



# Vuosikertomus 2019



Keski-Suomen Liikunta ry

## Sisällysluettelo

|                                                                    |           |
|--------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Keski-Suomen Liikunta ry:n toiminnan perusta</b>                | <b>2</b>  |
| <b>Esipuhe</b>                                                     | <b>3</b>  |
| <b>1. Hallinto</b>                                                 | <b>4</b>  |
| 1.1. Yhdistyksen viralliset kokoukset                              |           |
| 1.2. Hallitus                                                      |           |
| 1.3. Jäsenyhdistykset                                              |           |
| 1.4. Henkilöstö                                                    |           |
| 1.5. Toimiston jäsenpalvelut                                       |           |
| <b>2. Yhteiskuntavaikuttaminen</b>                                 | <b>8</b>  |
| <b>3. Huomioimiset ja palkitsemiset</b>                            | <b>9</b>  |
| 3.1. Vuoden keskisuomalaiset urheilijat                            |           |
| 3.2. Vuoden urheiluteot                                            |           |
| 3.3. Vuoden liikuntateot kunnittain                                |           |
| 3.4. Ansiomerkit                                                   |           |
| 3.5. Muut huomioimiset                                             |           |
| <b>4. Viestintä</b>                                                | <b>11</b> |
| 4.1. Viestinnän tehtävät                                           |           |
| 4.2. Viestinnän osa-alueet                                         |           |
| <b>5. Lasten liikunnan edistäminen</b>                             | <b>13</b> |
| 5.1. Varhaisvuosien liikunta                                       |           |
| 5.2. Liikkuva koulu ja Liikkuva opiskelu ohjelma                   |           |
| 5.3. Urheiluseuratoiminta                                          |           |
| 5.4. Lasten Liike - Liikuntakerhotoiminta                          |           |
| 5.5. Lasten Sporttikortti -kampanja                                |           |
| 5.6. Soveltava liikunta                                            |           |
| 5.7. Kasva Urheilijaksi –testi-ilta                                |           |
| 5.8. Lasten ja nuorten liikunnan koulutukset                       |           |
| 5.9. Varhaisvuosien liikunnan kuntakierros                         |           |
| <b>6. Nuorten ja aikuisten liikunnan edistäminen</b>               | <b>16</b> |
| 6.1. Terveyttä ja hyvinvointia edistävä projekti- ja hanketoiminta |           |
| 6.2. KKI –kumppanuus                                               |           |
| 6.3. Verkostotyö                                                   |           |
| 6.4. Koulutus ja tapahtumat                                        |           |
| <b>7. Seuratoiminnan edistäminen</b>                               | <b>20</b> |
| 7.1. Koulutukset                                                   |           |
| 7.2. Verkostotyö                                                   |           |
| 7.3. Seuratuki                                                     |           |
| 7.4. Yhteistyö                                                     |           |
| 7.5. Tähtiseura –laatuohjelma                                      |           |
| 7.6. Neljän maakunnan seuratyöryhmä                                |           |
| <b>8. Tapahtumat</b>                                               | <b>24</b> |
| 8.1. Keski-Suomen Urheilugaala 25.1.                               |           |
| 8.2. Kuutamohiihto                                                 |           |
| 8.3. KESLI–liikuntaleiri Saarijärvellä 10.-14.6.                   |           |
| 8.4. Finlandia Marathon 13.-14.9. Jyväskylässä                     |           |
| 8.5. Kansallinen Liikuntafoorumi 28.-29.10. Jyväskylässä           |           |
| <b>9. Talous</b>                                                   | <b>26</b> |
| <b>Tuloslaskelma</b>                                               | <b>27</b> |
| <b>Tase</b>                                                        | <b>27</b> |
| <b>Liite 1:</b> KesLin toiminta lukuina                            | <b>28</b> |
| <b>Liite 2:</b> Keski-Suomen Liikunnan vuosi 2019 lukuina          | <b>29</b> |

## Keski-Suomen Liikunta ry:n toiminnan perusta

### Keski-Suomen Liikunnan toiminta-ajatus

Keski-Suomen Liikunta ry:n toiminta-ajatuksena on keskisuomalaisten hyvinvoinnin tukeminen liikunnan ja urheilun avulla

1. tuottamalla jäsenjärjestöille niiden haluamia ja tarvitsemia laadukkaita palveluja
2. tukemalla keskisuomalaisten liikunnan ja urheilun edistämiseen tähtääviä kehittämishankkeita
3. kehittämällä erityisesti lasten ja nuorten liikunnan tasapuolisia edellytyksiä ja harrasteliikunnan eri muotojen mahdollisuuksia
4. toimimalla jäsenjärjestöjensä ja muiden intressiryhmien yhteistyön verkonkutojana

### Arvot

#### Maakunnallisuus

Keski-Suomen Liikunta on keskisuomalaista liikuntakulttuuria kehittävä ja kokoava yhdistys. Liikuntakulttuurilla on tärkeä merkitys Keski-Suomen itsetunnolle, maakuntahengelle ja kehittymiselle.

**Positiivisuus** Keskiläisillä on positiivinen ja avoin asenne ihmisiä, asioita ja ilmiöitä kohtaan.

**Inhimillisyys** KesLin toiminta perustuu vuorovaikutukseen ihmisten kanssa. Olemme vastuuntuntoisia, rehellisiä ja suvaitsevaisia. Kunnioitamme jokaista omana itsenään.

**Laadukkuus** KesLin toiminta on eettisesti kestävä, asiakaslähtöistä ja tavoitteellista. Kehitämme toimintaamme määrätietoisesti suunnittelemalla, toteuttamalla suunnitelmia sekä arvioimalla toteutusta saamamme palautteen ja tavoitteiden pohjalta.

**Vaikuttavuus** Olemme ennakkoluulottomia, laajakatseisia ja yhteistyökykyisiä. Keski-Suomen Liikunta on merkittävä alueellisen liikuntakulttuurin kehittäjä ja toiminnallamme on myös yhteiskunnallista vaikuttavuutta.

### Visio 2025

*Keski-Suomen Liikunta on tunnettu toimija ja haluttu kumppani, jolla on tunnustettu asema liikunnan kehittäjäorganisaationa.*

### Tavoitetila 2025

1. Keskisuomalaisissa seuroissa on osaamista ja ne toimivat laadukkaasti
2. Keskisuomalaisten liikunta-aktiivisuus on lisääntynyt
3. Keski-Suomen Liikunnalla on tunnustettu asema liikunnan kehittäjänä
4. Keski-Suomessa on vahva ja aktiivinen liikuntatoimijoiden verkosto

Tavoitteeseen pääsemme vahvistamalla kuntakohtaisesti liikunnan edistämistoimenpiteitä sekä seuratoiminnassa että kuntien kumppanina tunnistaen olemassa olevat resurssit ja olosuhteet sekä varhaiskasvatusikäisten, kouluikäisten, aikuisten sekä iäkkäiden tarpeet. Kehittämistyötä toteutetaan tutkittuun tietoon sekä aikaisempaan kokemukseen perustuen.

## Esipuhe

Vuonna 2019 toimintaa kehitettiin usean kehittämishankkeen avulla sekä verkottumalla entistä vahvemmin maakunnallisten toimijoiden kesken. Keski-Suomen Liikunta on vahvasti vaikuttamassa maakunnan kehitykseen liittyvissä toimissa olemalla mukana erilaisissa asiantuntijaryhmissä sekä vaikuttamalla järjestöjen yleiseen asemaan maakunnassa. Toteutimme mm. ”Viisasta liikkumista pyörällä” – kehittämishankkeen, jossa selvitimme Keski-Suomen kuntien pyöräilyolosuhteiden kehittämistarpeita.

Olemme strategiaamme mukaisesti verkottuneet entistä tiiviimmin sekä alueellisesti että paikallisesti. Toimimme aktiivisesti maakunnan yhteistyöverkostoissa, tavoitteena ”isommilla hartioilla” ja toimijoiden välisellä yhteistyöllä lisätä liikettä, luoda tukijärjestelmä urheilijan polulle, tarjota entistä parempaa apua seuratoimintaan sekä vaikuttaa positiivisesti liikunnan ja urheilun asemaan kunnissa.

Keski-Suomen Liikunta on mukana Jyväskylän Hyvinvoinnin Osaamiskeskittymässä (KEHO). KeHO kokooa keskisuomalaisia sosiaali- ja terveysalan, liikunta- ja urheilualan sekä hyvinvoinnin asiantuntijoita, osaajia ja toimijoita yhteen monialaiseksi verkostoksi. KeHO on hyvinvointitekojen ja hyvinvointiasiantuntijuuden globaali kokeilu- ja kasvualusta. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tutkimus, koulutus, innovaatiot ja hankkeet ovat KEHOn ydintä. KEHO myös jalkautui kuntiin luomalla käytännönläheisen ”Meijänpolku” –konseptin liikunnan, levon, luonnon sekä yhteisöllisyyden arvojen korostamiselle ja näkyväksi tekemiselle.

Tammikuun lopussa Keski-Suomen Urheilugaalassa palkitsimme jälleen maakunnan parhaita urheilijoita, valmentajia, seuratoimijoita ja liikkujia Jyväskylässä. Juhlasta on tullut entistäkin kiinnostavampi tehtyämme yhteistyötä valtakunnallisen Suomen Urheilugaalan, OPH:n ja Veikkauksen kanssa. Osallistujia oli lähes 300 urheiluihmistä ympäri maakuntaa.

Toisen päätapatumamme, Finlandia Marathonin pääpaikka oli myös Paviljonki. Tapahtuma on vakiinnuttanut paikkansa keskisuomalaisen aikuisliikunnan kohokohtana, johon tullaan ympäri Suomea. Mukana on myös nuorten sarjat kannustamassa nuoria aikuisia liikkumaan. Teimme tapahtumassa yhteistyötä Liikuntapääkaupunki Jyväskylän kanssa, joka järjesti kaikille avoimen, liikunta- ja urheilualan maksuton messutapahtuman. Liikuntapääkaupunki Expo kokosi yhteen jyvaskyläläisen urheilu- ja liikuntakentän. Finlandia Marathon -tapahtuma säilytti osallistujamäärän entisellään, vaikka yleisesti juoksutapahtumien osallistujamäärät Suomessa olivat laskusuunnassa.

Vuoden 2019 leiri järjestettiin kesäkuussa Saarijärvellä. Leirillä lapset pääsivät kokeilemaan useita liikuntalajeja, joista osa oli varmasti monelle leiriläiselle ensikosketus kyseiseen lajiin. Leiri on kaikille avoin leiri, jossa liikuntalajien opetus on järjestetty hyvin matalalla kynnyksellä. Leiri on myös hyvä paikka monelle opiskelijalla hankkia ohjaajakokemusta.

Lokakuussa Paviljongissa järjestetty Kansallisen Liikuntafoorumi vei paljon aikaresursseja, mutta tapahtuma onnistui loistavasti. Foorumi keräsi ennätysosallistujamäärän, 350 henkilöä eri puolilta Suomea.

Keski-Suomen Liikunnan talouden rakenne muodostuu Opetus- ja kulttuuriministeriön avustuksesta sekä muusta toiminnasta mm. koulutuksista, tapahtumista ja kehittämisavustuksista. Vuoden 2019 tulos oli 5969,32 euroa negatiivinen.

Jyväskylässä 03.03.2020

Petri Lehtoranta, aluejohtaja

# 1. Hallinto

## Tavoite

Hyvällä hallinnolla varmistetaan strategian toteutuminen sekä turvataan varsinaisen toiminnan edellytykset.

## Toteutus

Keski-Suomen Liikunta (KesLi) toteuttaa vuosisuunnittelujärjestelmää, jolla varmistetaan yhteinen suunnittelu ja toiminnan seuranta. Toiminta- ja taloussuunnitelma tehtiin syksyn aikana. Suunnitelma rakennettiin henkilöstön ja hallituksen yhteisenä suunnittelupäivänä toukokuussa, jolloin päätettiin yleiset strategiset linjaukset edellisen vuoden arvioinnin pohjalta. Suunnittelupäivän jälkeen henkilöstö työsti suunnitelmaa toimialoittain. Vuoden 2020 toimintasuunnitelma sekä strategia 2025 vahvistettiin syyskokouksessa joulukuussa.

Keski-Suomen Liikunnalla on vuosittain maaliskuussa tarkistettava toimintakäsikirja, joka kuvaa senhetkisen toiminnan. KesLin toimintaa arvioidaan myös vuosikertomuksessa, joka laaditaan toimialakohtaisesti helmi-maaliskuussa ja hyväksytään kevätkokouksessa. KesLin toimintaa ja taloutta seurataan toimiston yhteisissä palavereissa neljännesvuosittain sekä hallituksen kokouksissa kuukausittain. Keski-Suomen Liikunnalla on yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelma, joka päivitetään hallituksessa vuosittain.

KesLi tukee hallituksen, toimihenkilöiden sekä kouluttajien koulutusta joko sitä itse järjestämällä tai tukemalla kouluttautumista ulkopuolisissa koulutuksissa. Henkilökuntaa on myös vuosittain kannustettu liikkumaan yhteisillä liikuntapäivillä sekä osallistumalla liikunnan harrastamiseen liittyviin kustannuksiin.

Keski-Suomen Liikunnan aluejohtaja käy henkilökohtaiset kehittämiskeskustelut henkilöstön kanssa huhtikuussa. Keskustelujen tavoitteena on varmistaa henkilöstön jaksamiseen sekä henkilökohtaisen osaamisen kehittämiseen liittyvät asiat. Henkilökunta osallistui myös elokuussa Asikkalassa järjestetyille aluepäiville, jotka ovat tarkoitettu aluejärjestöjen koko henkilökunnalle.

Keski-Suomen Liikunta valmisteli vuoden 2019 aikana uuden strategian 2020-2025 syyskokoukselle hyväksyttäväksi. Strategiassa painottuu kuntayhteistyö, seuratoiminnan kehittäminen, tiedolla johtaminen sekä verkostotoiminta.

### 1.1. Yhdistyksen viralliset kokoukset

#### Kevätkokous

Keski-Suomen Liikunta ry:n kevätkokous pidettiin 25.4. Jyväskylässä Keski-Suomen Liikunta ry:n koulutustilassa. Puheenjohtajana toimi Keski-Suomen Suunnistus ry:n puheenjohtaja Esa Honkonen ja sihteerinä Petri Lehtoranta. Kokouksessa hyväksyttiin vuoden 2018 vuosikertomus ja tilinpäätös sekä valittiin ehdollepanotoimikunta valmistelevaan hallituksen henkilövalintoja vuodelle 2020. Ehdollepanotoimikunnan kokoonpanoksi päätettiin: Janne Kinnunen, Petri Lehtoranta, Esa Kaihlajärvi, Heikki Mäkinen ja Teija Liukkaala.

