



# TOIMINTA- JA TALOUS- SUUNNITELMA

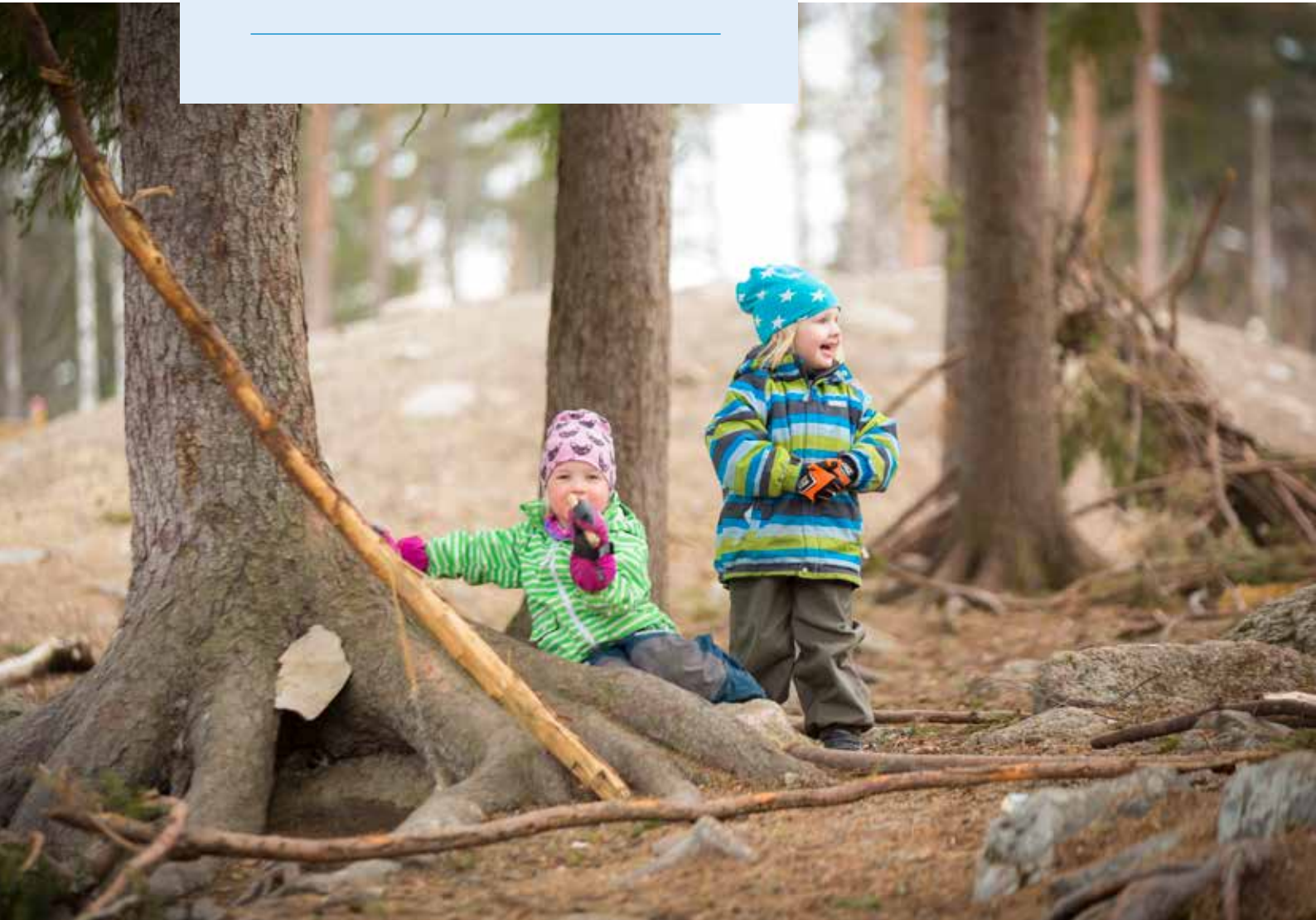
2022

## Sisällys

---

<b>1. Yleistä</b>	<b>3</b>
<b>2. Resurssit</b>	<b>3</b>
<b>3. LiikUn strategia</b>	<b>4</b>
<b>4. Päivittäisen liikkeen lisääminen</b>	<b>5</b>
4.1. Lapset ja nuoret	<b>6</b>
4.2. Aikuiset	<b>10</b>
<b>5. Elinvoimainen seuratoiminta</b>	<b>14</b>
5.1. Suuntien toteuttaminen vuonna 2022	<b>15</b>
5.2. RIVE-hanke	<b>17</b>
5.3. Avoimet ovet -hanke	<b>17</b>
<b>6. Yhteiskunnallinen vaikuttaminen</b>	<b>18</b>
<b>7. Budjetti</b>	<b>19</b>

---



## I. Yleistä

LiikUn tulevaisuutta suunniteltaessa on pyritty ennakoimaan toimintaympäristössä, ja erityisesti liikuntakulttuurissa tapahtuvia muutoksia ja kehityssuuntia. LiikUn 29. toimintasuunnitelma ottaa huomioon nykyisen strategian linjaukset, aikaisempien vuosien hyvät kokemukset sekä toimintaan vaikuttavat seikat, mukaan luettuna toimintasuunnitelman laatimishetkellä vielä vaikuttavan koronapandemian.

