

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry



Toiminta- ja taloussuunnitelma 2023

Sisällys

Yleistä	4
Resurssit	5
LiikUn strategia	5
Päivittäisen liikkeen lisääminen.....	6
Lapset ja nuoret.....	7
Aikuiset	11
Elinvoimainen seuratoiminta	15
Yhteiskunnallinen vaikuttaminen	20
Budjetti	23

Yleistä

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n (LiikU) 30. toimintasuunnitelma ottaa huomioon nykyisen strategian linjaukset, aikaisempien vuosien hyvät kokemukset sekä toimintaan vaikuttavat seikat, mukaan luettuna toimintasuunnitelman laatimishetkellä vielä vaikuttavan koronapandemian. Vuoden aikana juhlitaan sekä LiikUn 30 -vuotista että Pitkis-leirin 60 -vuotista taivalta.

Opetus- ja kulttuuriministeriön (OKM), Suomen Olympiakomitean (OK) sekä muiden Liikunnan aluejärjestöjen kanssa on sovittu yhteisestä tekemisestä ja toimijoiden rooleista. Olympiakomitea on valtakunnallisesti keskeinen tekijä huippu-urheilun ja seura- ja järjestötoiminnan edistämisen lisäksi myös liikkeen lisäämisessä ja laajan liikuntakulttuurin edistämässä. Vahva näkemyksemme on, että yhteistyö Olympiakomitean kanssa kehittyy myönteiseen suuntaan tulevana vuonna. Liikunnan aluejärjestöjen tehtäväkenttänä on ensisijaisesti liikunnallisen elämäntavan kehittäminen, päivittäisen liikkeen lisääminen sekä seuratoiminnan tukeminen. Roolien tarkastelua ja tehtävistä sopimista muiden toimijoiden kanssa on edelleen jatkettava.

Liikunnan aluejärjestöt ovat sopineet keskenään kärkihankkeista, joita toteutetaan eri puolella Suomea. Liikkuvat-kokonaisuuden edistäminen on tästä hyvä esimerkki.

Tulevaisuuden näkymät ja kumppanuudet sekä niistä johdetut painopisteet ovat toimintasuunnitelman keskeisimmät lähtökohdat.

Vuoden 2023 alussa käynnistyvät hyvinvointialueet tulevat muuttamaan merkittävästi kuntien toimintaa. Hyvinvointialueet huolehtivat jatkossa elintapaneuvonnasta ja palveluketjuista liikunnan sekä sosiaali- ja terveyspalveluiden välillä. Sosiaali- ja terveyspalvelut siirtyvät hyvinvointialueiden järjestettäväksi, mutta ennaltaehkäisevä liikuntatoimi pysyy kuntien järjestettävänä. Näiden kahden tason välisen vuorovaikutuksen ja yhteistyön järjestäminen jatkossa edellyttää vahvaa alueellista yhteistyötä. LiikU haluaa olla yksi merkittävistä yhteistyön tekijöistä.

LiikUn toimintasuunnitelmaan vaikuttavat yhteisten sopimusten lisäksi ennen kaikkea toiminta, jolle on tarvetta ja kysyntää. Verkostomainen toimintatapa on tärkeä. Se takaa kehittävän toimintaotteen ja antaa jatkuvaa palautetta eri toimijoiden tarvitsemista palveluista sekä auttaa ennakoimaan tulevia tarpeita ja mahdollisuuksia. LiikU on ollut aktiivinen verkonkutoja muun muassa toimialueensa kuntien kanssa tehtävässä yhteistyössä, ja siinä roolissa LiikUn yhtenä tavoitteena on laajentaa koordinoitua alueellista toimijaverkostoa liikunnan keskeisille toimijoille.



Resurssit

LiikUn onnistumisen perusedellytys on toiminnassa mukana olevat osaavat ja innostuneet henkilöt niin henkilökunnassa kuin vapaaehtoisina luottamushenkilöinä, oman toimen ohella (OTO)-toimijoina ja leiriohjaajina.

Henkilöstön innostuminen, työssään kehittyminen ja jaksaminen ovat keskeisiä tuloksekkaan toiminnan edellytyksiä. Vahvana painopisteenä on ylläpitää henkilöstön työkykyä sekä edistää hyvinvointia ja lisätä henkilöstön liikunta-aktiivisuutta.

Toimintavuoden aikana kiinnitetään erityinen huomio uuden toiminnanohjausjärjestelmän käyttöönottoon. Tämä näkyy asiakkaille esimerkiksi sujuvana ilmoittautumisena ja helpompana laskun hoitamisena.

