



**Toiminta- ja
taloussuunnitelma 2016**

- ESLUn alueella on**
- 29 kuntaa
 - 1,5 milj. asukasta
 - 3 500 urheiluseuraa
 - 150 000 vapaaehtoista seuratoimijaa



Sisältö

1 Yleistä	3
2 Lasten ja nuorten liikunta	7
3 Kunto- ja terveysliikunta	9
4 Seuratoiminta	11
5 Koulutus	14
6 Markkinointi ja viestintä	16
7 Hallinto, henkilöstö ja talous	18
8 Lähteet	20

1 Yleistä

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU on alueellinen liikuntajärjestö, joka tuottaa liikuntapalveluja ja kehittää niitä yhdessä valtakunnallisten kumppaneiden kanssa. Tärkeimmät kumppanit paikallistasolla ovat urheiluseurat ja kunnat. Kaikista Suomen urheiluseuroista reilu kolmannes ja kunnista vajaa kymmenes toimii ESLUn alueella (Suomen Kuntaliitto 2015). Valtakunnallisella tasolla tärkeimpiä yhteistyötahoja ovat Opetus- ja kulttuuriministeriö, muut aluejärjestöt ja Valo ry. ESLU tekee Valon kanssa tiivistä yhteistyötä yhteisesti sovittujen valintojen pohjalta. Lisäksi ESLU tekee yhteistyötä jäsenjärjestöjen ja muiden kansalaisjärjestöjen sekä yhteistyökumppaneiden kanssa, joilla on samansuuntaiset tavoitteet.

ESLU kehittää toimintaansa alueellaan olevien tarpeiden mukaan toimien erityisesti jäsentensä edunvalvonta-, yhteistyö-, kehitys- ja palveluorganisaationa. Toiminnan keskeisenä painopisteenä on seura- ja kansalaistoiminnan elinvoimaisuuden tukeminen ja vahvistaminen. ESLU toimii osana laajaa yhteistyöverkostoa ja edistää seurojen sekä muiden paikallistason liikuntatoimijoiden onnistumisen edellytyksiä.

Seuroissa tehtävä vapaaehtoistyö on suomalaisen liikuntakulttuurin peruspilari, jota ESLU toiminnallaan alueellisesti tukee. Vapaaehtoisten rinnalle on tullut ja tulee enenevässä määrin palkattuja seuratyöntekijöitä, joille ESLU myös tarjoaa palvelujaan. Palkattu työntekijä ei korvaa vapaaehtoistyötä tai vähennä sen arvoa, vaan antaa vapaaehtoisille mahdollisuuden keskittyä olennaiseen. ESLU vahvistaa rooliaan seuroille ja muille toimijoille tarjottavien palvelujen kehittämisessä.

Liikunnan ja urheilun eri toimijoiden osaamisen kehittäminen ja vuorovaikutuksen lisääminen ovat tärkeitä osia paikallistason liikunnan ja urheilun tukemisessa. Myös yhteistyö kuntien kanssa saa yhä

merkittävämmän roolin. ESLUn päämääränä on seurojen ja muun paikallisen liikuntatoiminnan edistäminen ja hyvinvoinnin kehittäminen niin, että perustason toiminnat kehittyvät, seuroilla on entistä paremmat onnistumisen eväät ja seurojen yhteiskunnallinen arvostus kohoaa.

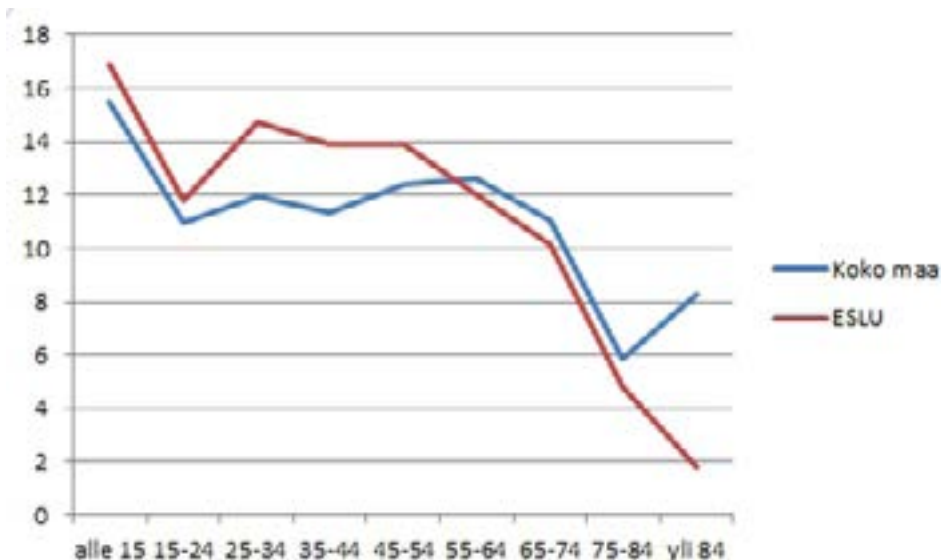
Eteläisen alueen osaamis- ja palvelukeskusten rakentaminen käynnistyi syksyllä 2015 ja ESLU on mukana prosessissa aktiivisesti. ESLU vastaa eteläisen alueen Liikkuva Lapsuus - ja Elinvoimainen Seuratoiminta -ryhmien vetämisestä.

1.1 Toiminta-alueen erityispiirteet ja haasteet

ESLUn toiminta-alueeseen kuuluu 29 eteläsuomalaisista kaupunkia ja kuntaa, jotka sijaitsevat maamme metropolialueella. Toiminta-alueella on vahva ja erityinen rooli koko Suomessa, sillä se on Suomen taloudellinen, liikenteellinen, sivistyksellinen ja hallinnollinen keskus. 1,7 miljoonan asukkaan alue on merkittävä myös Euroopan mittakaavassa, sillä se on yksi Euroopan vauraimmista ja kilpailukykyisimmistä suurkaupunkialueista.

Tällä hetkellä alueella asuu 30,5 prosenttia koko maan väestöstä. Lisäksi alueella on 33 prosenttia työpaikoista ja siellä tuotetaan 38 prosenttia Suomen bruttokansantuotteesta. (Uudenmaanliitto 2015.) Väestön ennustetaan kasvavan noin 330 000 asukkaalla vuoteen 2040 mennessä. Kasvu on suurinta pääkaupunkiseutua ympäröivissä kunnissa. (Tilastokeskus 2015.)

