

Toiminta- ja taloussuunnitelma 2026

Hyväksytty Hämeen Liikunta ja Urheilu ry:n
hallituksen kokouksessa 3.11.2025



Sisällysluettelo

1 Arvoperusta ja toiminnan tarkoitus	3
2 Lasten ja nuorten liikunta	4
3 Aikuis- ja terveystoiminta	6
4 Seuratoiminta	7
5 Koulutus	9
6 palvelutoiminta	10
7 Vaikuttaminen	11
8 Viestintä	12
9 Henkilöstöhallinto	13
10 Hallinto ja talous	14

SYDÄMEN ASIANA HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN LIIKUNNAN AVULLA



LIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖT

Vaikuttaa, verkottaa, lisää osaamista ja päivittäistä liikettä.
Edistämme Liikkuvat-ohjelmakokonaisuuden 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



liikunnanaluejajestot.fi

1 Arvoperusta ja toiminnan tarkoitus

Tarkoituksemme

Liikkeen lisääminen ja liikunnallisen elämäntavan edistäminen koko elinkaarella

Missio

HLU on arvostettu liikunnan ja urheilun toimija.

Visio

Lisää liikettä ja parempia tuloksia.

Arvot

Asiantuntijuus
Luotettavuus
Vastuullisuus

Toimintatapa

Toimiminen alueellisissa verkostoissa
Yhteistyön merkityksen korostaminen
Vastuullinen ja eettinen toimintatapa
Yhdenvertaisuuden lisääminen ja eriarvoisuuden vähentäminen
Kestävän kehityksen huomioiminen
Tiedolla johtaminen
Rajojen ylittäminen (kuntarajat, lajirajat sekä yhteiskunnan toimialarajat)

Painopisteemme 2026

Seurojen toimintaedellytysten tukeminen

- Sovittelutoiminta ja siihen liittyvät koulutukset
- Seurojen nykytila-analyysin perusteella johdetut kehittämistoimenpiteet
- Seurahallinnon kehittymisen tukeminen koulutusten ja konsultaation avulla
- Seuratoiminnan vastuullisuussisältöjen jalkauttaminen

Liikkeen lisääminen

- Opiskelijoiden liikkumisen ja hyvinvoinnin edistäminen toisella asteella ja korkeakouluissa
- Toimintamalli kutsuntaikäisten liikuntaneuvontaan
- Verkostotoiminta – vaikuttavuuden lisääminen verkostotyön avulla
- Liikkuvat-kokonaisuuden toteutus paikallisesti ja alueellisesti

Kuntien liikuntatoiminnan tukeminen

- Koordinoitu kuntakumppanuus
- Kuntaverkoston toimintasuunnitelma
- Rajattomasti Liikuntatietoa -alusta käyttöön

2 Lasten ja nuorten liikunta

Liikkuminen tukee lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä ja on keskeinen osa hyvinvointia. HLU toimii liikkumisen asiantuntijana omalla toimialueellaan. Vuonna 2026 HLU:n tavoitteena on edistää monipuolisten ja laadukkaiden liikkumismahdollisuuksien toteutumista lapsille, nuorille ja perheille eri toimintaympäristöissä. Liikkuminen on tärkeä osa päivää varhaiskasvatuksessa, perusopetuksessa ja toisella asteella. Lisäksi seuratoiminnan ohjattu liikunta tukee liikunnallista elämäntapaa kilpaurheilun kehittymisen rinnalla. Seuratoiminta kehittää fyysisten taitojen lisäksi myös sosiaalisia valmiuksia, vahvistamalla yhteenkuuluvuutta ja yhteisöllisyyttä.

HLU:n toiminta pohjautuu vahvaan verkostomaiseen yhteistyöhön valtakunnallisella, maakunnallisella, kunnallisella ja yksikkötasolla. Yhteistyötä tehdään Liikunnan aluejärjestöjen, Lupa- ja valvontaviraston, Liikkuvat-kokonaisuuden, Suomen Olympiakomitean, Pirkanmaan ja Kanta-Hämeen hyvinvointialueiden sekä järjestöjen kanssa.

Vuoden 2026 toiminnassa huomioidaan Liikunnan aluejärjestöjen ja opetus- ja kulttuuriministeriön (OKM) välisen tavoiteasiakirjan painopisteet sekä hallitusohjelman Suomi liikkeelle -kokonaisuuden tavoitteet. Näistä kummassakin nousee vahvasti esille mm. liikuntaneuvonnan kehittäminen kaikissa ikäluokissa ja liikunnallisen elämäntavan edistäminen.

HLU hallinnoi valtakunnallista Lisää Liikettä -hanketta, jota toteuttavat kaikki 15 Liikunnan aluejärjestöä. Hankkeella edistetään varhaiskasvatuksen, perusopetuksen ja toisen asteen oppilaitosten liikunnallistamista sekä harrastamisen Suomen mallin toteuttamista kunnissa. Tavoitteena tuoda liikunta osaksi jokaisen lapsen ja nuoren arkea

Varhaisvuodet ja perheet

Tavoitteet

- Liikkuva varhaiskasvatus- ja Liikkuva perhe -toiminnan paikallinen ja alueellinen edistäminen.
- Varhaiskasvatuksen henkilöstön liikuntaosaamisen lisääminen.
- Liikkumistietoisuuden lisääminen perheiden sekä perheiden kanssa toimivien ammattilaisten keskuudessa.

