

Hyvää alkanutta syyskautta!

Keväällä 2017 Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU järjesti monia laadukkaita koulutustilaisuuksia valmentajille ja ohjaajille. Nyt on aika kääntää katseet kohti tulevaa syksyä. Syksyn koulutustarjonta on jälleen mittava. Olemme koonneet niistä jäsenseuroillemme koosteen jäsentiedotteeseemme. Lisäksi jäsentiedotteesta löydät tietoa ESLUn tapahtumista sekä ajankohtaisista asioista esimerkiksi aikuisten liikuntaan kohdistetuista Kunnossa Kaiken Ikää, KKI-avustusten hakemisesta.

Seuran hallintoon keskittyvät Seura-Akatemiat starttaavat jälleen syyskuun alussa. Syyskauden aikana järjestetään kolme koulutusta, joiden sisältö on suunniteltu seurojen ja seuratoiminnassa mukana olevien tarpeiden mukaisesti. Lokakuun [Seura-Akatemiassa](#) käsitellään varatuomari Olli Rausteen johdolla lasten ja nuorten urheilun oikeussääntöjä.

Mukaan ehtii myös valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen [VOK-superviikonloppuun](#), joka järjestetään Helsingissä 22.–23.9. VOK 1-tason koulutuksen tavoitteena on luoda valmentajille ja ohjaajille perusta yksittäisen harjoituskerran laadukkaaseen toteuttamiseen. Superviikonlopun aikana voi ilmoittautua joko kaikkiin tai yksittäisiin teemakoulutuksiin oman kiinnostuksen mukaan.

Miten ylläpitää toimintakykyä ja kehittää fyysisiä ominaisuuksia? Mitä tulee huomioida keski-ikäen ylittäneiden harjoittelussa ja ohjauksessa? Minkälaisia harjoituksia tulisi teettää ja kuinka usein? [50+ liikkujien ohjaajakoulutus](#) järjestetään 27.9. Aikuisliikunnan koulutuksiin on haettavissa koulutustukea KKI-ohjelmalta, joka kattaa jopa 80 % kuluista. Lisäksi KKI-hanketukihaku on juuri käynnistynyt. Hakuaika on 1.–30.9. Tutustu ohjeisiin [tästä](#).

Syksyn [seuraseminaarissa](#) 27.–28.10. käydään läpi seuratoiminnan ta-
loutta ja muutosjohtamista. Onhan seurassanne huomioitu uudistettu kirjanpitolainsäädäntö? Mitä uudistus tarkoittaa käytännössä? Entä miten seuraa johdetaan muutostilanteissa? Seminaarin asiantuntijoina ovat Tilin-
tarkastustoimisto Auditorin osakas **Jukka Hämäläinen** ja Faros Groupin partneri **Ilkka Wäck**.

ESLUn koulutuksissa laadukkaan sisällön lisäksi merkittävä rooli on eri lajien ja toimijoiden kohtaaminen ja vuorovaikutus. Muista myös, että kaikkia ESLUn koulutuksia on mahdollista tilata seurallasi räätälöitynä, teille sopivaan ajankohtaan.

Nähdään ESLUn tilaisuuksissa!

Terveisin,

Päivi Ahlroos-Tanttu

Toiminnanjohtaja



Kuva: Liikunnan aluejärjestöjen kuvapankki/
Tero Takalo-Eskola

ESLUn tapahtumia ja koulutuksia syksyllä 2017:

Syyskuu

[9.-10.9.2017 Liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutus](#)

[14.9.2017 Kinesioteippauksen perusteet](#)

[22.-23.9.2017 VOK-superviikonloppu \(I\)](#)

[27.9.2017 50+ liikkujien -ohjaajakoulutus](#)

[27.9.2017 Lastentanssin avaimet](#)

[28.9.2017 Urheiluteippauksen perusteet](#)

Lokakuu

[4.10.2017 Vekaravipellys](#)

[5.10.2017 Seura-Akatemia: Oikeussäännöt lasten ja nuorten urheilussa](#)