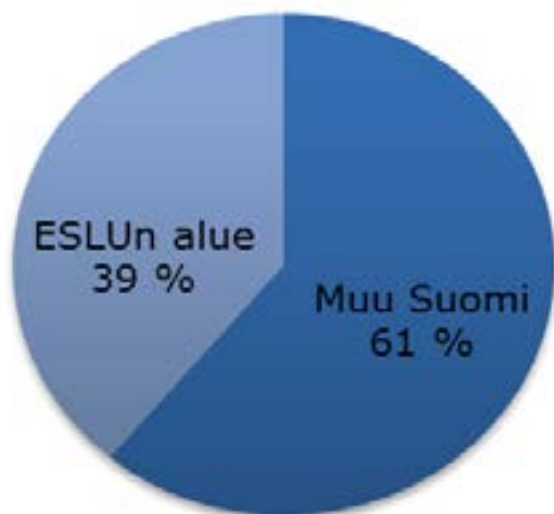
Luonnollisen väestönkasvun lisäksi alueen väestönkasvu perustuu erityisesti maahanmuuttajien määrän kasvuun. Maahanmuuttajien määrän arvioidaan kasvavan nykyisestä 100 000:sta noin 250 000 vuoteen 2030 mennessä. Suurin osa maahanmuuttajaväestöstä keskittyy pääkaupunkiseudulle.



Kuvio 1. Ikärakenne

Väestönkasvun lisäksi alueen ikärakenne poikkeaa monessa suhteessa koko maasta. (Kuvio 1.) Pääkaupunkiseutu on nuorten aikuisten keskittymä. Kehyskunnissa lasten osuus on korkeampi kuin muilla alueilla. (Uudenmaanliitto 2015.)

Väestön lisäksi myös urheiluseurojen määrä alueella on suuri. Suomessa on noin 10 000 liikunta- ja urheiluseuraa tai muuta liikuntaa järjestävää yhdistystä (VLN 2013). Näistä noin 3 500 toimii ESLUn alueella. (Kuvio 2.)



Kuvio 2. Urheiluseurojen määrä Suomessa.

Kuntien palvelutuotannon ja samalla kuntatalouden haasteita ovat väestön ikäänntyminen, tuottavuuden nostaminen sekä

palvelurakenteiden kehittäminen. Nämä haasteet on otettava huomioon myös ESLUn toiminnassa.

Uusimaa-ohjelma linjaa maakunnan vision ja valinnat. Metropolialueen kilpailukykyä edistetään yleisesti muun muassa valmistelemalla ja toteuttamalla metropolipolitiikan aiesopimuksia. ESLU seuraa näitä suunnitelmia oman toimintansa suunnittelussa. ESLU vahvistaa liikunnan edunvalvojan ja kumppanin rooliansa näissä metropolialueen erilaisissa selvietyksissä, hankkeissa ja ohjelmissa ottamalla osaa hankkeiden valmistelutyöhön mahdollisuuksien mukaan sekä antamalla niistä lausuntoja.

Asukkaille metropolialue ja erityisesti Helsingin seutu on yhtenäinen alue. Työssäkäynti, opiskelu, vapaa-aika ja palvelujen käyttö ei tunne kuntarajoja. Kaupungeille ja kunnille on entistä tärkeämpää muodostaa yhteinen näkemys elinvoimaisesta seudusta. Tämä näkyy myös liikunnan ja urheilun järjestötoiminnassa.

Ihmisten arjen valintoihin ja esimerkiksi seuratoiminnan vapaaehtoistyöhön vaikuttaa oleellisesti käytettävissä oleva vapaa-aika. Metropolialueella käytetään jo pelkästään päivittäiseen työmatkaan aikaa reilusti enemmän kuin muualla Suomessa. Työmatkoihin käytettävä aika on

noin 80 minuuttia päivässä ja se kasvaa jatkuvasti.

Seuratoiminnassa suuri haaste on liikuntapaikkojen ja -tilojen riittämättömyys ja niiden saaminen tehokkaaseen käyttöön. Urheiluseurat eivät pysty ottamaan vastaan kaikkia halukkaita harrastajia.

1.2 Yhteistyö

ESLU tekee yhteistyötä jäsenten sekä muiden järjestöjen ja toimijoiden kanssa, joilla on samansuuntaiset tavoitteet. ESLUn toiminta-alue muodostuu Uudenmaan liiton alueen 26 kunnasta. Lisäksi alueeseen kuuluu Janakkala, Loppi ja Riihimäki.

ESLUn yhteistyö Uudenmaan liiton kanssa jatkuu. Lisäksi ESLU kuuluu edelleen Maakunnan yhteistyöryhmään (MYR). Yhteistyöryhmä on keskustelufoorumi maakunnan kaikissa kehittämiskysymyksissä. Se luo perustaa Uudenmaan edunvalvonnalle, ohjaa kuntaresursseja sekä määrittelee valtionhallinnon aluekehittämishankkeet ja linjaukset. ESLUn rooli MYR:ssä on toimia alueellisena liikunnan ja hyvinvoinnin asiantuntijana sekä ennen kaikkea alueella toimivien liikuntajärjestöjen toiminnan edistäjänä ja edunvalvojana.

ESLUn yhteistyö aluehallintoviranomaisen AVI:n kanssa jatkuu. AVI vastaa väestön hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn vahvistamiseen liittyvistä tehtävistä. AVI:n liikuntatoimen tavoitteena on alueellisesti edistää väestön liikunnallista elämäntapaa, hyvinvointia, terveyttä sekä työ- ja toimintakykyä elämänkaaren eri vaiheissa.

Liikunnan aluejärjestöjen yhteisesti käynnistämä ”Uusia resursseja paikallistason onnistumiseksi –hanke” (URPO–hanke) jatkaa toimintaansa kaikkien liikunnan aluejärjestöjen rahoittamana vuonna 2016. Nykypäätöksillä URPO-hanke jatkuu 31.12.2016 asti. URPO-hankkeen kärkinä ovat vuonna 2016 Liikunnan aluejärjestöjen yhteisten asioiden edistä-

minen, alueiden hanketoiminnan edistäminen yhdessä Valo/OK:n kanssa (Sportti EU:ssa –hanke) ja Valon Erasmus+ -hankkeen projektikoordinaattorina toimiminen.

Lisäksi ESLU vahvistaa yhteistyötä Pääkaupunkiseudun urheiluakatemia, Urhean kanssa. ESLU jatkaa edelleen yhteistyötä Asianajotoimisto Legistum Oy:n ja Oy Viking Line Ab:n kanssa.

1.3 Toiminnan johtolinjat – ESLU alueensa osajana

ESLUn toimialat ovat lasten ja nuorten liikunta, kunto- ja terveysliikunta sekä seura- ja järjestötoiminta.

ESLU on monipuolinen seura- ja liikunta-toiminnan edistäjä ja yhteistyön koordinoija toimien

- metropolialueen liikunnan ja urheilun verkoston rakentajana,
- koulutustoiminnan kehittäjänä ja koordinoijana,
- seura- ja liikuntatoiminnan puolestapuhujana ja edunvalvojana sekä
- liikunnan palvelujärjestönä.

ESLUn päämääränä on jäsenseurojen ja muun paikallisen liikuntatoiminnan hyvinvointi. Siksi ESLU tarjoaakin osaamistaan ja liikunnan asiantuntemustaan edellä mainittujen toimijoiden toiminnan kehittämiseksi ja elinvoimaisuuden varmistamiseksi strategian mukaisesti.

1.4 Strategia

ESLU vuonna 2025

Liikunnan ja Urheilun laadukkain kumppani alueellaan.