Toimenpiteet

- Lisäämme kuntien eri toimijoiden osaamista ja yhteistyötä kouluttamalla sekä kutsumalla kokoon verkostojäseniä.
- Sparraamalla ja kohtamaalla kuntien ja järjestöjen toimijoita autamme heitä kehittämään toimintaansa kohti liikunnallisempaa toimintakulttuuria. Sparraamme kuntia myös hankeavustusten teossa.
- Kannustamme toimijoita varhaiskasvatuksessa ja erilaisissa kohtaamispaikoissa ottamaan liikkumien puheeksi perheiden kanssa. Tässä huomiomme myös hyvinvointialueiden kanssa tehtävän yhteistyön.
- Tuemme perheiden aktiivisuuden lisäämistä kuntien eri sektoreilla ja perheliikuntaneuvontaa kehittämistä kunnissa verkostotoiminnan ja kohtaamisten kautta.
- Viestimme kohderyhmillemme aktiivisesti omasta

toiminnastamme ja valtakunnallisten toimijoiden sisäiloista.

- Tapaamme kuntia HLU:n koko toimialueelta. Edistämme tapaamisissa kunnan sisäistä yhteistyötä liikkumisen lisäämiseksi.
- Kohtaamme perheitä monenlaisissa tapahtumissa ja tilaisuuksissa esim. hyvinvointialueen kohtaamispaikkojen perhekerhot, joissa keskustelemme mm. liikuntasuosituksista, perheen yhdessä tekemisestä ja arjen aktiivisuudesta. Olemme myös toteuttamassa perheliikuntatapahtumia yhdessä kuntien ja muiden toimijoiden kanssa.

Kouluvuodet

Tavoitteet

- Liikkuva koulu -toiminnan ja Move-polkujen rakentamisen paikallinen ja alueellinen edistäminen.
- Koulun henkilökunnan liikuntaosaamisen lisääminen.
- Fyysisen aktiivisuuden, välituntiliikunnan ja oppilaiden järjestämien liikuntatapahtumien edistäminen.
- Liikunnallisen elämäntavan huomioiminen osana perusopetuslakia ja sen valtakunnallisen tavoitteen edistäminen sekä liikkumisen merkityksen vahvistaminen osana oppimista ja koulun toimintakulttuuria.

Toimenpiteet

- Yhteistyössä kuntien kanssa teemme kehittämistyötä Liikkuva koulu -toiminnan vahvistamiseksi, keskittyen erityisesti toiminnan juurruttamiseen ja välituntiliikunnan edistämiseen.
- Järjestämme säännöllisesti alueellisia Liikkuva koulu -verkostotapaamisia, joissa jaamme hyviä käytäntöjä mm. MOVE-mittaukset osana nuoren hyvinvointia ja luomme yhteyksiä kuntien sekä koulujen välille. Järjestämme verkostotapaamisia myös kuntien peruskoulun liikuntaneuvonnasta vastaaville tavoitteena liikuntaneuvonnan edistäminen ja kokemusten jakaminen toimijoiden kesken.
- Tarjoamme koulutuksia ja työpajoja koulun henkilökunnalle sekä oppilaille vahvistaen liikuntaosaamista ja motivaatiota.
- Viestimme aktiivisesti ja säännöllisesti kohderyhmille omasta toiminnastamme ja valtakunnallisten toimijoiden sisällöistä.
- Edistämme liikunnallista elämäntapaa Tampereen kaupunkiseudun yläkouluissa tukemalla koulujen, kuntien ja paikallisten toimijoiden yhteistyötä.
- Teemme yhteistyötä hyvinvointialueiden kanssa MOVE-mittausten hyödyntämiseksi osana lasten ja nuorten hyvinvoinnin seuranta ja tukemista. Yhdistämme peruskoulun, liikuntaneuvonnan ja oppilashuollon toimijoita, jotta MOVE-tuloksia voidaan hyödyntää entistä paremmin oppilaiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseksi.

Lasten ja nuorten harrastustoiminta (Harrastamisen Suomen malli)

Tavoitteet

- Harrastamisen Suomen mallin edistäminen ja laadun lisääminen paikallisesti ja alueellisesti.
- Yhdenvertaisuuden ja turvallisen toimintaympäristön edistäminen koulupäivän yhteydessä tapahtuvassa harrastustoiminnassa.
- Kuntien kannustaminen harrastustapahtumien järjestämiseen.

Toimenpiteet

- Toimimme alueemme asiantuntijana ja tarjoamme tukea kunnille harrastamisen Suomen mallin käytännön toteuttamiseen sparrauksen ja verkostotyön avulla.
- Järjestämme ohjaajakoulutuksia kuntien harrastustoimijoille, lisäten osaamista ja tukien laadukasta harrastustoimintaa.

- Osallistumme aktiivisesti kuntien harrastustapahtumiin ja viestimme harrastamisen tärkeydestä sekä sen tarjoamista mahdollisuuksista.

Opiskeluvuodet

Tavoitteet:

- Liikkuva opiskelu -toiminnan paikallinen ja alueellinen edistäminen.
- Oppilaitosten henkilökunnan sekä opiskelijoiden liikuntaosaamisen ja hyvinvoinnin lisääminen.
- Oppilaitosten tukeminen liikuntaneuvontapolun rakentamisessa ja vähän liikkuvien opiskelijoiden tavoittamisessa.