#### Syyskokous

Keski-Suomen Liikunta ry:n sääntömääräinen syyskokous pidettiin 5.12. Keski-Suomen Liikunnan koulutustilassa. Puheenjohtajana toimi Jukka Hämäläinen ja sihteerinä Petri Lehtoranta. Kokouksessa hyväksyttiin vuoden 2020 toiminta- ja taloussuunnitelma ja strategia 2025 sekä päätettiin hallituksen henkilövalinnoista vuodelle 2020. Syyskokous päätti myös sääntömuutoksesta, jossa päivitettiin kokouskäytäntöjä sekä tilintarkastajien määrää. Samoin 2. pykälä uudistettiin seuraavasti: ”Yhdistyksen tarkoituksena on toimia liikunnan ja urheilun kehittäjänä ja edunvalvojana sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistäjänä. Toiminnan lähtökohtana on yhteistyö kaikkien urheilu- ja liikuntaorganisaatioiden sekä sidosryhmien kanssa”. Uudistetut säännöt löytyvät osoitteesta [www.kesli.fi](http://www.kesli.fi).

### 1.2 Hallitus

Keski-Suomen Liikunta ry:n hallitus kokoontui viisi kertaa. Puheenjohtajana kokouksissa toimi Janne Kinnunen pois lukien kokous nro. 5, jossa puheenjohtajana toimi varapuheenjohtaja Mari Sivill. Varapuheenjohtajat olivat Anna-Leena Sahindal ja Mari Sivill. Hallituksen kokouksissa toimi esittelijänä sekä sihteerinä aluejohtaja Petri Lehtoranta.

Keski-Suomen Liikunta piti hallitusseminaarin 9.5. Aiheena oli Keski-Suomen maakunnan skenaariotyö, joka samalla valmisteli Keski-Suomen Liikunta ry: strategiaa vuosille 2020-2025. Illan tavoitteena on luoda näkymä siitä, millainen toimija haluamme Keski-Suomen Liikunta ry:n olevan vuonna 2025. Tilaisuuden aluksi Keski-Suomen liiton aluekehitysasiantuntija Kirsi Mukkala toi poimintoja maakunnan toimintaympäristön skenaarioista ja niiden kehityskuluista sekä tulevaisuuden ajureista. Hän kävi läpi myös maakunnan väestökehitystä ja -näkyviä sekä muutakin tulevaisuuteen vaikuttavaa tilastofaktaa.

Hallituksen jäsenet ja heidän osallistumisensa kokouksiin:

|                                        |     |           |                         |   |
|----------------------------------------|-----|-----------|-------------------------|---|
| Janne Kinnunen, puheenjohtaja          | 4/5 |           |                         |   |
| Anna-Leena Sahindal, varapuheenjohtaja | 1/5 |           |                         |   |
| Mari Sivill, varapuheenjohtaja         | 4/5 |           |                         |   |
| Aki Karjalainen                        | 3/5 | varajäsen | Teemu Tenhunen          | 0 |
| Hannu Kiminkinen                       | 5/5 | varajäsen | Tarja Stenman           | 0 |
| Ilmo Viitanen                          | 4/5 | varajäsen | Helka Maltolahti        | 0 |
| Auli Pitkänen                          | 4/5 | varajäsen | Timo Onatsu             | 2 |
| Ella Salmela                           | 3/5 | varajäsen | Mika Suoja              | 0 |
| Timo Kempainen                         | 2/5 | varajäsen | Sonja Stenholm-Hokkanen | 1 |

Tilintarkastajat:

Martti Olli HTM (varalla Eija Honkanen, HTM) ja Reijo Korpela KHT (varalla Seppo Lindholm JHTT, HTM)

### 1.3 Jäsenyhdistykset (158)

#### Urheiluseurat (135)

|                               |                                   |                                  |
|-------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| Alhon Aki ry                  | Jyväskylän Kiri & Kirittäret      | Kaipolan Naisvoimistelijat ry    |
| Alppiihittoseura Himoski ry   | Juniorit ry                       | Kampuksen Dynamo ry              |
| Alvajärven ryhti              | Jyväskylän Kunto- ja              | Kampuksen Plaani ry              |
| DanceStyle ry                 | Luontoliikkujat ry                | Kannonkosken Kiho ry             |
| Diskos Jyväskylä              | Jyväskylän Laskuvarjokerho ry     | Kensu ry                         |
| FC Saarijärvi ry              | Jyväskylän Latu ry                | Keski-Suomen Moottorikerho ry    |
| FC Vaajakoski ry              | Jyväskylän Lohi ry                | KeuPa Hockey Team ry             |
| Floorball Club Dux ry         | Jyväskylän Naisvoimistelijat ry   | Keurusjumpa ry                   |
| Grainville Line Dancers ry    | Jyväskylän Nousu ry               | Keuruun Kisailijat ry            |
| Haapamäen Urheilijat ry       | Jyväskylän Pallokerho ry          | Keuruun Naisvoimistelijat ry     |
| Hankasalmen Hanka ry          | Jyväskylän Pesis ry               | Keuruun Pallo ry                 |
| Happee ry                     | Jyväskylän Pyöräilyseura ry       | Konneveden Urheilijat ry         |
| Harjun Woima Jyväskylä ry     | Jyväskylän Rugby Club ry          | Korpilahden Pyrintö ry           |
| HoNsU ry                      | Jyväskylän Saukot ry              | Korpilahden Urheiluautoilijat ry |
| ISO:n Tanhuujat ry            | Jyväskylän Seudun Palloseura ry   | Koskenpään Kiri                  |
| Jaguars Spirit Athletes ry    | Jyväskylän Shorinji Kempo ry      | Kyyjärven Kyky ry                |
| Jigotai ry                    | Jyväskylän Sulkapalloseura ry     | Laukaan Kisa-Veljet Darma-Kai ry |
| JKK Juniorit ry               | Jyväskylän Taitoluistelu-seura ry | Laukaan Moottorimiehet ry        |
| JKK Jyväskylä ry              | Jyväskylän Tanssi- ja             | Laukaan Shukokai Karate ry       |
| Joutsan Seudun Pallo ry       | Naisvoimistelu-seura ry           | Laukaan Urheilijat ry            |
| JPS Juniorit ry               | Jyväskylän Tennisseura ry         | Lentopalloseura Homenokat ry     |
| JYP Juniorit ry               | Jyväskylän Valo ry                | Leppäveden Leppä ry              |
| Jyväskylä Jaguars ry          | Jyväskylän Voimistelijat ry       | Lievestuoreen Kisa ry            |
| Jyväskylä Roller Derby ry     | Jyväskylä Jyväskylä ry            | Liikunnan Riemu ry               |
| Jyväskylän Agility Team ry    | Jyväskylä Jyväskylä ry            | Los Bastardos ry                 |
| Jyväskylän historiallisen     | Jyväskylä Jyväskylä ry            | Meloiloina ry                    |
| miekkailun seura ry           | Jyväskylä Jyväskylä ry            | Mukwan Jyväskylä ry              |
| Jyväskylän ITF Taekwon_Do ry  | Jyväskylä Jyväskylä ry            | Multian Jyske                    |
| Jyväskylän Kenttärheilijat ry | Jyväskylä Jyväskylä ry            | Multian Naisvoimistelijat ry     |
|                               | Jyväskylä Jyväskylä ry            | Muuramen Rasti ry                |

Muuramen Syke ry  
 Muuramen Yritys ry  
 Muurasjärven Murto ry  
 O2-Jyväskylä ry  
 Palokan Ilo, voimistelu ja liikunta ry  
 Palokan Pyry ry  
 Palokan Riento ry  
 Parkour Oppimiskeskus ry  
 Pihtiputaan Tuisku ry  
 Ploki ry  
 Pohjois-Päijänteen Pursiseura ry  
 Puska Puttaajat ry  
 Putkilahden Ketterä ry  
 Pylkönmäen Yrittävä ry  
 Pönttövuoren Peikot ry  
 Rautpohjan Moottorikerho ry  
 REAGL Capoeira Jyväskylä ry  
 Riihivuoren Hiihtoseura ry  
 Saarijärven Jääurheiluseura ry  
 Saarijärven Naisvoimistelijat ry  
 Saarijärven Pullistus ry  
 Saarijärven Tennis ry  
 Suunta Jyväskylä ry  
 Seitsemän Hunnun Tanssi ry  
 Ski Jyväskylä ry  
 Swimming Jyväskylä ry  
 Säynätsalon Riento ry  
 Tammijärven Tammi ry  
 Tanssi- ja voimisteluseura Illusion  
 Vaajakoski ry  
 Tanssiurheiluseura Break ry  
 Tanssiurheiluseura Tepika ry  
 Team LKP ry  
 Tikkakosken Pallo ry  
 Tikkakosken Suunistajat ry  
 Tikkakosken Tikka ry  
 Tikkakosken Voimistelu- ja Liikuntaseura ry  
 Toivakan Rivakka  
 Trio-Juniorit ry  
 Uuraisten Urheilijat ry  
 Vaajakosken Kuohu ry  
 Vaajakosken Pelikaanit ry  
 Vaajakosken Uimaseura ry  
 Vihtavuoren Pamaus ry  
 Viitasaaren Naisvoimistelijat ry  
 Viitasaaren Suunta ry  
 Viitasaaren Viesti ry  
 V- ja U-seura Urho ry  
 V-, U- ja Raittiusseura Flanel ry  
 Äänekosken Huima ry  
 Äänekosken Urheilijat ry

## **Opiskelijajärjestöt (2)**

Jyväskylän ammattikorkeakoulun opiskelijakunta

Jyväskylän yliopiston ylioppilaskunta ry

## **Maakunnalliset yhdistykset (10)**

TUL Järvi-Suomi ry

TUL:n Keski-Suomen piiri ry

Keski-Suomen Hiihto ry

Keski-Suomen Kylät ry

Keski-Suomen Pesis ry

Keski-Suomen Suunnistus ry

Keski-Suomen Yleisurheilu ry

Keski-Suomen Yleisurheilun tukisäätiö

Suomen Metsästäjäliiton Keski-

Suomen piiri ry

Suomen Palloliiton Keski-Suomen piiri ry

## **Valtakunnalliset lajiliitot (11)**

AKK-Motorsport ry

Hengitysliitto ry

Suomen Ampumaurheiluliitto ry

Suomen Jääkiekkoliitto ry

Suomen Koripalloliitto

Suomen Lentopalloliitto ry

Suomen Pesäpalloliitto ry

Suomen Ratsastajain Liitto ry

Suomen Salibandyliitto ry

Suomen Taitoluisteluliitto

Suomen Tennisliitto ry

## 1.4. Henkilöstö

|                  |                                        |                 |
|------------------|----------------------------------------|-----------------|
| Petri Lehtoranta | aluejohtaja                            | 01.01. - 31.12. |
| Jouni Vatanen    | lasten ja nuorten liikunnan kehittäjä  | 01.01. - 31.12. |
| Laura Härkönen   | seurakehittäjä                         | 01.01. - 31.12. |
| Mira Autio       | toimistosihteeri                       | 01.01. - 31.12. |
| Jyrki Saarela    | aikuisliikunnan kehittäjä              | 01.01. - 31.12. |
| Laura Nuutinen   | taloussihteeri                         | 01.01. - 31.12. |
| Jenna Oksanen    | työharjoittelija, toimistotyö          | 01.01. – 16.05. |
| Satu Tiihonen    | työharjoittelija, liikuntaleiri        | 20.05. – 31.08. |
| Maija Sihvola    | työharjoittelija, toimistosihteeri     | 11.09. – 31.12. |
| Teemu Lepistö    | työharjoittelija, tapahtumat, hallinto | 05.12. – 31.12. |

Lisäksi KesLissä on toiminut kouluttajia ja vapaaehtoistyöntekijöitä.

### Uusia resursseja paikallistason onnistumiseksi –hanke

Liikunnan aluejärjestöjen Uusia resursseja paikallistason onnistumiseksi –hankkeessa toimi alueiden yhteisenä työntekijänä Timo Hämäläinen. URPO-hankkeen painopiste oli alueiden yhteisen tekemisen tukeminen ja EU-hankerahoituksissa avustaminen. Toimintaa ohjasi aluejohtoryhmä, minkä jäsenenä on 4:n aluejohtajan lisäksi myös 3 toimialaiahmisten valitsemaa asiantuntijaa.

Vuoden 2019 aikana Liikunnan aluejärjestöt perustivat yhteisen materiaalipankin URPO-hankkeen kautta Microsoft O365-alustalta löytyvään Sharepoint-pilvipalveluun. O365-järjestelmän uutta sovellusta Teams-järjestelmää käytettiin useissa erilaisissa Liikunnan aluejärjestöjen kehitysryhmissä. Alueiden tukitoiminnan lisäksi URPO-hanke neuvoi, koulutti ja konsultoi vuoden 2019 aikana kaikkia halukkaita alueita EU-hanketoiminnassa. URPO-hankkeen kautta toteutettiin myös EU Sport -koulutus.

Aluejärjestöillä oli yhteistä henkilöresurssia myös alueiden toteuttamissa varhaiskasvatuksen liikunnan edistämishankkeessa (Karita Toivonen) sekä Liikkuva Koulu -hankkeessa (Pasi Majoinen).

## 1.5. Toimiston jäsenpalvelut

Eri lajiliittojen kanssa on tehty vuosittaisia jäsenpalvelusopimuksia. Keski-Suomen Hiihdon, Keski-Suomen Yleisurheilun ja Keski-Suomen Suunnistuksen kanssa tehdyt sopimukset sisältävät laskutuksen, laskujen maksamisen, kirjanpidon ja tilinpäätöksen, sekä toimistopalveluina puhelinliikenteen, mitali- ja tarvikevälityksen sekä lajipostitukset. Näiden lisäksi on tehty SPL:n Keski-Suomen piirin, Keski-Suomen Pesiksen, Keski-Suomen Yleisurheilun tukisäätiön, Harjun Woima Jyväskylän, Palokan Pyryn, Pohjois- Päijänteen Pursiseuran, Jyväskylän Tanssi- ja Naisvoimisteluseuran, HoNsu Juniorit ry:n, Jyväskylän Kenttäurheilijoiden ja JYP Junioreiden kirjanpito ja tilinpäätös.

Seuroille on välitetty lajiliittojen kilpailumateriaalia, sääntöjä, jne. Autamme jäsenseuroja tiedotuksessa, esimerkiksi nettisivuillamme ja sähköpostitse. Toimistolta on saanut apua myös mm. yhdistysrekisteri- ja ansiomerkkiasioissa.

Sporttikäytävällä on kokoustila ”Ateena” 40 henkilölle, jota vuokrataan SPL:n ja KesLin jäsenseuroille kokous- ja koulutuskäyttöön. Käytävällä on omassa käytössä myös pienempi kokoustila ”Oslo” 12 henkilölle. Toimistosihteerin tehtävistä on vastannut Mira Autio ja taloushallinnon tehtävistä Laura Nuutinen.

Toimiston osoite: Onkapannu 2, 40700 Jyväskylä.

Internet: [www.kesli.fi](http://www.kesli.fi)

sähköposti: [toimisto@kesli.fi](mailto:toimisto@kesli.fi)

puhelin: 050 381 3820

Facebook: [www.facebook.com/keskisuomenliikunta/](https://www.facebook.com/keskisuomenliikunta/)

YouTube: [www.youtube.com/user/Keslitube](https://www.youtube.com/user/Keslitube)



## 2. Yhteiskuntavaikuttaminen

### Tavoite

Yhteiskuntavaikuttamisella edistämme keskisuomalaisten urheilujärjestöjen ja vapaaehtoistoiminnan yleistä arvostusta ja toimintaedellytyksiä sekä vaikutamme liikunta- ja urheilukulttuurin yleiseen kehitykseen maakunnassa.

