Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu

Toiminta- ja talous-suunnitelma 2027



ESLU - Liikunnan ja urheilun laadukkain asiantuntija alueellaan

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU on monipuolinen vuonna 1993 perustettu yli laji- ja kuntarajojen toimiva seura- ja liikuntatoiminnan edistäjä ja yhteistyön koordinoija. ESLU kehittää toimintaansa alueellaan olevien tarpeiden mukaan toimien edunvalvonta-, koulutus-, yhteistyö-, kehitys- ja palveluorganisaationa.

ESLU edistää seura- ja liikuntatoiminnan edellytyksiä kohtaamalla vuosittain noin 20 000 henkilöä!

Sisällys

Liikunnan ja urheilun asiantuntija 4
ESLUn toiminta-alue 7
ESLUn koulutus- ja verkostotoiminta 9
Elinvoimainen seuratoiminta 10
Koulutustoiminta 11
Hankkeet seuratoiminnassa 13
Päivittäisen liikkeen lisääminen 14
Lapset ja nuoret 14
Aikuiset 17
Kuntien liikuntatoiminnan tukeminen 19
Markkinointi ja viestintä 20
Hallinto ja talous 22

Liikunnan ja urheilun asiantuntija

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU on monipuolinen yli laji- ja kuntarajojen toimiva seura- ja liikuntatoiminnan edistäjä ja yhteistyön koordinoija. ESLU kehittää toimintaansa alueellaan olevien tarpeiden mukaan toimien edunvalvonta-, yhteistyö-, kehitys- ja palveluorganisaationa. Keskeisenä painopisteenä on seura- ja kansalaistoiminnan elinvoimaisuuden tukeminen ja vahvistaminen. Tavoitteena on edistää seurojen ja muiden paikallistason liikuntatoimijoiden onnistumisen edellytyksiä. Toimialueina ovat lasten ja nuorten liikunta, aikuis- ja terveysliikunta sekä seuratoiminta.

ESLU sitoutui toiminnassaan Liikunnan aluejärjestöjen tavoiteasiakirjaan, joka on allekirjoitettu opetus- ja kulttuuriministeriön liikunnan vastuualueen kanssa. Asiakirja määrittää ja tekee näkyväksi ministeriön kanssa sovitut painopistealueet tulevalle toimikaudelle:

- Päivittäisen liikkeen lisääminen
- Elinvoimaisen seuratoiminnan ja liikunnan harrastamisen tukeminen
- Kuntien liikuntatoiminnan tukeminen



Yhteistyö

Yhteistyön lisääminen sekä liikunta- ja urheilutoimijoiden osaamisen kehittäminen ovat tärkeitä osia paikallistason toiminnan tukemisessa. ESLU tuottaa ja kehittää liikuntapalveluja laajan yhteistyöverkoston kanssa.

Yhteistyötahoja ovat

- Suomen Liikunnan Alueet ry sekä muut liikunnan aluejärjestöt,
- opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM), Lupa- ja valvontavirasto (LVV)
- Suomen Olympiakomitea, Suomen Paralympiakomitea, Finlands Svenska Idrott (FSI), Suomen urheilun eettinen keskus, SUEKin
- Liikkuvat-kokonaisuus
- Uudenmaan liitto
- alueen urheiluseurat ja lajiliitot
- urheiluakatemiat ja -opistojen, esim. Kolmen kampuksen urheiluopisto
- alueen kunnat ja hyvinvointialueet
- muut liikuntaa edistävät järjestöt sekä kansalaisjärjestöt.

Yhteistyötä jatketaan Asianajotoimisto Legistumin, Viking Linen, Sokos Hotellien sekä Helsingin Urheilutoimittajien (HUT). ESLU jatkaa jäsenenä Suomen Liikunnan Alueet ry:ssä.

Lisäksi ESLU on mukana kumppanuustyössä, jossa liikunnallista elämäntapaa edistävien järjestöjen tavoitteet ovat liikunnallisen elämäntavan edistämisen äänen varmistaminen yhteiskunnassa sekä liikuntaa edistävien järjestöjen yhteistyön kehittäminen.

Vastuullisuus

ESLU on sitoutunut koko urheiluyhteisön reilun pelin ihanteisiin ja tavoitteisiin, joissa keskeinen periaate on jokaisen tasavertainen mahdollisuus liikuntaan ja urheiluun. ESLU haluaa omalla toiminnallaan ja esimerkillään kannustaa liikunta- ja urheiluseuroja kehittämään toimintaansa eettisesti ja vastuullisesti. Vastuullisuusteemat näkyvät myös ESLUn järjestämissä koulutuksissa ja tapahtumissa.

ESLUn vastuullisuusohjelma on rakennettu seuraavista osa-alueista:

Toimiva hallinto ja johtaminen	**Turvallinen toiminta**
Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo	**Ympäristönsuojelu ja kestävä kehitys**

Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit
Vastuullisuusohjelmana kirjatut toimenpiteet toteutuvat.	Seurataan vastuullisuusohjelman toteutumista sekä viestitään liikunta- ja urheiluyhteisön vastuullisuusohjelman sisällöistä sekä valtakunnallisista kampanjoista.	Toimenpiteet toteutuvat, kyllä/ei

Toiminnan seuranta ja arviointi

ESLUssa tehdään seurantaa ja arviointia oman toiminnan kehittämiseksi ja vastuuvelvollisuuden täyttämiseksi. Seurannan mittareina ovat muun muassa toteutuneet tilaisuudet, kohtaamiset ja osallistujamäärät. Toimintaa tarkastellaan ja dokumentoidaan muun muassa säännöllisesti järjestettävissä viikkopalavereissa. ESLU ottaa käyttöön liikunnan aluejärjestöjen yhteisen toiminnan seurannan työkalun, jota pilotoitiin edellisen vuoden aikana.

Toimintamme laadun varmistamiseksi tilaisuuksista kerätään palautteita, joiden pohjalta kehitetään tilaisuuksien sisältöjä ja tapahtumia. Palautteet välitetään kouluttajille ja asiantuntijoille, jotta heillä on mahdollisuus hyödyntää sitä tilaisuuksien ja oman osaamisen kehittämisessä. ESLUlla on käytössä myös Rajattomasti liikuntaa -tietokanta, josta saadaan liikunnallista elämäntapaa ja toimintakykyä ilmaisevia indikaattoreita kuntakohtaisesti. Viestinnässä tarkastellaan muun muassa verkkosivujen kävijämääriä ja käyttäytymistä, sosiaalisen median julkaisujen kattavuutta, uutiskirjeiden tavoittavuutta ja näiden tuomia reaktioita.