Toimenpiteet

- Kehitämme alueellista Liikkuva opiskelu -toimintaa sparraamalla toimijoita, kouluttamalla henkilökuntaa ja opiskelijoita sekä järjestämällä verkostotapaamisia.
- Toteutamme palveluita erilaisille oppilaitoksille; lukiot, ammattikoulut ja korkeakoulut, vastaten näin erilaisten oppilaitosten tarpeisiin.
- Teemme aktiivista viestintää kohderyhmillemme, levittäen tietoa omasta toiminnastamme ja valtakunnallisten toimijoiden sisällöistä.
- Tarjoamme kattavia palveluita ja neuvontaa oppilaitosten henkilökunnalle ja opiskelijoille hyvinvoinnin lisäämiseksi, tukeaksemme terveellisen ja aktiivisen elämäntavan omaksumista opiskeluympäristöissä.
- Kohtaamisissa kannustamme oppilaitoksia ja kuntia yhteistyöhön liikuntaneuvontapolkujen luomisessa.
- Tampereen kaupunkiseudun kanssa teemme tiivistä yhteistyötä ja tätä kautta liikkumisen edistäminen mahdollistuu yhdeksän kunnan lukiossa.
- Verkostotoiminnan ja kohtaamisten kautta vaikuttamme myös toimijoihin erityisesti kutsuntaikäisten nuorten hyvinvoinnin huomioinnin osalta
-

Arviointi (lasten ja nuorten liikunta kokonaisuutena)

- Koulutusten ja tapahtumien määrät sekä niistä saatu palaute.
- Verkostojen osallistujamäärät ja niistä saatu palaute.
- Kuntakontaktien määrä, huomioiden erityisesti uudet kontaktit.
- Työntekijöiden itsearviointi

3 Aikuis- ja terveystoiminta

Toiminnan tavoitteena on terveyttä ja hyvinvointia yhdenvertaisesti lisäävän liikkumisen edistäminen yhdessä eri toimijoiden ja osaajien kanssa.

HLU:n toiminta pohjautuu vahvaan verkostomaiseen yhteistyöhön valtakunnallisella, maakunnallisella ja kunnallisella tasolla. Yhteistyötä tehdään Liikunnan aluejärjestöjen, Lupa- ja valvontaviraston, Liikkuvat-kokonaisuuden, Ikäinstituutin, UKK-instituutin, Pirkanmaan ja Kanta-Hämeen hyvinvointialueiden ja muiden järjestöjen kanssa. Kehittämistyötä tehdään myös hanketoiminnan avulla

Tavoitteet

- Liikkuva Aikuinen -toiminnan valtakunnallisten tavoitteiden alueellisen toiminnan toteuttaminen Pirkanmaan ja Kanta-Hämeen kunnissa ja hyvinvointialueilla.
- Liikuntaneuvonnan laadun, toteutuksen ja saavutettavuuden vahvistaminen alueen kunnissa ja hyvinvointialueilla osana kokonaisvaltaista hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä.
- Liikkuvan työelämän edistäminen julkisissa ja yksityisissä työyhteisöissä.
- Ikäihmisten fyysistä aktiivisuuden ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin lisääminen yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa (kunnat, järjestöt, seurakunnat).
- Pirkan Pyöräily -kuntoliikuntatapahtuman toteuttaminen ja kehittäminen entistä houkuttelevammaksi ja monipuolisemmaksi tapahtumaksi.
- Liikunnan edistäminen kutsuntoihin -toiminnan käynnistäminen alueella.
- Lisäämme ihmisten tietoisuutta liikunnan merkityksestä terveydelle ja hyvinvoinnille aktiivisella viestinnällä sosiaalisessa mediassa sekä erilaisissa tapahtumissa.
- Markkinoimme ja toteutamme testaustoimintaa mm. InBody-kehonkoostumus- ja kehonkuntoindeksimittauksella kunnille, yrityksille, urheiluseuroille ja erilaisiin tapahtumiin.
- Järjestämme Työhyvinvointi-työpajoja alueemme kuntien varhaiskasvatukseen ja perusopetuksen henkilöstölle.
- Ikäihmisten fyysisen aktiivisuuden edistämiseksi jatkamme yhteistyötä kuntien kanssa mm. toteuttamalla Kuntien Mummit -tapahtumia.
- Yhteistyössä kuntien kanssa edistämme kutsuntaikäisten hyvinvointia ja liikunnallista elämäntapaa. Tässä hyödynnetään Liikkuva opiskelu -verkostoa ja oppilaitosten kanssa tehtävää yhteistyötä. Lisäksi tavoitteena on, että muutamalla alueella pilotoitua Kutsuntoiminnan liikunnan edistämisen -mallia päästäisiin testaamaan myös Pirkanmaalla ja Kanta-Hämeessä.

Toimenpiteet

- Viestimme aktiivisesti eri kanavissa ja eri kohderyhmille valtakunnallisen Liikkuva aikuinen -toiminnan painopisteistä (liikkuva työelämä ja liikuntaneuvonta).
- Kutsumme kokoon ja kehitämme verkostotoimintaa; Pirkanmaan ja Kanta-Hämeen kunnille (34 kpl) ja hyvinvointialueille (2 kpl) suunnattu liikuntaneuvonnan verkosto ja Työyhteisöliikunnan verkosto. Hyödynnämme kauppakamarin jäsenyyttä työyhteisöliikunnan verkoston kehittämisessä.
- Lisäämme Pirkan Pyöräily -tapahtumaan uusia matkoja ja kehitämme tapahtumaviikonloppua kokonaisuutena. Tapahtuman näkyvyys ja yhteistyö kuntien kanssa on tärkeää kokonaisuuden onnistumisen näkökulmasta. Tuotamme muille Pirkan Kierros -osataapahtumille toimistopalveluita.