### Toteutus

Keski-Suomen Liikunta toteuttaa vaikuttamistyötä tekemällä yhteistyötä merkittävien valtakunnallisten sekä maakunnallisten toimijoiden kanssa joko jäsenyyden tai aktiivisen osallistumisen avulla. Vaikutamme maakunnallisiin hyvinvointipäätöksiin myös antamalla lausuntoja sekä toimimalla aktiivisesti päättäjien suuntaan erilaisten toimenpiteiden ja hankkeiden kautta.

Keski-Suomen Liikunta tekee liikunnan kehittämistyötä yhteistyössä Olympiakomitean, Liikkuva Koulu –ohjelman sekä Opetus- ja kulttuuriministeriön kanssa. Maakunnalliset merkittävimmät yhteistyötahot ovat Keski-Suomen liitto, kunnat, Keski-Suomen ELY-keskus, lajiliittojen piirit, Jyväskylän Urheiluakatemia, KIHU, JAMK, Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellinen tiedekunta sekä paikallisesti urheiluseurat.

### Verkostotoiminta

Keski-Suomen Liikunta on aktiivinen toimija omassa maakunnassaan ja kuuluu useaan terveyden edistämistä toteuttavaan organisaatioon ja verkostoon.

#### Liikunnan ja hyvinvoinnin osaamiskeskittymä KEHO

KeHO kokoaa keskisuomalaisia sosiaali- ja terveysalan, liikunta- ja urheilualan sekä hyvinvoinnin asiantuntijoita, osaajia ja toimijoita yhteen monialaiseksi verkostoksi. KeHO on hyvinvointitekojen ja hyvinvointiasiantuntijuuden globaali kokeilu- ja kasvualusta. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tutkimus, koulutus, innovaatiot ja hankkeet ovat KeHOn ydintä. KeHO tuo fyysisen, henkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin asiantuntijat yhteen. KeHOn toiminta tapahtui asiantuntijaryhmissä. Petri Lehtoranta on ohjausryhmän jäsen.

#### Keski-Suomen liiton kumppanuus / Liikunnan valmistelutyöryhmä (LIIVA)

Keski-Suomen Liikunta ja Keski-Suomen liitto ovat solmineet yhteistyösopimuksen, jossa Keslin rooli on tukea nykyisiä kuntia tulevaisuuden muutosprosesseissa sekä auttaa maakuntaliittoa valmistelevia tulevia maakuntahallinnon palveluja liikuntatoimen osalta. Keski-Suomen Liikunta on ollut mukana sote- ja maakuntauudistuksen valmistelussa sovitulla tavalla sekä on antanut asiantuntijankemeyksiä uudistuksen vaikutuksista Keski-Suomen maakuntaan.

Keski-Suomen Liikunta on tarjonnut asiantuntemustaan tai työpanostaan Keski-Suomen liitolle kaikessa maakunnallisen liikuntakulttuurin kehittämiseen liittyvissä toimenpiteissä. Osana informaatio-ohjausta Keski-Suomen Liikunta yhdessä Keski-Suomen liiton kanssa pyrkii kannustamaan ja auttamaan kuntia rakentamishankkeiden käynnistämisessä.

Syksyllä 2010 maakuntajohtaja nimitti myös maakunnallisen Liikunnan valmistelutyöryhmän (LIIVA), jonka tehtävänä on edistää maakunnallista liikunnan ja urheilun kehittämistyötä, ja toimia kuntien tukena rakentamishankkeissa. Keski-Suomen Liikunta kävi tutustumassa Viitasaaren, Muuramen sekä Laukaan kuntien liikuntapaikkoihin ja tutustui tuleviin hankkeisiin. Aluejohtaja Petri Lehtoranta on ryhmän kokoonkutsuja ja jäsen. Työryhmä piti kokoukset 4.3., 11.6., 20.8. ja 10.9.

LIIVA –työryhmä järjesti lähiliikuntapaikkarakentamiseen liittyvän kuntaseminaarin, joka toteutettiin yhdessä Keski-Suomen liiton sekä Länsi- ja Sisä-Suomen AVI:n kanssa 13.11. Osallistujia oli 32 henkilöä.

#### Keski-Suomen Yhteisöjen Tuki ry, KYT

Keski-Suomen Liikunta on yksi osuuskunnan perustajista. Sen tehtävänä on tarjota keskisuomalaisille kolmannen sektorin toimijoille hankeneuvontaa sekä hallinnointia. Tämän lisäksi osuuskunta tarjoaa taloushallintopalveluja keskisuomalaisille järjestöille. Tavoitteena on lisätä keskisuomalaisten yhdistysten osaamista mm. hanketoiminnan avulla. Aluejohtaja Petri Lehtoranta kuuluu yhdistyksen hallitukseen.

#### Nuorten Suomi ry

Nuorten Keski-Suomi ry muutti 2019 sääntöjään, ja hakeutui valtakunnalliseksi järjestöksi. Samalla nimi muutettiin Nuorten Suomi ry:ksi. Nuorten Suomi on palvelujärjestö, jonka pääkohderyhmänä on 11-24 -vuotiaat nuoret ja nuorten elämään vaikuttavat aikuiset ja tahot. Toiminta-ajatuksena on luoda ja haastaa luomaan nuoria innostavia tekemisen, vaikuttamisen sekä oppimisen paikkoja ja kokemuksia. Aluejohtaja Petri Lehtoranta kuuluu yhdistyksen hallitukseen.

#### Keski-Suomen Yrittäjät ry

Keski-Suomen Yrittäjät ry on kiinteä osa Suomen Yrittäjien valtakunnallista organisaatiota. Se tukee toiminnallaan Suomen Yrittäjien tavoitteita ja huomioi omassa toiminnassaan maakunnassa toimivien jäsenyritysten tarpeet. Keski-Suomen Yrittäjät tekee työtä maakunnan yrittäjien hyvinvoinnin eteen. Keski-Suomen Liikunta on Keski-Suomen Yrittäjien jäsen ja tekee yhteistyötä mm. henkilöstöliikunnan edistämiseksi.

#### Keski-Suomen Järjestöareena

Keski-Suomen Järjestöareena on Keski-Suomen järjestökentän yhteistoimintayhteisöjen puolueeton, autonominen ja rakenteeltaan kevyt verkostomainen yhteenliittymä. Järjestöareena nimeää ja kutsuu verkostoonsa keskisuomalaisia järjestökentän yhteistoimintayhteisöjä, jotka edustavat toimialaa tai muuta merkittävää ryhmittymää. Aluejohtaja Petri Lehtoranta on Järjestöareenan jäsenedustaja.

#### Järjestöjen ja maakunnan kumppanuuspöytä

Kumppanuuspöytä toimii linkkinä suhteessa maakuntaan Järjestöareenan tehtävien mukaisesti ja valmistelee näkökulmastaan asioita maakunnan poliittiseen päätöksentekoon. Se myös valmistelee Järjestöareenan tapaamiset ja Kumppanuuspöydän seuraavan kauden jäsenten valinnan. Aluejohtaja Petri Lehtoranta on kumppanuuspöydän liikunta-alan edustajana.

#### Keski-Suomen hyvinvointiryhmä

Vaikka maakuntaudistus ei mennyt eduskunnassa läpi, jatketaan alueellista hyvinvointityötä edelleen Keski-Suomessa. Työryhmän tärkeä tehtävä on ohjata alueellisen hyvinvointikertomuksen laadintaprosessi. Aluejohtaja Petri Lehtoranta on maakunnallisen hyvinvointiryhmän jäsen.

#### Länsi- ja Sisä-Suomen Liikuntaneuvosto

Keski-Suomen Liikunnan edustaja on uuden aluehallintouudistuksen seurauksena syntyneessä Länsi- ja Sisä-Suomen liikuntaneuvostossa jäsenenä.

### **3. Huomioimiset ja palkitsemiset**

Vuoden parhaat keskisuomalaiset urheilumenestyjät on valinnut keskisuomalaisten urheiluihmisten esitysten pohjalta Keski-Suomen Liikunnan valitsema palkitsemistryöryhmä.

Palkitsemistryöryhmään kuuluvat työryhmän puheenjohtaja Alpo Peltola, Tommi Roimela sanomalehti Keskisuomalainen, Kalle Pallonen YLE Jyväskylä, Ari Nummela KIHU, Petri Hagman Keljon Viesti, Kari Pirinen Keski-Suomen liitto, Anna-Leena Sahindal Keski-Suomen Liikunta, Minna Truphonen SKI Jyväskylä ja Janina Mäkinen Voimisteluliitto. Työryhmän sihteerinä toimi Keski-Suomen Liikunnan aluejohtaja Petri Lehtoranta.

#### **3.1. Vuoden 2019 keskisuomalaiset urheilijat**

|                          |                   |
|--------------------------|-------------------|
| Vuoden urheilija:        | Nooralotta Neziri |
| Vuoden vammaisurheilija: | Jani Tissari      |
| Elämänura-palkinto:      | Pekka Luhtanen    |
| Vuoden valmentaja:       | Minna Rinne       |

|                                                               |                                                   |
|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| Maakunnallinen urheiluteko:                                   | Äänekosken Huiman / Hiihdon SM-kisat Äänekoskella |
| Vuoden lasten liikuttaja sekä Liikkuva Koulu -huomionosoitus: | Jyväskylän Kristillinen koulu                     |
| Vuoden nuorisourheiluseura:                                   | SKI Jyväskylä                                     |
| Vuoden seuratoimihenkilö:                                     | Teppo Kalaja                                      |
| Jokeri-palkinto:                                              | Venla Karttunen                                   |
| Vuoden joukkue:                                               | JPS miesten edustusjoukkue jääpallossa            |
| Vuoden nuori urheilija:                                       | Kalle Rovander                                    |
| Vuoden nuorisourheilun vetäjä:                                | Pasi Laaksonen                                    |

### 3.2. Vuoden urheiluteot (lajiliittojen valinnat):

|                      |                                                                                                                                                        |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Hiihto:</b>       | Äänekosken SM-hiihdot                                                                                                                                  |
| <b>Jalkapallo:</b>   | Jyväskylän Pallokerho B-tytöt                                                                                                                          |
| <b>Jääkiekko:</b>    | JYP Juniorit ry                                                                                                                                        |
| <b>Lentopallo:</b>   | Istumalentopallon Suomen Mestaruus - Palokan Pyry                                                                                                      |
| <b>Paini:</b>        | Jonni Sarkkinen                                                                                                                                        |
| <b>Pesäpallo:</b>    | Kirittärien Suomen Mestaruus                                                                                                                           |
| <b>Ratsastus:</b>    | Joukkuehalli Suomenmestaruus ja Euroopan mestaruuskilpailujen nuorten ratsastajien finaali paikka                                                      |
| <b>Salibandy:</b>    | Pete Heinonen sekä Andrew Lewis.                                                                                                                       |
| <b>Suunnistus:</b>   | Jämsän Retki-Veikkojen Nuorten Jukolan voitto                                                                                                          |
| <b>Tanssi:</b>       | Jyväskylän Tanssiopisto, Sanaz Hassani                                                                                                                 |
| <b>Tennis:</b>       | Masi Sarpola                                                                                                                                           |
| <b>Voimistelu:</b>   | Voimistelun ilmiön toteutuminen Vaajakoskella, Tanssi- ja voimisteluseura Illusion                                                                     |
| <b>Yleisurheilu:</b> | Jyväskylän Kenttärheilijöiden naisten 4 x 100 metrin Suomen ennätysjoukkue Aino Pulkkinen, Hanna-Maari Latvala, Anniina Kortetmaa ja Nooralotta Neziri |
| <b>TUL:</b>          | Äänekosken Huiman järjestämät aikuisten SM-hiihdot 29.-31.3.2019 Äänekoskella                                                                          |

#### Jyväskylän Urheiluakatemian vuoden 2019 opiskelijaurheilija –stipendit:

Elmo Lakka (pika-aidat), Jenni Moisio (uinti), Oona Nieminen (pituushyppy), Tuomas Rouvali (pituushyppy) ja Lasse Tammilehto (jääpallo) ja Sonja Hartio (painonnosto).

### 3.3. Vuoden liikuntateot kunnittain (kuntien valinnat):

|              |                                                                                       |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Hankasalmi:  | Pauli Raivio ja ravikuningas Tähen toivomus                                           |
| Joutsa:      | Joutsa MTB                                                                            |
| Jyväskylä:   | Harjun Voima ry:n toiminta                                                            |
| Jämsä:       | Jämsänjokilaakson kaukalopallo Duo 96 ry:n junioreiden salibandytoiminta              |
| Kannonkoski: | Minna Salonen, esimerkillinen terveellisen ja liikunnallisen elämäntavan edistäminen, |
| Karstula:    | Karstulan Kivan jääkiekon edustusjoukkue                                              |
| Keuruu:      | Pentti Miittisen työ Frisbeegolfseura Mandon kiertäjien toiminnassa                   |
| Kinnula:     | Tytti ja Petri Syrjä                                                                  |
| Kivijärvi:   | Sankohiipimisen SM-kilpailut                                                          |
| Konnevesi:   | Liikunnanohjaaja Tanja Mehto                                                          |
| Kuhmoinen:   | Kuhmoisten kuhmurat maastopyöräreitistö ja Unto Sarvalan panos hankkeen eteen         |
| Kyyjärvi:    | Kuntoportaati Harsunkankaan ulkoilualueelle                                           |
| Laukaa:      | Seppo Tammela                                                                         |
| Luhanka:     | Tammijärven Tammi ry:n seuratoiminta                                                  |
| Muurame:     | Muuramen Kuntorastit                                                                  |
| Pihtipudas:  | Ploki Pihtipudas ry:n junioritoiminta                                                 |
| Saarijärvi:  | Terhi Hiltunen lasten ja nuorten liikuttajana Saarijärvellä                           |
| Toivakka:    | Liikuntapaikkojen hoito Toivakassa                                                    |
| Uurainen:    | Aittovuori Trail Centerin toteutus ja ylläpito                                        |
| Viitasaari:  | Viitasaaren Suunta ry:n tavoitteellinen työ suunnistusharrastuksen parissa            |
| Äänekoski:   | Äänekosken Huiman järjestämät aikuisten hiihdon SM-kilpailut 29.-31.3.2019            |

### 3.4. Ansiomerkit

Keski-Suomen Liikunta ry:n hallitus päätti 25-vuotis juhluvuoden kunniaksi perustaa ansiomerkkijärjestelmän. Hallitus myöntää ansiomerkkejä työstä keskisuomalaisen liikunnan ja urheilun kansalaistoiminnan ja vapaaehtoistoiminnan hyväksi.

Ansiomerkkejä myönnetään henkilöille tunnustukseksi paikallisella, alueellisella tai valtakunnallisella tasolla liikunnan kansalaistoiminnan piirissä tehdystä työstä lasten ja nuorten liikunnan, aikuisten harraste- ja terveysliikunnan, kilpa- ja huippu-urheilun, koululais- ja opiskelijaliikunnan, erityisliikunnan, liikunnan järjestötoiminnan tai muun liikuntaa edistävän toiminnan hyväksi.