Seurannalla ja arvioinnilla tarkastellaan ja varmistetaan toimintamme tehokkuutta ja tuloksellisuutta. Toimenpiteiden avulla havaitaan toiminnan vahvuudet ja kehittämiskohteet. Toiminnassa huomioidaan myös koko yhteiskuntaa kohdistuvat äkilliset muutokset.



ESLUn toiminta-alue

ESLUn toiminta-alue muodostuu 29 eteläsuomalaisesta kunnasta. Uudellamaalla asuu noin 1,8 miljoonaa asukasta eli noin 31 prosenttia Suomen väestöstä. Lisäksi ESLUn alueella toimii neljä hyvinvointialuetta (Itä-Uusimaa, Keski-Uusimaa, Länsi-Uusimaa sekä Vantaa ja Kerava) ja Helsinki.

> **Alueen ominaispiirre:** Tilastokeskuksen väestöennusteen mukaan vuoteen 2040 mennessä Uudenmaan väestö kasvaa yli 200 000 henkilöllä. Helsinki ympäristöineen on tällä hetkellä yksi Euroopan nopeimmin kasvavista kaupunkiseuduista ja muodostaa Suomen ainoan suurkaupunkialueen.
>
> Uudenmaan väestö on vanhentunut viime vuosina selvästi, ja joka viides uusimaalainen on yli 65-vuotias. Väestörakenteen vanhenemista ja huoltosuhteen heikkenemistä hillitsee kasvava maahanmuutto. Yli puolet Suomen vieraskielisistä (56 %) asuu jo Uudellamaalla. (Uudenmaan liitto 2026).

Vain viidesosa suomalaisista liikkuu riittävästi hyvinvoinnin ja terveyden kannalta. Liikkumattomuus aiheuttaa lisäkustannuksia terveydenhuollon suorissa kustannuksissa, menetettyinä työpanoksina, ikääntyneiden hoivakuluina, syrjäytymisenä sekä sosiaalietuuksien kasvuna. Liikkumattomuus aiheuttaa Suomessa vuosittain yli 3 miljardin euron kustannukset. Lisäksi se lisää riskiä useille kansansairauksille, kuten tyypin 2 diabetekselle ja sydän- ja verisuonisairauksille. (UKK-instituutti). Määrä kasvaa ellemme lisää yhteisesti liikettä eri kohderyhmissä.

Alueen moninaisuus asettaa haasteita toiminnallemme, koska alueemme kuntien toiminta ja toiminnot ovat hyvin erilaisia. ESLU tukee alueensa seuroja ja kuntien eri toimialoja jakamalla asiantuntijuuttaan liikunnan ja urheilun saralla.

Yli kolmannes seuroista ja seuratoiminnan vapaaehtoisista toimii ESLUn alueella. Seuratoiminnan turvaamiseksi vapaaehtoistoiminta on saatava vetovoimaisemmaksi. Sitoutuminen toimintaan on muuttunut lyhytaikaisemmaksi, mikä aiheuttaa haasteita johtamiselle ja luo uutta koulutustarvetta. Lisäksi toiminnan tueksi tarvitaan palkattuja ammattilaisia seurakehitystyöhön. Seuroissa keskeisiä tulevaisuuden kehityssuuntia ovat muun muassa väestön ikääntyminen ja monikulttuuristuminen sekä terveys- ja hyvinvointitietoisuus (Koskinen & Mäenpää 2018). Haasteena seuratoimijoiden kohtaamisessa on kilpailu ihmisten ajasta. Seurojen elinvoimaisuuden tukemiseksi ESLU kouluttaa, kehittää ja konsultoi seuroja vastaamaan liikunnan ja urheilun yhä vaativampiin odotuksiin.

Metropolialueen erityispiirteet tuovat haasteita myös lasten ja nuorten liikunnan suunnittelu-, kehittämis- ja toteutustyöhön. Liikunnan määrän väheneminen, yksipuolistuminen ja harrastuskustannusten nousu ovat suuria haasteita liikkeen lisäämisen näkökulmasta.

ESLUn alueella on noin 1 272 päiväkotia ja ryhmä-/perhepäivähoitoa, 519 perusopetuksen oppilaitosta, 66 lukiota, 37 ammatillista oppilaitosta, kuusi (6) ammattikorkeakoulua sekä neljä (4) yliopistoa (Tilastokeskus, liikkuvakoulu.fi).

ESLUn alueella on

29 kuntaa

1,8 milj. asukasta
- 31 % Suomen väestöstä.
- Väestöennusteen mukaan asukkaita vuonna 2045 lähes 2,2, miljoonaa.

3 500 urheiluseuraa

150 000 vapaaehtoista seuratoimijaa

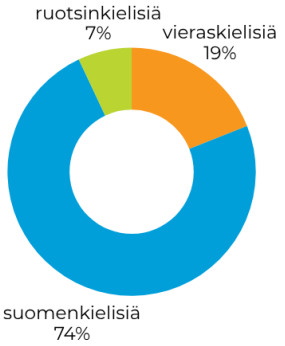


Itä-Uusimaa
Väestö: 76 589
Väestöllinen huoltosuhde: 68 %
Vieraskielisten osuus: 8 %

Länsi-Uusimaa:
Väestö: 100 449
Väestöllinen huoltosuhde: 71 %
Vieraskielisten osuus: 7 %

Pääkaupunkiseutu:
Espoo, Helsinki, Vantaa
Väestö: 1 266 471
Väestöllinen huoltosuhde: 47 %
Vieraskielisten osuus: 23 %

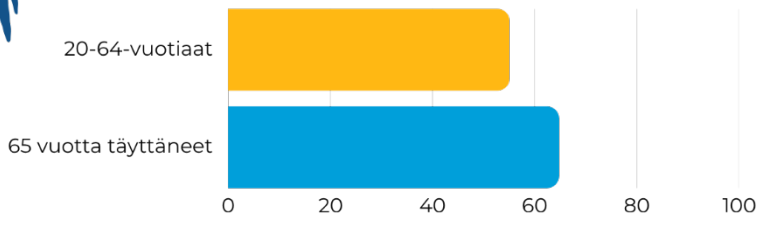
Väestöstä on



Kaikista Suomen vieraskielisistä **56 %** asuu Uudellamaalla.

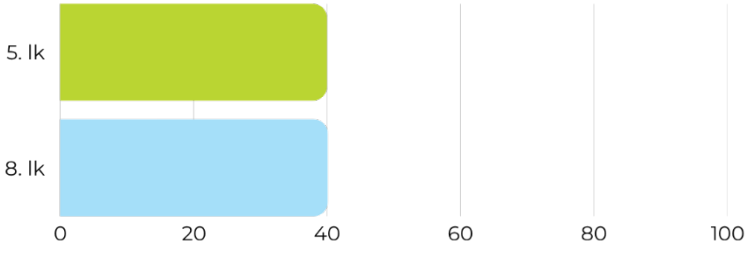
Ennusteiden mukaan Uudenmaan vieraskielisten määrä kasvaa jopa 700 000 vuoteen 2040 mennessä.