[7.10.2017 VOK-1: Taitoharjoittelu + Oppiminen ja opettaminen harjoitustilanteessa](#)

[11.10.2017 Liikuntaa pienissä tiloissa](#)

[24.10.2017 VOK-1: Herkkyyskausien huomiointi harjoittelussa](#)

[25.10.2017 Nassikkapaini](#)

[26.10.2017 HighRoller-ohjaajakoulutus](#)

[27.-28.10.2017 Seuraseminaari: Seuratoiminnan johtaminen, Viking XPRS](#)

[28.10. VOK-1: Psyykkiset ja sosiaaliset ominaisuudet + Tunne- ja vuorovaikutustaidot + Eettinen valmennus](#)

[28.-29.10.2017 Liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutus](#)

Marraskuu

[1.11.2017 Liikuntaleikkejä aikuisille](#)

[8.11.2017 Lastentanssi matkalla kohti koreografiaa](#)

[17.-18.11.2017 VOK-superviikonloppu \(II\)](#)

[21.11.2017 Kinesioteippauksen perusteet](#)

[22.11.2017 Seura-Akatemia](#)

[23.11.2017 Aikuisliikunnan ohjaajille: Tervetuloa liikuttajaksi -koulutus](#)

[29.11.2017 Tervetuloa ohjaajaksi! \(lasten ohjaajille\)](#)

Joulukuu

[13.12.2017 Tj-klubi, Viking XPRS](#)

ESLU pidättää oikeuden muutoksiin.



Seuraseminaari 27.–28.10.2017: Seuratoiminnan talous ja muutosjohtaminen

- Onko seurassanne jo laadittu tilinpäätökset uusien kirjanpitosäännösten mukaisesti?
- Onko seuranne tiedossa, että toimintakertomus ei ole enää osa tilinpäätöstä?
- Miten yhdistät joukkueen/jaostojen talousasiat seuran taloushallintoon?
- Millaisia muutoksia uusi lainsäädäntö tuo seuran käytännön asioihin?
- Mitä muutoksen läpiviennistä tulisi ymmärtää?
- Miten ihmisiä ohjataan, kun toinen innostuu ja toinen kieltää muutokset?



Tule seuraseminaariin etsimään vastauksia edellä mainittuihin kysymyksiin sekä kuulemaan ja oppimaan, mitä uudistettu kirjanpitolainsäädäntö tarkoittaa käytännössä. Illan aikana kuulemme kokemuksia haasteellisimmista tulkintaa vaativista ratkaisuista tilinpäätöksen laadinnassa ja tutustumme käytännön esimerkkeihin. Talousasioiden lisäksi keskitymme muutosjohtamiseen. Miten muutokset viedään läpi ja miten johtaa muutosta?

Seminaarin asiantuntijoina ovat Tilintarkastustoimisto Auditorin osakas **Jukka Hämäläinen** ja Faros Groupin partneri **Ilkka Wäck**.

Seuraseminaari järjestetään **27.10.–28.10.2017** Viking XPRS:llä ja Tallinnassa Solo Sokos Hotel Estoriassa. Tarkemman ohjelman löydät [tästä](#).



Kuva: Kuvatapio

Ilmoittautuminen ja hintatiedot

Jäsen (ESLU/PHLU)	Muut
1 hh 310 € / 2 hh 255 €	1 hh 355 € / 2 hh 300 €

Ilmoittaudu mukaan [ESLUn verkkosivuilla](#).

Ilmoittaudu mukaan **2.10.2017 mennessä**. Toimi nopeasti sillä, mukaan mahtuu 45 ensimmäistä ilmoittautumisjärjestyksessä.

Lisätietoja: seuratoiminnan kehittäjä Kari Ekman, puh. 050 407 7119



Tule oppimaan ja kehittämään itseäsi valmentajana ja ohjaajana VOK-superviikonloppuihin!