#### Myönnetyt ansiomerkit:

| Nimi             | Pvm.      | Taustataho             |
|------------------|-----------|------------------------|
| Kiminkinen Hannu | 15.1.2019 | Jyväseudun Paini-Ässät |

### 3.5. Muut huomioimiset

|        |                              |                      |                           |
|--------|------------------------------|----------------------|---------------------------|
| 4.2.   | Matti Nykänen                | menehtyminen         | suruadressi               |
| 9.3.   | TUL Keski-Suomen piiri       | 100 vuotta           | huomioiminen              |
| 26.7.  | Jorma Kinnunen               | menehtyminen         | suruadressi               |
| 17.8.  | Jyväskylän Voimistelijat –79 | 40 vuotta            | huomioiminen              |
| 10.10. | Äänekosken Huima             | 115 v.               | huomioiminen              |
| 2.11.  | Harjun Voima                 | 10 vuotta            | onnittelu                 |
| 1.12.  | Hankasalmen Hanka            | 90 vuotta            | huomioiminen ja juhlapuhe |
| 16.12. | Illusion                     | Tähtiseura -palkinto | onnittelu ja luovutus     |

## 4. Viestintä

Keski-Suomen Liikunta ry:n viestinnän tavoitteena on ajankohtaisen ja oikean tiedon välittäminen, järjestön toiminnasta kertominen sekä vaikuttaminen. Tavoitteeseen pääsemme suunnitelmallisella viestinnällä.

Viestinnän yleisperiaate: *Viestintämme on suunnitelmallista, laadukasta ja oikea-aikaista.*

### 4.1. Viestinnän tehtävät

1. Tapahtumien, koulutusten ja tilaisuuksien viestintä
2. Yhteiskunnallinen vaikuttaminen
3. Verkostoitumisen edistäminen
4. Toimiva sisäinen viestintä

Perusviestimme: *"KesLi edistää keskisuomalaisten hyvinvointia liikunnan ja urheilun avulla", jota toteutamme*

1. Lisäämällä osaamista
  - innostavat koulutukset
  - laadukas konsultointi
  - säännöllinen tiedonvälitys
2. Toimimalla
  - innostamme liikkumaan
  - tarjoamme elämyksiä
  - rakennamme yhteisöllisyyttä

### 3. Vaikuttamalla

- liikunnan ja urheilun arvostuksen ylläpito
- tiedonvälitys kohderyhmille ja verkostoille
- yhteistyö samojen tavoitteiden suunnassa toimivien kanssa

## 4.2. Viestinnän osa-alueet

### 1. Sisäinen viestintä

- Office 365-välineet
- viikkopalaverit

### 2. Tapahtumat, koulutukset ja tilaisuudet

- Sähköposti-uutiskirje; "KesLi-info"
- Kotisivut [www.kesli.fi](http://www.kesli.fi)
- Facebook [www.facebook.com/keskisuomenliikunta](https://www.facebook.com/keskisuomenliikunta)
- Youtube [www.youtube.com/user/Keslitube](https://www.youtube.com/user/Keslitube)
- Mediatiedotteet, lehdistötilaisuudet ja -tapaamiset

### 3. Yhteiskunnallinen vaikuttaminen

- Mediatiedotteet, mediasuhteet
- asiantuntijatyöryhmät, verkostot, tapaamiset
- Asiantuntijakirjoitukset, kolumnit

Viestinnän päävastuu on puheenjohtajalla ja aluejohtajalla, asiakohtaiset viestit sovitaan sisällön perustella. Yleisviestintää toteuttaa toimisto. KesLillä on kriisiviestintäohjeisto.

Teemme säännöllistä yhteistyötä keskisuomalaisen median kanssa, kuten sanomalehti Keskisuomalainen (Meidän juttu), YLE Jyväskylä ja Suur-Jyväskylän lehti (lasten ja aikuisten harrasteliitteet 2 krt. / vuosi).

# Keski-Suomen Liikunta ry



## 5. Lasten liikunnan edistäminen

### Tavoite ja missio

Keski-Suomen Liikunnan lasten ja nuorten toimialan missio ja tavoite on, että keski-suomalaiset lapset liikkuvat varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten (OKM 2016) ja kouluikäisten fyysisen aktiivisuuden suositusten (OKM 2006) mukaisesti.

### Toteutus

#### 5.1. Varhaisvuosien liikunta

Keski-Suomen Liikunta osallistui yhdeksän muun liikunnan aluejärjestön kanssa Liikkuva lapsi varhaiskasvatuksessa hankkeeseen. Hankkeella on neljä tavoitetta:

1. *Valtakunnallisen Ilo kasvaa liikkuen ohjelman paikallinen ja maakunnallinen edistäminen*
2. *Maakunnallinen varhaisvuosien liikunnan verkostotyön edistäminen*
3. *Alle kouluikäisten lasten ja heidän perheidensä liikunnallisen elämäntavan edistäminen*
4. *Uusien tukimuotojen ja sisältöjen kehittäminen varhaiskasvattajien liikuntakasvatustehtävän auttamiseksi.*

Vuoden aikana suoritettiin varhaisvuosien liikunta - kuntakäynti kaikkiin Keski-Suomen kuntiin. Kuntakierroksen tilaisuuksiin osallistuivat kunnan varhaiskasvatuksen johtaja sekä mahdollisuuksien mukaan päiväkotien johtajat ja liikuntavastaavat. Tilaisuuksien aiheena olivat palaute aiemmin toteutetuista varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset käytäntöön tilaisuuksista, Ilo kasvaa liikkuen ohjelman esittely, Keski-Suomen varhaisvuosien liikunta verkoston rakentaminen sekä kuntakohtaiset alle kouluikäisten liikunnan haasteet ja erityiskysymykset.

Lisäksi vuoden aikana järjestettiin useampia Lisää lasten liikettä vanhempainiltojen alle kouluikäisten lasten vanhemmille. Vanhempainilloissa tehtiin tunnetuksi Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksissa kirjatut toimenpide-ehdotukset lasten vanhemmille.

#### 5.2. Liikkuva koulu ja liikkuva opiskelu -ohjelmat

Keski-Suomen Liikunta toteutti kaikkien liikunnan aluejärjestöjen yhteistä Lisää liikettä iltapäiviin ja aktiivisuutta koulupäiviin hanketta. Hankkeen tavoitteet olivat:

1. *Liikkuva opiskelu ohjelman tunnetuksi tekeminen toisen asteen oppilaitoksissa*
2. *Perusasteen koulujen Liikkuva koulu ohjelmassa käynnistettyjen toimenpiteiden vakiinnuttaminen pysyväksi toiminnaksi koulujen toimintakulttuurissa*
3. *Lisää liikettä iltapäiviin kehittämistyö*

Keski-Suomen kaikista kunnista on kouluja mukana Liikkuva koulu ohjelmassa, **yhteensä 102 koulua**.

Liikkuva koulu ohjelmaa Keski-Suomen Liikunta edisti suorittamalla ohjelmassa mukana oleviin kouluihin mentorointikäyntejä, järjestämällä koulujen henkilökunnalle Liikkuva koulu -työpajoja, kouluttamalla alakoulun oppilaita välituntiliikunnan ohjaajiksi sekä yläkoulun oppilaita vertaisohjaajiksi sekä järjestämällä kuntien Liikkuva koulu koordinaattoreille verkostotapaaminen.

Keski-Suomen 2. asteen oppilaitoksista Liikkuva opiskelu ohjelmaan on rekisteröitynyt **yhteensä 16 lukiota ja ammatillista oppilaitosta**. Keski-Suomen Liikunta on edistänyt Liikkuva opiskelu -ohjelmaa järjestämällä henkilökunnan Liikkuva opiskelu -työpajoja sekä oppilaiden liikuntatutor -koulutuksia. Lisäksi oppilaitosten Liikkuva opiskelu -koordinaattoreille järjestettiin verkostotapaaminen.

Syksyllä 2019 järjestettiin yhdessä Etelä-Suomen ja Länsi- ja Sisä-Suomen aluehallintovirastojen sekä kahdeksan liikunnan aluejärjestön kanssa Liikkuva koulu ja opiskelu - alueseminaari, johon osallistui paljon keski-suomalaisia perusopetuksen koulujen sekä 2. asteen oppilaitosten opettajia.

### 5.3. Urheiluseuratoiminta

I-tason valmentajakoulutuksessa jatkettiin hyväksi koettua yhteistyötä Jyväskylän Yliopiston Liikuntatieteellisen tiedekunnan kanssa. Valmennus- ja testausopin opiskelijat saavat hyvää kouluttajakokemusta aidossa koulutustilanteesta sekä palautteen toiminnastaan kouluttajana. Koulutusten teemoina olivat liikkuvuuden harjoittaminen sekä painin ja yleisurheilun harjoitteet kaikkien lajien nuoren urheilijoiden kehittymisen välineenä.

### 5.4. Lasten Liike - Liikuntakerhotoiminta

Suomen Olympiakomitean, koko liikuntayhteisön, koulujen sekä yritysten yhteisten toimenpiteiden tavoitteena on alakouluikäisten lasten liikuntakerhojen lisääminen. Keski-Suomessa Lasten liike tuella järjestettiin liikuntakerhoja kaksikymmentä (20). Lasten liike -ohjaajakoulutukset järjestettiin Äänekoskella ja Jyväskylässä.

### 5.5. Lasten Sporttikortti

Keski-Suomen Liikunta toteutti yhdessä jyvaskylän kaupungin kanssa Lasten Sporttikortti -kampanjan, jossa Jyväskylän eskarit sekä eppu- ja toppuluokkalaiset saivat Sporttikortin, joka oikeutti osallistumaan kolme kertaa ilmaiseksi urheiluseurojen harjoituksiin. Mukana kampanjassa oli 34 jyvaskyläläistä urheiluseuraa. Sporttikortilla oikeutettu ilmainen harrastustoiminta näkyi erillisessä Sporttikalenterissa.

Sporttikortti kampanjan tavoitteet olivat:

1. *Kannustaa lapsia löytämään itselleen liikuntaharrastus*
2. *Tarjota seuroille kanava markkinoida ja tehdä oma toiminta tunnetuksi*

### 5.6. Soveltava liikunta

Soveltavan liikunnan osalta yhteistyötä jatkettiin VAU:n, Jyväskylän Yliopiston ja Jyväskylän kaupungin kanssa. Soveltavan liikunnan ohjaajakoulutus järjestettiin 16.5. Osallistujia oli 10 henkilöä. Leiriohjaajille koulutus oli maksuton. Kouluttajina olivat Heidi Skantz ja Mira Autio.

Perjantaina 13.9. Finlandia Marathonin aikana Liikuntapääkaupunki Expon yhteydessä järjestettiin VAU:n kanssa VALTTI-kick off tapahtumaa. Paikalle oli kutsuttu VALTTI-ohjaajia ja nuoria perheineen. Tapahtuma onnistui hyvin ja idea tuoda VALTTI-tapahtuma sinne missä muutkin liikkuvat toteutui. Paikalla 10 perhettä (eli 10 lasta/nuorta) ja 19 opiskelijaa.

Lokakuussa VAU, Jyväskylän kaupungin erityisliikunta ja KESLI järjestivät kansainvälisen Tyttöjen päivän Valterin koululla. Tarjolla oli lajikokeiluja vammaisille tytöille viidestä seurasta. Tyttöjä oli paikalla tällä kertaa alle kymmenen. Jatkossa illasta tiedottamista on syytä miettiä.

Marraskuussa 27.11. KesLi oli mukana yhteistyössä kutsumassa seuroja mukaan vuosittaiseen Junior Games-tapahtumaan Hippokselle lajiesittelyjen merkeissä.

### 5.7. Kasva Urheilijaksi –testi-ilta

Nuorille urheilijoille (11-16-vuotiaille) järjestettiin maksuton Kasva Urheilijaksi testi-ilta Jyväskylän Hipposhallissa 9.10. Testit koostuivat Kasva-urheilijaksi ominaisuustesteistä ja Pro-testeistä. Testeihin osallistui noin 170 urheilijaa eri lajeista ja seuroista. Tapahtumassa työskenteli yhteensä 16 KesLin testaajaa. Tapahtuman pääyhteistyökumppani oli Jyväskylän kaupunki.

Testi-ilta on ainutlaatuinen Suomessa ja sen avulla helpotetaan paikallisten seurojen valmentajien työtä ja verkostoitumista. Testitilaisuus on vuosittainen tapahtuma ja se toimii myös koulutuksellisenä tilaisuutena niin urheilijoille, kuin valmentajillekin. Urheilijat saavat tilaisuudesta henkilökohtaisen palautteen syöttämällä omat tuloksensa Kasva Urheilijaksi -sähköiseen järjestelmään.

## 5.8. Lasten ja nuorten liikunnan koulutukset

| <u>Pvm.</u>  | <u>Koulutus, paikka</u>                                                       | <u>osallistujamäärä</u> |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| 8.1.         | Liikkuva koulu kuntatapaaminen, Jämsä                                         | 5                       |
| 24.1.        | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Saarijärvi                                | 15                      |
| 28.1.        | Liikkuva koulu kuntatapaaminen, Saarijärvi                                    | 5                       |
| 29.1.        | Painiharjoitteet nuorten urheilijoiden kehittymisen välineenä koulutus        | 27                      |
| 5.2.         | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Joutsa (Kurkiauran koulu)                 | 12                      |
| 5.2.         | Lisää lasten liikettä vanhempain ilta, Huhtasuon päiväkot                     | 12                      |
| 7.2.         | Lisää lasten liikettä vanhempain ilta, Tourutuvan perhekeskus                 | 12                      |
| 11.2.        | Liikkuva opiskelu ohjelman infotilaisuus Keski-Suomen lukioille               | 14                      |
| 13.2.        | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Multia (Sinervän koulukeskus)             | 12                      |
| 13.2.        | Yleisurheiluharjoitteet nuorten urheilijoiden kehittymisen välineenä koulutus | 25                      |
| 20.2.        | Keski-Suomen kuntien Liikkuva koulu koordinaattorit                           | 26                      |
| 21.2.        | Nuoren urheilijan levytankoharjoittelu koulutus                               | 24                      |
| 6.3.         | Lukioiden liikuntatutorkoulutus                                               | 20                      |
| 12.3.        | Liikkuva koulu työpaja, Keuruu                                                | 14                      |
| 13.3.        | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Laukaa (Kuusaan koulu)                    | 12                      |
| 19.3.        | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Laukaa (Satovuon koulu)                   | 14                      |
| 20.3.        | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Laukaa (Lievestuoreen koulu)              | 18                      |
| 21.3.        | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Laukaa (Leppäveden koulu)                 | 14                      |
| 25.3.        | Jonot mataliksi koulutus, Saarijärvi                                          | 10                      |
| 26.3.        | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Laukaa (Vehniän koulu)                    | 18                      |
| 26.3.        | Tervetuloa ohjaajaksi koulutus, Äänekoski                                     | 10                      |
| 27.3.        | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Laukaa (Laukaan kk:n koulu)               | 20                      |
| 24.4.        | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Toivakka                                  | 20                      |
| 26.4.        | Lisää lasten liikettä tilaisuus, Tourutuvan perhekeskus                       | 15                      |
| 6.5.         | Yläkoulun välikkäriskoulutus, Petäjävesi                                      | 12                      |
| 15.5.        | Urheiluseurojen alle kouluikäisten liikunnan tapaaminen                       | 8                       |
| 16.5.        | Soveltavan liikunnan ohjaajakoulutus , Jyväskylä                              | 10                      |
| 20. ja 22.8. | Liikuntakerhon ohjaajakoulutus, Äänekoski                                     | 15                      |
| 21. ja 27.8. | Psyykkisen valmennuksen koulutus                                              | 23                      |
| 26. ja 28.8. | Liikuntakerhon ohjaajakoulutus, Jyväskylä                                     | 7                       |
| 28.8.        | Yläkoulun välikkäriskoulutus, Laukaa (Vihtavuori)                             | 12                      |
| 29.8.        | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Laukaa (Vihtavuori)                       | 20                      |
| 4.9.         | Jonot mataliksi koulutus, Viitasaari                                          | 13                      |
| 11.9.        | Jonot mataliksi koulutus, Konnevesi                                           | 14                      |
| 13.9.        | VALTTI-kick off tapahtuma                                                     | 29                      |
| 24.9.        | Liikettä pihaleikkeihin koulutus, Laukaa (Leppävesi)                          | 18                      |
| 1.10.        | Välituntiliikunnan ohjaajakoulutus, Viitasaari                                | 32                      |
| 4.10.        | Liikuntatutorkoulutus, Joutsa                                                 | 14                      |
| 5.11.        | Liikkuva opiskelu kuntatapaaminen, Petäjävesi                                 | 5                       |
| 7.-9.11.     | Liikkuva opiskelu alueseminaari                                               | 230                     |
| 15.11.       | Liikuntatutor koulutus, Jyväskylän Kristillinen opisto                        | 15                      |
| 26.11.       | Vekaravipellyskoulutus, Laukaa (Lievestuoreen päiväkot)                       | 18                      |
| 27.11.       | Liikkuva opiskelu työpaja, Jämsän lukio                                       | 18                      |
| 28.11.       | Varhaisvuosien liikunnan verkostotapaaminen                                   | 24                      |
| 4.12.        | Liikuntatutor koulutus, Kinnula                                               | 12                      |
| 10.12.       | Liikuntatutor koulutus, Jämsä                                                 | 12                      |