Arviointi

- Verkostojen tapaamiset, osallistujamäärät ja saatu palaute
- Liikuntaneuvonnan toteutuminen alueen kunnissa. Uusien kuntien lukumäärä.
- Pirkan Pyöräilyn osallistujamäärä, asiakaspalaute ja budjetin toteutuminen.
- Mittausten ym. työhyvinvoinnin edistämisen toimenpiteiden määrä sekä myynti euroissa.
- Kuntayhteistyö: tapahtumat, sparraukset ja avoimet mittaustapahtumat kuntalaisille (lukumäärä).

4 Seuratoiminta

Seurojen toimintaedellytysten tukeminen on keskeinen HLU:n strateginen valinta. Erityisesti tuetaan seurojen hallinnon osaamista. Lisäksi HLU tekee voimakasta vaikuttamistyötä seuratoiminnan itseisarvon vahvistamiseksi sekä harrastamisen edistämiseksi, jotta urheiluseura olisi selvä vaihtoehto lapsen harrastamiselle.

Laadukas urheiluseura on yhdistelmä toimivasta harjoituskulttuurista ja hallinnosta. Toiminnan tavoite on luoda vastuullinen, turvallinen ja kaikille avoin toimintatapa ja toimintakulttuuri. Seuratyön tukitoimet kohdentuvat seurojen yleiseen kehittämiseen ja lisäksi uusien innovatiivisten toimien etsimiseen, välillisesti myös kilpa- ja huippu-urheilun tukemiseen.

Tavoitteet

- Seurojen toiminnan kehittäminen.
- Seuratoimijoiden osaamisen lisääminen.
- Seurojen auttaminen ristiriitatilanteissa.
- Vastuullisuussisältöjen jalkauttaminen ja edistäminen seuratoiminnassa.
- Seuratoiminnan inklusion edistäminen.
- Urheilun ja opiskelun parempi yhdistäminen.
- Verkostomainen toiminta ja yhteistyön lisääminen laajasti esim. seurojen sisällä, kuntien kanssa sekä seurojen välillä.

Toimenpiteet

- Toteutamme monipuolisesti seurojen hallinnolle ja eri seuratoimijoille suunnattuja koulutuksia sekä kehittämis- ja sparraustilaisuuksia avoimina ja tilauskoulutuksina. Ohjaaja- ja valmentajakoulutuksissa painopisteenä on aloittelevien ohjaajien kouluttaminen.
- Tarjoamme seuroille sovittelutoimintaa sekä ennaltaehkäisevää koulutusta.
- Koulutamme seurahallintoa ja -valmentajia vastuulliseen toimintaan mm. edistämään yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa sekä tunnistamaan häirintätilanteita ja puuttumaan niihin.
- Olemme kumppanina Suomen Paralympiakomitean saavutettavuutta ja yhdenvertaisuutta edistävässä Avoinmet Ovet -hankkeessa ja tuomme seurakohtaamisissa esille soveltavan liikunnan ja paraurheilun asiaa.

- Tunnistamme seurojen nykytila-analysista tarvittavia toimia ja johdamme niistä kehittämistoimenpiteitä.
- Järjestämme ja olemme mukana seuratoiminnan erilaisissa verkostoissa ja foorumeissa.
- Seuratoimijoiden ja urheilijoiden esille tuomisen ja arvostuksen osoittamiseksi järjestämme Hämeen Urheilugaalan, jossa palkitsemme seuroja, seuratoimijoita ja urheilijoita.

Arviointi

- Kohtaamiset eri urheiluseurojen kanssa; seurakontaktit, koulutukset, kehittämis- ja sparraustilaisuuksien sekä niihin osallistuneiden henkilöiden määrä.
- Toteutetut sovittelutoimet sekä ennaltaehkäisevän koulutusten ja niihin osallistuneiden henkilöiden määrä.
- Soveltavaa liikuntaa ja paraurheilua tarjoavien seurojen määrä.
- Seurafoorumien ja seura/kuntayhteistyön määrä ja laatu alueella.
- Verkostot ja niiden osallistujamäärät.
- Jäsenseurojen palaute ja oma arviointi.
- Aikuisten harrastustoimintaa tarjoavien seurojen määrä sekä uusien ryhmien starttaaminen

5 Koulutus

Koulutustoiminta on merkittävä palvelu ja kehittämisen tuki alueen eri toimijoille. HLU tarjoaa laadukasta koulutusta lasten, nuorten ja aikuisten liikunnan ohjaukseen, seuratoimintaan ja liikunnallisen toimintakulttuurin edistämiseen kunnille, työyhteisöille sekä yksittäisille aiheesta kiinnostuneelle. Kaikessa koulutustoiminnassa korostuu vastuullisuus sekä laadukas sisältöosaaminen.

