valmistautuminen siihen tapahtuu jo vuoden 2014 aikana.

Seuratoiminnassa lisätään yhteistyötä ja verkostoitumista seurojen päätoimisten henkilöiden kanssa. Seuratuella sekä seurojen omilla päätöksillä päätoimisten henkilöiden määrä urheiluseuroissa on lisääntynyt. Lisäksi kiinnitetään huomiota seurojen ”hyvä hallinto” – koulutukseen. Lasten ja nuorten liikunnan osalta Liikkuva koulu-hankkeen jalkauttaminen mahdollisimman moneen kouluun on edelleen keskeinen painopisteemme Samoin haluamme taata lisää monipuolista liikettä päivähoitopäivään ja nuorille sekä vaikuttamismahdollisuuksia että osallisuutta. LiikU toteuttaa hyvän suosion saaneita lasten liikuntapäiviä ja –leirejä koulujen loma-aikoina.

Aikuisliikunnassa kehitetään henkilöstöliikuntaa, liikuntapalveluketjua sekä liikuntaneuvontaa, järjestetään tapahtumia ja viedään ”Urheillen terveyttä” –tietoutta liikunta- ja urheiluseuroihin.

LiikU jatkaa Turun seutukunnan 11 kunnan yhteisen ”Rajattomasti liikuntaa Turun seudulla” –hankkeen hallinnointia. Vuonna 2011 käynnistynyt hanke on edennyt hyvin ja se on saanut paljon myönteistä julkisuutta. Mukana olevat kunnat ovat päättäneet jatkaa sitä vähintään vuoden 2014 loppuun saakka..

Kuntakumppanuus on viimeisten vuosien aikana kehittynyt ja yhteistyötä kuntien kanssa lisätään jatkossa. Kuntien tarjoamat maksuttomat koulutukset liikunta- ja urheiluseuroille ovat saaneet vankkumattoman jalansijan ja kiitoksen seurojen suunnasta. Tätä toimintaa jatketaan ja laajennetaan useampaan kuntaan.

## Resurssit

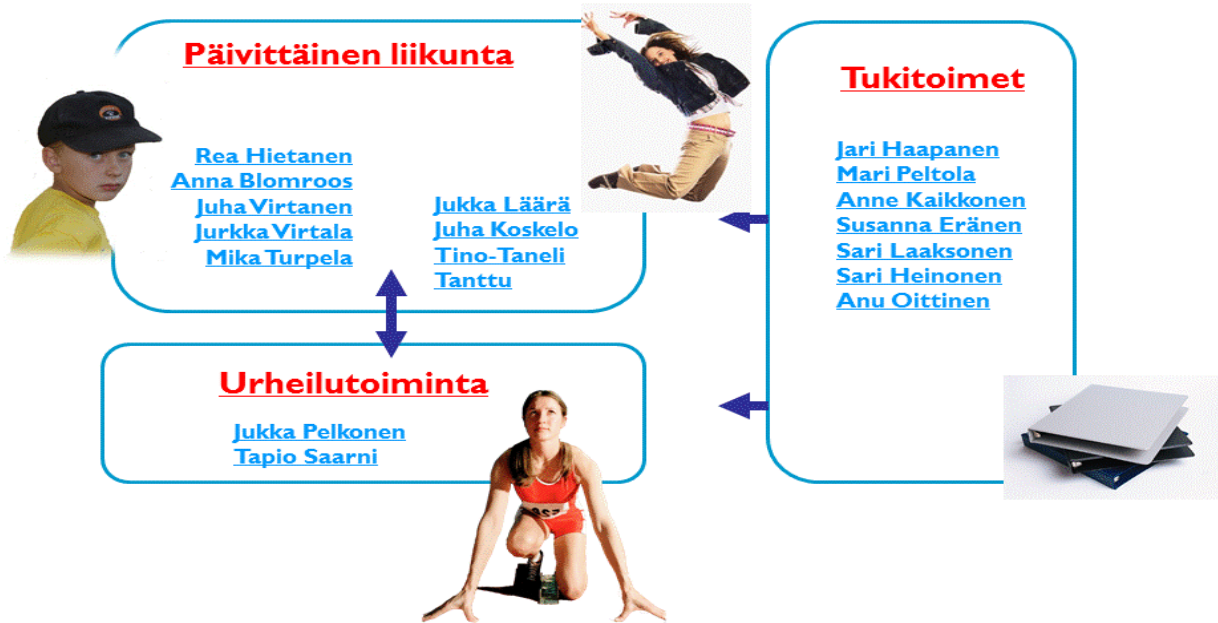
LiikUn onnistumisen perusedellytys on toiminnassa mukana olevat osaavat ja innostuneet henkilöt. Osaaminen tarkoittaa eri toiminnan tasoilla mukana olevien ihmisten toimintatapojen, tiedon ja innostuksen sekä työhyvinvoinnin varmistamista ja kehittämistä. Keskeinen keino on koulutus sekä jatkuva toimintatapojen arviointi ja kehittäminen. Onnistunut henkilörekrytointi hallitus-, valiokunta- sekä työryhmätyöskentelyyn on tavoitteiden saavuttamisessa tärkeää. Näihin tehtäviin pyritään löytämään parhaita mahdollisia asiantuntijoita, jotka ovat innostuneita kehittämään LiikUn toimintaa.

Henkilöstön innostuminen, työssään kehittyminen ja jaksaminen ovat erittäin tärkeitä seikkoja tuloksekkaassa toiminnassa. Jaksamisen tukemiseen kiinnitetään huomiota toimintatapoja sekä toimenkuvia tarkastamalla, keskusteluja käymällä sekä kehittämällä yhteissuunnittelua ja ajankäyttöä.