**YHTEENSÄ 46 tilaisuutta**

**925 osallistujaa**



## 5.9. Varhaisvuosien liikunnan kuntakierros

Vuoden aikana suoritettiin varhaisvuosien liikunta - kuntakäynti kaikkiin Keski-Suomen kuntiin. Kuntakierroksen tilaisuuksiin osallistuivat kunnan varhaiskasvatuksen johtaja sekä mahdollisuuksien mukaan päiväkotien johtajat ja liikuntavastaavat. Tilaisuudet olivat seuraavasti: 18.9. Jämsä, 19.9. Laukaa, 2.10. Hankasalmi, 7.10. Saarijärvi, 7.10. Kannonkoski, 8.10. Konnevesi, 11.10. Viitasaari, 21.10. Uurainen, 22.10. Multia, 22.10. Petäjävesi, 23.10. Pihtipudas, 24.10. Äänekoski, 13.10. Kinnula, 30.10. Muurame, 5.11. Keuruu, 12.11. Karstula, 12.11. Kyyjärvi, 14.11. Toivakka ja 19.11. Jyväskylä.

## 6. Nuorten ja aikuisten liikunnan edistäminen

Aikuisliikunnan toimialalla työskenteli vuonna 2019 toimialavastaavana aikuisliikunnan kehittäjä työfysioterapeutti Jyrki Saarela. Toimintamuotoina ovat olleet verkostotyö, koulutus, valtakunnallisen Kunnossa Kaiken Ikää –ohjelman (myöhemmin KKI -ohjelma) toiminnot, kuntiin ja työyhteisöihin kohdistuvat tukipalvelut, työyhteisöliikunta sekä tapahtumat. Pääperiaatteena on arki- ja terveys- ja kuntoliikunnan sekä terveellisten elämäntapojen edistäminen, niin omatoimisesti kuin terveyttä ja hyvinvointia edistävien tahojen kanssa yhdessä toteutettavat toimenpiteet.

Maakunnan asukkaiden suuntautumisesta terveelliseen elämäntapaan pyritään edistämään vuorovaikutuksellisin ja kokemuksellisin keinoin tarjoamalla tietoa, taitoja ja käytännön liikuntakokemuksia. Verkostotyö painottuu liikuntakentän asiantuntijana toimimiseen erilaisissa maakunnallisissa ja valtakunnallisissa foorumeissa. Tänä vuonna edellisiä toimenpiteitä toteutettiin myös kahden hankkeen puitteissa; **Kohti Meijän Arkea-** ja **Viisasta Liikkumista pyörällä** -hankkeissa, jotka olivat molemmat Keski-Suomen Liiton tukemia maakunnallisia kehittämishankkeita.

### Aikuisliikunnan toiminnan tavoitteet

Terveyden- ja hyvinvoinnin edistämisen hankkeet ja projektit tuottavat toimintamalleja- ja verkostoja, jotka lisäävät ja kehittävät aikuisten liikkumisen mahdollisuuksia ja lisäävät liikkumista Keski-Suomessa. Koulutuksilla lisätään toimijoiden valmiuksia tuottaa ja toteuttaa terveysliikuntaa ja sen palveluita.

Kuntien, yhteisöjen, seurojen ja yritysten kanssa ja kautta kehitetään konkreettisia toimintamalleja erityisesti liikkumattoman aikuisväestön terveysliikunnan lisäämiseksi. Tätä tavoitetta toteutetaan ja edistetään samassa suunnassa KKI -ohjelman painopisteiden kanssa, jotka olivat: liikuntaneuvonnan palveluketju ja toimintakykyä työelämään. Viisasta liikkumista pyörällä hanke suuntautui kuntasektorille ja edisti myös KKI -ohjelman tavoitteita kestävästä liikkumisen edistämisestä.

Tavoitteena on, että maakunnan työyhteisöt ovat entistä aktiivisempia henkilöstönsä hyvinvoinnin edistämisessä mm. liikkumisen avulla. Työyhteisöihin löytyy osaamista henkilöstöliikunnan suunnitteluun ja –toteutukseen. Yritysten ympärillä olevat verkostot ja palveluntuottajat kuten seurakunnat, yhdistykset, yritykset ja oppilaitokset tarjoavat kumppanuutta ja laadukkaita palveluita erityisesti matalan kynnyksen liikkumiseen. Ja että jo oppilaitoksissa otetaan työelämän vaatimukset huomioon ja osataan kouluttaa ja ohjata nuoria oman hyvinvointinsa edistämiseen liikkumalla.

Terveys- ja kuntoliikunnan tapahtumilla tavoitetaan aikuisikäistä väestöä ja perheitä. Positiivisten elämysten ja tavoitteellisuuden kautta ihmisten liikkuminen lisääntyy. Samalla nostetaan esiin teemoja kuten perhe- ja luontoliikunta sekä kunto- ja kestävyysliikunta terveyden ja hyvinvoinnin edistäjinä.

### 6.1. Terveyttä ja hyvinvointia edistävä projekti- ja hanketoiminta

#### 6.1.1. Kohti Meijän Arkea -hanke

Valtakunnallinen lapsi ja –perhepalveluiden muutosohjelmalla (LAPE) on yhtymäpinta myös aikuisliikuntaan siinä keskiössä olevien perhekeskusten/perheneuvolojen monialaisen toimintamallin kautta. Yhdessä LIKESin ja Keski-Suomen LAPE ohjelman -toimijoiden kanssa on tapaamisissa keskusteltu mm. arkiliikunnan edistämisestä, liikuntaneuvonnan ja siihen liittyvien palveluketjujen liittymisestä perhekeskusten toimintamalleihin ja verkostoihin. Tämä yhteistyö ja perhekeskusverkostossa mukana oleminen johdattelivat hakemaan rahoitusta Keski-Suomen Liitolta

maakunnallisen perhekeskusympäristöön liittyvän hankkeen esivalmistelusta. Keski-Suomen Liitolta saatiin rahoitus LIKESin ja KesLin asiantuntijoille tähän hankevalmistelun resurssiksi.

Käytännössä Kohti Meijän arkea – hankkeessa LIKES:iltä Kaisa Koivuniemi ja KesLiltä Jyrki Saarela tapasivat eri toimijoita ja asiantuntijoita ja sen pohjalta hahmottelivat hankkeen, joka lopulta päädyttiin jättämään THL:n Terveystiedon edistämisen määrärahaan kesällä 2019. Vuoden 2019 lopulla kantautuikin positiivisia uutisia, että hakemus Meijän Perhe Liikkeellä hankkeeksi olisi saamassa rahoituksen kolmeksi vuodeksi 2020-2022.

#### 6.1.2. Viisasta liikkumista pyörällä – hanke

Keski-Suomen liiton rahoituksella toteutetun Viisasta liikkumista pyörällä 2019 -hanke oli jatkoa edellisenä vuonna KesLin toteuttamalle Keski-Suomen pyöräilyohjelman tuottamiselle. Tämän jatkohankkeen tavoitteena oli jalkautua kuntiin ja saada sieltä kuntatason tietoa pyöräilyn edistämisen nykytilasta sekä käydä keskustelua pyöräilyn edistämisen tulevaisuuden kehitysnäkömystä sekä ohjata kuntia määrätietoisempaan pyöräilyn edistämisen suunnitteluun.

Hankeaikana toteutettiin pyöräilyaiheinen tapaaminen lähes kaikissa Keski-Suomen maakunnan kunnissa, 18/23. Loppuihin viiteen kuntaan oltiin yhteydessä muuten ja niistä saatiin materiaalia pyöräilyn edistämiseen liittyen. Lisäksi KesLin hankevastaava Jyrki Saarela oli mukana viidessä kunnassa toteutuneessa, lähinnä kuntalaisille suunnatussa, Fillarit liikkeelle -tapahtumassa yhdessä Jyväskylän Pyöräilyseuran, Jyväskylän Kestävä kehitys, JAPA ry:n ja Liikenneturvan kanssa.

Hankevastaavana toiminut Jyrki Saarela osallistui myös erilaisiin pyöräilyä edistävien työryhmien palaveriin ja pyöräilyn edistämisen tai viisaan liikkumisen paikallisiin seminaareihin, sekä seurasi kaksi Pyöräilykuntien verkoston valtakunnallista seminaaria live -striimauksien kautta.

Wiitaunionin kuntien Viitasaaren ja Pihtiputaan kanssa ideoitui vuoden aikana alueelle pyöräilyn ja kävelyn edistämishankkeen luomista. Tapaamisissa hahmottui lopulta RamBoll Finlandin avustuksella kuntien yhteinen hankehaku Traficomien Liikkumisen edistämisen avustushakuun vuoden vaihteessa.

Tämän hankeprojektin tavoitteeksi alussa asetettiin, että maakunnallinen pyöräilyohjelma tulisi käsiteltyä kuntien luottamuseläimissä. Näin jälkikäteen katsottuna tuo tavoite ei ollut alkuunkaan realistinen. Kuntakiertueella kävi selväksi, että monissa kunnissa asioista on keskusteltu, mutta pääosin jäädään yleiselle hyvinvointipuheen tai ideologiselle tasolle, eikä konkreettisiin toimenpiteisiin ole erityisesti panostettu. Toisaalta kuntakiertue kuitenkin puolsi paikkaansa juuri siksi, että nostettiin nimenomaan pelkkä pyöräily keskusteluun. Ehkä keskusteluista jää tai lähtee liikkeelle ajatuksia ja ideoita, joita ei vielä voi tunnistaa ja arvioida.

#### 6.1.3. Meijän polku - liiku ja huilaa Keski-Suomessa

Meijän polku - liiku ja huilaa Keski-Suomessa, on 30 vuoden aikajänteeseen tähtäävä keski-suomalaisen väestön kansanterveyden ja hyvinvoinnin edistämislake. Meijän polun pääteemat ovat liikunta, lepo, luonto ja yhteisöllisyys. Meijän polun taustalta löytyy Keski-Suomen hyvinvoinnin osaamiskeskittymä (KeHO). KeHO on keski-suomalaisia sosiaali- ja terveysalan, liikunta- ja urheilualan toimijoita sekä hyvinvoinnin osaajia yhteen kokoava monialainen verkosto, jonka päämääränä on maakunnan ihmisten terveyden edistäminen ja hyvinvoinnin tukeminen. KesLi on yhtenä aktiivisena toimijana mukana Meijän Polussa ja myös KeHO -osaamiskeskittymässä.

Vuonna 2019 Meijän Polku toiminnassa nousi entistä vahvemmin teemoiksi Terveystieteet ja maakunnan luontoreitit. Luontoreitit sivusivat vahvasti maastopyöräilyn kautta myös Viisasta liikkumista Pyörällä -hanketta ja luontoreiteistä keskusteltiin lähes kaikissa pyöräilyhankkeen kuntatapaamisissa.

Syksyllä syntyi ajatus Keski-Suomen Reitistöviikosta syksyksi 2020. Tätä ajatellen tavattiin Keski-Suomen Kylät ry:n, Jyväskylän kaupungin, KssHp:n, Metsähallituksen ja JAMK:n edustajien kesken. Sillä kertaa ei saatu yhteistä hankehakemusta Traficomien Liikkumisen edistämisen määrärahaan, mutta päätettiin alkaa toteutukseen hiukan pienimuotoisemmin kunkin tahon omaan perustukseen liittyen ja pääosin viestinnällisillä toimenpiteillä. Traficomien avustushakuun palattaneen jälleen tulevana syksynä.

Meijän Polun työpalaverissa ideoitui myös hyvinvoinnin haastekampanjoita vuoden varrelle. Mm. porras-, sauna- ja unihaasteet levisivätkin Meijän Polun viestinnän kautta koko maakuntaan. Haasteisiin liittyen, Meijän Polun toimijoiden ja sairaanhoitopiirillä harjoittelussa olleiden JAMK:n fysioterapiaopiskelijoiden kanssa järjestettiin

Hyvinvointi-PopUp tapahtuma Jyväskylän keskustassa. Tämä toimi KesLille myös Lapin Liikunnan mallintaman Kunnan Mummola tapahtuman kokeiluna. Meijän polkuun voi tutustua nettisivulla: [www.meijanpolku.fi](http://www.meijanpolku.fi).

## 6.2. KKI -kumppanuus

Kuluneena vuonna KKI -ohjelman vahvempina teemoina olivat Liikuntaneuvonnan edistäminen, työyhteisöjen liikkumista ja hyvinvointia edistävät mallit sekä fyysisesti huonokuntoisten miesten aktivointi. KKI -ohjelman Liikunnan aluejärjestöille terveysliikunnan kehittäjän palkkaamiseen myöntämän palkkatuen myötä myös KesLin aikuisliikunnan kehittäjän tehtävänä oli edistää näitä teemoja.