Henkilöstöorganisaation ja tiimeissä toimimisen kehittämistä jatketaan toimintavuoden aikana. Tehtäväkuvia selkeytetään ja henkilöresurssin riittävyys varmistetaan tunnistetun tarpeen mukaan.

Hyvin hoidettu talous ja taloudellisuus ovat LiikUn toiminnan johtavia toimintaperiaatteita. Kehitämme sähköistä toimintaympäristöämme ja sen talouden suunnittelu-, seuranta- ja raportointimenetelmiä sekä –välineitä siten, että ne mahdollistavat tehokkaan ja sujuvan työn.

LiikUn talouden perustan muodostavat oman toiminnan kautta saatavat tuotot sekä valtionavustukset. Rahapelituottojen vähenemisen vaikutus valtionavustusten määrän laskuun on ollut ponsi pohtia koko suomalaisen liikunnan ja urheilun rahoitusjärjestelmää uudella tavalla. Vuoden 2023 alusta liikunnan ja urheilun suora rahoitus veikkausvoittovaroista muuttuu, kun rahoitus on sisällytetty valtion budjettiin.

LiikUn strategia

Nykyinen strategia otettiin käyttöön vuonna 2019. Perustehtävänämmä on edistää liikuntakulttuuria ja luoda lounaissaumalaisten hyvinvointia liikunnan keinoin. Sitä kohden etenemme visiomme ja sloganimme mukaisesti: Liikunta elämäntavaksi!

Toimintamme pohjana ovat valitut keskeiset arvot: yhdessä tekeminen, tasa-arvo, ilo ja innostaminen sekä toimiminen edelläkävijänä. Arvojemme mukaista toimintaa toteutamme oman yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelmamme mukaisesti kaikessa toiminnassa.

Strategiakauden painopistealueet ovat päivittäisen liikkeen lisääminen, elinvoimaisen seuratoiminnan tukeminen sekä yhteiskunnallinen vaikuttaminen. Strategian toteuttamisen toimintatavat ovat vaikuttaminen, kehittäminen ja uudistaminen verkostoja ja kumppanuuksia vahvistamalla. LiikUn strategiaa päivitetään vuoden 2023 aikana ainakin viestinnän osalta.

Päivittäisen liikkeen lisääminen

Valtakunnalliset liikunnan edistämishjelmat

Valtakunnallisten liikunnan edistämishjelmien eli Liikkuvat-kokonaisuuden avulla edistetään liikunnallista elämäntapaa eri ikä- ja väestöryhmissä. Edistämme alue- ja kuntatasolla valtakunnallista Liikkuvat-kokonaisuutta sekä verkotamme kunnan eri hallintokuntia sekä muita toimijoita yhteen liikkumisen ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Lisäämme eri toimijoiden osaamista liikkuvamman elämäntavan edistämiseksi. Teemme tiivistä yhteistyötä LiikUn muiden painopistealueiden asiantuntijoiden kanssa koko elinkaaren päivittäisen liikunnan edistämistyön rajapinnoissa.

SYDÄMEN ASIANA HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN LIIKUNNAN AVULLA



LIIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖT
Vaikuttaa, verkottaa, lisää osaamista ja päivittäistä liikettä.
Edistämme Liikkuvat-ohjelmien paikallista toteuttamista.

S E U R A T O I M I N T A

VARHAIS-KASVATUS	ALA-KOULUT	YLÄ-KOULUT	LUKIOT 2. ASTE	KORKEA-KOULUT TYÖIKÄISET	IKÄ-IHMISET
------------------	------------	------------	----------------	--------------------------	-------------



Lapset ja nuoret

LiikU tarjoaa alueellisesti monipuolisia työkaluja ja tukea lasten ja nuorten liikunnallista elämäntapaa edistäville tahoille toiminnan kehittämiseen sekä tiedolla johtamiseen. Tavoitteena on edistää liikuntamyönteistä toimintakulttuuria sekä lasten ja nuorten päivittäisen fyysisen aktiivisuuden suositusten toteutumista varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja oppilaitoksissa.

Teemme edistämistyötä koulutuksen, sparrauksen, verkostotyön, tukipalveluiden ja viestinnän avulla kunta-, yksikkö- ja oppilaitoskohtaisesti. Verkostomainen toimintatapa ja yhteistyö eri toimijoiden välillä on avainasemassa lasten ja nuorten liikunnallisen elämäntavan edistämistyössä. Toimintaedellytyksiä kehitetään yhteistyössä muiden Liikunnan aluejärjestöjen, valtakunnallisen Liikkuvat-ohjelmakokonaisuuden (Liikkuva varhaiskasvatus, Liikkuva koulu, Liikkuva opiskelu ja Liikkuva perhe -ohjelmat), Harrastamisen Suomen mallin, Lounais-Suomen aluehallintoviraston, Suomen Olympiakomitean sekä muiden järjestöjen kanssa, joiden tavoitteena on edistää päivittäistä lasten ja nuorten fyysistä aktiivisuutta sekä kehittää liikkumismahdollisuuksia. Lisäksi tuemme kuntia ja hyvinvointialueita lasten ja nuorten liikunnallisen elämäntavan edistämiseen liittyvissä asioissa.