Opetus- ja kulttuuriministeriön (OKM), Suomen Olympiakomitean (OK) sekä muiden liikunnan aluejärjestöjen kanssa on sovittu yhteisestä tekemisestä ja toimijoiden rooleista. Olympiakomitea on päivittämässä oman toimintansa keskeiseksi valinnaksi huippu-urheilun sekä seura- ja järjestötoiminnan edistämisen lisäksi myös omaa rooliaan liikkeen lisäämisessä ja laajan liikuntakulttuurin edistämässä. 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. Liikuvat-ohjelmakokonaisuuden edistäminen on tästä hyvä esimerkki.

Tulevaisuuden näkymät ja kumppanuudet sekä niistä johdetut painopisteet ovat toimintasuunnitelman keskeisimmät lähtökohdat.

Alkuvuodesta 2022 järjestetään ensimmäiset aluevaalit, joissa valittavat aluevaltuustot käyttävät perustettavien hyvinvointialueiden ylintä päätösvaltaa. Hyvinvointialueet huolehtivat jatkossa elintapaneuvonnasta ja palveluketuista liikunnan sekä sosiaali- ja terveyspalveluiden välillä. Sosiaali- ja terveyspalvelut siirtyvät hyvinvointialueiden järjestettäväksi, mutta ennaltaehkäisevä liikuntatoimi pysyy kuntien järjestettävänä. Näiden kahden tason välisen vuorovaikutuksen ja yhteistyön järjestäminen jatkossa edellyttää vahvaa alueellista yhteistyötä. LiikUn tavoitteena on olla yksi merkittävistä yhteistyön tekijöistä.

Vastuullisuusteema on vahvasti noussut esiin yhteiskunnalliseen keskusteluun myös liikunnassa ja urheilussa. Olympiakomitean johdolla on työstetty Urheiluyhteisön vastuullisuusohjelma 2020–2024. LiikU on sitoutunut ohjelmaan, ja koonnut myös omia vastuullisuusteemaan liittyviä linjauksiaan.

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 palveluista 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.

## 2. Resurssit

LiikUn onnistumisen perusedellytys on toiminnassa mukana olevat osaavat ja innostuneet henkilöt niin henkilökunnassa kuin vapaaehtoisina luottamushenkilöinä, oto-kouluttajina ja leirihojaajina.

Henkilöstön innostuminen, työssään kehittyminen ja jaksaminen ovat keskeisiä tuloksekkaan toiminnan edellytyksiä. Toimintavuoden aikana kiinnitetään erityinen huomio edellisen vuoden aikana laaditun LiikUn oman henkilöstön hyvinvointisuunnitelman mukaisten toimenpiteiden toteutumiseen. Suunnitelman tavoitteena on ylläpitää työkykyä sekä edistää hyvinvointia ja lisätä henkilöstön liikunta-aktiivisuutta.

Henkilöstöorganisaation ja tiimeissä toimimisen kehittämistä jatketaan toimintavuoden aikana. Tehtäväkuvia selkeytetään ja henkilöresurssin riittävyys varmistetaan tunnistetun tarpeen mukaan.

Hyvin hoidettu talous ja taloudellisuus ovat LiikUn toiminnan johtavia toimintaperiaatteita. Kehitämme sähköistä toimintaympäristöämme ja sen talouden suunnittelu-, seuranta- ja raportointimenetelmiä sekä -välineitä siten, että ne mahdollistavat tehokkaan ja sujuvan työn.

LiikUn talouden perustan muodostavat oman toiminnan kautta saatavat tuotot sekä valtionavustukset. Rahapeliuottojen vähenemisen vaikutus valtionavustusten määrän laskuun on ollut ponsi pohtia koko suomalaisen liikunnan ja urheilun rahoitusjärjestelmää uudella tavalla. Vaihtoehtona on esitetty rahapeliuottojen siirtämistä valtion budjettiin, jota kautta myös liikunnan ja urheilun rahoitus jatkossa voisi tapahtua.

### 3. LiikUn strategia

Nykyinen strategia otettiin käyttöön vuonna 2019. Perustehtävänä on edistää liikuntakulttuuria ja luoda lounaissuomalaisten hyvinvointia liikunnan keinoin. Sitä kohden etenemme visioimme 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.