1.4.1 Toiminta-ajatus

Välineitä ja verkostoja paikallistason toimijoille liikkeen lisäämiseksi.

Toiminta paikallistasolla on hyvin moninaista eri toiminta- ja tavoitetasoilla. ESLUn strategisena valintana on reagoida jatkuvasti muuttuvaan toimintaympäristöön. Toimintaympäristön muutosta seurataan tarkasti ja itsearviointia tehdään ottaen huomioon valitut painopistealueet.

1.4.2 Toiminnan painopisteet

- Osaamis- ja palvelukeskustoiminnan käynnistäminen
- Osaamisen kehittäminen ja lisääminen laadukkaasti
- Verkostot voimavarana
- Uusi toimintatapa

1.4.3 Arvot

- Luova uudistaja ja edelläkävijä
- Helposti lähestyttävä kumppani

1.4.4 Yhteiskuntavastuu

Eettinen kasvatustyö ja Reilun pelin periaatteet sisältyvät läpileikkauksena kaikkien ESLUn toimintaan. Reilu peli on liikuntajärjestöjen yhteinen kuvaus liikunnan ja urheilun hyvästä toiminnasta ja se pitää sisällään yhteisesti sovitut eettiset periaatteet (Valo 2014).



2 Lasten ja nuorten liikunta

Lasten ja nuorten liikunnassa ESLUn tavoitteena on tarjota monipuolisia työvälineitä lasten ja nuorten liikuntaa järjestävälle taholle toiminnan kehittämiseksi.

Tällaisia liikuntaa järjestäviä organisaatioita ovat kunnat ja urheiluseurat. Tavoitteena on myös vaikuttaa lasten liikunnan toimintaedellytyksiin ja olosuhteisiin. Työtä tehdään koulutuksen, konsultoinnin ja viestinnän avulla kuntakohtaisesti.

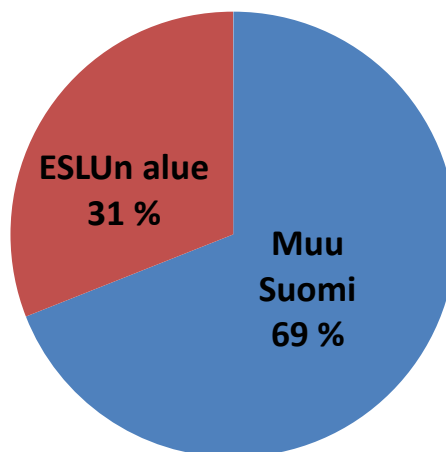
Metropolialueen erityispiirteet tuovat ESLUn lasten ja nuorten liikunnan suunnittelu-, kehittämis- ja toteutustyöhön erityisiä haasteita. Lasten liikunnan määrän väheneminen, yksipuolistuminen ja toisaalta liikuntaharrastusten kustannusten nousu ovat suuria haasteita niin yleisen liikunnallisuuden kuin suomalaisen huippu-urheilunkin näkökulmasta.

Lasten ja perheiden arjen aikataulut ovat usein haasteellisia. Urheilun suorituspaikat ovat monesti iltapäivisin tyhjiä, kun taas iltaisin samoista vuoroista kamppailevat useat eri käyttäjäryhmät.

Metropolialueen urheilun ja liikunnan toimijat ovat valinneet laajan keskustelun tuloksena yhteiseksi tavoitteekseen lasten liikunnan lisäämisen sekä lasten terveellisten elämäntapojen ja paremman arki-rytmin tukemisen.

Lähes kaikki ESLUn toimialueen kunnat ovat kasvavia. Vuonna 2014 Uudellamaalla oli 582 peruskoulua, joissa opiskelee 156 316 lasta ja nuorta. Lisäksi esiopetuksessa Uudellamaalla vuonna 2014 oli 17 894 lasta (Tilastokeskus 2014.) Kaikista maamme alle 14-vuotiaista lapsista ESLUn alueella on 31 prosenttia, eli 281 570 henkilöä (Tilastokeskus 2014, Kuvio 3.).

ESLUn kumppani lasten ja nuorten liikunnan edistämiseksi on Aluehallintovirasto (AVI), Liikkuva koulu ja Valo ry, joiden kanssa yhteistyössä pyritään edistämään fyysisen aktiivisuuden lisäämistä



Kuvio 3. Alle 14-vuotiaiden määrä Suomessa vuonna 2014.

koulupäivän aikana sekä kehitetään lasten ja nuorten liikunnan laatua.

2.1 Toiminnan painopisteet

Keskeisimmät painopisteet lasten ja nuorten liikunnan toiminnassa ovat metropolialueen liikunnan ja urheilun toimintaedellytysten kehittäminen ja osaamisen lisääminen.

Metropolialueen liikunnan ja urheilun toimintaedellytysten kehittämiseksi paikallistasolla:

- tuetaan päivittäisen liikunnan lisäämistä
- vaikutetaan yhteistyön sujuvuuteen ja vuorovaikutuksen lisääntymiseen verkostotyöllä
- tuetaan seuratoiminnan kehittämisprosesseja

Osaamisen lisäämistä toteutetaan

- koulutuksella
- neuvonnalla ja
- opastuksella

2.2 Koulutus

ESLU järjestää kaikkia koulutuskokonaisuuksia avoimena, tilauksesta sekä räätälöityinä lasten ja nuorten liikunnan laadun kehittämiseksi.

ESLU järjestää:

- 1-tason valmentaja- ja ohjaaja koulutusta ja Terve Urheilija -koulutuksia lähinnä urheiluseuroissa toimiville ohjaajille ja valmentajille,
- lasten liikunnan täydennyskoulutusta perusopetuksen ja varhaiskasvatuksen henkilöstölle,
- liikuntakoulutusta nuorille (vertaisohjaajakoulutus) sekä seurakoulutusta

iltapäivätoiminnan ohjaajille ja kerhotoimijoille suunnatun kouluikäisten liikuttajien uutiskirjeen.



2.5 Leirit ja tapahtumat

Sporttileirejä järjestetään kuntien, urheiluseurojen ja muiden paikallisten toimijoiden kanssa. Vuonna 2016 ESLU järjestää Hyvinkäällä kaksi leiriviikkoa yhteistyössä kaupungin ja Elämäni Sankari ry:n kanssa sekä yhden leirin Tuusulan kunnan kanssa.

Leirit järjestetään päiväleireinä. Lapsilla ei tarvitse olla aikaisempaa kokemusta liikunnasta.

Keskeistä toiminnassa on leikinomaisuus, ilo ja yhdenvertaisuus, näin jokainen leiriläinen voi kokea onnistumisen elämyksiä. Yhteistyö Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n kanssa tuo leireille matalan kynnyksen liikuntatoimintaa ja mahdollisuuden kaikille lapsille osallistua leirille.

2.6 Viestintä

ESLU viestii alueensa urheiluseuroille lasten ja nuorten liikuntaan liittyvistä ajankohtaisista asioista sähköisesti. Toimialan tunnettavuutta vahvistetaan kuntien päättäjille, lasten ja nuorten liikunnan toteuttajille sekä alueen liikuntaa järjestäville seuroille.