Hyvin hoidettu talous on LiikUn toiminnan keskeisiä toimintaperiaatteita. Talouden suunnittelu-, seuranta- ja raportointimenetelmiä kehitetään niin, että ne mahdollistavat tehokkaan ja sujuvan työskentelyn. Vaikka LiikU on saavuttanut viimeisten vuosien aikana erinomaisia tuloksia, valtion perusavustus ei ole kasvanut. Merkittävää kasvua ei valitettavasti ole odotettavissa myöskään vuoden 2014 budjettiin. Tästä syystä LiikU joutuu tarkkaan pohtimaan toimintojaan ja toimenpiteitään sekä niiden resursointia. Vuoden aikana tullaan etsimään toimintoja, mitkä voidaan suorittaa aikaisempaa pienemmillä kustannuksilla.

LiikUn talous perustuu hyvin onnistuneelle varsinaiselle toiminnalle. Varsinaisen toiminnan tuotot ovat yli 50 prosenttia kaikista tuotoista. Varainhankinnalla sekä erilaisilla kehittämishankkeilla ja projektirahoituksella valtion perusavustuksen ohella katetaan toinen puoli tuotoista. Hallitukselle raportoidaan talouden toteumasta vähintään neljä kertaa vuodessa.

# Toimihenkilöorganisaatio I.I.2014



## LiikUn missio = päättymätön perustehtävä

Innostamme liikunnalliseen elämäntapaan ja edistämme liikuntakulttuuria.

## LiikUn visio ja slogan

Liikunta elämäntavaksi

## Mitä teemme?

- LiikU on liikunnan asiantuntija Lounais-Suomessa
- liikutamme lapsia ja aikuisia tapahtumissa ja leireillä
- koulutamme seuratoimijoita, lasten kanssa työskenteleviä ja työyhteisöjä liikuttamaan muita
- puhumme liikunnan puolesta päättäjille

## LiikUn painopistealueet

- liikunnallinen elämäntapa
- seuratoiminnan laatu (=toimivuus)
- ratkaisut urheilijan polulla
- edellytykset ja olosuhteet ovat kunnossa

# Liikkuva Lounais-Suomi 2014

## Liikunnallinen elämäntapa

(liikkumaan aktivointi, yhteiskuntavastuullinen liikuttaminen, kansanliikunta)

- Kaikille lapsille ja nuorille harrastamisen mahdollisuuksia
- Lisää monipuolista liikettä päivähoitopäivään
- Liikkuva Koulu -ohjelman toteuttamista
- Nuorille vaikuttamismahdollisuuksia ja osallisuutta
- Vanhempiin vaikuttamista ja perheliikunnan edistämistä
- Henkilöstöliikunnan kehittämistä (sertifiointi)
- Liikuntapalveluketju: liikunta-, sosiaali- ja terveystoimen yhteistyöllä
- Urheillen Terveyttä -seuroihin

## Seuratoiminnan laatu (=toimivuus)

- Verkostotyön ja vuorovaikutuksen lisääminen seurojen päätoimisten kanssa
- Seuran ”hyvän hallinnon” tukeminen
- Osaamisen lisääminen kuntayhteistyöllä
- Valtakunnalliseen seuratoiminnan strategiatyöhön osallistuminen ja siihen vaikuttaminen
- Respect -palkitseminen

## Urheilijan Polun tukitoimet

- Yhteistyön tiivistäminen urheiluakatemioiden kanssa
- Valmentajien ja ohjaajien osaamisen kehittäminen (VOK)
- Alueellisen asiantuntijaverkoston kokoaminen
- Verkostotyön ja vuorovaikutuksen lisääminen seurojen päätoimisten kanssa

## Yhteiskunnallinen kumppanuus ja vaikuttavuus

- Liikunta on tärkeä osa kunnan peruspalvelua
- Lasten ja nuorten toimintaympäristöt (päiväkoti- ja koulupihat) innostavat omaehtoiseen liikkumiseen

## Reilun Pelin periaatteet

SLUn syysvuosikokous 2010 vahvisti Reilun Pelin periaatteet. Edelliset yhdessä valmistellut ja hyväksytyt periaatteet olivat vuodelta 2004. Päivityksessä haluttiin varmistaa, että sisältö vastaa tämän päivän haasteisiin ja että asiakirja toimii konkreettisenä työkaluna periaatteiden eteenpäinviemiseen.

Asiakirja nostaa esiin liikuntajärjestöjen tulevaisuuteen vaikuttavia tärkeitä periaatteita: tasavertaisuus, suvaitsevaisuus, terveyden, turvallisuuden ja hyvinvoinnin edistäminen, oikeudenmukaisuus sekä ympäristön kunnioittaminen.

## Jokaisen tasavertainen mahdollisuus liikuntaan ja urheiluun

Liikunta ja urheilu ovat avoimia kaikille. Tasavertaisuus, moninaisuus ja oikeudenmukaisuus

ovat yhteisömme perusta. Haluamme toimia vuorovaikutteisesti kaikkien liikunnasta ja urheilusta kiinnostuneiden tahojen kanssa monimuotoisen liikuntakulttuurin kehittämiseksi.