Osa toimenpiteistä toteutetaan hanketyönä. Liikunnan aluejärjestöt hakevat yhdessä hankerahoitusta liikkeen lisäämiseksi varhaiskasvatukseen, perusopetukseen, toiselle asteelle ja peruskouluikäisten liikunnan harrastusmahdollisuuksien edistämiseen opetus- ja kulttuuriministeriöltä. Hankkeen hallinnoijana toimii Hämeen Liikunta ja Urheilu ry.

Varhaiskasvatuspäivän liikunnallistaminen

Tavoitteet:

- Paikallisen verkostotyön kehittäminen liikunnallisen varhaiskasvatuksen arjen mahdollistamiseksi
- Valtakunnallisen Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman paikallinen edistäminen
- Perheiden aktiivisen elämäntavan tukeminen
- Varhaiskasvatuksen henkilöstön ja johdon liikuntaosaamisen vahvistaminen sekä työhyvinvoinnin lisääminen

Toimenpiteet:

- Järjestämme säännöllisiä verkostotapaamisia alueellamme ja jaamme hyviä käytänteitä liikunnallisemman varhaiskasvatuspäivän kehittämiseen sekä toiminnan vakiinnuttamiseen.
- Teemme tiivistä yhteistyötä kuntien ja varhaiskasvatusyksiköiden kanssa sekä sparraamme heitä kehittämistyön eri vaiheissa.
- Kehitämme ja tarjoamme työkaluja perheiden aktiivisen elämäntavan tukemiseen varhaiskasvatuksen ja neuvolan kautta.
- Järjestämme liikuntakoulutuksia, webinaareja, seminaareja ja toiminnallisia vanhempain- sekä perheliikuntatapahtumia.
- Lisäämme tietoutta ja tarjoamme työvälineitä, kuinka edistää henkilöstön omaa hyvinvointia liikkumisen keinoin.

Tuloksena:

- LiikUn alueella 38/43 kunnasta on rekisteröityneenä Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaan kuntatasolla.
- Toteutamme kolmesta neljään Liikkuva varhaiskasvatus verkostotilaisuutta.
- Koulutamme 350 varhaiskasvatuksen ammattilaista.

- Toteutamme 40 sparrausta varhaiskasvatuksen liikunnallisemman toimintakulttuurin edistämisen tiimoilta.
- Järjestämme 30 perheliikuntatapahtumaa.



Koulupäivän liikunnallistaminen ja harrastusmahdollisuuksien edistäminen koulupäivän yhteydessä

Tavoitteet:

- Liikkuva koulu -toimintojen säilyminen ja vahvistaminen koulujen ja kuntien käytännöissä
- Paikallisen yhteistyön lisääminen ja verkostotyön kehittäminen
- Työyhteisön osaamisen vahvistaminen ja työhyvinvoinnin lisääminen
- Harrastamisen mahdollisuuksien edistäminen koulupäivän yhteydessä

Toimenpiteet

- Järjestämme säännöllisiä verkostotapaamisia alueellamme ja jaamme hyviä käytänteitä liikunnallisemman koulupäivän kehittämiseen sekä toiminnan vakiinnuttamiseen.
- Järjestämme koulutuksia, työpajoja ja seminaareja koulun henkilöstölle sekä vertaisohjaajakoulutuksia oppilaille.
- Tuemme alueemme kuntia harrastamisen Suomen mallin kehittämistyössä, edistämme vuoropuhelua eri toimijoiden ja hallintokuntien välillä sekä jaamme hyviä käytänteitä ja kokemuksia (esimerkiksi verkostotapaamiset, sparraukset ja yhteistyön tukeminen).
- Tarjoamme liikunta- ja urheiluseuroille osaamisen lisäämistä.



Tuloksena:

- LiikUn alueella 300/306 koulusta on rekisteröitynyt Liikkuva koulu –ohjelmaan.
- LiikUn alueella 40/43 kunnasta on mukana Harrastamisen Suomen mallin toiminnassa.
- Toteutamme kahdesta neljään Harrastamisen edistämisen verkostotilaisuutta.
- Toteutamme kahdesta neljään Liikkuva koulu verkostotilaisuutta.
- Koulutamme yhteensä 300 opettajaa ja oppilasta.
- Toteutamme 30 sparrausta koulupäivän liikunnallistamisen ja koulupäivän yhteydessä tapahtuvan harrastamisen edistämisen tiimoilta.
- Järjestämme 15 koulupäivän aikaista liikuntatapahtumaa.