#### Missio

## EDISTÄMME LIIKUNTAKULTTUURIA JA LUOMME HYVINVOINTIA LIIKUNNAN KEINAIN

**Visio ja slogan**  
**Liikunta elämäntavaksi!**

**Arvot**  
LiikUn toiminta pohjautuu yhdessä tekemiseen, tasa-arvoon, iloon ja innostamiseen sekä toimimiseen edelläkävijänä



**Painopisteet**  
Päivittäisen liikkeen lisääminen  
Elinvoimaisen seuratoiminnan tukeminen  
Yhteiskunnallinen vaikuttaminen

**Toimintatapana**  
vaikuttaminen, kehittäminen ja uudistaminen verkostoja ja kumppanuuksia vahvistamalla

## 4. Päivittäisen liikkeen lisääminen

### Valtakunnalliset liikunnan edistämishjelmat

Valtakunnallisten ohjelmien avulla edistetään liikunnallista elämäntapaa eri ikä- ja väestöryhmissä. Edistämme alue- ja kuntatasolla valtakunnallista Liikkuvat -ohjelmakokonaisuutta sekä verkotamme kunnan eri hallintokuntia sekä muita toimijoita yhteen liikkumisen ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Lisäämme eri toimijoiden osaamista liikkuvamman elämäntavan edistämiseksi.

# SYDÄMEN ASIANA HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN LIKUNNAN AVULLA



## LIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖT

Vaikuttaa, verkottaa, lisää osaamista ja päivittäistä liikettä.

Edistämme Liikkuvat-ohjelmien paikallista toteuttamista.

S E U R A T O I M I N T A

VARHAIS-  
KASVATUS

ALA-  
KOULUT

YLÄ-  
KOULUT

LUKIOT  
2. ASTE

KORKEA-  
KOULUT  
TYÖIKÄISET

IKÄ-  
IHMISET



LIKKUVA  
AIKUINEN



IKILIKKUJA





## 4.1. Lapset ja nuoret

LiikU tarjoaa monipuolisia työkaluja ja tukea lasten ja nuorten liikkumista edistävälle tahoille toiminnan kehittämiseen ja tiedolla johtamiseen. Tavoitteena on edistää liikuntamyönteistä toimintakulttuuria, terveellisiä elämäntapoja sekä fyysisen aktiivisuuden suositusten toteutumista varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja oppilaitoksissa. Tuemme paikallistasolla toimijoita ja kuntia Liikkuvat-ohjelmien kehittämistyön eri vaiheissa. Toiminnan painopisteinä ovat varhaiskasvatus- ja opiskelupäivän liikunnallistaminen, koulupäivän liikunnallistamisen jatkuvuuden varmistaminen sekä harrastusmahdollisuuksien edistäminen koulupäivän yhteydessä.

Teemme edistämistyötä koulutuksen, sparrauksen, tukipalveluiden ja viestinnän avulla kunta-, yksikkö- ja oppilaitoskohtaisesti. Verkostomainen toimintatapa ja yhteistyö eri toimijoiden välillä on avainasemassa lasten

ja nuorten liikunnan kehitystyössä. Toimintaedellytyksiä kehitetään yhteistyössä muiden Liikunnan aluejärjestöjen, aluehallintoviraston, valtakunnallisten ohjelmien (Liikkuva varhaiskasvatus, Liikkuva perhe, Liikkuva koulu, Liikkuva opiskelu, Liikkuva korkeakoulu), Suomen Olympiakomitean sekä muiden järjestöjen kanssa, joiden tavoitteena on lisätä lasten ja nuorten fyysistä aktiivisuutta päivän aikana sekä kehittää liikkumismahdollisuuksia.

Osa toimenpiteistä toteutetaan hanketyönä. Liikunnan aluejärjestöt hakevat yhdessä hankerahoitusta liikkeen lisäämiseksi varhaiskasvatukseen, perusopetukseen, toiselle asteelle ja peruskouluikäisten liikunnan harrastusmahdollisuuksien edistämiseen opetus- ja kulttuuriministeriöltä. Hankkeen hallinnoijana toimii Hämeen Liikunta ja Urheilu ry.

## Varhaiskasvatuspäivän liikunnallistaminen

### Tavoitteet:

- Paikalliset aktiiviset verkostot liikunnallisen varhaiskasvatuksen arjen mahdollistamiseksi
- Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman edistäminen
- Perheiden aktiivisen elämäntavan tukeminen
- Työyhteisön osaamisen ja työhyvinvoinnin lisääminen

### Toimenpiteet:

- Teemme tiivistä yhteistyötä kuntiemme varhaiskasvatusyksiköiden ja koordinaattoreiden kanssa ja tuemme kehittämisprosesseissa.
- Innostamme varhaiskasvatuksen henkilöstöä mukaan Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaan ja tuemme jo mukana olevia kuntia ja yksiköitä ohjelman eri vaiheissa huomioiden heidän tarpeet.
- Lisäämme tietoisuutta varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksista ja jaamme hyviä käytänteitä liikunnallisemman arjen rakentamiseen sekä toiminnan vakiinnuttamiseen (verkostotapaamiset, sparraukset, eri toimijoiden ja hallintokuntien välisen yhteistyön tukeminen).
- Kehitämme ja tarjoamme työkaluja perheiden aktiivisen elämäntavan tukemiseen varhaiskasvatuksen ja neuvolan kautta.
- Järjestämme koulutuksia, seminaareja ja toiminnallisia vanhempainiltoja.
- Lisäämme tietoutta ja tarjoamme työvälineitä, miten edistää henkilöstön omaa hyvinvointia liikkumisen keinoin.