Ensimmäisen tason valtakunnallinen valmentaja- ja ohjaajakoulutus (VOK-1) tarjoaa valmentajille ja ohjaajille, seuroille sekä lajiliitoille mahdollisuuden kehittää valmennusosaamistaan alueellisesti lähellä omaa toimintaympäristöään. Tavoitteena on luoda valmentajille ja ohjaajille perusta harjoitusten laadukkaaseen toteuttamiseen.



Koulutuskokonaisuus (50 h) koostuu 10–12 teemakoulutuksesta sekä niihin liittyvistä oppimistehtävistä. Koulutus on rakennettu yhteistyössä Olympiakomitean kanssa. Valmentaja ja ohjaaja -koulutuksessa osallistujat voivat erikoistua joko lasten ja nuorten liikunnan tai aikuisliikunnan ohjaamiseen.

Lisätietoja VOK-1 koulutuskokonaisuudesta löydät [täältä](#).

ESLUsta verkkolaskut

Jos seuranne pystyy vastaanottamaan verkkolaskuja, pyydämme toimittamaan verkkolaskuosoitteenne sähköpostilla taloussihteerillemme: [stina.koivisto\(at\)eslu.fi](mailto:stina.koivisto(at)eslu.fi)

Seuran yhteystiedot ajan tasalle!

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

Taloudellista tukea Kunnossa kaiken ikää -ohjelmalta - Hanketuen hakuaika on nyt!



KKI

1) Hanketuki

KKI-ohjelma jakaa taloudellista tukea paikallisille toimijoille, jotka järjestävät aloittelijoille sopivaa liikuntatoimintaa sekä kehittävät keinoja houkutella terveytensä kannalta liian vähän liikkuvia työkäisiä säännöllisen liikuntaharrastuksen pariin.

Hanketukea voi hakea kahdesti vuodessa: maaliskuussa (1.-31.3.) ja syyskuussa (1.-30.9.). Hanke voi saada avustusta vain kerran vuodessa eli joka toisella hakukierroksella.

2) Koulutustuki

Koulutustuki tarjoaa seuroille kustannustehokkaan tavan laajentaa palveluitaan sekä kehittää ohjaajiansa osaamista. Tuki on tarkoitettu ohjaajille, liikuntavastaaville ja liikuntaneuvojille mahdollistamaan osallistuminen koulutuksiin, jotka edistävät matalan kynnyksen liikuntaryhmien toimintaa tai muuten kannustavat terveytensä kannalta liian vähän liikkuvia työkäisiä säännöllisen liikunnan pariin. Koulutustukea voivat hakea ohjaustoimintaan kaikki rekisteröidyt yhteisöt, myös kunnat ja yritykset.

Lisätietoja KKI-avustuksista löydät täältä.

Tiedustelut: [merja.palkama\(at\)eslu.fi](mailto:merja.palkama(at)eslu.fi)



Kuva: Liikunnan aluejärjestöjen kuvapankki/
Tero Takalo-Eskola

ESLUn jäsenyys kannattaa

ESLUn tilaisuudet ovat avoimia, mutta jäsenet ovat oikeutettuja etuihin!

Jäsenetuina muun muassa:

- **Neuvontapalvelut:** annamme neuvontaa mm. taloushallintoon, viestintään, varainhankintaan, seurakehitysohjon ja lainsäädäntöön liittyvissä kysymyksissä.
- **Maksuton seurakäynti** (etu on käytettävä 6 kuukauden sisällä liittymisestä). Seurakäynnin (3 h) arvo on 360 euroa.
- **Seuratoiminnan kehittäjän maksuton apu** seuran ensimmäisen Oman seuran analyysin purussa sekä jatkotoimenpiteiden suunnittelussa. Oman seuran analyysi on seurojen käytössä oleva ilmainen ja helpokäyttöinen kysely, jonka avulla kartoitetaan seuran toimivuutta.
- **Vastikkeeton lakiasianeuvonta** (puhelut puheenjohtajan tai toiminnanjohtajan toimesta). Neuvontaa antaa asianajaja Teppo Laine, Asianajotoimisto Legistum Oy, puh. 020 742 4469.
- **ESLUn ansiomerkit** – Mahdollisuus seuratoimijoiden palkitsemiseen ansiomerkkijärjestelmän kautta.