### **Vastuu kasvatuksesta**

Olemme kaikki kasvattajia. Käytännössä kaikkiin liikuntaa ja urheilua koskeviin tilanteisiin liittyy kasvatuksellinen ulottuvuus – harjoituksissa, peleissä, turnausmatkoilla, talkootapahtumissa, vanhempainilloissa. Kasvatustapana on oma esimerkkimme. Motivaationamme on aina kaiken ikäisten lasten ja nuorten paras. Annamme itselle ja toisille aikaa kasvaa ja kehittyä kukin omien resurssiansa mukaan. Kannustamme elinikäiseen oppimiseen myös liikunnan ja urheilun parissa. Kannustamme ja tuemme jokaista kantamaan oman vastuunsa oman lähiyhteisönsä ja laajemmin yhteiskunnan hyvinvoinnista.

### **Terveyden, turvallisuuden ja hyvinvoinnin edistäminen**

Kaikki tekemisemme edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia. Päihteitä ja väkivaltaa ei yhdistetä liikuntaan ja urheiluun. Fyysisiin ja psyykkisiin ongelmiin puututaan ja niitä ennaltaehkäistään aktiivisesti. Luomme liikunnalle ja urheilulle turvalliset puitteet. Urheilusuoritukset eivät ole urheilijoiden arvon ainoa mittari. Antidopingtyö on olennainen osa toimintaamme.

### **Luonnon kunnioittaminen ja kestäväan kehitykseen pyrkiminen**

Me olemme osa luontoa. Suojelemme yhteistä ympäristöämme ja ohjaamme sekä opastamme myös muita tekemään samoin. Kasvamme yhdessä kohti luonnon kunnioittamista ja haemme tasapainoa

omien tekemistemme ja kestäväan kehityksen välille. Osallistumme omalta osaltamme vastuullisesti toimenpiteisiin kohti vähäpäästöistä yhteiskuntaa.

### **Avoimuus, demokraattisuus ja oikeudenmukaisuus**

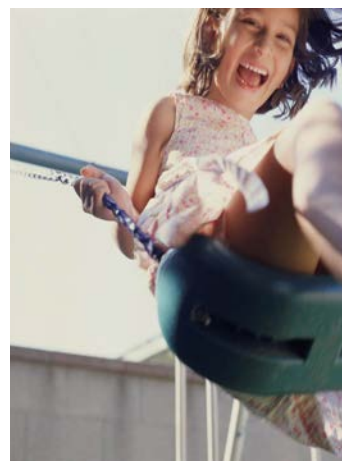
Päätöksiä tehdessämme valmistelemme, kuuntelemme ja perustelemme huolella. Päätöksentekoon liittyvät pelisäännöt ovat kaikkien saatavilla. Rikoksiin ja rikkomuksiin suhtaudumme aina vakavasti. Uskomme kuitenkin ihmiseen ja voimme antaa uuden mahdollisuuden Rakenamme taloutta realistiselle ja kestäväälle pohjalle. Yhteistyö on ehtymätön voimavaramme. Kohtelemme toisia tasaveroisesti ja oikeudenmukaisesti riippumatta esimerkiksi suhteemme laadusta tai mahdollisesti yhteisestä taustasta.

## **Päivittäinen liikunta**

### **Lapset ja nuoret**

LiikUn tavoitteena on, että lapset ja nuoret löytävät päivittäisen liikuntaharrastuksen sekä saavat ammattitaitoista ohjausta ja vastuullisia tehtäviä.

LiikU toimii lasten ja nuorten liikunnan alueellisena verkoston, kehittäjänä ja koordinaattorina. Keskeinen tavoite on edistää lasten ja nuorten päivittäistä liikkumista yhdessä eri keinoin paikallisten toimijoiden, VALO:n, Suomen Vammaisurheilu ry:n sekä alueellisten ja valtakunnallisten liikuntajärjestöjen kanssa.



## Vuonna 2014 edistämme ja kehitämme erityisesti

1. Edistämme eri-ikäisten liikkumismahdollisuuksia ja -olosuhteita.
2. Kehitämme laadukkaita koulutuspalveluita yhteistyössä eri toimijoiden kanssa.
3. Liikunnallistamme koulu- ja päivähoitopäivää yhteistyössä kuntatason toimijoiden (kasvatusalan ammattilaiset, kunnan eri toimijat, yhdistykset) kanssa.
4. Innostamme kaikkia liikuntaan LiikUn toteuttamien tapahtumien avulla.
5. Edistämme tapahtumissa ja vanhempainilloissa perheiden yhteistä liikkumista ja vanhempien tietoisuutta liikunnan merkityksestä lasten kehitykselle yhteistyössä eri tahojen kanssa.
6. Edistämme nuorten osallisuutta sekä vaikutus- ja toimintamahdollisuuksia.

## Toimenpiteitä 2014

### Lasten liikuttajien osaamisen kehittäminen

LiikU järjestää vuosittain koulutusta tuhansille lasten liikunnan parissa toimiville henkilöille ammattitaitoisen ja innostuneen kouluttajaverkoston avulla. Koulutuksissa välitämme mm. tietoa lasten ja nuorten toimintaan soveltuvista periaatteista sekä annamme käytännön ideoita lasten ja nuorten liikunnan toteuttamiseen. Päivitämme suunnitelmallisesti kouluttajaverkostomme osaamista ja etsimme aktiivisesti uusia liikunnan ammattilaisia joukkoomme.

### Liikkumisen lisääminen päivähoitopäivän aikana:

Olemme mukana valtakunnallisessa Liikkuva päivähoito – ohjelman suunnittelu – ja pilotointi-vaiheessa.