Liian vähän liikkuvien osuus ikäryhmittäin



Lähde: Rajattomasti liikuntatietoa

Heikko fyysinen toimintakyky 5. ja 8. luokalla



Lähde: Move!-mittaustulokset

ESLUn koulutus- ja verkostotoiminta

Koulutustoiminta on ESLUn keskeinen tuki paikallistasolle. Keskeisenä painopisteenä on seura- ja kansalaistoiminnan elinvoimaisuuden vahvistaminen sekä Liikkuvat toimintojen jalkautumisen tukeminen.

ESLU kouluttaa, tukee sekä konsultoi toimijoita vastaamaan liikunnan ja urheilun yhä vaativampiin odotuksiin. Koulutuksia ja tapahtumia järjestetään avoimina, seminaareina sekä räätälöityinä tilauskoulutuksina. Yksi tärkeimmistä toimintatavoistamme on myös verkostot, joita järjestämme jokaisella toimialalla kohderyhmittäin. Lisäksi tarjonnassa on webinaareja ja hybridikoulutuksia. ESLU tekee yhteistyötä myös tutkintoon mahdollistavien oppilaitosten kanssa.

Tavoitteenamme on laadukkaat tapahtumat ja koulutukset, joten kehitystyö on tärkeä osa ESLUn koulutustoimintaa. Kehitämme koulutusten aiheita ja räätälöimme sisältöjä seuraamalla muun muassa ajankohtaisia aiheita, muuttuvaa toimintaympäristöä ja digitalisaation kehittymistä sekä keräämällä koulutuspalautteita. Toimintavuoden tavoitteena on parantaa ESLUn edellytyksiä järjestää myös ruotsin kielistä koulutusta.

ESLUn järjestämiä verkostoja:

- Seuratoimijoiden verkosto
- Varhaiskasvatuksen liikuntakoordinaattoriverkosto
- Liikkuva koulu -verkosto
- Pienten lasten liikuttajien verkosto
- Liikkuva opiskelu -verkosto
- Liikuntaneuvojien verkosto
- Työyhteisöverkosto
- Kuntaverkosto

Elinvoimainen seuratoiminta

ESLUn tavoitteena on laadukkaasti toimiva liikunta- ja urheiluseura. Seuratoiminnan lähtökohtana on seuran tahtotila, paikallinen näkökulma, kulttuuri, olosuhteet ja toimintaympäristö. Seurojen elinvoimaisuuden tukemiseksi ESLU kouluttaa, kehittää ja konsultoi seuroja vastaamaan liikunnan ja urheilun yhä vaativampiin odotuksiin. Tärkein tehtävä seuratoiminnan toimialalla on varmistaa, että seuroissa hallitaan yhdistystoiminnan perusasiat. Seura- ja kuntayhteistyötä kehitetään vahvistamalla verkostoja ja järjestämällä koulutuksia sekä kohtaamalla seuratoimijoita. Kehitystyötä tehdään yhdessä eri yhteistyöverkostojen kanssa.

Lasten ja nuorten omatoimisen ja organisoidun liikunnan harrastamisen tukeminen on myös yksi tehtävistämme. Toiminnassa yhdistyvät lasten ja nuorten kuuleminen harrastustoiveista, olemassa olevien hyvien käytäntöjen ja toimintatapojen jakaminen sekä kunnan ja seurojen välinen yhteistyö. Edistämme liikunnan harrastamisen mahdollisuuksia järjestämällä koulutuksia ja verkostotapaamisia sekä osallistumalla eri harrastamisen verkostotilaisuuksiin. Lisäksi teemme yhteistyötä liikuntaharrastuksia tuottavien tahojen kanssa.

Tavoitteiden saavuttamiseksi vahvistetaan kuntayhteistyötä jalkautumalla kuntien seurafoorumeihin ja viemällä koulutuksia lähemmäksi seuroja. Alueen seuroille tarjotaan sovittelupalvelua sekä tukea ristiriitatilanteiden ennaltaehkäisyyn.

Toimintaympäristön muutokset

Yhteiskunnan muutokset, muuttuva toimintaympäristö ja digitalisaatio asettavat seuratoiminnalle uusia mahdollisuuksia ja haasteita. Erityisesti tekoäly muokkaa työntekemisen tapoja ja myös liikunta- ja urheiluseurat tarvitsevat uutta osaamista muutoksessa.

Yli kolmannes Suomen seuroista ja seuratoiminnan vapaaehtoisista toimii ESLUn alueella. Vapaaehtoisten lisäksi seuratoiminnan tueksi tarvitaan palkattuja ammattilaisia toiminnan kehittämiseksi. Seura-ammattilaisten tukemiseksi ESLU tarjoaa toimintavuoden aikana verkostoja, sparrauksia ja koulutuksia. On tärkeä varmistaa, että jokainen seuratoimija pysyy mukana ja saa mahdollisuuksia oppia ja laajentaa verkostojaan.

Lisäksi ESLU nostaa esille seuratoiminnan vaikuttavuutta ja merkityksellisyyttä koko yhteiskunnassa. Seuratoiminnassa korostuvat entistä enemmän monikulttuurisuus, moninaisuus ja vastuullisuus. Ihmisoikeuskysymykset, ympäristönsuojelu, toiminnan eettisyys ja kestävät ratkaisut vaativat jatkuvaa, tietoista ja arvopohjaista työtä. Myös varainhankinta, johtaminen, vapaaehtoisten mukaan saaminen ja hyvinvointi sekä vaikuttava viestintä nousevat entistä tärkeämpään rooliin seurojen arjessa. Näihin kysymyksiin ja teemoihin ESLU tarjoaa koulutusta, kohtaamisia ja tukipalveluja.