Koulupäivän liikunnallistamisen jatkuvuuden varmistaminen sekä harrastusmahdollisuuksien edistäminen koulupäivän yhteydessä

#### Tavoitteet:

- Paikallisen yhteistyön ja verkostotyön lisääminen
- Liikkuva koulu -toimintojen säilyminen kuntien/koulujen käytännöissä
- Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden suositusten toteutumisen edistäminen
- Työyhteisön osaamisen ja työhyvinvoinnin lisääminen
- Harrastamisen mahdollisuuksien edistäminen koulupäivän yhteydessä

#### Toimenpiteet:

- Järjestämme säännöllisiä verkostotapaamisia alueellamme ja jaamme hyviä käytänteitä liikunnallisemman koulupäivän kehittämiseen sekä toiminnan vakiinnuttamiseen.
- Järjestämme koulutuksia, työpajoja ja seminaareja koulun henkilöstölle sekä vertaisohjaajakoulutuksia oppilaille.
- Tuemme alueemme kuntia harrastamisen Suomen mallin kehittämistyössä, edistämme vuoropuhelua eri toimijoiden ja hallintokuntien välissä sekä jaamme hyviä käytänteitä ja kokemuksia (verkostotapaamiset, sparraukset, yhteistyön tukeminen).
- Tarjoamme liikunta- ja urheiluseuroille osaamisen lisäämistä (ohjaajien ammattitaito).





## Opiskelupäivän liikunnallistaminen

### Tavoitteet:

- Valtakunnallisen Liikkuva opiskelu -ohjelman paikallinen edistäminen
- Opiskelijoiden kouluttaminen vertais- ja harrasteohjaajiksi
- Paikallisen yhteistyön lisääminen ja LiikUn palveluiden tunnettuuden edistäminen oppilaitoksille
- Opiskelu- ja työhyvinvoinnin lisääminen opiskelupäivien yhteydessä

### Toimenpiteet:

- Kehitämme olemassa olevia verkostoja ja järjestämme alueellisia verkostotapaamisia toiminnan edistämiseksi ja vakiinnuttamiseksi (henkilöstön ja liikuntatutoreiden verkostot).
- Järjestämme koulutuksia, työpajoja ja seminaareja opettajille sekä opiskelijoille.
- Sparraamme oppilaitoksia ja kuntia kehittämisprosesseissa.
- Innostamme uusia oppilaitoksia matkalle Liikkuviksi oppilaitoksiksi.

## Liikuntatapahtumat ja leirit

### Tavoitteet:

- Elvyttää koronavuosien jäljiltä LiikUn laadukkaat ja turvalliset leiri- ja liikuntatapahtumat, jotka liikuttavat noin 10 000 eri-ikäistä lounaissuomalaista.
- Tarjota leiritoimintamme kautta vähintään 300 vapaaehtoiselle leiriohjaajalle ja -toimijalle vastuullisia tehtäviä ja oppimisen paikkoja.
- Kannustaa tapahtumissa ja leireillä liikkumisen iloon, joka kantaa läpi elämän.
- Viestiä ja jakaa ajantasaista tietoa päivittäisen liikkumisen tärkeydestä toiminnassa mukana oleville.

### Toimenpiteet:

- Kesis- ja Pitkis-Sport -leirit liikuttavat yli 2000 lasta, nuorta ja aikuista. Liikuntatapahtumamme, seikkailupäivät ja kiertueet liikuttavat yli 8000 lounaissuomalaista.
- Haemme ministeriöltä erityisavustusta lasten ja nuorten liikuntatapahtumien ja leiritoiminnan elvyttämisen ja kehittämistoimenpiteille.
- Koulutamme vapaaehtoisia, tarjoamme vapaaehtoisille vastuullisia tehtäviä ja oppimisen paikkoja. Kiitämme vapaaehtoisia ja arvostamme heidän panosta liikuntakulttuurin edistämisestä kanssamme. Vapaaehtoisten saamiseksi teemme yhteistyötä oppilaitosten, urheiluseurojen/ muiden järjestöjen ja leiriläisten huoltajien kanssa.
- Leiritoiminta ja tapahtumamme ovat kaikille avoimia. Perheliikuntaleirit 4–10-vuotiaille lapsille yhdessä aikuisen kanssa antavat kipinää perheen yhteiseen liikkumiseen. Nuorisajohtajakoulutuksissa koulutetaan yli 15-vuotiaita ohjauksesta kiinnostuneita nuoria tuleviksi seura-, järjestö- ja leiriohjaajiksi. Liikuntatapahtumamme ja leirit aktivoivat lounaissuomalaisia ja tarjoavat elämyksiä liikunnan parissa. Niissä pääsee tutustumaan matalalla kynnyksellä eri liikuntalajeihin ja mahdollisesti löytämään itselleen uuden harrastuksen. Osallistujilta kerätään palaute ja toimintaamme kehitetään sen pohjalta.
- Viestimme tapahtumissa, leireillä, somessa ja uutiskirjeillä. Luomme leiritoimintaan markkinointisuunnitelman.