Koulutustoiminta lisää osallistujien osaamista, sitoutumista ja innostusta liikkumiseen, ohjaamiseen, toiminnallisuuteen sekä hyvinvointiin. Koulutustarjonta on monipuolista, huomioiden alueen tarpeet ja toimintaympäristön muutokset. Koulutussisällöt ovat joko valmiita kokonaisuuksia tai tilaajan tarpeiden mukaan muokattuja, ja niitä päivitetään säännöllisesti uusin tieto huomioiden.

Järjestämme koulutuksia avoimina, seminaareina, tilauskoulutuksina ja webinaareina sekä verkostotilaisuuksien yhteydessä. Tällä hetkellä suosituin palvelu on tilauskoulutus, joka toteutetaan tilaajan omassa toimintaympäristössä. Kehitämme toteutustapoja toimijoiden tarpeiden mukaisesti.

Osaamisen lisääminen on keskeisessä roolissa alueen hanketoiminnassa. Hankkeiden kautta tuotetaan myös uusia koulutussisältöjä.

Huolehdimme kouluttajiemme, henkilökunnan ja luottamushenkilöiden osaamisesta. Teemme yhteistyötä oppilaitosten kanssa mm. tarjoamalla opiskelijoille työharjoittelupaikkoja sekä näyttö- ja lopputöiden toteutusmahdollisuuksia.

Kouluttamisessa otamme huomioon saavutettavuuden, erityisryhmät sekä turvallisen ja häiritsevään ympäristön.

HLU:n koulutustarjonta v. 2026

Valmentaja- ja ohjaajakoulutus

Lasten Liike nuoret ja aloittelevat ohjaajat
Lasten Liike kokeneet ohjaajat ja valmentajat sekä opettajat
Kun lapsi haastaa liikuntaharrastuksessa
Terve Urheilija teemakoulutukset
Valmentajan täydennyskoulutukset
VOK-I-koulutuskokonaisuus:
Minä valmentajana
Taitojen oppiminen
Opetustyyli 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

Seuratoiminta

Urheiluseuran hyvä hallinto
Urheiluseuran verotus
Urheiluseura työnantajana
Urheiluseuran viestintä
Urheiluseuran rekrytointi
Urheiluseuran varainhankinta
Yhteisöllisyys ja ihmisten johtaminen seurassa
Urheilun johtaminen seurassa
Epäasiallisen käyttäytymisen ja ongelmatilanteiden ennaltaehkäisy urheiluseurassa
Urheiluseuran vastuullisuus
Aikuisliikunta seuran voimavarana
Järjestyksenvalvoja koulutukset
Toiminnantarkastajan koulutus
Harrastamisen Suomen malli -työpaja
Harrastamisen edistäminen – kuntien ja urheiluseurojen hallintokoulutus

Liikkuva varhaiskasvatus

Johtajan työpajat
 Motoriset taidot -työpaja
 Lasten motoristen taitojen kehitys
 Lasten motoristen taitojen havainnointi
 Toiminnallinen oppiminen varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa
 Liikuntaa pienissä tiloissa
 Digiloikka liikkuen
 Pallotellen
 Ihan pihalla
 Aktiivinen taapero perhepäivähoidossa
 Toiminnallisen liikkuen ja seikkaillen varhaiskasvatuksessa

Liikkuva koulu

Liikkuva koulu -työpaja
 Toiminnallinen oppiminen
 Jonot matalaksi - lisää oppilaiden aktiivisuutta liikuntatunneille
 Välkkäri - välituntiohjaajakoulutus
 Vamos Välkälle
 Järkkää Sporttitapahtuma!

Liikkuva opiskelu

Uutta buugia liikkuva opiskelu -toimintaan
 Tauoilla energiaa opiskeluun
 Liikuntatutor
 Fyysisesti aktiivisempi opiskelupäivä
 Sumeneeko ajatus? – Toiminnallisempi opiskelu freesaa! -työpajat

Aikuis- ja terveystoiminta

Uusi Normipäivä -työpaja
 Aktiivisempi arki -työpaja
 Buustia ravinnosta
 Uni ja palautuminen
 Liikunta työhyvinvoinnin tukena

Kuntakoulutus

Viranhaltijakoulutus
 Luottamushenkilökoulutus
 Verkostopäivä



Lähde: Liikunnan aluejärjestöt



6 Palvelutoiminta

HLU:n palvelut kohdistuvat keskeisesti seurojen ja kuntien palvelu-, kehittämis- sekä kumppanuustyöhön. Tavoitteena on tuoda lisäarvoa kumppaneillemme liikunnallisesti aktiivisen elämäntavan lisäämiseksi.

Palveluiden kehittäminen ja asiakasläh- töisyys

Tavoitteet

- Kysyntää vastaavien, laadukkaiden ja monipuolisten taloushallinto- ja toimistopalveluiden tarjoaminen.
- Seurojen auttaminen niiden moninaisissa tarpeissa.
- Pitkäaikaisten ja luottamuksellisten palvelusuhteiden varmistaminen.
- Sisäisien prosessien vahvistaminen

Toimenpiteet

- Vastaamme palveluiden kysyntään ja seuraamme laadun toteutumista.
- Toteutamme hallinto-, talous- ja toimistopalveluja liikuntajärjestöille.
- Laadimme kirjalliset prosessikuvaukset.

Arviointi

- Asiakastyytyväisyyden seuranta ja palautteen hyödyntäminen.
- Sopimusten ja palvelukokonaisuuksien toteutuminen.

