

1.LOKAKUUTA 10/2021

UUTISKIRJE

ETELÄ-SAVON LIIKUNTA RY



Syyskuussa tapahtunutta



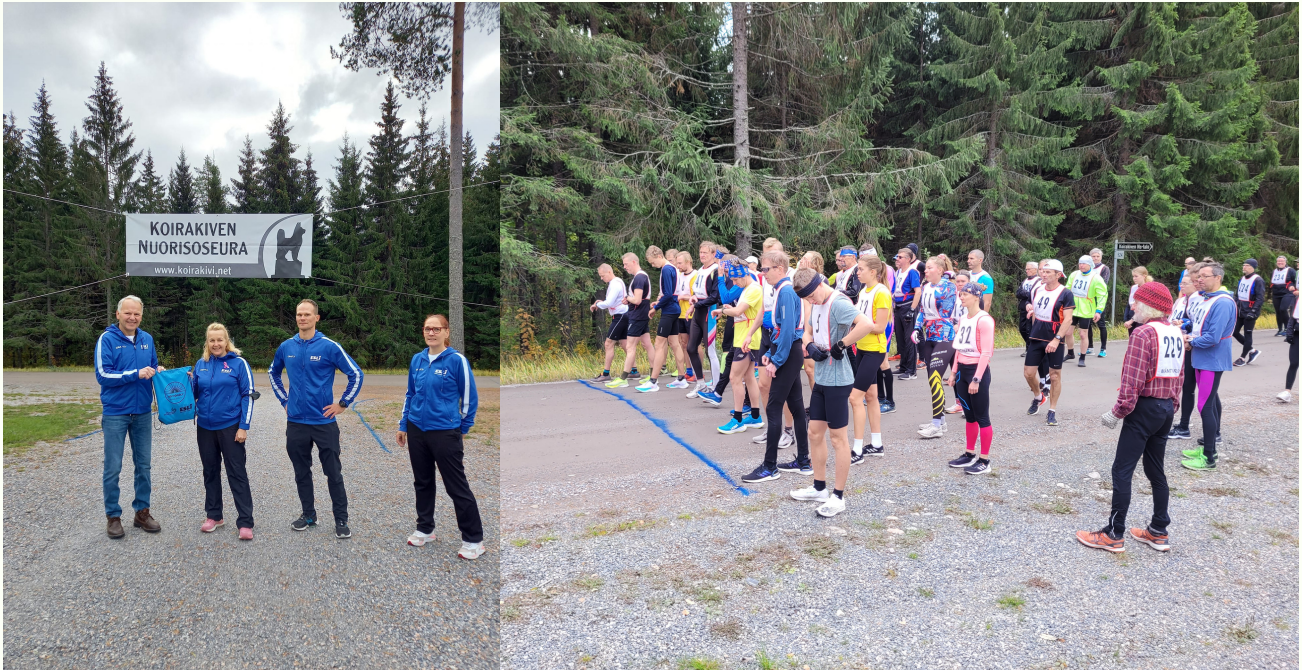
Tapahtumat

Let's Move Mikkeli 2.9.

Uutena tapahtumana Let's Move Mikkeli tarjosi nonstop jumppaa 3 tuntia. Sää oli haastava sateesta johtuen, mutta osallistujat jaksoivat jumpat sitkeästi loppuun asti. Tapahtumapaikkana Mikkeli puisto sai hyvää palautetta ja jatkoa on varmasti luvassa. Kiitokset myös huipuille ohjaajille! -> [Kuvagalleria](#)

Apostolin Kyydillä 12.9. Partaharjukeskus, Pieksämäki.

Perinteinen Apostolin kyydillä - piispan ulkoilutapahtuma keräsi 230 osallistujaa. ESLin liikuntapisteellä liikutettiin isompia ja pienempiä osallistujia hymy huulilla.



Koirakiven kierros 26.9.

Kiitimme ministeri Jari Leppää erinomaisesta yhteistyöstä, antamalla ESLin tiimitakin ja treenikassin. Juoksijoita (76 kpl) kilpailuun oli tullut mukavasti ympäri Etelä-Savoa sekä kauempaa Helsinki-Lahti akselilta. ESLin alkujumpalla lämmiteltiin juoksijat starttia varten. Lisäksi ESLin liikuntarastit keräsivät kannustusjoukot kokeilemaan mm. frisbeegolfia, puujalkakävelyä ja palloseinää.

Kuntakiertueet

Juva 7.9

Syyskuussa ESLin kuntakiertue starttasi Juvalta. Tapasimme kunnan toimialajohtajia ja kunnanjohtajan, kertoen mitä meillä on tarjota. Tämän jälkeen jäimme illaksi työstämään asioita kuntalaisten ja johtoryhmän kanssa strategiatyöpajaa. Ryhmätöissä oli vilkasta ja antoisaa keskustelua sekä toimenpide ehdotuksia. Oli erittäin onnistunut päivä.