## 4.2. Aikuiset

LiikU on alueen johtava aikuisväestön 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. Liikkuva Aikuinen -ohjelma toimii aikuisten terveyttä edistävän liikunnan osalta valtakunnallisena vetäjänä. LiikU toimii Liikkuva Aikuinen -ohjelman alueellisena kumppanina. Uuden ohjelman kautta edistämme yhteistyössä terveyttä edistävää työpaikkaliikuntaa ja liikunnan palveluketjua alueellamme. Olympiakomitean kanssa kehitämme yhteistyössä seurojen valmiuksia työyhteisöliikunnan toteuttamiseen.

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

LiikUn järjestämien tapahtumien tavoitteena on antaa tietoa omasta terveydestä, innostaa ihmisiä löytämään ja aloittamaan liikuntaharrastus. Tapahtumia toteutetaan seurojen ja muiden tahojen yhteistyöllä.

Vuonna 2022 edistämme työhyvinvointia, liikunnan aseman vahvistamista terveydenhuollossa ja harrastamisen lisäämistä.

Aluejärjestöt ovat yhdessä kehittäneet Buusti360 -toimintakonseptia työyhteisöpalvelujen kehittämiseksi. Konsepti käsittää yhteisen ilmeen, yhteiset palvelut koko maassa sekä markkinointiavun. LiikUn edustaja koordinoi myös valtakunnallista Buusti360 toimintaa.

Liikunnan aluejärjestöt hakevat yhdessä Liikuttava Suomi -hankkeelle hankerahoitusta opetus- ja kulttuuriministeriöltä. LiikU toimii hankkeen hallinnoijana. Hankkeen kumppaneina ovat Liikkuva Aikuinen -ohjelma ja Ikäinstituutti.



## Työhyvinvointi

Työyhteisöt voivat monin tavoin vaikuttaa omaan hyvinvointiin. Panostus kannattaa ja se näkyy paitsi hyvänä yhteishenkenä työssä, myös asiakastyytyvyytenä ja toiminnan laatussa – eli euroina viivan alla. Kun työhyvinvointi on kunnossa, henkilöstö viihtyy, sairauspoissaolot vähenevät ja työntekijöiden työurista tulee paitsi mielekkäämpiä myös pidempiä. Toimintaa kehitetään yhteisesti kaikkien liikunnan aluejärjestöjen kanssa sekä LiikUn omana työnä.

### Tavoitteet:

- Lisätä suomalaisten työikäisten fyysistä hyvinvointia työyhteisöliikunnan hyviä käytäntöjä, tietoa ja osaamista levittämällä
- Edistää verkostomaista työtapaa paikallisesti ja alueellisesti
- Buusti360 -toiminta laajenee ja syvenee

### Toimenpiteet:

- Autamme työyhteisöjä kehittämään liikuntamyönteistä toimintakulttuuria. Osa palveluistamme on maksuttomia, osa maksullisia. Tavoitteenamme on toteuttaa 30 eri työyhteisötilaisuutta vuoden aikana.
- Toteutamme paikallisen testikiertueen alueellamme, jossa mukana seitsemän kuntaa.
- LiikUn Työpaikkaliikunnan verkosto kokoontuu vähintään neljä kertaa. Lisäksi olemme mukana mm. kauppakamarin terveys- ja hyvinvointivaliokunnassa. Osallistumme myös varhaiskasvatuksen verkostojen toimintaan, kun aiheena on työhyvinvointi.
- Kehitämme alueiden yhteistä palvelupakettia, jossa pohjana on ”Buusti 360” -liikunta- ja työhyvinvointiohjelma. Lisäksi toimenpiteinä ovat kuntotestaukset, liikuntaohjelmat ja koulutus.
- Vuoden painopisteinä ovat Suomen aktiivisin työpaikkakartoituksen hyödyntäminen vahvemmin alueellamme. Tavoitteena on 15 kartoitusta vuoden aikana.





## Liikuntaneuvonta ja liikunnan palveluketju (LiPaKe)

LiikUn alueella moni kunta toteuttaa liikuntaneuvontaa liikuntatoimen ja sote-toimijoiden yhteistyönä. Yhdyspinta on nyt muutosvaiheessa ja on tärkeää turvata liikuntaneuvonnan jatkuminen tavalla tai toisella.

Olemme mukana molempien maakuntien järjestämissuunnitelmatyössä ja tuomme tätä asiaa esille työryhmissä.

Liikuntaneuvonta on yleistynyt viimeisen 5–10 vuoden aikana, mutta sen toteuttamiselle ei ole valtakunnallisesti tai maakunnallisesti yhtenäistä toimintatapaa. Vastuu sosiaali- ja terveydenhuollon sekä pelastustoimen järjestämisestä siirtyy uusille hyvinvointialueille 1.1.2023.