Elinvoimainen seuratoiminta		
Tavoite	**Toimenpiteet**	**Mittarit**
Seurojen johtaminen ja seuratoimijoiden osaaminen vahvistuvat.	Koulutukset seuratoimijoille, työntekijöille, vapaaehtoisille, ohjaajille ja valmentajille. Seurakohtainen sparraus ja kehittämisprosessien tukeminen sekä Tähtiseura-auditoinnit.	Kahdeksan (8) koulutusta, joista kaksi (2) Helsingin ulkopuolella. Nämä sekä vastuullisuuteen liittyvät koulutukset, 250 osallistujaa.
Seurat kehittävät vastuullista, yhdenvertaista ja turvallista toimintakulttuuria.	Vastuullisuuskoulutukset ja -viestintä, yhdenvertaisuus- ja tasa-arvotyö (Kaikille kuuluva seura -hanke). Sovittelupalvelu ja haastavien tilanteiden tuki.	Kaksi (2) vastuullisuuteen (turvallinen toimintaympäristö ja yhdenvertaisuus) liittyvää avointa koulutusta.
Seurojen välinen yhteistyö ja verkostoituminen vahvistuvat.	Seuratoimijoiden verkosto, lajiliittoyhteistyö ja muu verkostoyhteistyö.	Kolme (3) verkostoa, 60 osallistujaa.
Seurojen ja kuntien välinen yhteistyö vahvistuu.	Kuntien seurafoorumit, kuntakohtaiset tapaamiset ja sparraukset.	Yhdeksän (9) seurafoorumia.
ESLUn palvelut vastaavat seurojen tarpeisiin ja tavoittavat alueen seuroja laajasti.	Jäsen- ja seurakyselyt, Seurabarometri ja muut kartoitukset. Palveluiden kehittäminen kerätyn tiedon perusteell	Palveluilla tavoitettujen eri seurojen määrä ja osuus jäsenseuroista; kyselyjen ja palautteen perusteella toteutetut palvelujen kehittämistoimenpiteet.

Koulutustoiminta

Seurahallinnon koulutukset

Seurahallinnon koulutusten päätavoitteena on taata seurojen elinvoimaisuus ja lisätä seuratoimijoiden yhdistystoiminnan ja vastuullisuuden osaamista. Hallinnon koulutukset toteutetaan avoimina koulutuksina, webinaareina, verkkokoulutuksina, seminaareina sekä räätälöityinä tilauskoulutuksina seura-, lajiliitto- ja kuntakohtaisesti. Seurafoorumit, Seura-Akatemiat ja verkostotoiminta tarjoavat tietoa seuratoiminnan yhteisistä asioista sekä foorumin yhteistyön kehittämiselle. Seuratoimijoiden tarpeita kartoitetaan, jotta voimme varmistaa ESLUn palvelujen hyödyllisyyden ja ajankohtaisuuden seuratoiminnan arjessa.

Koulutustarjontaa täydentää seuratoimijoille suunnatut verkostotapaamiset, jotka tarjoavat yhteisen keskustelufoorumin sekä käytännön tukea yli seura- ja lajirajojen.

ESLU tekee yhteistyötä myös tutkintoon mahdollistavien oppilaitosten kanssa. GameOn – Markkinoinnin Mestariksi! -koulutus järjestetään yhteistyössä Business College Helsingin ja Stadin ammatti- ja aikuisopiston (Stadin AO) ja Pro Growth Consulting kanssa. GameOn-koulutus tähtää liiketalouden ammattitutkintoon. Liiketoiminnan perustutkinto liikunta- ja urheilualalle (Sporttimerkonomi) toteutetaan puolestaan yhteistyössä Rastor-instituutin ja Faros & Comin kanssa.

Seuratoiminnan hallinnon koulutuksia:

- Urheiluseuran hyvä hallinto
- Urheiluseuran verotus
- Urheiluseura työnantajana
- Urheiluseuran viestintä
- Urheiluseuran rekrytointi
- Urheiluseuran varainhankinta
- Urheilun johtaminen seurassa
- Urheiluseuran vastuullisuus
- Harrastamisen edistäminen - kuntien ja urheiluseurojen hallintokoulutus
- Seurojen vastuullisuusteemaiset koulutukset
- Yhteisöllisyys ja ihmisten johtaminen seurassa
- Eri-ikäiset seuratoiminnassa

Valmentaja- ja ohjaajakoulutus

ESLU vahvistaa ohjaajien osaamista tarjoamalla koulutuksia ohjaajapolun eri vaiheisiin. Aloitteleville ohjaajille tarjotaan perustietoja liikunnallisten harrastusryhmien ohjaamisesta, ja osaamista voidaan syventää erilaisissa jatko- ja teemakoulutuksissa. Koulutuksilla tuetaan erityisesti laadukkaan, turvallisen ja innostavan harrastustoiminnan toteuttamista sekä tarjotaan mahdollisuuksia ohjaajien keskinäiseen verkostoitumiseen ja kokemusten vaihtoon.

Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksia:

- Lasten Liike -koulutukset: Nuoret ja aloittelevat ohjaajat / Kokeneet ohjaajat ja valmentajat sekä opettajat
- Kun lapsi haastaa liikuntaharrastuksessa -työpaja
- Ryhmähenki - Hyvä me, Ryhmän ohjaamisen perusteet
- Minä valmentajana
- Taitojen oppiminen
- Opetustyylit ja ohjaaminen
- Suunnitellen laatua harjoitteluun
- Lasten ja nuorten harjoittelun perusteet
- Motivoiva valmennus lapsilähtöisessä harjoitusympäristössä
- Lasten ja nuorten fyysinen harjoittelu
- Aktiivinen arki - Aikuisten riittävä ja monipuolinen liikunta
- Aikuisliikunnan laatutekijät ja liikkujan motiivit
- Fyysiset ominaisuudet ja harjoittelu aikuisliikunnassa
- Terve urheilija -koulutukset
- Teippauskoulutukset



Hankkeet seuratoiminnassa

Kaikille kuuluva seura – Yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon kehittäminen Uudellamaalla

Kaikille kuuluva seura -hankkeen tavoitteena on vahvistaa urheiluseurojen osaamista ja rakenteita yhdenvertaisuuden ja sukupuolten tasa-arvon edistämiseksi.

Hankeen avulla vastataan tarpeeseen rakentaa seuratoimintaan pysyvämpää osaamispohjaa ja sisällyttämään yhdenvertaisuus ja tasa-arvo osaksi rakenteita, päätöksentekoa ja vuorovaikutusta. Tavoitteena on lisätä tietoisuutta ja osaamista seurojen toimijoiden (valmentajat, ohjaajat, hallinto, vanhemmat) keskuudessa.

Kaikille kuuluva seura -hanke jatkuu kevään 2027 ajan. Kevään aikana testiseurat testaavat hankkeessa kehitettyä työpajamallia omassa toiminnassaan ja antavat siitä palautetta. Saatujen kokemusten perusteella työpajamalli viimeistellään lopulliseen muotoonsa ja julkaistaan seurojen vapaasti hyödynnettäväksi hankkeen päättymisen jälkeen.

Kevään aikana järjestetään lisäksi verkostotilaisuuksia, joiden tavoitteena on jakaa hyviä käytäntöjä ja tukea seurojen osaamisen kehittymistä tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden edistämisessä. Hankkeen päätösseminaari järjestetään toukokuussa 2027.

ESLU hallinnoi hanketta ja asiantuntijakumppaneina ovat Ihmisoikeusliitto, Seta sekä Monaliiku. Hankekausi: 1.8.2025–31.7.2027. Hanketta rahoittaa opetus- ja kulttuuriministeriö.