Yhteistyö ja osaamisen vahvistaminen

Tavoitteet

- Yhteistyön ja vuorovaikutuksen lisääminen jäsenpalveluissa.
- Järjestöjen oman osaamisen kehittäminen.
- Monipuolisten asiantuntijapalveluiden tarjoaminen liikunnan eri osa-alueilla.

Toimenpiteet

- Järjestämme koulutuksia, pilotteja ja sparrausta seuroille ja kunnille.
- Toteutamme monipuolisia koulutuskokonaisuuksia.
- Tarjoamme asiantuntijapalveluita joustavasti erilaisiin sisältöihin.
- Tarjoamme jäsenjärjestöille laajat jäsenedut.

Arviointi

- Asiakaskohtaamisten määrän seuranta.
- Jäsenetujen käytön seuranta.
- Koulutusten ja asiantuntijapalveluiden vaikuttavuus.

Digitalisaatio ja vastuullisuus

Tavoitteet

- Palvelutuotannon digitalisaation lisääminen ja kehittäminen.
- Vastuullinen toiminta huomioiden ympäristönäkökulma, viranomaisohjeet, eettisyys ja yhdenvertaisuus.

Toimenpiteet

- Tuemme jäsenjärjestöjä sähköisten toimintamallien käyttöönotossa.
- Uudistamme palveluja koskevaa viestintää.
- Varmistamme vastuullisen toiminnan palveluiden tuottamisessa.

Arviointi

- Taloushallinnon digitalisaation edistyminen.
- Palvelutuotannon kokonaisarviointi.
- Oma arviointi.

7 Vaikuttaminen

Vaikuttamistyön keskeinen tavoite on liikunnan yhteiskunnallisen aseman ja arvostuksen lisääminen. Haluamme lisäksi vaikuttaa päivittäisen liikunnan edistämiseen, seuratyön elinvoimaisuuden vahvistamiseen sekä HLU:n asiantuntijaroolin vakiinnuttamiseen mm. viestinnällisin sekä tiedolla johtamisen keinoin.

Tavoitteet:

- Liikuntakulttuurin elinvoimaisuuden edistäminen maakunnissa ja paikallisesti.
- Liikunnan saaminen osaksi maakunta-/hyvinvointialueen strategiaa.
- Liikunnan sisältöjä maakuntasuunnitelmiin.
- Hyvinvointialueiden toimintasisältöihin liikunta mukaan.
- Liikunta osaksi kuntastrategiaa / hyvinvointisuunnitelmaa.
- Toimiva yhteistyö opetus- ja kulttuuriministeriön, Suomen Olympiakomitean sekä lajiliittojen kanssa.
- Käyttäjien edustajat mukaan liikunta- ja kaavas suunnitteluun.
- Jokaiseen kuntaan nimetty liikunnan vastuullinen viranhaltija.
- Seurafoorumi/-parlamentti jokaiseen alueen kuntaan.
- Seura-avustusten kasvattaminen ja välillisen tuen säilyttäminen (mm. tilasubventiot).
- Vastuullisuusohjelman jalkauttaminen seurakenttään (hyvä hallinto, yhdenvertaisuus, ympäristöasiat).
- HLU:n tunnettuuden ja vaikuttavuuden lisääminen.
- Teemme yhteistyötä alueen kansanedustajien, kuntien, opetus- ja kulttuuriministeriön, hyvinvointialueiden, maakuntaliittojen sekä Lupa- ja valvontaviraston kanssa.
- Toteutamme HLU:n vastuullisuusohjelmaa.
- Koordinoimme ja toteutamme Liikkuvat-kokonaisuutta (Liikkuva varhaiskasvatus, Liikkuva koulu).
- Liikkuva opiskelu, Liikkuva aikuinen, Liikkuva perhe sekä Ikiliikkuja-ohjelma).
- Olemme mukana hyvinvointialueiden hallinnoissa asiantuntijatehtävissä sekä Pirkanmaalla että Kanta-Hämeessä.
- Olemme mukana urheiluakatemia-, seuraverkosto- ja seurafoorumityössä.
- Julkaisemme omaa lehteä, uutiskirjeitä sekä näymme sosiaalisessa mediassa.

Toimenpiteet

- Toimimme alueellisina verkostovetureina.
- Kokoamme tutkimustuloksista kohderyhmäkohtaisia liikunnan perustelumateriaaleja.
- Osallistumme kehitysryhmiin ja innovoimme uutta.

Arviointi

- Vaikuttamisohjelman toteutuminen
- Vastuullisuusohjelman toteutuminen
- Kuntayhteistyön määrät ja sisällöt
- Onnistuneiden toteutusten määrät / onnistumisprosentit
- Hyvinvointisuunnitelmien /-kertomusten sisällöt/tulokset
- Liikuntaviranomaisten arviot
- Seurafoorumien toteutuminen
- Poikkihallinnollisen yhteistyön kehittyminen
- Kunta- ja jäsenkyselyn tulokset
- Oma arviointi

8 Viestintä

Tavoitteet

- HLU ja toiminnan tunnettuus lisääntyy.
- HLU:n omien sekä muiden yhteisesti sovittujen viestinnällisten toimenpiteiden toteutus.
- Viestintä saavuttavat tavoitellut kohderyhmät.
- Vastuullisuusohjelman kirjausten mukainen toiminta