Valtioneuvosto on asettanut 'Liikuntaneuvonnan palveluketjut osana elintapaohjausta uusissa sote-rakenteissa' -alatyöryhmän, joka tulee toimimaan valtakunnallisen liikuntapolitiikan koordinaatioelimen, LIPOKO:n alaisuudessa. LiikU on edustettuna työryhmässä ja pyrkii osaltaan hakemaan ratkaisuja, jotka takaavat liikuntaneuvonnan järjestämisen ja saumattomien liikunnan palveluketjujen toimimisen kunnan ja hyvinvointialueen yhdyspinnassa myös sote-uudistuksen jälkeen.

### Tavoitteet:

- Varmistaa liikunnan ja liikuntaneuvonnan asema uusissa hyvinvointialueiden suunnitelmissa olemassa olevien resurssien puitteissa.
- Varmistaa yhdistysten mukana olo ja vahvistaa niiden 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 mahdolliset kansalliset linjaukset.
- Toteutamme Liikkuva Aikuinen -ohjelman kanssa yhdessä sovitut toimenpiteet alueellamme. Näitä ovat mm. Liikuntaneuvonnan tilanne kunnissa -tiedonkeruu.
- Osallistumme valtakunnalliseen LIPOKO-työryhmä työskentelyyn ja haemme aktiivisesti ratkaisuja kansalliselle toimintamallille liikuntaneuvonnan ja liikunnan palveluketjun turvaamiseksi.



## Aktiiviseen arkeen kannustaminen

Modernin elämäntavan suurimpia haasteita on liikkeen väheneminen arkipäivästä. Harraste- ja arkiliikunta on hieno mahdollisuus korvata tätä liikettä.

### Tavoitteet:

- Levittää tietoa urheiluseuroissa aikuisten harrastamisen merkityksestä ja laatusuorityöstä
- Tiedottaa aktiivisen arjen tärkeydestä.
- Kehittää Haastepyöräily-kampanjaa kokonaisvaltaisesti omalla työryhmällä ja pitää kampanja elinvoimaisena

### Toimenpiteet:

- Järjestämme harraste- ja terveysliikuntatapahtumia sekä -kampanjoita alueellamme. Olemme mukana eri tapahtumissa kertomassa asiasta ja luomassa verkostoja.
- Koulutamme vertaisohjaajia lisäämään harrasteliikuntaa.
- Olemme alueellinen linkki valtakunnalliseen Liikkujan polku -verkostoon.
- Olemme mukana tekemässä Unelmien liikuntapäivää 10.5.2022. Roolimme on levittää tietoa ja innostaa eri tahoja mukaan.
- Jatkamme ja kehitämme edelleen kuntien välistä haastepyöräilyä molemmissa maakunnissa. Kehitämme kampanjaa kokonaisvaltaisesti omalla työryhmällä. Kehitämme sähköistä ilmoittautumista, jolla tavoitellaan mukaan lisää nuoria. Työryhmä valitsee vuosittaisen teeman loppuvuodesta. Tavoitteena on saada mukaan 31 kuntaa.





## 5. Elinvoimainen seuratoiminta

LiikUn seuratoiminnan suunnat vuosille 2021–2026 laadittiin vuoden 2020 aikana. Ne toimivat pohjana elinvoimaiselle seuratoiminnalle Lounais-Suomessa, mitä kohti on kuljettu nyt yhden vuoden ajan tavoitteiden suuntaisesti. Vuonna 2022 jatketaan jo aloitettuja toimenpiteitä ja kehitystä kohti tavoitteita.

Elinvoimaisen seuratoiminnan tavoitteiden toteuttajina toimivat seurakehittäjät. Lisäksi seuratoiminnan perustehtävää ovat tukemassa LiikUn muu henkilökunta, LiikUn oto-kouluttajat sekä seuratoiminnan johtoryhmä.

LiikUn seuratoiminnan visio on vuonna 2026 olla kiinnostavin lounaissuomalaisen seuratoiminnan tukija ja 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 asian-tuntijaorganisaatio.



## 5.1. Suuntien toteuttaminen vuonna 2022

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

### Tavoitteet:

- Osaamisen polut on rakennettu tukemaan seuratoimijoiden arkea (ohjaajan, valmentajan ja hallinnon toimijan osaamisen polut).
- Koulutukset ovat laadukkaita ja ne on toteutettu punaisen langan mukaisesti huomioiden oppimiskäsitys, oppimisympäristö, oppimisolusta ja toimintatavat.
- Jäsenyhdistyksille on tuotettu laadukkaita osaamisen palveluita ja muita etuja.

### Toimenpiteet:

- Rakennetaan koulutuspooli, joka tukee osaamisen polkuja huomioiden OKM:n, OK:n ja aluejärjestöjen yhteiset lupaukset.
- Olemassa olevia koulutuksia järjestetään tarpeen ja resurssien mukaan.
- Oto-kouluttajaverkostoa kasvatetaan ja heidän osaamisestaan huolehditaan.