Enonkoski 23.9

Enonkoskella ESLin tiimi tapasi kunnanjohtaja Minna Laurion ja kunnan johtotiimiä sekä Sosterin edustajia. Pitkäjänteinen yhteistyö on sujunut mallikkaasti yli hallintorajojen, terveydenhuollon, seurojen ja järjestöjen kanssa. Liikuntapaikat ovat ajanmukaiset ja monipuoliset. Tästä on mukavaa jatkaa kohti uusia steppejä.

Kangasniemen kuntakiertue tulossa 5.10.

Ajankohtaista

Tapahtumat

16.10. Let's Move Savonlinna
Savonlinnan Liikuntahallilla
klo 10 alkaen

Let's Move
Ilmoittautumiset
esli.tapahtumiin.fi



16.10. Sulkavan Urheilijat -41 80v juhla ja seura-asupäivä. [Lue lisää](#)

Uudet hankkeet

1.10 starttasi Liike ja tunne - tunnetta liikkeellä! -hanke.

Hankkeen tavoitteena on oppijoiden hyvinvoinnin edistäminen liikunnan ja teatterin keinoin.

Hankkeessa toteutetaan ryhmätoimintaa, jonka tavoitteena on sosiaalisen osallisuuden lisääminen, opiskeluyhteisöön kuulumisen tunteen vahvistaminen ja opiskelumotivaation kasvattaminen.

Hankkeen tavoitteena on erilaisten harjoitteiden kautta kiusaamisen ennaltaehkäiseminen vahvistamalla oppijoiden itsetuntemusta ja itsetuntoa.

Hankkeen keskeiset toimijat ovat Etelä-Savon Liikunta ry (pää toteuttaja) ja Mikkelin Teatteri (osatoteuttaja). Kohderyhmänä ovat ESEDU: n, Mikkelin Lukion sekä Mikkelin perusopetuksen 9-luokkien oppijat ja opetushenkilöstö.

Toiminta suunnitellaan ja rakennetaan monialaisena yhteistyönä hankkeen toimijoiden ja muiden sidosryhmien kesken. Hankkeen toimenpiteinä on sisältöjen tuottaminen teatteri- ja liikuntapohjaisiin ryhmätoimintoihin, koulutuksiin ja toimintapajoihin, joita toteutetaan osana koulu - ja opiskelupäiviä. Hankkeen tuloksena halutaan tuottaa opetushenkilöstön käyttöön toiminnallisia harjoitteita osaksi opetusta. Lisäksi saadaan aikaiseksi toimintamalli, jolla edistetään hyvinvoinnin ilmapiiriä ja löydetään keinoja kiusaamisen ennaltaehkäisemiseksi koko koulu ja opiskeluyhteisössä. Hankkeen välitön tulos on mukana olevien nuorten hyvinvoinnin ja vuorovaikutusosaamisen lisääntyminen erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa.

Urheiluseurat hyvinvoinnin lisääjänä -hanke

Hankkeen tavoitteena on elintapaohjaukseen sitoutuneiden pilottiseurojen (Mikkelin Hiihtäjät ja Mikkelin Kilpa-Veikot) kautta luoda toimintamalli miten urheiluseurat voivat toteuttaa elintapaohjausta ja tätä mallia monistamme koko Etelä-Savoon.

Etelä-Savon Liikunta auttaa pilottiseuroja toiminnan toteutumisessa ja levittää hyviä käytänteitä muihin seuroihin.

Etelä-Savon Liikunta luo Etelä-Savossa urheiluseuroihin toimintamallin matalan kynnyksen harrasteryhmille, jotka ovat yksi keino ihmisten matalan kynnyksen liikuttamiselle ja toiminnan aloittamiselle urheiluseurassa.

Hankkeen tavoitteena on, että urheiluseuroille luodaan toimintamalli elintapaohjauksen tuottamiseen ja hyvinvoinnin lisäämiseen.

Mallinnuksen kautta eri kokoisille urheiluseuroille (olipa seurassa päätoiminen työntekijä tai pelkästään vapaaehtoisia toimijoita) luodaan kokemusten ja koettujen mallien kautta opas miten elintapaohjausta seurassa toteutetaan ja mitkä ovat keinot hyvinvoinnin lisäämiseen.

Pilottiseurat toimivat Mikkelin seudulla mutta mallinnuksia levitetään ympäri Etelä-Savoa ja tarkoituksena on luoda eteläsavolainen malli urheiluseurojen hyvinvoinnin tuottamiseen.



Mukavaa syksyn jatkoa!

Toivoo ESLin väki