Alueellisesti edistämme päivähoitopäivän liikunnallistamista yhteistyössä kunnan sosiaalitoimen ja liikuntatoimen kanssa. Koulutamme varhaiskasvattajia työyhteisökohtaisesti, työstämme kuntakohtaisia liikunnan vuosisuunnitelmia sekä varhaiskasvatuksen liikuntakortteja sekä edistämme, että Liikuntaleikkikoulu –tuote olisi mahdollisimman monen alle kouluikäisen lapsen saatavilla päivähoitossa. Lisäämme neuvolahenkilökunnan lasten liikunnan osaamista sekä teemme oppilaitosyhteistyötä.



## **Liikkumisen lisääminen koulupäivän aikana:**

Tavoitteena on, että koululaiset liikkuvat vähintään tunnin jokaisen koulupäivän aikana

Tarjoamme kouluille liikkumista edistäviä malleja ja keinoja. Olemme mukana valtakunnallisessa Liikkuva koulu – ohjelmassa. Teemme yhteistyötä kuntien sivistys- ja liikuntatoimen sekä koulujen kanssa koulupäivän liikunnallistamiseksi. Edistämme nuorten osallisuutta koulupäivän aikana esimerkiksi välituntiliikunnassa ja harrastetoiminnassa.

Vuoden aikana edistämme mm. koulumatkaliikuntaa, liikuntakerhotoimintaa ja aamu- ja ilta-päivätoiminnan liikuntaa. Kehitämme ja laajennamme koulujen henkilöstölle suunnattua liikunnan täydennyskoulutusta.

Toimimme apuna kunnille liikunnan olosuhdetyössä lähiliikuntapaikkojen osalta siten, että kouluympäristöissä olisi liikkumaan innostavat olosuhteet. Pyrimme vaikuttamaan lasten ja nuorten vanhempiin siten, että he tiedostavat liikunnan merkityksen ja innostavat lapsia liikkumaan sekä järjestämme perheiden yhteisiä liikuntatapahtumia koulupäivien aikana.

## **Lasten ja nuorten liikuntainnostuksen herättäminen**

Liikuntatapahtumissamme on tarjolla mahdollisuus jokaiselle lapselle osallistua yhdenvertaiseen, innostavaan, iloiseen ja kehittävään urheilutoimintaan. Toteutamme liikuntaleirejä ja –päiviä lisätäksemme nuorison mahdollisuuksia tutustua eri lajeihin ja samalla innostua liikkumisesta. Leireistä suurimmat ovat Kesis ja Pitkis-Sport. Lisäksi koulujen syyslomalla toteutetaan Syystis-liikuntapäiviä.

Leirien lisäksi toteutamme seikkailu-, elämys- ja perheliikuntatapahtumia yhteistyössä koulujen, seurojen ja kuntien kanssa. Toiminnassa on mukana laaja kouluttajaverkosto, jonka määrää, ammattitaitoa ja huoltoa tehostetaan.

## **Nuorten osallisuuden vahvistaminen liikunnan kentässä**

Toteutamme Nuoret Johtajat – toimintaa omissa tapahtumissamme. Aktivoimme nuoria Välkkäri ja Järkkää tapahtuma – koulutuksen avulla toteuttamaan erilaisia liikuntatapahtumia LiikUn toimialueella kouluissa, nuorisotaloilla sekä seuroissa. Lisäämme nuorten harrastusmahdollisuuksia yhteistyössä eri tahojen kanssa. Tärkeätä on, että nuoret voivat osallistua toimintansa suunnitteluun ja toteutukseen.

## **Perheliikunta**

Etsimme keinoja miten lapset ja vanhemmat voisivat enemmän liikkua yhdessä elämän eri vaiheissa. Teemme perheliikunnan edistämistyötä yhteistyössä eri hallintokuntien kanssa. Järjestämme lasten vanhemmille tilaisuuksia lasten liikunnasta ja urheilusta. Erytyiskokeiluna toteutetaan Satakunnan pohjoisosissa perheliikunnan Leader-hanketta.

## **Liikunnan olosuhdetyö**

Olemme aktiivisesti kehittämässä päivähoito- ja koulupihojen liikuntaolosuhteita omatoimiliikuntaan aktivoiviksi sekä tiedotamme lähiliikuntapaikkarakentamisen erilaisista rahoitusmahdollisuuksista.

## Aikuisten liikunta

LiikU on alueen johtava aikuisväestön kunto- ja terveyttä edistävän liikunnan asiantuntija, joka edistää liikuntaa tukevia ja kehittäviä päätöksiä sekä lisää aikuisväestön tietoisuutta liikunnan merkityksestä hyvinvoinnille. LiikUn tavoite on terveyttä edistävien tahojen yhteistyön lisääminen – Liikunta elämäntavaksi. LiikU toimii sekä Valon aikuisliikunnan että KKI-ohjelman alueellisena toimijana. KKI-ohjelman kanssa järjestämme yhteistyössä SuomiMies rekkakiertueen sekä liikuntaneuvonta seminaarikiertueen.

Yhteisöliikunnan tarkoituksena on toteuttaa eri järjestöjen, yritysten ja muiden yhteisöjen kanssa hankkeita sekä koulutuksia, joilla vahvistetaan niiden terveyttä edistäviä liikuntamuotoja. Väestön ikärakenteen muutos sekä ikääntyvien ja työ- ja toimintakyvyn säilyttäminen on iso haaste myös LiikUlle. Liikuntatottumusten ja elintapojen muutosten tavoitteena on saada aikuisväestö liikkumaan omatoimisesti.

LiikUn järjestämien tapahtumien tavoitteena on innostaa ihmisiä aloittamaan liikuntaharrastus.

Tapahtumia toteutetaan seurojen ja muiden tahojen yhteistyöllä.