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.
- Edistää kuntien ja seurojen välistä yhteistyötä ja vuoropuhelua yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi.
- Lisätä kuntarajat ylittävää yhteistyötä kuntien ja seurojen välillä. Edistetään liikkumista, hyvinvointia ja uusia resursseja Rajattomasti liikuntaa -kumppanuusverkostoissa.

### Toimenpiteet:

- Mahdollistetaan eri verkostojen toiminta (mm. TJ-klubi, TJ-tuumaustauko, kuntien liikunnan viranhaltijat).
- Lisätään kuntayhteistyötä ja seurojen toimintaedellytyksiä parantavia seurafoorumeita.
- Muodostetaan kuntien yhteistyöverkostoja yhdessä kaikkien LiikUn strategisten painopistealueiden (elinvoimainen seuratoiminta, päivittäinen liikunta ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen) kanssa.

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

#### Tavoitteet:

- Tukea seurojen laadun kehittymistä ja kiittämisen kulttuuria.
- Kasvatetaan LiikUn jäsenmäärää ja varmistetaan, että alueen Tähtiseurat liittyvät LiikUn jäseniksi.
- LiikUn alueen seurat tekevät hyviä seura- ja muita valtakunnallisia tukihakemuksia resurssiensa parantamiseksi ja toiminnan turvaamiseksi.

#### Toimenpiteet:

- Kannustetaan seuroja tähtiseurapolulle ja sitä kautta Tähtiseuroiksi. Auditoidaan LiikUn jäsenenä olevia Tähtiseuroja.
- Järjestetään laadukkaat ja taloudellisesti kannattavat maakunnalliset Urheilugaalat (SK ja V-S).
- Viestitään seuratuesta, sparrataan hakijoita ja lausutaan hakemukset.



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

#### Tavoitteet:

- Huolehditaan seuratoiminnassa mukana olevien toimijoiden jatkuvasta osaamisen lisäämisestä.
- Kumppanuudet lajiliittojen, OK:n, 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:

- Kullekin avaintoimijalle tehdään oman osaamisen kehittämisen polku ja osaamista lisätään kouluttajille, toimihenkilölle (henkilökunta) ja seuratoiminnan johtoryhmälle.
- Verkostoidutaan eri sidosryhmien kanssa (OK, AVI, OKM, kunnat).
- 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.

#### Toimenpiteiden toteutumista arvioidaan mittarein

- Tapahtumien ja osallistujien sekä verkostojen määrät ja palautteet eri tilaisuuksissa ja tapahtumissa.
- Uutiskirjeiden kuukausittaiset lähetykset-, avaus- ja lukijamäärät.
- Tähtiseurojen kehittämistyökalun käyttäjien määrä sekä Tähtiseurojen määrä.
- Seurakyselyn tulokset jäsenseuroilta, sidosryhmäkyselyt ja keskustelut.
- Seuratuen hakijoiden ja sieltä saatujen tukien määrä.
- Itsearviointi suunnan, toiminnan ja tulosten perusteella maailmanlaajuisesti tunnustetun viitekehityksen, EFQM-mallin mukaan.
- Taloudellinen tulos.

## 5.2. RIVE-hanke

LiikU on kumppanina Pohjanmaan Liikunta- ja Urheilu ry:n hallinnoimassa Ryhmäytyminen, Itsensä tunteminen, Vuorovaikutus ja Elämäntaidot (RIVE) -hankkeessa. Kahdeksan liikunnan aluejärjestön yhteisessä hankkeessa tuetaan maahanmuuttajien kotoutumista liikunnan keinoin. Hankkeen yhtenä tavoitteena on, että paikallistason toimijat, kuten kotoutumiseen hankerahoitusta saaneet kunnat/kaupungit, maahanmuuttajien kanssa työtä tekevät järjestöt, yhdistykset, urheiluseurat ja muut tahot saavat työkaluja ja vertaistukea tekemiseensä.



## 5.3. 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.



## 6. Yhteiskunnallinen vaikuttaminen

LiikUn ydintehtävä 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 turvaamisen 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.

Liikunnan peruspalvelut tulevat uusilla perustettavilla hyvinvointialueillakin olemaan kunnan tehtävä. Liikuntaneuvonta, liikunnan palveluketju sekä liikunnan rooli ehkäisevissä sote-palveluissa ovat tärkeitä yhdyspintakokonaisuuksia. Resurssitarpeen tiedostamiseksi ja turvaamiseksi tähän työhön on tehtävä vahvaa vaikuttamistyötä. Varmistamme, että LiikUlla on edustus molempien maakuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen virallisissa työryhmissä myös jatkossa.

Rakennamme kattavaa liikunnan kumppanuusverkostoa, jossa on mukana mahdollisimman moni Lounais-Suomen alueen kunta omine toimijaverkostoineen sekä mahdollisimman laajasti muita alueen toimijoita. Viestimme ja käymme ajankohtaiskeskustelua alueemme päättäjien ja vaikuttajien kanssa. LiikU vahvistaa liikunnan asemaa kunnallisessa, seudullisessa ja valtakunnallisessa päätöksenteossa ja resurssienjaossa.