Edut ESLUn koulutuksista:

- **Seura-Akatemia-koulutuksiin** kaksi henkilöä yhden hinnalla (samasta seurasta/järjestöstä).
- **Seuraseminaarien** osallistumismaksut erikoishintaan.
- **Pj-klubi** maksutta jäsenseurojen puheenjohtajille.

Jäsenmaksu on 110 euroa vuodelle 2017.

Tarkemmat tiedot jäseneduista löydät täältä.



Tilauuskoulutukset seuroille, järjestöille ja kunnille

Kaikkia ESLUn koulutuksia saa myös tilauksesta tarpeiden mukaan räätälöityinä. Ota rohkeasti yhteyttä niin suunnitellaan juuri sinun tarpeisiisi sopiva koulutus! Pohdi myös mahdollisuutta järjestää tilauuskoulutus yhteistyössä muiden seurojen kanssa.

Kiinnostuitko? Kysy lisää tilauuskoulutuksista!

Seuratoiminnan koulutukset

seuratoiminnan kehittäjä Kari Ekman, puh. 050 407 7119.

Lasten ja nuorten liikunnan koulutukset

nuorisopäällikkö Tarja Nieminen, puh. 0400 894 559.

Aikuisliikunnan koulutukset

kunto- ja terveystiikunnan kehittäjä Merja Palkama, puh. 040 595 4195.

Sähköpostiosoitteet ovat muotoa etunimi.sukunimi@eslu.fi.



ESLU – alueensa asiantuntija

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU on monipuolinen seura- ja liikuntatoiminnan edistäjä ja yhteistyön koordinoija. ESLU kehittää toimintaansa alueellaan olevien tarpeiden mukaan toimien edunvalvonta-, yhteistyö-, kehitys- ja palveluorganisaationa. Toiminnan keskeisenä painopisteenä on seura- ja kansalaistoiminnan elinvoimaisuuden tukeminen ja vahvistaminen. Tavoitteena on edistää seurojen ja muiden paikallistason liikuntatoimijoiden onnistumisen edellytyksiä.

Seura- ja liikuntatoimintaa edistetään kohtaamalla vuosittain yli 21 000 henkilöä! ESLUn koulutukset tarjoavat valmentajille ja ohjaajille, seuroille sekä lajiliitoille mahdollisuuden kehittää osaamistaan lähellä omaa toimintaympäristöään.

ESLUn toiminta ja palvelut on kohdistettu toimialoittain:

- lasten ja nuorten liikuntaan,
- aikuisten kunto- ja terveysliikuntaan sekä
- seura- ja järjestötoimintaan.

ESLUn henkilöstön yhteystiedot

Sähköpostiosoitteet ovat muotoa etunimi.sukunimi(at)eslu.fi

Ahroos-Tanttu Päivi

toiminnanjohtaja
puh. 040 716 1355

Ahtiainen Heidi

koulutusassistentti
puh. 045 7731 1002

Ekman Kari

seuratoiminnan kehittäjä
puh. 050 407 7119

Koivisto Stina

taloussihteeri
puh. 045 232 0110

Koivumäki Minttu

markkinoinnin ja viestinnän suunnittelija
puh. 045 7732 4632

Laakso Isa

koulutusassistentti
puh. 040 450 1950

Nieminen Tarja

nuorisopäällikkö
puh. 0400 894 559

Palkama Merja

kunto- ja terveysliikunnan kehittäjä
puh. 040 595 4195

Sivonen Sari

lasten ja nuorten liikunnan kehittäjä
puh. 040 544 7771

Särkelä Juhana

markkinoinnin ja viestinnän suunnittelija
puh. 050 365 3665

Toimiston yhteystiedot:

Hämeentie 103 E,
00550 HELSINKI
puh. 040 451 3294
www.eslu.fi