Päivittäisen liikkeen lisääminen

Lapset ja nuoret

ESLU tarjoaa monipuolisia työvälineitä lasten ja nuorten liikuntaa järjestäville tahoille toiminnan kehittämiseksi. Tavoitteena on vaikuttaa lasten ja nuorten liikunnan toimintaedellytyksiin ja olosuhteisiin. Toiminnan painopisteenä on lasten ja nuorten päivittäisen liikkumisen ja liikunnan edistäminen osaamista kehittämällä ja innostusta lisäämällä. Lisäksi lisäämme perheiden liikuntatietoisuutta kohtaamalla huoltajia perheiden kohtaamispaikoissa sekä avoimessa varhaiskasvatuksessa.

Työtä tehdään koulutuksen, sparrauksen, verkostojen, tukipalveluiden ja viestinnän avulla kunta-, oppilaitos- ja seurakohtaisesti. Yhteistyö eri toimijoiden välillä on avainasemassa lasten ja nuorten liikunnan kehittämistyössä. Toimintaedellytyksiä kehitetään yhteistyössä eri toimijoiden kanssa, joiden tavoitteena on lisätä lasten ja nuorten liikkumista päivän aikana sekä kehittää liikuntamahdollisuuksia. Osa toimialan toimenpiteistä toteutetaan hanketyönä.



Hanketoiminta

Lisää liikettä

Lisää liikettä -hanke on alueiden yhteinen hanke. Hankkeessa edistetään alue- ja kuntatasolla valtakunnallista Liikkuvat-kokonaisuutta (Liikkuva varhaiskasvatus, Liikkuva koulu, Liikkuva opiskelu ja Liikkuva perhe) sekä lasten harrastustoimintaa. Lisää liikettä -hankkeen päämääränä on, että jokaisella lapsella ja nuorella on mahdollisuus aktiivisempaan päivään. Hankkeen tavoitteina on kohderyhmien liikuntaosaamisen vahvistaminen sekä uusien tukityökalujen ja sisältöjen kehittäminen heidän tuekseen. Työtä tehdään muun muassa verkostojen, koulutusten ja sparrausten avulla.

Lasten ja nuorten päivittäistä liikkumista tukevia koulutuksia:

Varhaiskasvatus

- Digiloikka liikkuen
- Liikkuva varhaiskasvatus -johtajien työpaja
- Toiminnallinen oppiminen varhaiskasvatuksessa
- Ihan pihalla
- Liikuntaa pienissä tiloissa
- Lasten motoristen taitojen kehitys ja havainnointi
- Liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutus

Koulu

- Työpajat koulupäivien liikunnallistamiseen: Toiminnallinen oppiminen, Liikunnallisen elämäntavan edistäminen, Move!-vinkkipankki
- Välituntiliikunnan ohjaajakoulutukset: Välkkäri ja Vamos välkälle
- Kun lapsi haastaa -harrastuksessa
- Jonot mataliksi -koulutukset

Opiskelu

- Sumeneeko ajatus? Toiminnallisempi opiskelu freesaa -työpajat
- Aktiivitutor
- Järkkää SPORTTItapahtuma
- Tauoilla energiaa opiskeluun
- Fyysisesti aktiivisempi opiskelupäivä

Varhaisvuosien liikunnallistaminen

Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit
Varhaiskasvatusikäisten fyysisen aktiivisuuden suositusten edistäminen. Varhaiskasvatusikäisten lasten kanssa toimivien tahojen liikuntatietoisuus lisääntyy ja liikuntaosaaminen vahvistuu. ESLUn alueella on verkostot varhaiskasvatuksen liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisen tueksi.	Järjestämme verkostotapaamisia varhaiskasvatusyksiköiden ja kuntatoimijoiden kanssa. Sparraamme kuntia ja perheiden kanssa työskenteleviä tahoja liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisessä. Järjestämme koulutuksia varhaiskasvatushenkilöstölle ja muille pienten lasten liikunnan parissa toimiville.	Verkostotapaamiset: 3–4, osallistujia 80 henkilöä. Koulutukset, tilaisuudet ja tapahtumat: viisi (5), osallistujia 270 henkilöä. Osallistuvat kunnat: Kuusi (6). Tavattuja yksiköitä 24. Osallistujapalautteet: toteutunut / ei toteutunut. Hankeraportointi ja sisäinen arviointi toteutunut / ei toteutunut.

Kouluvuosien liikunnallistaminen		
Tavoitteet	**Toimenpiteet**	**Mittarit**
Lasten ja nuorten päivittäisen liikunnan suositusten edistäminen. Liikunnallinen elämäntapa vahvistuu koulujen arjessa. Kouluja tuetaan liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisessä. Liikunnan harrastamisen mahdollisuudet lisääntyvät kuntien, koulujen, oppilaitosten ja seurojen yhteistyöllä. ESLUn alueella toimii Liikkuva koulu -yhteistyöverkosto.	Järjestämme verkostotapaamisia, tilaisuuksia koulujen henkilöstölle sekä vertaisohjaajakoulutuksia oppilaille. Sparraamme kuntia ja kouluja liikunnallisen elämäntavan edistämisessä. Osallistumme harrastamisen asiaa eteenpäin vievien tahojen verkostoihin.	Verkostotapaamiset: 3–4, osallistujia 50 henkilöä. Koulutukset: 20, osallistujia 240 henkilöä. Muut tilaisuudet: Kaksi (2), joihin osallistuu 250 henkilöä. Osallistuvat kunnat: kuusi (6). Tavatut koulut: 10. Osallistujapalautteet: toteutunut / ei toteutunut. Hankeraportointi ja sisäinen arviointi: toteutunut / ei toteutunut.

Opiskeluvuosien liikunnallistaminen		
Tavoitteet	**Toimenpiteet**	**Mittarit**
Oppilaitosten toimintakulttuuri muuttuu liikkuvammaksi. ESLUn alueella toimii koordinaattorien verkosto.	Järjestämme verkostotapaamisia, tilaisuuksia oppilaitosten henkilöstölle ja opiskelijoille. Edistämme Liikkuva opiskelu -ohjelmaa paikallisesti ja toteutamme oppilaitoksille suunnattuja sparrauksia. ESLUn alueen oppilaitokset liittyvät mukaan ESLUn Liikkuva opiskelu -verkostoon.	Verkostotapaamiset: 1–2. Koulutukset: 2–3, joissa osallistujia 30 henkilöä. Muut tilaisuudet: Kaksi (2), joissa osallistujia 200 henkilöä. Tavattuja oppilaitoksia 2–3. Osallistujapalautteet: toteutunut / ei toteutunut. Hankeraportointi ja sisäinen arviointi: toteutunut / ei toteutunut.