Jokainen LiikUn työntekijä toteuttaa yhteiskunnallisen vaikuttamisen rooliaan omaan työhönsä liittyvien kohderyhmien keskuudessa järjestämällä koulutuksia, kokoamalla verkostoja ja viestimällä oman toimialansa asioista.

### Tavoite 1:

- Kootaan kattavat Satakunnan ja Varsinais-Suomen liikunnan kumppanuusverkostot alueen kuntien ja muiden toimijoiden kanssa.

### Toimenpiteet:

- Jatketaan Turun seudun kuntien (11) yhteistyötä sen painopisteitä edelleen arvioiden.
- Selvitetään muiden Varsinais-Suomen kuntien (16) halukkuus liittyä mukaan verkostoon ja tehdään sen mukaiset toimenpiteet.
- Käynnistetään virallisesti Satakunnan kumppanuusverkosto 1.1.2022 13 kunnan kesken.
- Jatketaan kumppanuusverkostokeskustelua muiden Satakunnan kuntien (3) kanssa.

### Tavoite 2:

- Kehitetään ja otetaan käyttöön toimintatapoja ja työkaluja, joilla vahvistetaan
  - a) liikunnan strategista asemaa ja tiedolla johtamista kunnissa ja seudullisesti
  - b) liikunnan ajankohtaisviestintää keskeisille päättäjille ja vaikuttajille kunnissa ja seudullisesti
  - c) eri ikä- ja kohderyhmien liikunnallista elämäntapaa

### Toimenpiteet:

- Kootaan laaja LiikUn alueen kattava kunta-, maakunta- ja hyvinvointialuepäättäjien, vaikuttajaryhmien ym. yhteystietolista.
- Kootaan ja ylläpidetään laaja tiedolla johtamisen tietokanta keskeisine liikunnan vaikuttavuutta kuvaavine indikaattoreineen LiikUn alueen kunnista. Tietoa kerätään pienistä lapsista ikäihmisiin, kattavasti kaikilta LiikUn toimialoilta.
- Vakiinnutetaan LiikuntAsiaa -liikunnan ajankohtaisviestinnän uutiskirje ja toimitetaan se 6-10 kertaa vuodessa kunta-, maakunta- ja hyvinvointialuepäättäjille ja vaikuttajaryhmille.
- Kootaan keskeiset päättäjä- ja vaikuttajaverkostot maakunnallisesti: liikunnasta päättävien toimielinten puheenjohtajistot, seuraparlamenttien tai vastaavien puheenjohtajistot.
- Käynnistetään keskustelut maakunnallisista liikunta- ja liikkumisohjelmista ja ryhdytään mahdollisiin konkreettisempiin valmisteluihin.
- 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.

## 7. Budjetti

	<b>Budjetti 2022</b>	<b>Budjetti 2021</b>	<b>Toteuma 2020</b>
<b>VARSINAINEN TOIMINTA</b>			
<b>TUOTOT</b>			
osanottomaksut	719 600	605 228	353 752,00
muut tuotot	8 000	9 000	12 430,00
erityisavustukset	190 285	165 295	238 733,00
<b>TUOTOT YHTEENSÄ</b>	<b>917 885</b>	<b>779 523</b>	<b>604 915,00</b>
<b>KULUT</b>			
palkat ja palkkiot	675 640	651 797	611 050,00
henkilöstösivukulut	131 134	148 500	127 464,00
henkilöstökulut yhteensä	806 774	800 297	738 514,00
vuokra- ja vastikekulut	110 000	110 368	101 583,00
poistot	2 500	4 000	3 282,00
Muut kulut			
ostopalvelut	426 250	329 949	184 120,00
matka- ja majoituskulut	43 325	46 700	22 552,00
materiaali- ja muut toimintakulut	202 136	165 594	149 967,00
Muut kulut yhteensä	671 711	542 243	356 639,00
<b>KULUT YHTEENSÄ</b>	<b>1 590 985</b>	<b>1 456 908</b>	<b>1 200 018,00</b>
Varsinaisen toiminnan kuluja jäämä	-673 100	-677 385	-595 102,67
Varainhankinta			
Varainhankinnan tuotot	103 100	91 500	67 194,00
Varainhankinnan kulut	16 000	22 115	3 220,00
Varainhankinta yhteensä	87 100	69 385	63 974,00
Sijoitustuotot	2 400	4 000	0,00
Rahoituskulut			11 346,00
Satunnaiset kulut			
Avustustuotot	583 600	604 000	584 300,00
Tilikauden tulos ali-/ylijäämä	0	0	41 826,00
Tuotot yhteensä	1 606 985	1 479 023	1 256 410,00
Kulut yhteensä	1 606 985	1 479 023	1 214 584,00



**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

(02) 529 6600

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