ESLU toimittaa kaksi kertaa vuodessa ilmestyvän:

- varhaiskasvatuksen liikunnan aluetiedotteen sekä
- perusopetuksen henkilöstölle, aamu- ja

3 Kunto- ja terveystoiminta

ESLUn aikuisliikunnan tavoite- ja tahtotila kiteytyy liikuntajärjestöjen yhteiseen visioon: Suomi on maailman liikkuvien urheilukansa vuonna 2020. Näkymää vahvistaa valtakunnallinen Sosiaali- ja Terveysministeriön julkaisema Muutosta liikkeellä! -toimenpideohjelma, joka sisältää linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan.

ESLU vie alueellaan terveyttä edistävän liikunnan linjauksia eteenpäin painottaen vahvasti istumisen vähentämistä arjessa, liikunnan lisäämistä elämäntilanteissa sekä liikunnan nostamista keskeiseksi osaksi terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä sekä sairauksien ehkäisyä, hoitoa ja kuntoutusta.

ESLUn merkittävimmät vaikuttamisen kohteet ovat paikalliset urheiluseurat, alueen kuntien liikunta- ja terveystoimet sekä työpaikat.

3.1 Toiminnan painopisteet

Keskeisimmät painopisteet aikuisliikunnassa ovat urheiluseurojen aikuisliikunnan kehittäminen, kunnallisen liikuntaneuvonnan edistäminen ja työpaikkaliikunnan lisääminen.

Urheiluseurojen aikuisliikunnan kehittämiseksi:

- koulutetaan seurajohtoa ja ohjaajia
- vaikutetaan vuorovaikutuksen lisääntymiseen verkostotyöllä
- tuetaan seuratoiminnan kehittämisprosesseja
- ohjataan seuroja nostamaan jo olemassa oleva aikuisliikuntatoiminta näkyviin

Kunnallisen liikuntaneuvonnan edistämiseksi ESLU:

- välittää tietoa ja osaamista
- kouluttamalla kuntien terveydenhoitajia liikuntaneuvonnasta
- verkostotyöllä

Työyhteisöliikunnan edistämiseksi ESLU:

- nostaa esiin urheiluseurojen potentiaalin työyhteisöjen liikunnan ja hyvinvoinnin edistäjänä
- kouluttaa ja konsultoi

3.2 Koulutus

ESLU vastaa alueellaan aikuisten kunto- ja terveystoiminnan 1-tason ohjaaja- ja valmentajakoulutuksen eli Liikuttajakoulutuksen toteuttamisesta. Lisäksi ESLU järjestää ohjaajille ja valmentajille erilaisia teema- ja virikekoulutuksia, luentoja sekä räätälöityjä tilauskoulutuksia.



3.3 Urheiluseurapalvelut

- Sports Club for Health - Urheillen terveyttä seurassa -hanke

ESLU on kumppani Valo ry:n vetämässä EU-hankkeessa, joka kulkee nimellä Sports Club for Health, eli Urheillen terveyttä seurassa. ESLU on sitoutunut hankkeen tavoitteeseen lisätä liikettä vahvistamalla urheiluseurojen roolia terveydenedistäjinä lähivuosina.

ESLU lisää vuonna 2016 tietoisuutta terveyttä edistävästä liikunnasta seurojen keskuudessa ja kannustaa seuroja toteuttamaan yhä monimuotoisempaa toimintaa eri-ikäisille.



3.4 Työyhteisöliikunta

Työyhteisöliikunnan tavoitteena on henkilökunnan hyvinvoinnin lisääminen liikkeen avulla alueen työpaikoissa. Työtä tehdään yhteistyössä KKI-ohjelman ja Valon kanssa.

Vuonna 2016 työyhteisöliikunta näkyy vahvasti ESLUn aikuisliikuntatyössä Matka hyvään kuntoon -kiertueen ansiosta.

Kuntotestien ohella ESLU herättää alueen työpaikkoja ”Tuottavuuden työkalut – menestyvä työpaikka” -tilaisuuksien avulla sekä tarjoamalla seuraavia palveluja eri kokoisille työyhteisöille:

1. Strateginen suunnittelu, työpaikan kuntokartoitus ja liikuntaohjelman työstö
2. Liikkumaan aktivointi ja yhdyshenkilöiden koulutus
3. Henkilöstön liikuntapalvelut, kuntotestaus ja elämäntapaohjaus

3.5 Kunnossa kaiken ikää -ohjelma (KKI)

ESLU toimii Kunnossa kaiken ikää -ohjelman alueellisena asiantuntijana ja jalkauttajana vahvistaen ohjelman tunnettuutta sekä sen eri tapahtumien ja materiaalien hyödyntämistä paikallisella tasolla. ESLU organisoii myös asiantuntijaseminaareja ja terveysliikuntatapahtumia yhteistyössä KKI:n ja tämän kumppaneiden kanssa.

Vuonna 2016 ESLU järjestää KKI:n kanssa muun muassa Helsingin terveydenhoitajille koulutuspäivän, liikuntaneuvojille omia verkostotapaamisia sekä työpaikkojen henkilöstövastaaville koulutustilaisuuksia työpaikkaliikunnan kehittämiseksi.

KKI-yhteistyön onnistumisen avaimia ovat verkostoituminen ja paikallinen yhteistyö, jota tehdään muun muassa kuntien liikunta- ja terveystoimien, terveydenhoitajayhdistysten, paikallisten apteekkien kanssa sekä työpaikkojen kanssa.



- Matka hyvään kuntoon -kiertue

Matka hyvään kuntoon -kiertueella kuntotestirekka kiertää ESLUn alueella 29.8.-2.9.2016. Tavoitteena on kohdata yli 2000 työntekijää ja innostaa heitä aktiivisen elämäntavan pariin.

- Liikuntaneuvonta

ESLU pyrkii parantamaan kunnallista liikuntaneuvontaa vaikuttamalla muun muassa kuntien terveydenhoitajiin. Tavoitteena on järjestää 3-5 liikuntaneuvonnan kehityshanketta. Lisäksi ESLU järjestää liikuntaneuvojille kohtaamisia, koulutusta ja alueellisia verkostotapaamisia. Tavoitteena on innostaa 10-15 kunnan edustajat mukaan näihin tilaisuuksiin.

- Liikkujan apteekki

ESLU jalkauttaa Liikkujan Apteekki -toimintamallia, jossa tuodaan terveysliikunta apteekin arkeen ja osaksi asiakasneuvontatilanteita. ESLU tekee Liikkujan Apteekki -starttikäyntejä ja järjestää tapahtumapäiviä sekä kouluttaa apteekkien henkilökuntaa. Vuoden 2016 aikana on tavoitteena kohdat 20 apteekin edustajia erilaisissa ESLUn koulutuksissa.



3.5 Viestintä

ESLU viestii aikuisliikuntapalveluistaan eri kohderyhmille kohtaamisissa, tiedotteilla, verkkosivuilla ja sosiaalisessa mediasa. Lisäksi välitämme aktiivisesti tietoa KKI-ohjelman hanketuista, kampanjoista ja tapahtumista alueellamme.