Käytännössä tätä työtä tehtiin tapaamalla kuntien viranhaltijoita ja kohtaamisissa eri hyvinvoinnin ja liikunnan edistämisen verkostoissa. Jälleen KesLin pyöräilyn edistämishanke tarjosi hyvän keskustelun avauksen kuntien terveysliikunnan edistämiseen. Liikuntaneuvonta liittyi tänä vuonna vahvasti perhekeskushankevalmistelun yhteydessä ja laajemminkin soteuudistuksesta käytyihin keskusteluihin ja siihen liittyviin kehitystoimenpiteisiin. Jyväskylän kaupungin kanssa yhteistyötä oli kuluneena vuonna monella tapaa. Liikuntaneuvonta yhdistyi Voimaa Vanhuuteen -ohjelman kehitystoimenpiteisiin sekä Liikuntapääkaupunki – brändin sisältöjen kehittämiseen. Maakunnallista elintapaneuvontaa ja laajemmin maakunnan väestön osallisuutta Sote –palveluissa kehitettiin Keski-Suomen sairaanhoitopiiriin vetämissä maakunnallisissa yhteistyöryhmissä.

Yhteistyössä KKI-ohjelman kanssa toteutettiin Sairaanhoitopiirille henkilöstön rekkamittauspäivä toukokuussa. Siihen osallistui 482 sairaanhoitopiirin työntekijää. Rekkatapahtuma toimi yhtenä tapahtumana sairaanhoitopiirin työhyvinvointikokonaisuutta ja siihen yhdistyi kolme viikkoa myöhemmin toteutetut työhyvinvointipäivät Keski-Suomen keskussairaalalla. Rekkatapahtuma tarjosi jälleen hyvän konkreettisen yhteistyön paikan JAMK:n hyvinvointiyksikön kanssa. JAMK:n kautta saimme fysioterapiaopiskelijat mukaan testaamaan rekassa kävijöitä. Sama opiskelijaryhmä oli mukana myös toistamiseen, kun toteutimme rekkatesti -pilottitapahtuman KKI:n ja Jyväskylän sivistyspalveluiden kanssa Huhtasuon koululla. Siinä tapahtumassa testattiin yli 130 huhtasuon yhtenäiskoulun ja lähialueella työskentelevää ja myös kaupungin työntekijöitä muilta toimialoilta kuten palveluasumisen yksiköstä, liikuntapalveluista ja kirjastosta.

### 6.2.1 Kuntayhteistyö ja liikuntaneuvonnan palveluketjujen edistäminen

Liikuntaneuvonnan edistämisessä on ollut tavoitteena kuntien aktivoituminen Liikuntapalveluketjun kehittämiseen. Tätä työtä on tehty suorilla kuntakontakteilla, mutta myös olemalla mukana vaikuttamassa päätöksentekoon (mm. K-S liitto, Tulevaisuuden Sotekeskus -valmistelu, maakunnallinen Hyte-ryhmä). Aluejärjestön perustehtävän kautta myös liikuntaa ja urheilua tuottavien yhdistysten ja seurojen osaamista ja palveluprosesseja pyritään kehittämään ja tukemaan koulutuksen, ohjauksen ja henkilökohtaisten keskusteluiden avulla.

Vuonna 2019 kohdennettuja kuntakäyntejä, joissa liikuntapalveluketjusta keskusteltu viranhaltijoiden kanssa oli 18 kpl. Helmikuussa toteutettiin sähköinen kuntakysely liikuntaneuvontapalvelun toteutuksesta ja mallista K-S kunnissa. Vastauksia saatiin vain 5/23 kunnasta. Jo edellä kerrottiin KesLin aikuisliikunnan kehittäjä olleen mukana K-S Lape -ohjelman ja kuntien perhekeskustoimijoiden kanssa perhekeskumallin ja palveluntuottajien yhteistyön kehittämisessä. Näiden seurauksena siis tuotettiin kehittämisohjelman perhekeskusten liikkumisen edistämiseksi Meijän Perhe liikkeellä -hankkeessa THL:lle. Hankeen toteutuessa tiiviimmin yhteistyötä tehdään Seututerveyskeskuksen kuntien Joutsan, Laukaan Petäjäveden ja Keuruun kanssa.

Jyväskylän kaupungin liikuntapalvelun toimijoiden kanssa tehtiin vuoden aikana liikuntaneuvontamallin yhteiskehitystä. Jo aiemmin käytössä olleen Lasten Sporttikortin mallin mukaan toteutettiin kokeilu NytLiikkeelle 55+ Sporttikortista aikuisille. Mukaan saatiin palveluitaan kokeiluina tarjoamaan 21 toimijaa; seuroja, yhdistyksiä ja yrityksiä. KesLin aikuisliikunnan kehittäjä oli mukana Jyväskylän kaupungin Voimaa vanhuuteen yhteistyöryhmässä ja Voimaa Vanhuuteen liikuntaneuvonnan työryhmässä. Tämän lisäksi aikuisliikunnan kehittäjä sai kutsun Jyväskylän kaupungin terveys ja kuntoliikunnan kuntatyöryhmään. Pyöräilyhankkeen kautta hän pääsi myös osallistumaan Jyvässeudun kestävä liikunnan työryhmän kokousiin.

Keski-Suomen sairaanhoitopiiriin (KssHP) perusterveydenhuollon yksikön kanssa tehtiin aktiivisesti yhteistyötä Meijän Polku -toiminnan puitteissa. Siinä yhteydessä ideoitiin "ikäntyvien hyvinvointi-infograafi", joka toteutuikin Meijän Polku -toiminnan sateenvarjon alla. Lisäksi KssHP:n perusterveydenhuollon liikuntakoordinaattorin/kliininen asiantuntija -fysioterapeutin, Liisa Lumiahon kanssa perehdyttiin sairaanhoitopiiriin liikuntalääkepolkuun ja elintaparyhmätoimintaan (Keski-Suomessa 70 elintaparyhmää) ja tältä pohjalta kehitellään hankeaihoita elintapa- ja

/tai liikuntaneuvontaprosessin ja -palveluketjun kehittämiseksi Keski-Suomessa. Tähän työhön ajateltiin hakea OKM:n liikkumisen edistämisen määrärahasta avusta, mutta K-S sairaanhoitopiiriin johdolta ei saatu tällä kertaa hyväksyntää omavastuuraohitusosuuteen.

#### 6.2.2. Arkiliikunnan edistäminen

Arkiliikunnan edistäminen on jo peruslähtökohta KesLin liikkumisen edistämisen tehtäväkentässä. Tavoitteena on edistää matalan kynnyksen liikkumista koko elämänsä aikana. Keinoina ovat olleet pitkälle vaikuttamistyö päätöksenteossa ja verkostoissa sekä hankkeet ja projektit. Valtakunnallisia kampanjoita kuten Porraspäiviä (KKI) ja Pyöräilyviikkoa (JKL ja JYPS) ja Unelmien liikuntapäivää (Olympiakomitea) markkinoitiin KesLin sähköisissä kanavissa.

#### 6.2.3. KKI –hankearvioinnit

Jo vuosia aluejärjestöjen terveysliikunnan kehittäjät ovat antaneet omat lausuntonsa maakuntansa KKI – hanketukihakemuksiin. Vuoden 2019 hankehakemuksia arvioitiin vain keväällä koska Opetus ja Kulttuuri Ministeriö lopetti KKI -ohjelman oikeuden edelleen jakaa määrärahoja. Ministeriö otti avustusten jakamisen itselleen. KKI-avustus muuttui liikunnallisen elämäntavan paikalliset kehittämisavustukseksi. Vuonna 2019 Keski-Suomesta tuli KKI - hankehakemuksia 12 kappaletta, ja kyseisistä hakemuksista KKI –tukea sai 8 hanketta.

#### 6.2.4. Toimintakykyä työelämään

Työyhteisöliikunnassa tavoitteena on ollut vahvistaa KesLin asemaa työyhteisöliikunnan asiantuntijana siihen liittyvissä verkostoissa ja toisaalta lisätä yritysten tietoa ja osaamista työyhteisöliikunnan suunnittelussa ja totutuksessa. Lisäksi KesLi tarjoaa liikuttamisen palveluita yrityksille ja yhteisöille.

KesLin aikuisliikunnan kehittäjä osallistui 2019 useisiin Työelämä 2020 Keski-Suomen verkoston kokoontumisiin. Yhdessä tämän verkoston kanssa toteutettiin huhtikuussa Oposeminaari, jossa osallistujia oli n. 60 henkilöä.

KesLi tuottaa julkisen hallinnon ja yritysten työyhteisöille liikuttamisen ja terveyskunnan mittaamisen palveluita kuten Kehon Kuntoindeksimittauksia ja sisältöjä liikuntapäiviin yms.. Vuonna 2019 tällaisia mittauksia oli Keskussairaalan henkilöstölle (K-S Kunto ry) (62 hlö) ja Laserkeskus Oy:llä Saarijärvellä (7 hlö).

Vuoden aikana Liikunnan aluejärjestöjen yhteistapaamisissa kehitettiin ajatusta työyhteisöliikunnan ja työhyvinvoinnin sektorin osaamisen yhdistämisestä ja valtakunnallisen verkoston hyödyntämisestä jatkossa paremmin. Tämä työn tuloksena vuodenvaihteessa lanseerattiin Liikunnan Aluejärjestöjen yhteinen Buusti360 -hyvinvointituote. Sitä kehitetään yhteisesti ja toistaiseksi ilman erillistä yhtiömallia tai vastaavaa. Jokainen alue (15) on sitoutunut mukaan yhteistyöhön ja käyttämään tuotetta ja sen ulkoasua oman alueensa työyhteisöille kohdistuvassa palvelutarjonnassa.

### 6.3. Verkostotyö

Verkostoitumista ja verkostovaikuttamista liittyy KesLin toiminnassa moniin eri yhteyksiin, ja tavoitteena on toimia näissä monialaisissa verkostoissa liikunnan asiantuntijana. Maakunnassa aktiivisimmin verkostoista on vuonna 2019 toiminut Meijän polku –hyvinvoinnin edistämisliike, jonka taustalla on Keski-Suomen Hyvinvoinnin osaamiskeskittymä KeHo. Meijän Polku on alkanut saada toimintarakennetta ydintiimin tavatessa noin 2 kk välein ja pienryhmällä Skype - tapaamisia oli loppuvuodesta jo lähes viikoittain. Meijän polussa keskeisiksi toimintamalleiksi ovat nousseet konkreettiset kehitystoimenpiteet, tapahtumat ja hyvinvointihaasteet, sekä viestiminen. Lisäksi on virinnyt oppilaitosten kanssa tehtävää tutkimus- ja opiskelijayhteistyötä. Muita verkostoja, joissa aikuisliikunnan kehittäjä on ollut mukana, ovat alueellinen Työhyvinvointiverkosto ja Työelämä 2020 alueverkosto.

Verkostoitumisen foorumeita ovat tarjonneet myös alueelliset ja valtakunnalliset seminaarit sekä KKI –päivät. Tänä vuonna Kansallisen Liikuntafoorumi järjestettiin Jyväskylässä. KesLi oli vahvasti mukana järjestelyissä ja käytännön toteutuksessa yhdessä Valtion Liikuntaneuvoston ja Jyväskylän kaupungin kanssa. Liikunnan aluejärjestöjen aluepäivillä Asikkalassa oli mukana Suomen Olympiakomitean, KKI -ohjelman ja Liikkuva koulu -ohjelman edustajia miettimässä yhteisiä toiminnan painopisteitä.

## 6.4. Aikuisliikunnan koulutus ja tapahtumat

Vuonna 2019 aikuisliikunnan toimialalla erillisiä koulutuksia ei järjestetty. Yhteistyössä KKI Ohjelman kanssa toteutettiin JHL:N koulutuspäivä Jyväskylässä. Toiminta painottui vahvasti tapahtumiin ja hanketyöhön. Lisäksi yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa aikuisliikunnan kehittäjä oli mukana järjestämässä seminaareja ja tilaisuuksia.

Eri kuntien, työ- ja muiden yhteisöjen hyvinvointiprojekteissa ja liikuntatapahtumissa KesLin aikuisliikunnan toimiala liikutti ja mittasi tänä vuonna 3452 henkilöä.

### Koulutukset

| <u>Aika</u> | <u>Tilaisuus</u>                          | <u>Osallistujamäärä</u> |
|-------------|-------------------------------------------|-------------------------|
| 2.4.        | JHL Työhyvinvointipäivä                   | 30                      |
| 26.4.       | Työelämä 2020, Oposeminaari Jyväskylä     | 60                      |
| 3.10.       | Meijän Polku HyvinvointiPopUp             | 60                      |
| 28.-29.10.  | Kansallinen Liikuntafoorumi Jyväskylä     | 350                     |
| 13.11.      | Liikuntapaikkarakentamisen kuntaseminaari | 32                      |
|             | <b>YHTEENSÄ</b>                           | <b>532 osallistujaa</b> |

### Tapahtumat

| <u>Tilaisuus</u>                                                | <u>Osallistujamäärä</u>  |
|-----------------------------------------------------------------|--------------------------|
| KssHp Kunto ry Inbody -mittaukset                               | 62                       |
| Kielon asiakasyritysten juoksukoulu 89 osallistujaa (2 kertaa)  | 89                       |
| Laserkeskus Oy:llä Saarijärvellä Kehon kuntoindeksi -mittaukset | 7                        |
| O2 KKI salibandy InBody -mittaukset                             | 54                       |
| Palokan Ilon Starttipäivät Inbody -mittaukset                   | 14                       |
| JNV Jumperi                                                     | 8                        |
| KssHP rekkamittauspäivä mittaukset                              | 486                      |
| JKL kaupunki sivistyspalvelut Kehon kuntoindeksi mittaukset     | 132                      |
| Finlandia Marathon                                              | 2600                     |
| <b>YHTEENSÄ</b>                                                 | <b>3452 osallistujaa</b> |

## 7. Seuratoiminnan edistäminen

### Tavoite

Keski-Suomen Liikunnan tavoitteena on keskisuomalaisen urheiluseurojen jatkuva hyvinvointi, kehittyminen ja menestyminen, seurajohdon osaamisen kehittyminen sekä hallittu, suunnitelmallinen työpaikkojen syntyminen urheiluseuroihin. Seuratoiminnan laadun parantuessa, organisoidun liikunnan ja urheilun haluttavuus lisääntyy ja siihen osallistuu yhä kasvava joukko keskisuomalaisia.

Vuonna 2019 KesLin jäsenseuroissa oli kaikkiaan noin 50 000 jäsentä. Kasvua edelliseen vuoteen oli lähes 10 000 jäsentä. Yksi seura palkkasi päätoimisen toiminnanjohtajan ja useampi päätoimisia tai osa-aikaisia valmennuspäälliköitä, valmentajia tai muita seuratyöntekijöitä.

### Toteutus

Seurakehittäjän työskentely painottui urheiluseuran toimivuuden kehittämiseen. Työ oli konsultointia, tiedottamista, prosessien juoksutusta, koulutusta, koulutusten organisointia sekä seuratoimijoiden verkostojen luontia ja ylläpitoa. KesLin seurakehittäjä teki yhteistyötä lajiliittojen seurakehittäjien, toisten aluejärjestöjen seurakehittäjien, KIHU:n työntekijöiden, Likesin työntekijöiden, Liikuntatieteellisen tiedekunnan yhteiskuntatieteiden henkilöstön, Jyväskylän urheiluakatemian työntekijöiden sekä Olympiakomitean seuratiimin kanssa. Lisäksi seurakehittäjä teki yhteistyötä Keski-Suomen kuntien liikunnan viranhaltijoiden kanssa Seurafoorumien ja koulutusten toteutuksessa.