### Vuonna 2014 edistämme

1. työyhteisöjen liikunnallistamista
2. aikuisten mahdollisuuksia tutustua monipuolisesti eri liikuntalajeihin ja –muotoihin
3. Liikunnan palveluketjujen kehittäminen sote-yhteistyöllä
4. Urheillen terveyttä seuroissa



## **Vuonna 2014 kehitämme**

1. tapahtumien ja kampanjoiden laatua
2. tekijäverkostomme osaamista ja laajuutta

## **Työyhteisön liikunnallistaminen**

Työyhteisöt voivat monin tavoin vaikuttaa omaan hyvinvointiin. Panostus kannattaa ja näkyy paitsi hyvänä henkenä työssä, myös asiakastyytyvyytenä ja toiminnan laatuna – eli euroina viivan alla. Kun hyvinvointi on kunnossa, henkilöstö viihtyy, sairauspoissaolot vähenevät ja työntekijöiden työurista tulee paitsi mielekkäämpiä myös pidempiä. Liikunnallistamisen toimenpiteinä ovat kuntotestaukset, liikuntaohjelmat ja koulutus. Vuoden 2014 yhtenä tärkeänä toimenpiteenä on edistää henkilöstöliikunnan strategista suunnittelua Valon kehittämällä sertifiointityökalulla. Työkalu antaa työyhteisölle suuren määrän tietoa sen henkilöstöliikunnan tilasta ja auttaa sen kehittämisessä.

## **Liikunnan palveluketjujen kehittäminen sote-yhteistyöllä**

Liikkumattomuudesta aiheutuviin ongelmiin yritetään löytää kustannustehokkaita ratkaisuja yhä useammin ennaltaehkäisevällä toiminnalla. Ennaltaehkäisevää toimintaa ovat muunmuassa varhainen puuttuminen, ohjaus ja neuvonta sekä moniammatillinen ja hallintokuntien rajat ylittävä yhteistyö. Liikuntapalveluketju-kehittämishankkeen tavoitteena on luoda toimintamalleja ja -tapoja lounaissuomalaisen terveyden ja terveysliikunnan edistämiseksi.

Hankkeen osatavoitteita vuonna 2014 ovat:

- kunnan eri hallintokuntien (liikunta-, sosiaali- ja terveystoimen) ja muiden terveysliikuntatoimijoiden yhteistyön kehittäminen ja tiivistäminen,
- ennaltaehkäisevän terveysliikuntatoiminnan sitominen osaksi sosiaali- ja terveystoimen perustoimintaan sekä
- toimivan ja pysyvän terveysliikuntaketjun luominen

Hankkeelle haetaan kehittämisrahaa valtiolta.

## **Urheillen terveyttä seuroissa**

Urheillen terveyttä on Kuntoliikuntaliiton kehittämä ohjelma, jonka tavoitteena on vuosina 2012-2016 keskittyä aikuisten harrasteliikunnan kehittämiseen urheiluseuroissa. Ohjelma perustuu kymmeneen suositukseen, jonka avulla seurat voivat systemaattisesti kehittää aikuisille suunnattua liikuntaa. Suositukset jakautuvat kolmeen vaiheeseen: suunnitteluun, toteutukseen ja seurantaan. Urheillen terveyttä antaa luurangon ja jokainen seura rakentaa haluamansa kokoiset lihakset luurangon tueksi. Aikuisten harrasteliikunnan kehittämiseen luodaan myös yhdessä lajiliittojen ja aluejärjestöjen kanssa työkaluja ja kohtaamisen paikkoja. Ensi vuoden tavoite on tiedottaa asiasta vahvasti seuroille sekä saada muutamat seurat toteuttamaan ohjelmaa.

## **Liito- Hanke**

Liikunnasta toimintakyvyksi- hanke käynnistettiin syksyllä 2011. Hanke jatkuu myös vuonna 2014. Maskun, Mynämäen, Naantalın ja Nousiaisten kunnat sekä Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry. haluavat yhdessä kehittää ikääntyvien liikuntaa palvelemaan tulevaisuuden tarpeita. Viiden kunnan hanke on saanut KKI-ohjelman hanketukea.

## **Haastepyöräily**

Kuntien välistä haastepyöräilyä jatketaan ja kehitetään edelleen molemmissa maakunnissa.

# **Urheilutoiminta**

## **Seuratoiminta**

Suomen liikunta- ja urheilukenttä elää edelleen monenlaisten muutosten tuulissa. Valo ry:n toiminta on alkanut. Uuden järjestön toiminta ei vielä vuonna 2014 paljonkaan näy paikallisissa seuroissa, mutta sen sijaan LiikUn pitää valmistua muutoksiin vuoden 2014 aikana. Toisaalta ihan tyhjältä pöydältä LiikUn ei tarvitse lähteä liikkeelle, koska olemme jo vuoden 2013 aikana tehneet alustavia toimenpiteitä. Meillä on esim. seuratoimintaryhmä, päätoimisten hallintoryhmä sekä puheenjohtaja- sihteeriryhmä, jotka kaikki ovat miettineet uusia LiikUn palveluja.

Uusi järjestö haastaa myös LiikUn pohtimaan omia toimintatapojaan. Maailma muuttuu kovaa vauhtia ja meidän on tehtävä uudistus niin, että urheiluseurat ja urheilijat pysyvät mukana tässä uudistuksessa.