4 Seuratoiminta

ESLUn tavoitteena on hyvin ja laadukkaasti toimiva urheiluseura. Seuratoiminnan lähtökohtana on paikallinen näkökulma – kulttuuri, paikalliset olosuhteet ja toimintaympäristö. Seuratoiminnan laadun kehittämiseksi ESLU kouluttaa, kehittää, konsultoi ja sparraa seuroja vastaamaan liikunnan ja urheilun yhä vaativampiin odotuksiin ja kysyntään. Tätä työtä tehdään Suomalaisen liikunnan ja urheilun Visio2020:n mukaisesti, yhteistyössä osaamis- ja palvelukeskuksissa, sekä muiden toimijoiden ja yhteistyöverkoston kanssa.

Seuratoiminnan laadun kehittäminen yhteiskunnan muutoksessa asettaa paljon haasteita ja mahdollisuuksia. Sitoutuminen seuratoimintaan on muuttunut lyhytaikaisemmaksi, mikä vaatii entistä parempaa johtamista sekä tiiviimpää toimijoiden koulutusta ja opastusta. Lisäksi toimijat haluavat juuri heidän senhetkiseen tilanteeseensa ja tarpeeseensa sopivia, räätälöityjä koulutuksia ja palveluja.

Vapaaehtoiset ovat edelleen tärkein seuratoiminnan resurssi. Heidän rinnalle tarvitaan puolestaan päätoimisia palkattuja seuratoiminnan ammattilaisia, esimerkiksi toiminnanjohtajia ja valmennuspäälliköitä, varmistamaan vapaaehtoisten jaksaminen. Alueella vallitsevan yleisen tarjonnan vuoksi seuroilta vaaditaan yhä enenevässä määrin ammattimaisuutta. Tätä ESLU tukee muun muassa Tj-, Pj-, Vp- ja Jojo-klubiensa avulla.

4.1 Toiminnan painopisteet

Keskeisimmät painopisteet seuratoiminnassa ovat metropolialueen liikunnan ja urheilun toimintaedellytysten kehittäminen paikallistasolla ja osaamisen kehittäminen.

Metropolialueen liikunnan ja urheilun toimintaedellytysten kehittämiseksi paikallistasolla:

- tarjotaan koulutusta ja neuvontaa

- lisätään yhteistyötä mm. osaamis- ja palvelukeskuksen kautta
- autetaan verkostoitumisessa kaikilla tasoilla

Osaamisen kehittämistä toteutetaan:

- varmistamalla, että perusasiat hallitaan seuroissa
- auttamalla seuratoimijoita tunnistamaan muutostarpeitaan
- tekemällä räätälöityjä koulutuksia ja seurakäyntejä
- kehittämällä klubien toimintaa ja toimintatapoja
- olemalla aktiivisesti mukana kehittämässä yhteisiä työkaluja osaamisen kehittämiseksi
- kartoittamalla lajiliittojen alueiden seuroille tapahtuva tarjonta ja tarpeet

4.2 Koulutus

ESLU järjestää seuratoiminnan hallinnon Seura-Akatemia-koulutuksia ja seuraseminaareja. Seminaarit täydentävät Seura-Akatemia-koulutuksia, jotka palvelevat seuratoimijoita ja antavat konkreettisia työvälineitä arkeen.

ESLUn klubitapaamisissa koulutetaan seurojen toimijoita, sillä he yhdessä vapaaehtoisten puheenjohtajien kanssa, vastaavat seuratoiminnan laadun kehittämisestä.

Lisäksi seuroja koulutetaan ja konsultoidaan toiminnan kehittämiseksi järjestämällä tilauskoulutuksia ja tekemällä kyselyjä käyttäen esimerkiksi Oman Seuran Analyysiä. Tilauskoulutuksia järjestetään seura-, lajiliitto- ja kuntakohtaisesti.

Kuntien, lajiliittojen ja niiden alueiden sekä seurojen koulutuspyynnöt räätälöidään tapauskohtaisesti toivomusten ja tarpeiden mukaisesti.

ESLU järjestää

- Seura-Akatemia-koulutuksia kuusi

- kertaan vuodessa, Seuraseminaareja kaksi kertaa vuodessa,
- Pj-klubin tapaamisia kaksi kertaa vuodessa,
- Tj-klubin tapaamisia kolme kertaa vuodessa,
- Vp-klubin tapaamisia kaksi kertaa vuodessa,
- Jojo-klubin tapaamisia kaksi kertaa vuodessa sekä
- tilauskoulutuksia, konsultointeja ja sparrauksia.

4.3 Klubitoiminta

Seurojen ammattimaista toimintaa ESLU tukee Tj-, Pj- ja Vp-klubien avulla sekä tiedottamalla ajankohtaista asioista verkkosivuilla ja sosiaalisessa mediassa.



Tj-klubi on kaikille ESLUn alueen seurojen päätoimisille palkatuille hallinnon työntekijöille tarkoitettu yhteistyö- ja keskustelufoorumi, joka kokoontuu kolme kertaa vuodessa. Kokoontumiset ovat koulutus- ja verkostoitumistilaisuuksia.



Pj-klubi puolestaan on seurojen puheenjohtajille tarkoitettu verkostoitumis- ja tapaamisfoorumi, joka kokoontuu kaksi kertaa vuodessa. Pj-klubi tarjoaa mahdollisuuden kohtaamisille, joissa vaihtaa ajatuksia ja käytännön kokemuksia seuratoiminnan johtamisesta.



Vp-klubin kohderyhmänä ovat alueen seurojen päätoimiset valmennuspäälliköt ja valmentajat. Vp-klubi kokoontuu kaksi kertaa vuodessa.

Uutena aloittaa Jojo-klubi, joka on tarkoitettu seurojen joukkueenjohtajille heidän osaamisensa lisäämiseksi. Jojo-klubi kokoontuu kaksi kertaa vuodessa.

ESLU tukee, konsultoi ja arvioi seuroja haku- ja palkkausprosesseissa. Lisäksi ESLU tukee seuraa ja työntekijää teemmällä seurakohtaisia konsultaatiokäyntejä, seuran haluamista teemoista.

Kunta- ja lajiliittoyhteistyötä kehitetään ja vahvistetaan niiden seurojen toiveiden ja tarpeiden mukaisesti, järjestämällä verkostotapaamisia sekä tilauskoulutuksia. Lisäksi ESLU osallistuu osaamis- ja palvelukeskustoimintaan, seurakehittäjien verkostotapaamisiin ja tekee seurakehitystyötä yhdessä Valon, lajiliittojen ja alueiden kanssa.

Yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi yhteistyötä tiivistetään entisestään kuntien, urheiluakatemioiden, koulutuskeskusten ja lajiliittojen kanssa.