Toimenpiteet

- Viestimme jäsenille ja muille sidosryhmille toiminnastamme ja palveluista sekä tuemme toimialoja ja hankkeita viestinnällisesti niiden tavoitteiden saavuttamisessa. Nostamme näkyviin hyviä käytäntöjä. Kannustamme jakamaan tietoa eteenpäin.
- Tuemme viestinnän keinoin Liikunnan aluejärjestöjen ja OKM:n tavoiteasiakirjan kirjauksia liikkeen lisäämisen, elinvoimaisen seuratoiminnan kehittämisen sekä kuntien liikuntatoiminnan vahvistamisen kokonaisuuksissa sekä jatkamme HLU:n oman strategian toteutusta.
- Toteutamme yhteisesti sovitut Liikunnan aluejärjestöjen, Suomen liikunnan alueet ry:n, Liikkuvat-ohjelmien sekä muiden yhteisten hankkeiden viestintätoimienpiteet.
- Vahvistamme yhteiskunnallista vaikuttamistyötä myös viestinnän keinoin.
- Tiedotamme paikallisista ja valtakunnallisista koulutuksista, tapahtumista, webinaareista, avustusten ja varainhankinnan tms. mahdollisuuksista.

- Viestimme jäsenille ja muille sidostyhmille eri kanavissa: uutiskirjeet (seuratoiminta, varhaiskasvatus, liikkuva koulu + harrastaminen, liikkuva opiskelu, työhyvinvointi, kunta, 4-11 krt/vuosi), sosiaalisen median kanavat (Facebook, Instagram, YouTube), Hämeen Sportti -lehti (kahdesti vuodessa), verkkosivut, sähköpostiviestit, erilaiset kohtaamiset, muut sähköiset ja paperiset julkaisut sekä yhteistyötahojen kanavat.
- Päivitämme asiantuntijaosaamistamme säännöllisesti ja hyödynnämme digitalisaation tuomia mahdollisuuksia.
- Pidämme koko henkilöstön sekä pienempien ryhmien säännölliset kuukausipalaverit kaikkien ajantasaisen tiedonkulun varmistamiseksi.
- Arvioimme ja kehitämme järjestön sisäistä viestintää.
- Toimimme ja viestimme noudattaen urheiluyhteisön reilun pelin ihanteita ja omaa vastuullisuusohjelmaamme. Edistämme vastuullisemman seuratoiminnan kehittymistä alueella.

Arviointi

- Suunniteltujen viestintätoimien toteutuminen ajallaan.
- Verkkosivujen kävijämäärät, uutiskirjeiden määrät ja avaukset, some-kanavien seuraajat sekä uutiskirjeiden tilaajamäärien ja some-kanavien seuraajien määrän kasvu.
- Tapahtumien ja koulutusten osallistujamäärät.
- HLU:n tunnettuuden ja yhtenäisen näkyvyyden kasvu, mm. palvelujen kysyntä, tilaisuuksien osallistujamäärät

9 Henkilöstöhallinto

Tavoitteet

- Työyhteisön jäsenet noudattavat arjen työssään vastuullisen ja hyvän hallinnon periaatteita.
- Järjestö noudattaa vastuullista henkilöstöpolitiikkaa.
- Huolehdimme henkilökunnan työkyvystä ja hyvinvoinnista.
- Ylläpidämme organisaatiokulttuuria, jossa on hyvä tehdä työtä.
- Henkilöstä ja luottamushenkilöt tietävät henkilökohdaiset ja HLU:n toiminnan tavoitteet sekä toimivaltansa ja vastuunsa.
- Huolehdimme henkilöstön mahdollisuuksista kehittää omaa osaamistaan.

Toimenpiteet

- Luomme henkilöstölle hyvät ja turvalliset edellytykset onnistua työssään.
- Toteutamme erillistä henkilöstön koulutussuunnitelmaa
- Tuemme henkilökunnan omaehtoista kouluttautumista ja kehittymistä.
- Toteutamme sovitut viikkopalaverit sekä käymme kehityskeskustelut.
- Järjestämme erillisiä koulutus-, kehittämis- sekä virkistystilaisuuksia.

- Tuemme henkilöstön hyvinvointia ja harrastustoimintaa erikseen määritellyin tavoin.
- Toteutamme yhdessä sovittuja TYKY-valmiuksia ylläpitäviä ja kehittäviä tilaisuuksia.
- Noudatamme valtakunnallisia työehtosopimuksia.
- Huolehdimme, että kaikilla työntekijöillä on kirjalliset työsopimukset.
- Pidämme toimenkuvat ja tehtävien pätevyysvaatimukset ajan tasalla
- Käytössämme on noin 13 HTV. Kouluttajia aktiivisesti käytettävissä noin 15 henkilöä.
- Liikunta-alan oppilaitoksista on HLU:ssa työharjoittelussa 2–5 henkilöä eri pituisilla työ-/harjoittelujaksoilla.
- Tarkastelemme järjestön organisointia ja työtapoja sekä teemme tarvittaessa muutoksia.