Uuden järjestön organisaatiomallissa on alueiden kenttäyksikkö, jonka tehtävänä on johtaa ja koordinoita SLU-alueiden toimintaa yhteisten valintojen kentälle viennin osalta. Vuoden 2014 aikana toteutetaan pilottina yhdessä uuden järjestön ja muiden alueiden kanssa yhteinen palvelukokonaisuus, jolla seuratoiminnan elinvoimaisuutta voidaan parantaa. Tarkemmat yksityiskohdat varmistuvat vasta vuoden 2014 alussa.

LiikUn tulee toimia omien strategioiden ja suuntausten mukaan. LiikUn palvelutuotannossa seurakenttään nähden on seuraavia kohdeasiakkaita: seuran toimihenkilöt, ohjaajat ja valmentajat, lapset, nuoret ja aikuiset sekä vaikuttaminen olosuhde- ja resurssiasioihin. Kenttä on laaja ja monipuolinen, joten vuosittain tulee tehdä valintoja LiikUn resurssien kohdistamiseksi.

Vuoden 2014 toiminnassa keskitytään seuraavien päämäärien edistämiseen

- Verkostotyön ja vuorovaikutuksen lisääminen seurojen päätoimisten kanssa
- Seuran ”hyvän hallinnon” tukeminen
- Lajiliittoyhteistyön lisääminen
- Kuntayhteistyöllä osaamisen lisääminen
- Seuratukiprosessin toteuttaminen
- Perheliikuntahankkeen toteuttaminen Pohjois-Satakunnassa
- Valtakunnalliseen seuratoiminnan strategiatyöhön osallistuminen
- Vaikuttamista ja viestintää urheilutoiminnan alueelta
- Respect – palkitseminen

## Seurojen päätoimisten työn varmistaminen

LiikUn alueen seuroissa on n. 70 seuralla päätoimisia, palkallisia seuratoimijoita; toiminnanjohtajia, valmennuspäälliköitä, nuorisopäälliköitä, valmentajia ym. yhteensä seuroissa on n. 180-200 päätoimista henkilöä. Näiden seurojen tukeminen ja päätoimisten osaamisen ja jaksamisen varmistaminen on LiikUn yksi tärkeä tehtävä vuonna 2014. LiikU järjestää päätoimisille seuratyöntekijöille aamukahvitilaisuuksia, verkostotapaamisia ja ajankohtaisia koulutuskokonaisuuksia, talouden, markkinoinnin, verotuksen ja valmennuksen alueelta. Vuonna 2014 toteutetaan myös päätoimisille tarkoitettu koulutusohjelma monimuotokoulutuksena. Koulutusohjelma paneutuu oman työn kehittämiseen, omaan jaksamiseen, monipuolisten vuorovaikutustilanteiden hoitamiseen omassa työympäristössä sekä uran suunnitteluun.

## Seuran hyvä hallinto

Urheiluseuran hyvä hallinto antaa seuran toimijoille turvallisuuden tunnetta, että hänen toimintansa hyväksyttyä ja lain mukaista. Hyvällä hallinnolla seuran toimintaa organisoidaan ottamalla huomioon seuran säännöt, tarkoitus sekä sen eri sidosryhmien edut.

Hyvällä hallinnolla suojellaan toiminnassa mukana olevien oikeuksia, kohdellaan heitä tasa-arvoisesti ja rohkaistaan heitä toimimaan aktiivisesti seurassa. Hyvään hallintoon kuuluvat seuran taloudellisten asioiden hyvä hoito sekä tietojen oikea ja oikea-aikainen raportointi jäsenistölle ja viranomaisille.

Valo on yhteistyössä liikunnan aluejärjestöjen ja lajiliittojen kanssa uudistamassa seurajohdon koulutusta. Lisäksi valo on uusinnut Oman Seuran Analyysin nettityökalun, sen markkinointi seuroille ja tarviattaessa tulosten analysointi yhdessä seuran kanssa ja mahdolliset kehitystoimenpiteet analysoinnin jälkeen kuuluu LiikUn tehtäviin.

LiikU järjestää urheiluseuroille hyvään hallintoon ja kehittymiseen liittyviä koulutuksia sekä kehittämisprosesseja. Seuroille lähetettävässä uutiskirjeessä informoidaan seuroja ajankohtaisista ja muuttuvista viranomais määräyksistä.

Yhteistyökoulutukset kuntien ja lajiliittojen kanssa räätälöidään niin, että niissä huomioidaan hyvään hallintoon liittyvät asiat.



## **Koulutusten järjestäminen yhdessä kuntien kanssa**

Viime vuosina LiikU on lisännyt yhteistyötä kuntien kanssa. LiikUlla on parhaillaan EU-hankkeita, joiden avulla paikkakunnan asukkaiden hyvinvointia edistetään liikunnan avulla. Hyvät kokeilut, kokemukset ja mallit ovat tuottaneet konseptin, joka voidaan monistaa myös uusien kuntien yhteistyössä. Olemme järjestäneet seuraparlamenttien, seurafoorumien ja seurojen yhteisten kokoontumisten avulla kuntien vapaa-ajan ja seuraväen yhteisiä kehittämisprosesseja, joiden toteuttaminen on parhaillaan käynnissä.

LiikU neuvottelee myös ensi vuonna koulutuspaketteja, joissa kunta antaa resursseja järjestää edullisia koulutuksia seuraväelle ja LiikU toteuttaa ne. Uusi ohjaaja- valmentaja koulutus antaa kunnille ja LiikUlle mahdollisuuden tehdä uudenlaista yhteistyötä, koska koulutus kohdistuu kaikkiin lajeihin.