## 7.1. Koulutukset

### 7.1.1. Seurojen hallinnon koulutukset ja osallistujamäärät:

| <u>Aika</u>     | <u>Koulutuksen nimi</u>                    | <u>Tilaaja</u>          | <u>Osallistujia</u>     |
|-----------------|--------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|
| 5.1.            | Urheiluseuran johtaminen                   | AKK                     | 79                      |
| 14.1.           | EA-koulutus                                |                         | 16                      |
| 19.1.           | Hyvä Hallinto                              | JSA                     | 9                       |
| 21.1.           | Lasten ja nuorten valmentajakoulutus       |                         | 21                      |
| 13.3.           | Valmentajakoulutus, keskivartalon hallinta |                         | 19                      |
| 26.3.           | Hyvä hallinto                              | Vihtavuoren Pamaus      | 13                      |
| 2.4.            | Hyvä hallinto                              |                         | 20                      |
| 6.5.            | Joukkueenjohtajakoulutus                   |                         | 30                      |
| 18.5.           | Urheiluseuran yhteisöllisyys               | Jyp Juniorit            | 37                      |
| 23.9.           | Rekrytointikoulutus                        |                         | 10                      |
| 30.9.           | Urheiluseura työsopimuksen tekijänä        |                         | 14                      |
| 5.9.            | Hyvä hallinto                              | Riihivuoren hiihtoseura | 18                      |
| 31.10.          | EA-koulutus                                | Tikkakosken Tikka       | 20                      |
| 17.12.          | Seuran verotus                             | O2                      | 22                      |
| <b>YHTEENSÄ</b> |                                            |                         | <b>328 osallistujaa</b> |

### 7.1.2. Seurojen kehitysillat

| <u>Aika</u>     | <u>Tilaaja</u>                  | <u>Osallistujia</u>     |
|-----------------|---------------------------------|-------------------------|
| 7.1.            | Ison Tanhuujat                  | 7                       |
| 10.1.           | JNV                             | 8                       |
| 17.1.           | Tikkakosken Tikka               | 32                      |
| 21.1.           | Palokan ILO                     | 12                      |
| 28.1.           | Palokan ILO                     | 7                       |
| 5.2.            | Jyväskylän Valo                 | 14                      |
| 19.2.           | Toivakan Rivakka                | 8                       |
| 5.3.            | Koripalloliitto                 | 13                      |
| 18.3.           | Ison Tanhuujat                  | 12                      |
| 25.3.           | Lievestuoreen Kisa              | 6                       |
| 6.6.            | Historiallisen miekkailun seura | 7                       |
| 29.8.           | Muuramen Yritys                 | 11                      |
| 8.10.           | KeuPa                           | 7                       |
| 18.11.          | Palokan Ilo                     | 11                      |
| 16.12.          | Harjun Woima                    | 8                       |
| <b>YHTEENSÄ</b> |                                 | <b>163 osallistujaa</b> |

### Tilaukoulutukset urheilujärjestöille

KesLin omien koulutusten lisäksi seurakehittäjän koulutuspalveluja tilasivat Olympiakomitea (Seke-akatemia, oman työn kehittäminen ja lajiliittojen verkostotapaamiset, harrasteliikunnan kehittäminen seuraorganisaatiossa), Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu (Rekrytointi), AKK (Urheiluseuran johtaminen), Pesäpalloliitto (Seuratuki-infot) ja Uimaliitto (aluefoorum, seuratoiminnan kehittäminen)

### Työnohjaus

Seurakehittäjä jatkoi myös monivuotista JSA:n valmennuspäällikön työnohjausta. Työnohjauksellisia tapaamisia pidettiin kuusi vuoden aikana. Epävirallista työnohjausta ja sparraustuokioita seurojen toiminnanjohtajien kanssa tapahtui viikoittain. Seurojen toiminnanjohtajat ovat oppineet hyödyntämään seurakehittäjän sparrauspalveluja luontevasti.

## 7.2. Verkostotyö

### 7.2.1. Toiminnanjohtajaverkosto

Seurojen toiminnanjohtajien verkostotapaamisia jatkettiin ja tapaamisia järjestettiin kolme vuoden aikana. Lisäksi yhdessä osallistuttiin Olympiakomitean järjestämään seurojen ammattilaisten päivään. Verkostotapaamisten sisällöt olivat aina koulutuksellisia. Toiminnanjohtajat osallistettiin myös sisältöjen tuottamiseen. Toiminnanjohtajaverkostoon ovat osallistuneet lähes kaikkien seurojen toiminnanjohtajat.

Kaikkiaan 30 keski-suomalaisessa yhdistysmuotoisessa seurassa on päätoiminen hallinnollinen työntekijä. KesLin seurakehittäjä toimii toiminnanjohtajien sparrarina ja toiminnanjohtajat ovat antaneet positiivista palautetta verkostotapaamisista. Verkostolla on myös ollut vaikuttavuutta seurojen kehittymiseen. Toiminnanjohtajat ovat saaneet toisiltaan tukea, vinkkejä ja ohjeita työhönsä. Verkosto on erityisen tärkeä aloitteleville toiminnanjohtajille.

### 7.2.2. Seurafoorumi

Seurafoorumi on paikallinen urheiluseurojen, kunnan ja KesLin yhteistyöfoorumi. Toiminta on kaikille avointa. Seurafoorumin tavoitteena on paikallisen liikunta- ja urheilukulttuurin vahvistaminen, tiedon jakaminen, vaikuttaminen ja osallistaminen. Toiminnalla kehitettiin paikallista yhteistyötä. Seurafoorumeihin ovat tervetulleita kaikki alueen liikunta- ja urheiluseurojen edustajat. Käytännössä Seurafoorumeihin osallistuneet seurat ovat olleet KesLin jäsenseuroja, aktiivisia ja kehityshaluisia seuroja. Kuntien liikunnan viranhaltijat ovat antaneet toiminnasta myös positiivista palautetta KesLille. He ovat nähneet KesLin roolin, Seurafoorumien juoksuttajana, positiivisena ja omaa työtään helpottavana tekijänä. Seurafoorumeissa on aidosti päästy ratkomaan arkisia liikuntatoiminnan haasteita kunnassa ja yhdessä luomaan parempia toimintatapoja.

| <u>Aika</u> | <u>Paikka</u>                | <u>Osallistujamäärä</u> |
|-------------|------------------------------|-------------------------|
| 27.3.       | Jyväskylä                    | 56                      |
| 23.4.       | Jämsä                        | 28                      |
| 21.5.       | Jyväskylä                    | 70                      |
| 28.5.       | Jyväskylä (jalkapalloseurat) | 17                      |
| 10.9.       | Laukaa                       | 15                      |
| 11.9.       | Jyväskylä (jalkapalloseurat) | 20                      |
| 2.12.       | Jämsä                        | 18                      |
| 9.12.       | Saarijärvi                   | 7                       |

**YHTEENSÄ**

**231 osallistujaa**

## 7.3. Seuratuki

Seuratoiminnan yksi tärkeä tukemisen muoto on seurojen auttaminen toiminnan suunnittelussa. Opetus- ja kulttuuriministeriön myöntämä seuratuki tarjoaa tähän luontevan toimintamallin. Vuoden 2019 aikana seurakehittäjä auttoi ja sparrasi keski-suomalaisia seuroja tulevaisuuden suunnittelussa. Seurojen kanssa pidettiin hallitusten

kehitysiltoja, koko seuran kehitysiltoja, työntekijöiden tai puheenjohtajan kanssa tapaamisia tai seuran hankesuunnitelman tarkastelua. Lähes kaikki sparratut seurat hakivat seuratukea vuodelle 2020.

Seuratukea kunnittain vuonna 2019 keski-suomalaiset seurat saivat seuraavasti:

Jyväskylä 158 500€, Äänekoski 24 000€, Keuruu 22 500€, Joutsa 15 000€, Toivakka 10 000€, Laukaa 9000€, Jämsä 2500€, yhteensä **241 500€**.

## 7.4. Yhteistyö

### 7.4.1. Yliopistoyhteistyö

Seuratuen puitteissa tehtiin jälleen yhteistyötä Jyväskylän Yliopiston liikunnan yhteiskuntatieteen laitoksen kanssa. Opiskelijoille järjestettiin opintosisältö seuratukeen liittyen ja opiskelijat hakeutuivat valittujen seurojen tueksi seuratuken hakemisen suunnitteluun. Yhteistyötä jatketaan edelleen, koska opiskelijat kokivat opintosisällön mielekkääksi ja työelämätaitoja opettavaksi ja KesLin jäsenseurat todella hyötyivät opiskelijoiden avusta. Kaikki opiskelijoilta sparrausapua saaneet seurat myös saivat seuratukea. Opiskelijat sparraustyöhön perehdytti KesLin seurakehittäjä.

### 7.4.2. KIHU ja Likes yhteistyö

KesLin, Kihun ja Likesin yhteistyö on pääasiallisesti asiantuntijayhteistyötä. Seurakehittäjä saa tuoretta tutkittua tietoa suoraan tutkijoilta ja Seurakehittäjä jakaa kokemuspohjaista tietoa edelleen tutkijoille. Saumattomasta yhteistyöstä hyötyvät erityisesti alueen seurat, jotka saavat käyttöönsä toimintamalleja muualta Suomesta ja ulkomailta. Molempien säätiöiden asiantuntijat ovat toimineet myös KesLin koulutuksissa ja tilaisuuksissa luennoitsijoina.

## 7.5. Tähtiseura -laatuohjelma

Tähtiseura-ohjelma on Olympiakomitean, lajiliittojen ja aluejärjestöjen laatuohjelma, joka kehittää ja tukee seuratoimintaa. Tähtimerkki on tunnus urheiluseuralle, joka täyttää määritetyt laatutekijät kohderyhmänsä osalta. Osa-alueita on kolme: lapset ja nuoret, aikuiset sekä huippu-urheilu. Vihreä Tähtimerkki luovutetaan lasten ja nuorten, punainen aikuisten ja sininen huippu-urheilun Tähtiseuralle. Kaikkien kolmen osa-alueen laatuselä saa tunnustuksena täyden kolmivärisen Tähtimerkin. Keski-Suomeen saatiin vuoden aikana ensimmäinen kolmivärisen Tähtimerkin omaava seura Swimming Jyväskylä. Suomessa oli vuonna 2019 vain neljä kolmivärisen Tähtimerkin omaavaa seuraa.

Seurakehittäjä teki vuoden aikana lajiliittojen seurakehittäjien kanssa Tähtiseura-auditointeja kaikkiaan kymmeneen seuraan.

Keski-Suomen Tähtiseurat vuonna 2019:

|                                 |               |                                  |
|---------------------------------|---------------|----------------------------------|
| Happes Ry                       | salibandy,    | lapset ja nuoret                 |
| Harjun Woima Jyväskylä          | paini,        | lapset ja nuoret                 |
| Jaguars Spirit Athletes ry      | cheerleading, | lapset ja nuoret                 |
| Jigotai                         | judo,         | lapset ja nuoret                 |
| JJK Juniorit r.y.               | jalkapallo,   | lapset ja nuoret                 |
| Jyväskylän Kenttärheilijat      | Keski-Suomi,  | lapset ja nuoret                 |
| Jyväskylän Naisvoimistelijat    | voimistelu,   | lapset ja nuoret, aikuiset       |
| Jyväskylän Pallokerho r.y.      | jalkapallo,   | lapset ja nuoret                 |
| Jyväskylän Voimistelijat-79 ry. | voimistelu,   | lapset ja nuoret, huippu-urheilu |
| Jyväskylä Lentis ry             | lentopallo,   | lapset ja nuoret                 |
| Kaipolan Vire ry                | yleisurheilu, | lapset ja nuoret                 |
| KENSU ry                        | luistelu,     | lapset ja nuoret                 |
| Keurusseudun Ratsastajat ry     | ratsastus,    | lapset ja nuoret                 |
| Keuruun Kisailijat              | maastohiihto, | lapset ja nuoret                 |
| Keuruun Kisailijat ry           | suunnistus,   | lapset ja nuoret                 |
| Keuruun Naisvoimistelijat ry    | voimistelu,   | lapset ja nuoret                 |



|                                          |               |                                               |
|------------------------------------------|---------------|-----------------------------------------------|
| Keuruun Pallo                            | jalkapallo,   | lapset ja nuoret                              |
| Korpilahden Pyrintö                      | lentopallo,   | lapset ja nuoret                              |
| Muuramen Syke ry                         | voimistelu,   | lapset ja nuoret, aikuiset                    |
| O2-Jyväskylä                             | salibandy,    | lapset ja nuoret                              |
| Palokan Ilo, voimistelu ja liikunta ry   | voimistelu,   | lapset ja nuoret, aikuiset                    |
| Palokan Riento ry                        | jalkapallo,   | lapset ja nuoret                              |
| Saarijärven Pullistus                    | suunnistus,   | lapset ja nuoret                              |
| Ski Jyväskylä                            | maastohiihto, | lapset ja nuoret                              |
| Suunta Jyväskylä                         | suunnistus,   | lapset ja nuoret                              |
| Swimming Jyväskylä                       | uinti,        | lapset ja nuoret, aikuiset,<br>huippu-urheilu |
| Tanssi- ja voimisteluseura Illusion      | voimistelu,   | lapset ja nuoret                              |
| Tikkakosken Tikka Ringette               | ringette,     | lapset ja nuoret                              |
| Tikkakosken Voimistelu- ja Liikuntaseura | voimistelu,   | lapset ja nuoret, aikuiset                    |

## 7.6. Neljän maakunnan seuratyöryhmä

KesLin seurakehittäjä toimi koollekutsujana ja puheenjohtajana neljän maakunnan, Etelä-Pohjanmaan, Keski-Pohjanmaan, Keski-Suomen ja Pohjanmaan, urheilujärjestöjen ammattilaisista, seurakehittäjistä, koostuvassa seuratyöryhmässä. Työryhmän tavoitteena on auttaa ja kehittää yhdessä kaikkien neljän maakunnan seuroja sekä oppia toinen toisilta. Työryhmän jäsenet olivat: Juha Kuoppala (Pesäpalloliitto), Kirsi Martinmäki (Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu), Ulla Papp (Keski-Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu) Ari Piispanen (Jääkiekkoliitto), Tiina Saulila (Voimisteluliitto), Tapio Rajamäki (Urheiluliitto) ja Jukka Rautakorpi (Palloliitto).

### Yhteiset toimenpiteet:

- vahvistettiin seurojen toimintaedellytyksiä osallistumalla OKM:n myöntämän seuratuon valmisteluun.
- toteutettiin seurojen seuratuki INFO:t Jyväskylässä ja Seinäjoella

Jyväskylässä Seuratuki-infossa oli 30 osallistujaa. Lisäksi seurakehittäjä toteutti pesäpalloliitolle kaksi seuratuki-infoa Teamsin välityksellä.

## 8. Tapahtumat

Vuoden 2018 aikana Keski-Suomen Liikunta ry järjesti kolme maakunnallista tapahtumaa: Keski-Suomen Urheilugaalan, lasten KESLI-liikuntaleirin ja Finlandia Marathonin (yhdessä JKU:n kanssa). Maakunnallisten tapahtumien tuottamiseen osallistui koko KesLin henkilökunta.