4.4 Viestintä

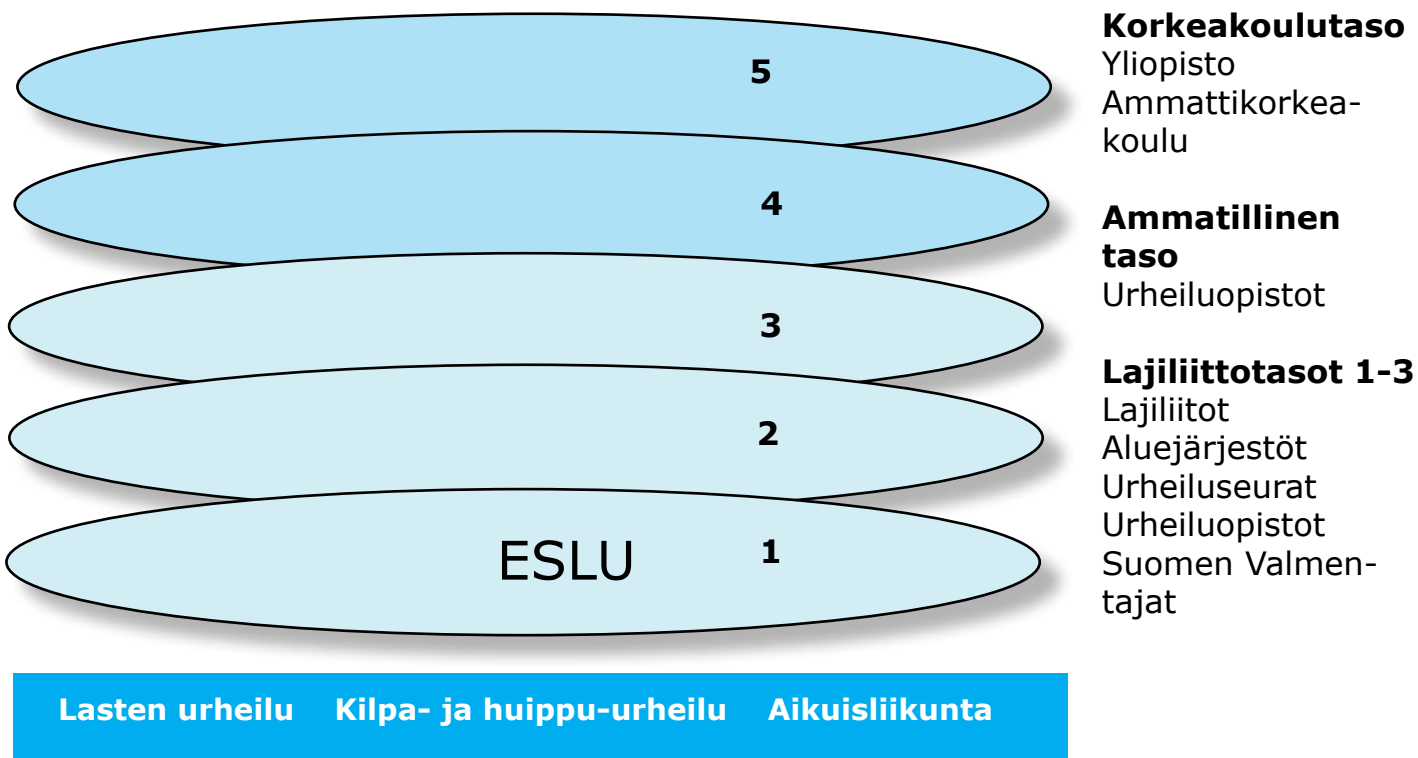
Seuratoiminnan tärkeimmät kohderyhmät ovat seurojen puheenjohtajat, hallitukset sekä palkatut työntekijät.

ESLU palvelee seuraverkostoaan välittämällä tietoa ja konsultoimalla muun muassa ajankohtaisista seurojen toimintaan liittyvistä asioista. Kaikilla seuratoimijoilla on mahdollisuus liittyä haluamilleen postituslistoille.

Lisäksi ESLU kertoo seuroille varainhankintamahdollisuuksista esimerkiksi Veikkauksen verkkokumppanuuden kautta.

ESLU toimittaa

- jäsenseuroille jäsentiedotteen neljä kertaa vuodessa sekä
- TJ-klubilaisille sähköisen TiedonJyvä-utiskirjeen neljä kertaa vuodessa.



Kuvio 4. Suomalaisen valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen rakenne.

5 Koulutus

1-tason valmentaja- ja ohjaaja-koulutus (VOK)	Lasten ja nuorten päivittäistä liikunnista tukevat koulutukset
• Kannustava valmentaja ja ohjaaja (3 h)	• Havainnosta liikkeeksi – Lasten motoristien taitojen havainnointi (3h)
• Ihmisen elinjärjestelmät ja harjoittelu (3 h)	• Esiopetusta liikunnan keinoin - toiminnallista esiopetusta liikkuen (6 h)
• Oppiminen ja opettaminen harjoitus-tilanteessa (3 h)	• Lastentanssin avaimet (3 h)
• Herkkyyskausien huomiointi harjoittelussa (3 h)	• Lastentanssi matkalla kohti koreografiaa (3 h)
• Liikunnallinen elämäntapa (3 h)	• Leikitellen luistimilla (3h)
• Taitoharjoittelu (3 h)	• Liikettä pihaleikkeihin (3 h)
• Psykkiset ja sosiaaliset ominaisuudet harjoittelussa (2 h)	• Liikkujaksi - innosta vähän liikkuvat onnistumaan (6 h)
• Fyysinen harjoittelu (7 h)	• Liikuntaa pienissä tiloissa (3 h)
• Eettinen harjoittelu (2 h)	• Nassikkapaini (3 h)
• Valmentajana ja ohjaajana kehittyminen (2 h)	• Pallotellen (3 h)
• Tunne- ja vuorovaikutustaidot valmennuksessa (2 h)	• Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset käytäntöön (6 h)
• Harjoittelun suunnittelu ja arviointi (3 h)	• Rytmikkäästi liikkuen (3 h)
Terve Urheilija -koulutukset	• Seikkailuliikuntaa (3-6 h)
• Nuoren kasvu ja kehitys (3 h)	• Sujuvasti suksilla (3h)
• Tytöt ja naiset urheilijoina (3 h)	• Temppuillen taitavaksi (3h)
• Tyypilliset urheiluvammat (3 h)	• Vekaravipellys - liikuntaa alle 3-vuotiaille (3 h)
Muut teemakoulutukset	• Virikkeitä liikkuviin leikkeihin (3 h)
• Lihashuolto (3/6 h)	• Välituntiliikunnan vertaisohjaajakoulutus (3 h)
• Urheiluteippauksen perusteet (3 h)	• Toiminnallisen oppimisen -koulutukset (3-4h)
• Kinesioteippaus (3 h)	• Eryistä tukea tarvitseva lapsi liikunnassa (14 h)
•	• Helposti liikkeelle - käytännön liikuntavinkkejä opettajille (3 h)
•	• Koululaiset liikkeelle (6 h)
•	• Liikunta kouluyhteisön tukena (2-3 h)
•	• Taitavaksi liikkujaksi - monipuolisuudella onnistumisiin (6 h)
•	• Liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutus (16 h)
•	• Liikuntakerhon ohjaajakoulutus (3-6 h)