## **Muut toiminnot**

Seuratoiminnan tukeminen on sisäänkirjoitettu myös lasten ja nuorten sekä harrasteliikunnan painopistealueisiin, joiden kanssa lisätään yhteistyötä. Seuratoiminnan tukemiseen tähdätään lisäksi palkitsemis- ja kannustejärjestelmän kehittämällä eri varainhankintakeinoja tuottamalla.

OKM:n seuratoiminnan kehittämistuki on mahdollistanut jo monen vuoden ajan seuroille aloittaa jonkun uuden toiminnon. LiikU tiedottaa aktiivisesti seuroja kehittämistuesta sekä järjestää info- ja koulutustilaisuuksia hakijoille,

LiikUn seuratoiminnan markkinointi- ja kehittämissuunnitelmassa on mietitty myös viestinnällisiä keinoja, joilla saadaan vuosittaisia suunnitelmia sisältöjä viestittyä eri kohderyhmille. Seurojen toimihenkilöiden kiinnostuksen herättäminen perustuu siihen miten ” Seuratoiminnan laadun parantamiseen –ohjelmaa” viestitetään eteenpäin ja mitä konkreettista ( kurssit) ja mitä malleja ( kuvaukset onnistuneista seuraprosesseista) voidaan kertoa seuroille. LiikUn tehtävänä on myös palkita ja kiittää seuratoimijoita ja siksi on suunniteltu, että tiedotusvälineisiin saataisiin kirjoituksia alueen ”Hyvistä Seuroista”. Vuosittain pyritään palkitsemaan seurojen puheenjohtajia eri tavoin. Vuoden aikana myös kehitetään kuntien kanssa toimihenkilökoulutuksien lisäämistä mm. koulutussetelien käyttöä tehostamalla.

Urheiluseuralle verkoistuminen on elinehto. Yksi tärkeimmistä seuran kumppaneista on kunta, joka luo edellytyksiä liikunta ja urheilutoiminnalle. Parhaimmillaan urheiluseura on taas keskeinen osa kunnan hyvinvointipolitiikkaa.

## **Urheilijan ja valmentajan polun tukitoimet**

### **Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen toteuttaminen**

Aluejärjestöt ovat yhdessä Olympiakomitean kanssa päivittäneet I – tason kaikkia lajeja koskevan ohjaajakoulutuksen rungon. Kurssikokonaisuus käsittää 12 sisältöä, joiden yhteenlaskettu kesto oppimistehtävien kanssa on 50 tuntia. Kehittämistyön tavoitteena on kokonaisvaltaisen valmennuksen ja ohjauksen edistäminen kaikissa lajeissa. Lisääntynyt osaaminen näkyy laadukkaana valmennuksena ja ohjauksena, lisääntyneenä lajien välisenä vuoropuheluna, hyvänä harjoitteluna ja terveenä urheiluna ja liikuntana. Jatkossakin valmentajat suorittavat lajiopinnot lajiliiton suositusten mukaisesti. Vuoden 2014 aikana toteutetaan näitä uusia koulutuksia sekä avoimina että kuntien ja lajien aluejärjestöjen kanssa yhteistyönä.

## Urheiluakatemiatoimintaan osallistuminen

Urheiluakatemiaverkosto on urheilijan polun perustukiratkaisu, jonka kautta urheilu ja opiskelu yhdistyvät ja urheilijalle on tarjolla osaava valmennus helposti saatavilla olevissa olosuhteissa. Urheiluakatemiaverkoston toimintatapa on osaamista lisäävä ja yhteistyöhön ohjaava. LiikU / Jukka Pelkonen toimii SSA Satakunnan urheiluakatemia koordinaattorina vastaten toiminnan kehittämisestä, tukipalveluiden toteutumisesta, yhteistyökumppanuuksista ja verkostotyöstä yhdessä SSA valmennuspäällikön ja urheilulukion rehtorin kanssa. Vuonna 2014 kehitämme ja tehostamme akatemiayhteistyötä erityisesti Turun seudun urheiluakatemian kanssa. SSA sopimus tuo lisää yhteisiä henkilöresursseja akatemiatyöhön.

Lisäksi LiikU on perustanut alueellisen Urheilijan Polku työryhmän, joka on koottu seurojen ja lajiliittojen asiantuntijoista. Ryhmän tehtävänä on edistää ja kehittää alueellista toimijoiden välistä yhteistyötä yhteistyössä urheiluakatemioiden kanssa.

## Valmentajuuden ja valmennusosaamisen lisääminen

LiikU huolehtii alueellaan kaikille lajeille soveltuvasta valmentajien täydennyskoulutuksesta. Toimintaa kehitetään koulutuksen, asiantuntijapalveluiden ja erilaisten yhteistyöverkostojen avulla. LiikU pyrkii välittämään ajankohtaista tietoa valmentajien tueksi mm. keräämällä maakunnallisia urheilun asiantuntijaverkostoja. Lisäksi LiikU järjestää useita koulutustilaisuuksia ja seminaareja valmentajille. Näiden tilaisuuksien iso tavoite on esitellä hyvin toimivia käytännön esimerkkejä valmennustoimintaan liittyen, lisätä lajien ja valmentajien välistä yhteistyötä ja vuorovaikutusta, tehostaa monipuolista harjoittelua ja nostaa esille valmennukseen liittyviä ajankohtaisia asioita.