### 8.1. Keski-Suomen Urheilugaala 25.1.

Vuosittaisessa Keski-Suomen Urheilugaalassa valittiin vuoden keskisuomalainen urheilija sekä muita urheilun ja liikunnan sektorilla kunnostautuneita henkilöitä ja urheiluseuroja. Vuoden 2019 Keski-Suomen Urheilugaala järjestettiin yhteistyössä Keski-Suomen liiton sekä muiden yhteistyökumppaneiden kanssa tammikuun 25. päivä Paviljongissa, Jyväskylässä. Juhlissa myös kunnat ja lajiliitot palkitsivat omia toimijoitaan tai tapahtumiaan. Juhla keräsi yhteen maakunnan urheilijat, asiantuntijat ja päätöksentekijät. Illan juonsi Arvo Vuorela. Osallistujamäärä oli 280 henkilöä.

### 8.2. Kuutamohiihto

Tunnelmallinen Kuutamohiihto Jyväsjärven ja Päijänteen jäällä jouduttiin olosuhteiden vuoksi perumaan.

### 8.3. KESLI-liikuntaleiri Saarijärvellä 10.-14.6.

KESLI-liikuntaleiri on vuosittain järjestettävä maakunnallinen leiri minkä avulla pyritään innostamaan keskisuomalaisia lapsia liikunnan pariin. Leirin avulla edistetään monilajisuutta, lasten liikunnan monipuolisuutta ja madalletaan kynnystä liikunnan harrastamiseen myös lapsille, jotka tarvitsevat erityistä tukea. Tavoitteena oli tarjota kaikille 10-13 -vuotiaille lapsille avoin, elämyksellinen, vauhdikas ja iloinen täysihoitoleiri. Leirillä lapset pääsivät kokeilemaan seuraavia lajeja: ammunta, jalkapallo, koripallo, melonta, parkour, pesäpallo, salibandy, suunnistus, telinevoimistelu, uinti ja yleisurheilu. Leiriohjelmaan kuuluivat myös lipunnostot, leiriolympialaiset, leikit, kisailut, venyttelytuokiot ja leiridisko.

Leirimarkkinointia tehtiin koulukäynnin. Oppilaille järjestettiin koululla liikuntatuokio minkä jälkeen kerrottiin osallistumismahdollisuudesta leirille. Kouluvierailuja tehtiin kymmeneen keskisuomalaiseen kouluun. Tuokioissa liikutettiin lähes 500 lasta.

Ohjaajina leirillä toimivat liikunnan ammattilaiset sekä liikunnanopettajiksi, luokanopettajiksi, liikunnanohjaajiksi, liikuntaneuvojiksi tai nuoriso-ohjaajiksi valmistuvat opiskelijat. Leirillä oli kaikkiaan 30 aikuista organisointi- ja ohjaustehtävissä. Osallistujia leirillä 190. Toiminnallisesti leiri onnistui erinomaisesti. Lapsilta kerätty kirjallinen palaute oli hyvä.

Leirin pääyhteistyökumppaneina olivat Saarijärven kaupunki, Keskimaa ja Keski-Suomen Osuuspankki. Muita taloudellisia yhteistyökumppaneita olivat: OK -auto, Kärcher ja Jyväskylän Energia.

### 8.4. Finlandia Marathon 13.-14.9.2019 Jyväskylässä

Finlandia Marathonin reittinä on Suomen kauneimpana liikenneväylänä palkittu, tasainen ja nopea Jyväskylän Rantaraitti. Tapahtumakeskuksena toimi Lutakonaukio ja Jyväskylän Paviljonki. Täyspitkän maratonin lisäksi tapahtumassa järjestetään puolimaraton, maratonviesti sekä Finlandia kävely. Finlandia Marathon -tapahtuma käynnistyy jo perjantai-iltana Valon Kymppi -juoksutapahtumalla, joka juostaan hämärässä valotehoiteiden loisteessa. Tapahtuma tekee yhteistyötä Jyväskylän Valon Kaupunki -tapahtuman kanssa.

Finlandia Marathonin yhteydessä Jyväskylän Paviljongissa järjestettiin ensimmäistä kertaa yhteistyössä Jyväskylän kaupungin kanssa Liikuntapääkaupunki Expo, jossa oli ilahduttavan paljon näytteilleasettajina urheiluseuroja. Tapahtuma tekee yhteistyötä myös Jyväskylän matkailun kanssa ja mm. isännöi tapahtuman aikana kiinalaisia tapahtumanjärjestäjiä sekä blokkajia.

Vuoden 2019 Finlandia Marathonin osallistujamäärät:

|                              |       |
|------------------------------|-------|
| Maraton                      | 343   |
| Puolimaraton                 | 1 058 |
| Valon Kymppi                 | 694   |
| maratonviesti, 38 joukkuetta | 273   |
| Finlandia Kävelyyn           | 162   |

**YHTEENSÄ 2.530 henkilöä**

Huomattavaa oli erityisesti maratonviestijoukkueiden määrän selkeä lisääntyminen edellisistä vuosista.

### 8.5. Kansallinen Liikuntafoorumi 28.-29.10. Jyväskylässä

Yhteistyössä Valtion Liikuntaneuvoston ja muiden kumppanien kanssa järjestetyn Kansallisen Liikuntafoorumin teemana oli ”tiedolla johtaminen ja miten tieto muutetaan liikkeeksi”. Foorumissa tarkasteltiin liikunnan ja tiedon suhdetta monipuolisesti aina julkisesta hallinnosta ja järjestöistä yksittäiseen liikkujaan asti.

Foorumissa esiintyi paljon mielenkiintoisia puhujia, kuten tiedolla johtamisen guru Rob Briner, hiihdon maailmanmestari Matti Heikkinen ja lihastohtori Juha Hulmi. Lisäksi mukana oli paljon yleisön osallistamista ja keskustelua. Liikuntafoorumi keräsi ennätysyleisön – 350 osallistujaa eri puolilta Suomea.

## 9. Talous

Vaikka vuosi päättyi - 5 969,32 tulokseen, mahdollistaa se nykyisenlaisen toiminnan normaalin jatkuvuuden. Negatiivinen tulos johtui osittain ennakoimattomista kustannuksista, kuten resurssoinnista Buusti 360 – hyvinvointityökalun kehittämiseen.

---

### Tuloslaskelma 2019

#### VARSINAINEN TOIMINTA

|                      |                    |                   |
|----------------------|--------------------|-------------------|
| TUOTOT               | 267 832,68         | 248698,14         |
| KULUT                |                    |                   |
| HENKILÖSTÖKULUT      | -285805,20         | -302356,43        |
| POISTOT              | -664,75            | -886,33           |
| MUUT KULUT           | <u>-274 566,07</u> | <u>-227389,16</u> |
| KULUT                | -561036,02         | -530631,92        |
| <br>TUOTTO/KULUJÄÄMÄ | <br>-293203,34     | <br>-281933,78    |

#### VARAINHANKINTA

|                |                |                |
|----------------|----------------|----------------|
| TUOTOT         | 60425,18       | 62628,45       |
| KULUT          | <u>-408,25</u> | <u>-766,01</u> |
| VARAINHANKINTA | 60016,93       | 61862,44       |

|                  |            |            |
|------------------|------------|------------|
| TUOTTO/KULUJÄÄMÄ | -233186,41 | -220071,34 |
|------------------|------------|------------|

#### SIJOITUS- JA RAHOITUSTOIMINTA

|                      |                |                |
|----------------------|----------------|----------------|
| TUOTOT               | 217,09         | 205,58         |
| <br>TUOTTO/KULUJÄÄMÄ | <br>-232969,32 | <br>-219865,76 |

#### AVUSTUKSET

|                          |                 |                 |
|--------------------------|-----------------|-----------------|
| VALTION TOIMINTA-AVUSTUS | 211500,00       | 210000,00       |
| MUUT AVUSTUKSET          | <u>15500,00</u> | <u>15500,00</u> |
|                          | 227000,00       | 225500,00       |

|                         |          |         |
|-------------------------|----------|---------|
| Tilikauden yli/alijäämä | -5969,32 | 5634,24 |
|-------------------------|----------|---------|

## Tase 2019

### VASTAAVAA

#### PYSYVÄT VASTAAVAT

##### AINEELLISET HYÖDYKKEET

|                   |         |         |
|-------------------|---------|---------|
| Koneet ja kalusto | 1994,24 | 2658,99 |
|-------------------|---------|---------|

##### SIJOITUKSET

|                     |                |                |
|---------------------|----------------|----------------|
| Osakkeet ja osuudet | <u>1177,32</u> | <u>1177,32</u> |
|---------------------|----------------|----------------|

|                   |         |         |
|-------------------|---------|---------|
| PYSYVÄT VASTAAVAT | 3171,56 | 3836,31 |
|-------------------|---------|---------|

#### VAIHTUVAT VASTAAVAT

##### SAAMISET

|               |          |          |
|---------------|----------|----------|
| Ennakkomaksut | 13408,55 | 12660,77 |
|---------------|----------|----------|

|                |          |          |
|----------------|----------|----------|
| Myyntisaamiset | 35772,47 | 52063,28 |
|----------------|----------|----------|

|               |                |                |
|---------------|----------------|----------------|
| Muut saamiset | <u>1645,91</u> | <u>1617,94</u> |
|---------------|----------------|----------------|

|          |          |          |
|----------|----------|----------|
| SAAMISET | 50826,93 | 66341,99 |
|----------|----------|----------|

##### RAHOITUSARVOPAPERIT

|                     |           |           |
|---------------------|-----------|-----------|
| Osakkeet ja osuudet | 101158,99 | 101158,99 |
|---------------------|-----------|-----------|

|                         |                 |                 |
|-------------------------|-----------------|-----------------|
| RAHAT JA PANKKISAAMISET | <u>65133,87</u> | <u>50557,17</u> |
|-------------------------|-----------------|-----------------|

|                     |           |           |
|---------------------|-----------|-----------|
| VAIHTUVAT VASTAAVAT | 217119,79 | 218058,15 |
|---------------------|-----------|-----------|

|           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|
| VASTAAVAA | 220291,35 | 221894,46 |
|-----------|-----------|-----------|

### VASTATTAVAA

#### OMA PÄÄOMA

##### Muut rahastot

|                          |           |           |
|--------------------------|-----------|-----------|
| Edell.tilik.yli/alijäämä | 175915,28 | 170281,04 |
|--------------------------|-----------|-----------|

|                         |                 |                |
|-------------------------|-----------------|----------------|
| Tilikauden yli/alijäämä | <u>-5969,32</u> | <u>5634,24</u> |
|-------------------------|-----------------|----------------|

|            |           |           |
|------------|-----------|-----------|
| OMA PÄÄOMA | 169945,96 | 175915,28 |
|------------|-----------|-----------|

#### VIERAS PÄÄOMA

##### LYHYTAIKAINEN

|                |         |         |
|----------------|---------|---------|
| Saadut ennakot | 3752,00 | 3752,00 |
|----------------|---------|---------|

|           |         |         |
|-----------|---------|---------|
| Ostovelat | 4634,17 | 2733,98 |
|-----------|---------|---------|

|            |                 |                 |
|------------|-----------------|-----------------|
| Muut velat | <u>41959,22</u> | <u>39493,20</u> |
|------------|-----------------|-----------------|

|               |          |          |
|---------------|----------|----------|
| VIERAS PÄÄOMA | 50345,39 | 45979,18 |
|---------------|----------|----------|

|             |           |           |
|-------------|-----------|-----------|
| VASTATTAVAA | 220291,35 | 221894,46 |
|-------------|-----------|-----------|

## Liite 1. Keski-Suomen Liikunnan vuosi 2019 lukuina

### Lasten liikunta

Liikkuva koulu ja opiskelu

- mukana kaikki keskisuomalaiset kunnat;
  - 102 koulua
  - rekisteröityneenä 16 lukiota ja ammatillista oppilaitosta

Koulujen ja oppilaitosten koulutukset:

- 656 osallistujaa, 30 tilaisuutta

Varhaiskasvatuksen koulutukset:

- 119 osallistujaa, 8 tilaisuutta

Valmentaja- ja ohjaajakoulutukset:

- 131 osallistujaa, 7 tilaisuutta

Leiri: - 190 osallistujaa

### Nuorten ja aikuisten liikunta

Viisasta liikkumista pyörällä -hanke

- mukana kaikki keskisuomalaiset kunnat

Koulutukset ja tapahtumat

- tilaisuudet: 532 osallistujaa
- tapahtumat: 3452 osallistujaa

### Seuratoiminta

Koulutukset ja kehitysillat:

- hallinnon koulutukset 328 osallistujaa
- kehitysillat 13 yhdistystä, 163 osallistujaa

Seurafoorumit:

- neljä kuntaa, 231 osallistujaa

|                       |                                   |
|-----------------------|-----------------------------------|
| <b>Koulutukset:</b>   | <b>1.948 osallistujaa</b>         |
| <b>Tapahtumat:</b>    | <b>3.873 osallistujaa</b>         |
| <b>-&gt; kohdattu</b> | <b>5.821 henkilöä vuonna 2019</b> |

## Liite 2. Strategia 2025

### Keski-Suomen Liikunta ry

#### Missio:

Keskisuomalaisen hyvinvoinnin tukeminen liikunnan ja urheilun avulla

#### Visio 2025:

Keski-Suomen Liikunta ry on tunnettu toimija ja haluttu kumppani, jolla on tunnustettu asema liikunnan kehittäjäorganisaationa.



#### Toiminnan tavoitetilat:

1. Keskisuomalaisissa seuroissa on osaamista ja ne toimivat laadukkaasti
2. Keskisuomalaisten liikunta-aktiivisuus on lisääntynyt
3. Keski-Suomen Liikunnalla on tunnustettu asema liikunnan kehittäjänä
4. Keski-Suomessa on vahva ja aktiivinen liikuntatoimijoiden verkosto



#### Liikunta elämäntilassa

- Kuntien lähtökohdat tunnistaen
- Coaching-toimintatapa

#### Varhaiskasvatus

- verkostotyö
- kehittämistyö
- sisältökoulutukset

#### Koulu- ja opiskeluikä

- verkostotyö
- kehittämistyö
- sisältökoulutukset
- testaukset
- kampanjat
- tapahtumat

#### Työikäiset

- testaukset
- konsultointi
- liikuntatapahtumat
- hyvinvointiseminaarit

#### Ikääntyneet

- vertaiskoulutukset
- sisältökoulutukset
- Testaukset
- Tapahtumat esim: "Kunnon Mummola"

0 – 7 v.

7 – 25 v.

25 – 65 v.

65 v. ->

Viestintä, tapahtumat, verkostot ja vaikuttaminen, toimistopalvelut

#### Seuratoiminnan palvelut

- Verkostotyö (esim. Seurafoorumit, toiminnanjohtajatapaamiset ym.)
- Kehittämistyö (mm. seuratuki, Tähtiseurat)
- Sisältökoulutukset (esim. hallinnon koulutukset)
- Ohjaaja- ja valmentajakoulutus
- Kampanjat (esim. Kaikki Peliin Jyväskylässä)

#### Kuntapalvelut

- Olosuhde-yhteistyö
- Kehittämisaapu
- Informaatio-ohjaus, koulutukset