Aikuiset

ESLUn tavoitteena on aikuisväestön fyysisen aktiivisuuden sekä liikkeen ja liikunnan lisääminen. Liikkumista ja fyysistä aktiivisuutta edistetään tukemalla liikuntaneuvontaa alueen kuntien suuntaan ja edistämällä työyhteisöjen liikunnallista toimintakulttuuria. Toimintaa edistetään kohtaamalla kuntatoimijoita, henkilöstöliikunnasta vastaavia sekä aikuisväestöä eri tapahtumissa. Osa toimialan toimenpiteistä toteutetaan hanketyönä.

Henkilöstöliikunta

Henkilöstöliikunnan tavoitteena on työikäisten liikkumisen lisääminen, hyvinvoinnin edistäminen sekä työkyvyn tukeminen. ESLU tarjoaa työyhteisöille ratkaisuja liikunnallisen toimintakulttuurin vahvistamiseksi ja henkilökunnan arjen aktiivisuuden tukemiseksi.

Työyhteisöille suunnattu toiminta rakentuu palvelukokonaisuudesta liikkumisen edistämiseksi, jossa hyödynnetään liikunnan aluejärjestöjen yhteistä Buusti360-työhyvinvointikonseptia ja hanketyötä.

Esimerkkejä palveluistamme:

- Hyvinvoinnin mittauksia ja kartoituksia
- Luentoja, työpajoja ja koulutuksia
- Työhyvinvointipäiviä ja liikuntalajikokeiluja

Hankkeet

Liikuttava Suomi

ESLU edistää Liikunnan aluejärjestöjen yhteistä Liikuttava Suomi -hanketta alueellisin toimenpitein. Hankkeen tavoitteena on työikäisten ja ikääntyneiden fyysisen aktiivisuuden ja liikunnan lisääminen.

Henkilöstöliikunta		
Tavoitteet	**Toimenpiteet**	**Mittarit**
Kunnat saavat tietoa työkaluista ja ESLUn tuesta henkilöstön työkyvyn ja hyvinvoinnin edistämiseen liikunnan keinoin. Pystymme tarjoamaan henkilöstön työkyvyn ja hyvinvoinnin parantamiseen toimenpiteitä edellisen toimintavuoden tavoin.	Järjestämme työyhteisöille tilaisuuksia ja verkostotapaamisia. Kuntien HR ja henkilöstövastaavien yhteystietojen kerääminen. Palvelut tilaajan tarpeiden mukaan: • Luennot, koulutus, tapahtumat • Henkilöstön terveyskunnon mittaukset • Lajikokeilut ja työhyvinvointipäivät	Kunnille on viestitty henkilöstöliikuntaa edistävistä työkaluista ja kannustettu vastaamaan kuntien henkilöstöbarometriin. Toteutuneet verkostotilaisuudet, kaksi (2) kpl Tapahtumien ja tilaisuuksien ja osallistujien määrä. Hankkeissa sovitut toimenpiteet ja raportointi on tehty sekä sisäinen arviointi, toteutunut/ei toteutunut

Aikuisten ja ikääntyneiden liikkumisen edistäminen		
Tavoitteet	**Toimenpiteet**	**Mittarit**
Liikuntaneuvonnan alueelliset tuottamis- ja toteuttamistavat monipuolistuvat eri ikä- ja kohderyhmissä. Kuntien liikuntaneuvojilla ja palveluketjun toimijoilla on mahdollisuus kohdata ja jakaa onnistumisia yhteisissä verkostoissa. Yhteistyössä kuntien ja hyvinvointialueiden kanssa lisätään mahdollisuuksia ikääntyneiden fyysiseen aktiivisuuteen, osallisuuteen ja liikuntamahdollisuuksiin.	Järjestämme kuntien liikuntaneuvojille tilaisuuksia ja verkostoja, joissa: • Käydään läpi vuoden 2026 Liikuntaneuvonnan tila -kyselyn alueelliset tulokset. • Valitsemme kehittämisteemat osallistujien toiveiden mukaisesti. • Ikääntyneiden liikunnan näkyminen verkostoissa. Yhteistyötä kuntien ja hyvinvointialueiden kanssa jatketaan. Osallistuminen valtakunnallisiin, alueellisiin ja paikallisiin verkostoihin.	Toteutuneet tilaisuudet ja osallistujamäärät: • liikuntaneuvontaa käsittelevä verkostotilaisuus, kaksi (2) kpl • verkostoille suunnatut aihepiirit on käyty läpi, toteutunut/ei toteutunut Palautekyselyt, sisäinen arviointi, hankeraportointi, toteutunut/ei toteutunut.

Kuntien liikuntatoiminnan tukeminen

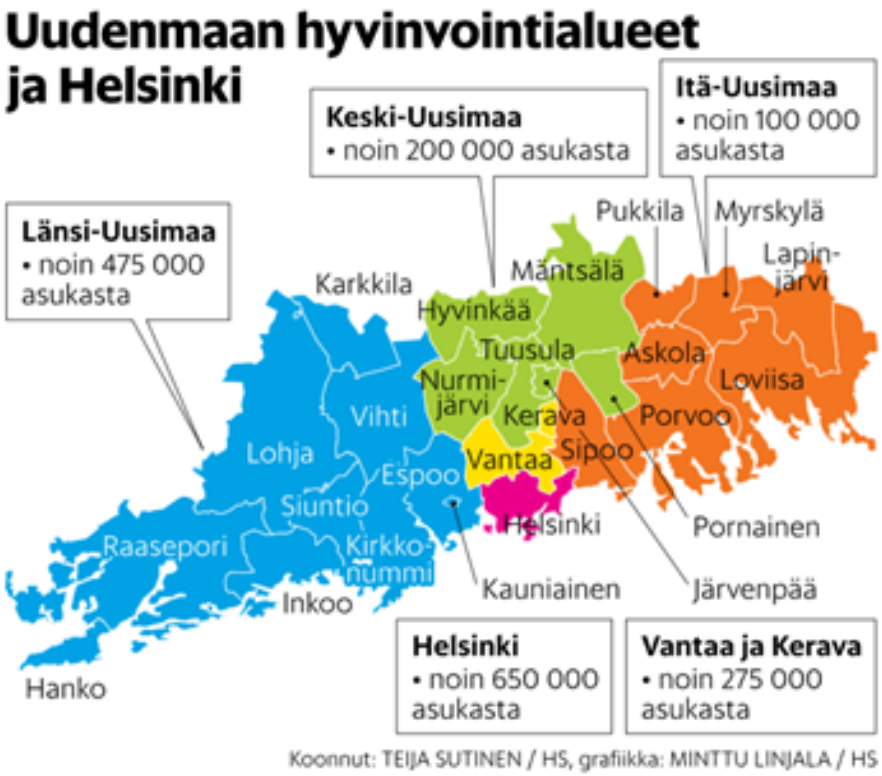
ESLU toimii kuntien kumppanina liikunnan ja hyvinvoinnin edistämistyössä. Kuntatoiminnan tavoitteena on vahvistaa kuntien valmiuksia edistää asukkaiden liikkumista ja hyvinvointia kestävästi sekä lisätä liikunnan roolia osana kuntien ja kuntalaisten elinvoimaa ja hyvinvointityötä.