Seuratoiminnan hallinnonkoulutus	1-tason ohjaajakoulutus (Liikuttaja)
Seura-Akatemia (3 h)	Liikuttajakoulutukset
• Työ- ja valmentajasopimukset	• Liikunta osana arkea (7 h)
• Turvallisuussuunnitelma	• Kestävyyskunto ja lihashuolto (7 h)
• Talous	• Lihaskunto ja liikehallinta (7 h)
• Seuran pelisäännöt	• Ravitsemuksen startti (7 h)
• Yritysyhteistyö	• Ohjaamisen startti (7 h)
• Rahalliset tukimuodot	• Kuntosalin startti (6,5 h)
• Markkinointi ja viestintä	• Toiminnallinen harjoittelu (7 h)
• Seuran hallinto	• Dynaaminen liikkuvuus (7 h)
• Seuran tukitoimet, arviointi ja kehittäminen	
• Seuran arviointi ja kehittäminen	
• Seuran johtaminen	
Seuraseminaari	
• Verotus	
• Seuran johtaminen	Virike- ja teemakoulutukset mm.
• Hyvä hallinto	• Musiikin lukutaito ohjauksen tukena
Vp-klubi ajankohtaisia aiheita seuran valmennuspäälliköille ja valmentajille	• Äänenkäyttö ja -huolto ohjauksessa
Tj-klubi ajankohtaisia aiheita seuran palkatuille hallinnon työntekijöille	• Juoksun ohjaaminen
Pj-klubi ajankohtaisia aiheita seuran johtamiseen	• Kuntotestaus
Jojo-klubi ajankohtaisia aiheita seuran joukkueenjohtajille	• Ikääntyminen ja liikunta
	• Senioritanssi tutuksi
	• Terveystieteiden huoltoon: Liikuntaneuvonta ja elintapaohjaus
Seurajohdon koulutuksia mm.	• Työyhteisöliikuntaan: Henkilöstön aktivointi ja työpäivän liikunnallistaminen
• Hyvän seuran hallinto (3h)	
• Hyvän seuran verotus (3h)	
• Hyvän seuran viestintä (3h)	
• Yhteisöllisyys ja ihmisten johtaminen hyvässä seurassa (3h)	
• Urheilun johtaminen hyvässä seurassa (3h)	

6 Markkinointi ja viestintä

Markkinoinnin ja viestinnän tehtävänä on tukea ESLUn strategisia valintoja ja tavoitteiden toteutumista sekä tuoda monipuolisesti esille ESLUn palveluja ja tarjontaa.

Markkinoinnin ja viestinnän avulla tuodaan esille liikunnan ja terveyden yhteiskunnallista merkitystä lasten, nuorten ja aikuisten liikunnan ja urheilun osalta, sekä kerrotaan toimialojen ajankohtaisista hankkeista.

Markkinointia ja viestintää suunnitellaan ja johdetaan strategian mukaisesti ja osaltaan sitä toteuttaa jokainen ESLUn työntekijä, kouluttaja ja luottamushenkilö.

ESLU seuraa ja on aktiivisesti mukana metropolialueen hankkeissa ja selvityksissä. ESLU toimii tiiviissä yhteistyössä Valon, KKI-ohjelman, kuntien ja muiden sidosryhmien kanssa.

5.1 Toiminnan painopisteet

Keskeisimmät painopisteet ovat metropolialueen liikunnan ja urheilun toimintaedellytysten kehittäminen paikallistasolla sekä ESLUn oman viestintäosaamisen kehittäminen ja monipuolistaminen.

Liikunnan ja urheilun toimintaedellytysten kehittämistä tuetaan vahvistamalla viestinnän keinoin ESLUn strategiaa, visiota ja missiota sekä tukemalla toimialojen painopisteitä.

Osaamisen kehittäminen kohdistuu markkinointiviestinnän monipuolisuuden lisäämiseen, mukaan lukien sosiaalinen media, sekä vuorovaikutuksen lisäämiseen asiakkaiden ja lajiliittojen kanssa.

5.2 Toimenpiteet

Markkinointiviestintää tehdään aina harkitusti ja kohdentaen. Kohderyhmille suun-

nattua markkinointia toteutetaan hyväksi todettuja viestintäkanavia käyttäen sekä toimialakohtaisen viestintäsuunnitelman mukaisesti.

Markkinointia toteutetaan omalla yhtenäisellä ilmeellä läpi toimialojen. Viestinnällään ESLU tavoittaa tuhansia seuratoimijoita.

Seuraverkostoaan ESLU palvelee tietoa välittämällä ja konsultoimalla muun muassa ajankohtaisissa seuratoimintaan liittyvissä asioissa.

Vuonna 2016 panostetaan:

- tunnettuuden vahvistamiseen ESLUn kohderyhmien, seurojen ja lajiliittojen suuntaan sekä
- uuden viestintästrategian työstöön

Juttuideoita tarjotaan harkinnan mukaan myös valtakunnallisille, alueellisille ja paikallisille tiedotusvälineille.

Markkinoinnin ja viestinnän onnistumista mitataan tapauskohtaisesti valituilla eri aikajänteiden mittareilla. Markkinoinnin onnistumista voidaan mitata myynnin kehityksellä tai kampanjakohtaisesti valituilla mittareilla.

Viestinnän tuloksia mitataan puolestaan ESLUn alueellisella urheiluseuratutkimuksella sekä Etelätuuli-verkkolehden lukijatutkimuksella.

Tutkimukset toteutetaan kahden vuoden välein.

5.3 Vuoden 2016 julkaisut

Julkaisu	Kohderyhmä	Julkaisutapa	Määrä ja levikki
ESLUn verkkosivut	Toiminnasta kiinnostuneet	www.eslu.fi	
Etelätuuli-verkkolehti	Verkkolehden jakelulistalla olevat henkilöt	verkkolehti.eslu.fi	11/vuosi 12 700 hlöä
Jäsentiedote	Jäsenseurat ja -järjestöt	Issuu.com	4/vuosi 500 hlöä
Tiedonjyvä	Seurojen palkatut työntekijät, Tj-klubilaiset	sähköinen uutiskirje + www.eslu.fi	4/vuosi 380 hlöä
Varhaiskasvatuksen liikunnan aluetiedote	Varhaiskasvatuksen henkilöstö	sähköinen tiedote	2/vuosi 2400 hlöä
Uutiskirje kouluikäisten liikuttajille	opettajat, aamu- ja iltapäivätoiminnan ohjaajat	sähköinen tiedote	2/vuosi 4000 hlöä
Uutiskirje Liikkujan Apteekkeille	Liikkujan Apteekit	sähköinen tiedote	2/vuosi 100 apteekkia

5.4 Koulutusten markkinointi

Koulutusten markkinointia jatketaan kohderyhmittäin. Markkinointia tehdään sähköisesti ja kehitystoimenpiteet käsitellään toimialakohtaisesti.