## Seuroissa toimivien ammattilaisten tukeminen

Seuratoiminnassa olevien päätoimisten valmennus- ja junioripäälliköiden sekä valmentajien määrä on kasvanut viime vuosien aikana merkittävästi. Kyseisten henkilöiden avulla urheiluseurojen toiminta on kehittynyt yhä ammattimaisempaan suuntaan ja laatu harjoituksissa sekä valmennustoiminnan organisoinnissa on parantunut näissä seuroissa. LiikU on käynnistänyt nyt yhdessä seurojen päätoimisten valmennuspäälliköiden ja valmentajien kanssa paikallisen verkoston, joka pyrkii edistämään maakunnallisesti valmentajien asemaa, arvostusta, verkostoitumista ja osaamista. LiikU vastaa verkostotyön sisällön ja toiminnan kehittämisestä ja kokonaisuudesta.

LiikUlla on tarkoitus käynnistää v. 2014 päätoimisten seuratoimijoiden työnohjaukseen liittyvä koulutus, joka tukee seuroihin palkattujen henkilöiden jaksamista ja verkostoitumista.



## Vaikuttamista ja viestintää urheilutoiminnan alueelta

LiikU viestii urheilutoimintaa koskevista ajankohtaisista asioista oman uutiskirjeen välityksellä. Uutiskirje ilmestyy jäsenrekisterissä oleville seuratoimijoille kuusi kertaa vuodessa. Lisäksi koulutuksia ja tapahtumia markkinoidaan LiikUn nettisivuilla ja suorilla sähköpostilähetyksillä.



## Respect – palkitseminen

Seuratoimijoiden, erityisesti valmentajien palkitseminen on kehitysteemana vuonna 2014 urheilutoiminnan yksikössä. LiikUn Respect palveluihin ovat kuuluneet mm. Lounais-Suomen Urheilugaala, ansiomerkkijärjestelmä ja kuntien seuratyöntekijöiden palkitseminen. 2014 aikana pyrimme lisäämään palveluvalikkoamme seurojen suuntaan Respect toimintojen osalta.





LOUNAIS-SUOMEN LIIKUNTA JA URHEILU RY .			
BUDJETTI 2014	Budjetti 2014	Budjetti 2013	Tilinpäätös 1.1.-31.12.2012
Lapset ja nuoret			
tuotot	578250	667000	617712,74
kulut	645000	704700	738277,91
	-66750	-37700	-120565,17
Seuratoiminta, Pori			
tuotot	85100	83500	70752,3
kulut	199000	197400	206319,16
	-113900	-113900	-135566,86
Aikuisten harrasteliikunta			
tuotot	196750	177600	254771,93
kulut	230000	211000	264205,26
	-33250	-33400	-9433,33
Markkinointi/viestintä			
tuotot	0	18000	16940
kulut	58000	85800	84220,35
	-58000	-67800	-67280,35
Edunv.+hall+kehitt			
tuotot	99000	105000	103227
kulut	244000	250000	261843,26
	-145000	-145000	-158616,26
Toimistokustannukset			
tuotot	173000	160000	171636,85
kulut	380000	387000	317564,58
	-207000	-227000	-145927,73
Sijoitustuotot	1100	2000	1348,56
Korkokulut			0,03
Varainhankinta			
tuotot	52500	55000	99119,4
kulut	2500	5000	8454,82
	50000	50000	90664,58
Valtionavustus	569000	569000	546000
Muut avustukset	3800	3800	3800
Poistot			1758,26
Tuotot yhteensä	1758500	1840900	1885308,78
Kulut yhteensä	1758500	1840900	1882643,63
TULOS	0	0	2665,15

LOUNAIS-SUOMEN LIIKUNTA JA URHEILU RY .			
BUDJETTI 2014	Budjetti	Budjetti	Tilinpäätös
	2014	2013	1.1.-31.12.2012
Lapset ja nuoret			
tuotot	578250	667000	617712,74
kulut	645000	704700	738277,91
	-66750	-37700	-120565,17
Seuratoiminta, Pori			
tuotot	85100	83500	70752,3
kulut	199000	197400	206319,16
	-113900	-113900	-135566,86
Aikuisten harrasteliikunta			
tuotot	196750	177600	254771,93
kulut	230000	211000	264205,26
	-33250	-33400	-9433,33
Markkinointi/viestintä			
tuotot	0	18000	16940
kulut	58000	85800	84220,35
	-58000	-67800	-67280,35
Edunv.+hall+kehitt			
tuotot	99000	105000	103227
kulut	244000	250000	261843,26
	-145000	-145000	-158616,26
Toimistokustannukset			
tuotot	173000	160000	171636,85
kulut	380000	387000	317564,58
	-207000	-227000	-145927,73
Sijoitustuotot	1100	2000	1348,56
Korkokulut			0,03
Varainhankinta			
tuotot	52500	55000	99119,4
kulut	2500	5000	8454,82
	50000	50000	90664,58
Valtionavustus	569000	569000	546000
Muut avustukset	3800	3800	3800
Poistot			1758,26
Tuotot yhteensä	1758500	1840900	1885308,78
Kulut yhteensä	1758500	1840900	1882643,63
TULOS	0	0	2665,15



Lounais-Suomen  
Liikunta ja Urheilu ry  
(LiikU)

Liisankatu 11  
28100 PORI  
(02) 529 6600

Yliopistonkatu 31  
20100 TURKU  
(02) 5151 900

[www.liiku.fi](http://www.liiku.fi)



LiikU on liikunnan asiantuntija Lounais-Suomessa. Liikutamme lapsia ja aikuisia tapahtumissa ja leireillä. Koulutamme lasten kanssa työskenteleviä, seuratoimijoita ja työyhteisöjä liikuttamaan muita. Puhumme liikunnan puolesta päättäjille.

**Liikunta elämäntavaksi!**