ESLUn kuntatoimintaa ohjaavat strategiset painopisteet, jotka suuntaavat toimintaa kohti vaikuttavampaa ja pitkäjänteisempää yhteistyötä kuntien kanssa. ESLU painottaa poikkisektorista yhteistyötä ja osaamisen vahvistamista. Kuntien kanssa tehdään yhteistyötä muun muassa liikuntaneuvonnan, soveltavan liikunnan, lasten ja nuorten liikkumisen sekä ikääntyneiden toimintakyvyn edistämisen teemoissa. Kuntien liikuntatoimijoille järjestetään koulutuksia ja verkostotapaamisia.

Toiminnan keskiössä on liikunnallisen elämäntavan vahvistaminen eri ikä- ja kohderyhmissä sekä paikallisten toimijoiden osaamisen tukeminen. ESLU tukee kuntia liikuntamyönteisten rakenteiden kehittämisessä ja ylläpitämisessä tarjoamalla asiantuntija-apua, koulutuksia, verkostoja ja käytännön työkaluja. Toimintavuoden tavoitteet ja toimenpiteet suunnitellaan ja toteutetaan toimialakohtaisesti.

ESLU, muut Liikunnan aluejärjestöt ja Suomen Liikunnan Alueet ry tulevat asettamaan ja jalkauttamaan yhteisiä eduskuntavaalitavoitteita liikkeen lisäämiseksi kevääksi 2027. Alueiden kuntaverkostoissa painotetaan erityisesti tiedolla johtamista ja esitellään yhteistä Rajattomasti liikuntatietoa -alustaa kuntien käytettäväksi.

Yhteistyö kuntien, hyvinvointialueiden, seurojen, järjestöjen ja muiden liikuntaa ja hyvinvointia edistävien toimijoiden kanssa on painopisteenä myös tulevana toimintakautena.



Markkinointi ja viestintä

Markkinoinnin ja viestinnän toimenpiteet ovat keskeisessä roolissa ESLUn toiminnan näkyvyyden, vaikuttavuuden ja yhteistyön edistämistyössä. Viestinnällä vahvistetaan ESLUn tunnettavuutta sekä tuetaan strategisia valintoja ja tavoitteita. Toimintavuoden aikana toteutetaan toimintasuunnitelmaan sekä viestintä- ja markkinointisuunnitelmaan kirjattuja toimintoja tavoitteiden saavuttamiseksi niin ESLUn perustoiminnan kuin hankkeiden osalta. Viestintä perustuu avoimeen ja totuudenmukaiseen toimintaan.

Viestinnällistä yhteistyötä tehdään liikuntaa- ja urheilua edistävien eri tahojen ja organisaatioiden kanssa. ESLUn tunnettuutta vahvistetaan verkostotoiminnan kautta kuntatyöntekijöiden ja -päättäjien sekä liikunta- ja urheilutoimijoiden keskuudessa.

Vuonna 2027 jatketaan aktiivista ja kohdennettua viestintää ja markkinointia, jolla varmistetaan, että liikunnan ja liikkeen lisäämiseen tehtävät toimenpiteet tavoittavat kohderyhmät sekä monipuolisesti eri sidosryhmät. Toimintavuoden aikana julkaistaan uudet verkkosivut ja keskitytään toimialojen suunnittelun tukemiseen ja kehittämiseen. Liikkeen lisäämisessä pääkohderyhmänä on ammattilaiset, jotka kohtaavat työssään eri-ikäisiä.

Toimintavuoden aikana jatketaan kuntayhteistyön kehittämistä sekä ESLUn aseman vahvistamista asiantuntijaorganisaationa. ESLUn työntekijät toteuttavat yhteiskunnallisen vaikuttamisen rooliaan kohderyhmiensä keskuudessa kohtaamalla ammattilaisia, osallistumalla verkostoihin, järjestämällä verkostoja ja koulutuksia sekä viestimällä oman toimialansa asioista.

ESLU on myös mukana toteuttamassa liikunnan ja urheilun yhteistä vaikuttamistyötä. ESLU ja muut Liikunnan aluejärjestöt asettavat yhteistyö- ja palvelujärjestönsä Suomen Liikunnan Alueet ry:n kanssa asettavat yhteiset eduskuntavaalitavoitteet 2027, joiden saavuttamiseksi ehdotetaan konkreettisia toimenpiteitä päättäjille liikkeen ja liikunnan edistämiseksi.

Viestintä ja markkinointi		
Tavoitteet	**Toimenpiteet**	**Mittarit**
Strategisten tavoitteiden tukeminen. Vahvistaa ESLUn roolia alueellisena asiantuntijatoimijana ja haluttuna kumppanina.	• Viestitään aktiivisesti ESLUn toiminnasta eri kohderyhmille hyödyntäen monipuolisesti eri viestintäkanavia. • Otetaan käyttöön uudet verkkosivut, laaditaan markkinointi- ja viestintäsuunnitelma vuodelle 2027. • ESLUn asiantuntijat ovat mukana eri tahojen toimielimissä ja osallistuvat verkostoihin. • Järjestetään liikuntaa ja liikkumista edistäviä verkostoja ja tilaisuuksia sekä hyödynnetään niitä vaikuttamisen välineenä.	• ESLUn tunnettavuus ja tietoa järjestettävistä tilaisuuksista saavuttaa halutut kohderyhmät = Yhteistyötapaamisten, verkostojen, tilaisuuksien määrät toimialoittain. • Toimenpiteiden ja toiminnan seuranta, raportointi sekä oma arviointi, toteutettu/ei toteutettu
Liike lisääntyy ammattilaisvetoisesti eri kohderyhmissä varhaiskasvatusikäisistä ikäihmisiin.	• Ylläpidetään ESLUn alueen verkostoja eri kohderyhmille. • Markkinoidaan aktiivisesti eri tilaisuuksistamme eri kohderyhmille monikanavaisesti. Sosiaalisen median ja markkinointien lisäksi toimintavuodelle suunnitteilla kohderyhmittäin uutiskirjeet	• Toimialojen asettamat tavoitteet täyttyvät/kasvavat, kyllä/ei • Etelätuuli (11 kpl), varhaiskasvatus, (4 kpl), kouluvuodet (4 kpl), opiskeluvuodet (3 kpl), työyhteisöt (2 kpl) • Suunnitellut viestintätoimenpiteet toteutuvat, kyllä/ei

Hallinto ja talous

ESLUn ylintä päätösvaltaa käyttää jäsenseurojen ja -järjestöjen edustajista koostuva varsinainen kokous keväällä ja syksyllä. Hallituksen muodostavat syyskokouksessa kahdeksi kalenterivuodeksi valitut puheenjohtaja ja kahdeksasta kymmeneen hallituksen jäsentä. Hallitus toimii varsinaisten kokousten päätösten täytäntöön panijana. Toimintaa ohjaavat ESLUn säännöt ja strategia.