Toiminnan laadullisuutta ja osaamisen tasoa mitataan sähköisillä palautekyselyillä, joita tehdään koulutusten, seminaarien ja tapahtumien osallistujille.

5.5 Sosiaalinen media ja verkkosivut

Markkinoinnissa ja viestinnässä hyödynnetään sosiaalisen median kanavia.

Facebook mahdollistaa keskustelun ESLUn sidos- ja kohderyhmien kanssa, ja vuorovaikutusta pyritään lisäämään entisestään vuoden 2016 aikana.

Vuoden 2015 lopussa ESLUlla on tili seuraavissa kanavissa: Facebook, YouTube, Flickr, Prezi, Wikipedia ja Issuu.com. Uusia tilejä, kuten Instagram tai Twitter, avataan vuoden aikana, jos ne nähdään hyödyllisiksi ESLUn viestinnän ja markkinoinnin kannalta.

Verkkosivuja ylläpidetään sisältöä säännöllisesti tuottaen ja kehittäen. Verkkosivujen ja Etelätuuli-verkkolehden kävijämääriä seurataan Google Analytics -ohjelman avulla.

5.6 Asiakashallintajärjestelmä, CRM

CRM asiakashallintajärjestelmä mahdollistaa kohdennetun markkinointiviestinnän. Asiakasrekisterissä olevien yhteystietojen ajan tasalla pysyminen vaatii jatkuvaa päivitystyötä. Järjestelmää kehitetään edelleen käyttäjäystävällisempään suuntaan.

5.7 Helsingin Urheilutoimittajat

Yhteistyötä Helsingin Urheilutoimittajien (HUT) kanssa jatketaan edellisten vuosien tapaan. HUTin jäsenkirje lähetetään sähköisesti noin viisi kertaa vuodessa. ESLU lähettää jäsentiedotteen mukana omat terveisensä toimittajille.

7 Hallinto, henkilöstö ja talous

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

Operatiivisista toiminnoista vastaa toimistohenkilöstö. Operatiivisen toiminnan toimialueita ovat lasten ja nuorten liikunta, kunto- ja terveysliikunta sekä seura- ja järjestötoiminta. ESLUn palveluksessa työskentelee n. 10 henkilöä ja noin 30 oman toimen ohella (oto) toimivaa kouluttajaa. Aktiivisten kouluttajien määrä pyritään pitämään kohdallaan, jotta kysyntään pystytään vastaamaan laadullisesti hyvin. Tämän lisäksi eri hankkeissa ja tapahtumissa käytetään tarvittaessa ulkopuolisia palveluntarjoajia. Näillä ulkopuolisilla ostopalveluilla pyritään kustannustehokkaaseen toimintaan. ESLUn toimitilat siirtyvät loppuvuodesta 2015 Olympiastadionilta Hämeentielle, Helsingin Vallilaan.

Vuonna 2016 liikunnan aluejärjestöjen tiivis yhteistyö jatkuu. "Uusia resursseja paikallistason onnistumiseksi" -hanke eli URPO-hanke jatkaa toimintaansa kaikkien liikunnan aluejärjestöjen rahoittamana vuonna 2016. Nykypäätöksellä URPO-hanke jatkuu 31.12.2016 asti. Hankkeessa alueilla on yksi yhteinen työntekijä.

Strategia ohjaa ESLUn käytännön toimia ja valintoja. Toiminnan painopisteet arvioidaan vuosittain strategian mukaan. ESLU päivitti ja uudisti strategiansa vuonna 2015. Tässä strategiassa huomioidaan myös Suomalaisen liikunnan ja urheilun Visio2020. ESLU tekee Valon kanssa yhteistyötä yhteisesti sovittujen valintojen pohjalta, jossa ESLU on mukana yhteisten asioiden valmistelussa ja päätöksenteossa. Eteläisen alueen osaamis- ja palvelukeskusten rakentaminen käynnistyi

syksyllä 2015 ja ESLU on mukana prosessissa aktiivisesti. Hanke toteutetaan olemassa olevin resurssein.

ESLUn toimintatapoja ja palvelutuotteita kehitetään edelleen asiakaslähtöisesti. ESLU tuottaa jäsenilleen välineitä ja palveluita heidän arkeaan helpottavien ratkaisujen tuottamiseksi. Lisäksi huolehditaan henkilöstön ja asiantuntijaverkoston osaamisen kehittämisestä.

Talous

Tavoitteena on pitää ESLUn talous edelleen vakaalla pohjalla. Vuoden 2016 talousarvion toimintakulujen yhteissumma on 831 000 euroa. Talousarvio pohjautuu 520 000 euron valtion toiminta-avustukseen. Perustason koulutukset pidetään hinnoiltaan mahdollisimman edullisina, jotta seurojen osallistumiskynnys koulutuksiin on mahdollisimman alhainen. Erillisavustuksiin on talousarvioissa budjetoitu KKI – hanke, jonka osuudeksi on arvioitu 20 000 euroa KKI –toiminnan jalkauttamiseen Etelä-Suomessa. Hallitus täsmäyttää talousarvion alkuvuodesta, kun avustuspäätökset vahvistuvat.

ESLUn talousarvio vuodelle 2016		
Varsinainen toiminta		
Tuotot		
• Osanottomaksut	205 000	
• Palvelusopimustuotot	45 000	
• Muut tuotot	6 000	
Tuotot yhteensä	256 000	
Kulut		
Henkilöstökulut		
• Palkat ja palkkiot	370 000	
• Henkilösivukulut	100 000	
Henkilöstökulut yhteensä	470 000	
Muut kulut		
• Vuokrat	76 100	
• Ulkopuoliset palvelut	73 000	
• Matka- ja majoituskulut	82 500	
• Materiaalikulut	40 100	
• Muut toimintakulut	89 500	
Muut kulut yhteensä	361 200	
Kulut yhteensä	831 200	
Varsinaisen toiminnan kuluja jäämä	- 575 200	
Varainhankinta		
Tuotot		
• Jäsenmaksutuotot	35 200	
• Sopimustuotot	0	
• Ilmoitus- ja mainostuotot	0	
Tuotot yhteensä	35 200	
Kulut		
• Sopimuskulut	0	
• Ilmoitushankintakulut	0	
Kulut yhteensä	0	
Varainhankinta yhteensä	35 200	
Kuluja jäämä	-540 000	
Avustukset		
• Valtion toiminta-avustus	520 000	
• Erillisavustukset	20 000	
Avustukset yhteensä	540 000	
Tilikauden tulos	0	

8 Lähteet

Suomen Kuntaliitto 2015.

Tilastokeskus 2014.

Tilastokeskus 2015. Ennuste- ja rakennetaulukot.

Uudenmaanliitto 2015.

Valo 2014. Eettiset periaatteet. <http://www.sport.fi/arvokeskustelu/eettiset-periaatteet>

Valtion Liikuntaneuvosto 2013. Liikunnan kansalaistoiminta tutkimustiedon valossa. http://www.liikuntaneuvosto.fi/ajankohtaista/lausunnot/arkisto/liikunnan_kansalais-toiminta_tutkimustiedon_valossa.572.news