Arviointi

- Henkilöstön ja työryhmien oma arviointi ja palaute
- Ulkoiset palautteet
- HLU:n kiinnostavuus työpaikkana
- Vahvistetut toimenkuvat ja koulutusvaatimukset
- Toteutuneet HTV:t ja poissaolo-% / vrk

10 Hallinto ja talous

Tavoitteet

- Talous mahdollistaa strategian mukaisen tavoitteellisen toiminnan.
- Toteutamme toimintamme ja palvelumme kustannustehokkaasti.
- Edistämme henkilökunnan kokonaistaloudellista ajattelua ja kustannustietoisuutta.
- Kehitämme uusia tulonhankintamuotoja.
- Hyvä maksuvalmius.
- Oma pääoma tulee kattaa vähintään 6 kk:n kiinteät menot.
- Arjen työtä ohjaa tulostietoinen toimintatapa.

Toimenpiteet

- Kehitämme palvelutuotantoa
- Kartoitamme toimitilat vuoden 2026 aikana
- Jatkamme taloushallinnon järjestelmien kehittämistä
- Talousarvion toiminnan tuotot ovat 3 147 150 (v. 2025 3 088 450 €), muutosta +1,90 %.
- Varsinaisen toiminnan tuotot kattavat käyttömenoista 83,28 % (82,03 %) ja julkisten perustoiminta-avustusten osuus kokonaistuotoista on 13,66 % (13,95 %).
- Henkilöstökulujen osuus on 49,78 % (48,32 %).
- Kehitämme talouden seuranta- ja henkilöstön tietoisuutta talouden kokonaisuudesta.
- Arvioimme yksikköhintalaskentaperusteita jatkuvasti.

Arviointi

- Talousarvion toteutuminen
- Tilinpäätös, tuloslaskelma ja tase
- Omavaraisuusaste > 50 %
- Maksuvalmius > 2

Hämeen Liikunta ja Urheilu ry
BUDJETTI 2026
TOIMIALUEITTAIN

	YHTEENSÄ	NUORISO	AIKUISET	SEURA- TOIMINTA	HALLINTO
	ryhmä	1	2	3	4
VARSINAINEN TOIMINTA					
VARSINAINEN TOIMINTA					
TUOTOT					
TUOTOT	2 619 950,00	875 750,00	199 000,00	45 500,00	1 499 700,00
TUOTOT	2 619 950,00	875 750,00	199 000,00	45 500,00	1 499 700,00
VARSINAINEN TOIMINTA	2 619 950,00	875 750,00	199 000,00	45 500,00	1 499 700,00
KULUT					
HENKILÖSTÖKULUT	-1 566 112,35	-203 475,72	-158 814,75	-198 026,94	-1 005 794,94
POISTOT	-2 197,00	0,00	0,00	0,00	-2 197,00
VUOKRAT	-105 626,00	-3 016,00	-1 214,00	-2 614,00	-98 782,00
ULKOPUOLISET PALVELUT	-125 600,00	-7 700,00	-34 000,00	-36 300,00	-47 600,00
MATKAKULUT	-370 700,00	-9 350,00	-18 000,00	-850,00	-342 500,00
MATERIAALIKULUT	-24 850,00	-5 950,00	-7 000,00	-400,00	-11 500,00
TOIMINTAKULUT	-950 800,00	-816 750,00	-30 950,00	-1 200,00	-101 900,00
KULUT	-3 145 885,35	-1 046 241,72	-249 978,75	-239 390,94	-1 610 273,94
VARAINHANKINTA	-525 935,35	-170 491,72	-50 978,75	-193 890,94	-110 573,94
TUOTOT	19 000,00	0,00	5 000,00	0,00	14 000,00
KULUT	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VARAINHANKINTA	19 000,00	0,00	5 000,00	0,00	14 000,00
TUOTTO-/KULUJÄÄMÄ	-506 935,35	-170 491,72	-45 978,75	-193 890,94	-96 573,94
SIJOITUS- JA RAHOITUSTOIMINTA					
KORKOTUOTOT					
6000 Korkotuotot	3 000,00	0,00	0,00	0,00	3 000,00
TUOTOT	3 000,00	0,00	0,00	0,00	3 000,00
KULUT					
6120 Yhtiövastikekulut	-7 800,00	0,00	0,00	0,00	-7 800,00
KULUT	-7 800,00	0,00	0,00	0,00	-7 800,00
SIJOITUS- JA RAHOITUSTOIMINTA	-4 800,00	0,00	0,00	0,00	-4 800,00
TUOTTO-/KULUJÄÄMÄ	-511 735,35	-170 491,72	-45 978,75	-193 890,94	-101 373,94
OMATOIMINEN TUOTTO-/KULUJÄÄMÄ	-511 735,35	-170 491,72	-45 978,75	-193 890,94	-101 373,94
YLEISAVUSTUKSET					
TOIMINTA-AVUSTUS					
8000 Toiminta-avustus/OKM	430 000,00	0,00	0,00	0,00	430 000,00
8010 Erillisavustus	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
8020 Muut julkisavustukset	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
8025 Hankeavustukset	78 200,00	64 000,00	14 200,00	0,00	0,00
TOIMINTA-AVUSTUS	508 200,00	64 000,00	14 200,00	0,00	430 000,00
YLEISAVUSTUKSET	508 200,00	64 000,00	14 200,00	0,00	430 000,00
TILIKAUDEN TULOS	-3 535,35	-106 491,72	-31 778,75	-193 890,94	328 626,06
TILIKAUDEN YLI/ALIJÄÄMÄ	-3 535,35	-106 491,72	-31 778,75	-193 890,94	328 626,06



Kuntokatu 17, 3. krs
33520 TAMPERE
hlu@hlu.fi, p. 040 7108 455
www.hlu.fi