ESLUn operatiivisesta toiminnasta vastaa henkilöstö. Toiminnan toimialueita ovat seuratoiminta, lasten ja nuorten liikunta sekä aikuis- ja terveysliikunta. ESLUn palveluksessa työskentelee noin 10 henkilöä ja 14 oman toimen ohella (oto) toimivaa kouluttajaa. Kouluttajien määrä suhteutetaan palvelun laadun varmistamiseksi koulutuskysynnän mukaan. Lisäksi ESLUn toiminnoissa hyödynnetään ulkopuolisia palveluntarjoajia. Teemme yhteistyötä myös oppilaitosten kanssa sekä tarjoamme opiskelijoille työharjoittelupaikkoja. ESLUn toimisto sijaitsee Helsingin Olympiastadionilla.

Henkilöstön ydinosaamista ovat lasten ja nuorten liikunta, aikuisten terveys- ja harrasteliikunta, seuratoiminta, liikuntapolitiikka sekä alueen toimijoiden ja jäsenten tuntemus ja heidän tarpeensa. Henkilöstön osaamisen kehittämiseen järjestetään yhteisiä tilaisuuksia ja osallistutaan muiden tahojen järjestämiin koulutuksiin. ESLUn oto-kouluttajaverkostoa pidetään ajan tasalla resursoimalla kouluttajien mahdollisuuksiin osallistua ESLUn omiin koulutuksiin, valtakunnallisiin kouluttajakoulutuksiin ja kouluttajahuoltoon.

Strategiset tavoitteet ja vuosittaiset toiminnan ja talouden painopisteet määrittelee hallitus. Strategia ohjaa ESLUn käytännön toimintaa ja päivittäisiä valintoja. ESLU huomioi strategiassaan toimintaympäristön muutokset ja tekee yhteistyötä kumppanien kanssa sovittujen valintojen mukaisesti. ESLUn vastuullisuusohjelmaa jalkautetaan koko toimintaan. Ohjelman mukaisia toimenpiteitä seurataan säännöllisesti.

ESLU ja muuta Liikunnan aluejärjestöt ovat allekirjoittaneet opetus- ja kulttuuriministeriön liikunnan vastuualueen kanssa tavoiteasiakirjan vuosille 2025–2027. Vuoden 2027 tavoitteet päivitettiin lokakuussa 2026. Asiakirja määrittää ja tekee näkyväksi ne painopisteet, joita liikunnan aluejärjestöt yhdessä tekevät tulevana vuonna sovitusti ministeriön kanssa.

Talous

Julkisen talouden sopeutustoimet vaikuttavat edelleen talousnäkymiin. Julkinen talous pysyy alijäämäisenä. Tilannetta ja säästötoimia tullaan seuraamaan tarkasti. Luvassa on julkishallinnon sopeutustoimia myös opetus- ja kulttuuriministeriön toimialalla. Tehostamis- ja järkevöittämistoimet koskettavat kaikkia toimialoja, eikä ole oletettavissa, että liikuntabudjetti tulisi kasvamaan. Samanaikaisesti inflaatio on nostanut hintoja. Vaalien jälkeen uusi hallitusohjelma tulee määrittelemään myös liikuntabudjetin painotuksia tulevalla hallituskaudella.

ESLUn toiminta on ollut kestävällä pohjalla. Johdonmukaisella työllä toimintaa ja palveluita on toteutettu suunnitelmallisesti strategian ja taloussuunnitelman mukaisesti. Valmistautuminen tulevaan vaatii myös uusien rahoituslähteiden kartoittamista ja hinnoittelulinjausten sekä kulurakenteen tarkastelua, jotta talous säilyy tasapainossa. ESLU varautuu tulevien vuosien sopeutustoimiin tunnistaen talouden realiteetit. Toimintavuonna kehitetään edelleen talouden ja hallinnon alaan kuuluvia prosesseja.

Vuoden 2027 talousarvion toimintakulujen yhteissumma on 815 000 euroa. Talousarvio pohjautuu 463 000 euron valtion toiminta-avustukseen. Hallitus vahvistaa tarkennetun talousarvion alkuvuodesta, kun avustus- ja hankepäätökset vahvistuvat. ESLUn hallitus seuraa taloustilannetta säännöllisesti kokouksissaan ja toimintaympäristön muutoksiin reagoidaan tarvittaessa nopeasti.

Talousarvio vuodelle 2027

VARSINAINEN TOIMINTA	
Tuotot	
Osanottomaksut	120 000,00
Erityisavustukset/delegoidut	78 000,00
Erityisavustukset/omat	85 000,00
Muut tuotot	20 000,00
Tuotot yhteensä	**303 000,00**
Kulut	
Henkilöstökulut	
Palkat ja palkkiot	520 000,00
Henkilösivukulut	110 000,00
Henkilöstökulut yhteensä	630 000,00
Muut kulut	
Vuokrat	60 000,00
Ulkopuoliset palvelut	36 200,00
Matka- ja majoituskulut	35 900,00
Materiaalikulut	4 300,00
Muut toimintakulut	48 600,00
Muut kulut yhteensä	185 000,00
Kulut yhteensä	**815 000,00**
Varsinaisen toiminnan kulujäämä	**-512 000,00**
VARAINHANKINTA	
Tuotot	
Jäsenmaksutuotot	49 000,00
Muut varainhankinnan tuotot	
Tuotot yhteensä	49 000,00
Varainhankinta yhteensä	**49 000,00**
Kulujäämä	**-463 000,00**
AVUSTUKSET	
Valtion toiminta-avustus	463 000,00
Erillisavustukset	0,00
Avustukset yhteensä	**463 000,00**
Tilikauden tulos	**0,00**


OPETUS- JA
KULTTUURIMINISTERIÖ


Lupa- ja
valvontavirasto


VIKING LINE


Legistum
ASIANAJOTOIMISTO


SOKOS HOTELS
KESKELLÄ KAUPUNKIA. KESKELLÄ ELÄMÄÄ.