Opiskelupäivän liikunnallistaminen

Tavoitteet:

- Valtakunnallisen Liikkuva opiskelu -ohjelman paikallinen edistäminen
- Paikallisen yhteistyön lisääminen ja verkostotyö henkilöstön ja opiskelijoiden parissa
- Opiskelijoiden kohtaaminen ja osaamisen lisääminen
- LiikUn palveluiden tunnettavuuden edistäminen oppilaitoksille
- Opiskelu- ja työhyvinvoinnin lisääminen opiskelupäivien yhteydessä

Toimenpiteet:

- Kehitämme olemassa olevia verkostoja ja järjestämme alueellisia verkostotapaamisia toiminnan edistämiseksi ja vakiinnuttamiseksi (henkilöstön ja liikuntatutoreiden verkostot).
- Järjestämme koulutuksia, työpajoja ja seminaareja opettajille ja opiskelijoille.
- Kohtaamme opiskelijoita ja koulutamme heitä vertais- ja harrasteohjaajiksi.
- Sparraamme oppilaitoksia ja kuntia opiskelupäivän liikunnallistamisen kehittämisprosesseissa.
- Innostamme uusia oppilaitoksia matkalle Liikkuviksi oppilaitoksiksi.

Tuloksena:

- LiikUn alueella 48/63 oppilaitoksesta on rekisteröitynyt Liikkuva opiskelu –ohjelmaan.
- Toteutamme neljästä kuuteen Liikkuva opiskelu verkostotilaisuutta, erikseen opiskelun yhteyshenkilöille ja liikuntatutoreille.
- Koulutamme yhteensä 300 opettajaa ja opiskelijaa.
- Toteutamme 10 liikuntatapahtumaa oppilaitoksilla.
- Toteutamme 20 sparrausta opiskelupäivän liikunnallistamisen tiimoilta.

Liikuntatapahtumat ja leirit

Tavoitteet:

- Tapahtumissa ja leireillä kannustamme liikkumisen iloon, joka kantaa läpi elämän sloganilla: “Iloa liikkeellä - Liikunta elämäntavaksi!” ja viestimme ajantasaista tietoa päivittäisen liikkumisen tärkeydestä ja liikkumisen suosituksista Lounais-Suomen alueella.
- Jatkamme LiikUn laadukkaiden, monipuolisten, kaikille avointen ja turvallisten leirien sekä liikuntatapahtumien elvyttämistä koronavuosien jäljiltä ja kehittämistä sisällöltään ja järjestelmiltään nykyajan tarpeita vastaaviksi.
- Edistämme Pitkis-Sport ja Kesis -liikuntaleirien näkyvyyttä sekä tunnettuutta yhteistyössä yhteistyökumppaneiden, paikallisten seurojen ja kuntien kanssa.
- Varmistamme, että Pitkis 60v juhlaleiri näkyy ja kuuluu monissa avoimissa tapahtumissa Satakunnassa Pitkiksen juhlaleiriin asti.
- Kehitämme Kesis-tuoteperhettä.

Toimenpiteet

- Leiritoimintamme tarjoaa vapaaehtoisille leiriohjaajille- ja toimijoille vastuullisia tehtäviä ja oppimisen paikkoja. Koulutamme vapaaehtoisia, kiitämme ja arvostamme heidän panostaan liikuntakulttuurin edistämisestä kanssamme. Vapaaehtoisten saamiseksi teemme yhteistyötä oppilaitosten, urheiluseurojen, muiden järjestöjen ja leiriläisten huoltajien kanssa.
- Liikuntatapahtumamme liikuttavat lounais-suomalaisia lapsia, nuoria, aikuisia ja perheitä ja tarjoavat elämyksiä liikunnan parissa. Niissä pääsee tutustumaan matalalla kynnyksellä eri liikuntalajeihin ja mahdollisesti löytämään itselleen uuden harrastuksen. Osallistujilta kerätään palaute ja toimintaamme kehitetään sen pohjalta.
- Perheliikuntaleirit 4-10 -vuotiaille lapsille yhdessä aikuisen kanssa antavat kipinää perheen yhteiseen liikkumiseen ja nuorisajohtajakoulutuksissa koulutetaan yli 15-vuotiaita ohjauksesta kiinnostuneita nuoria tuleviksi seura-, järjestö- ja leiriohjaajiksi.
- Saatamme loppuun suunnitellut toimenpiteet ministeriöltä saatuun erityisavustukseen lasten ja nuorten liikuntatapahtumien ja leiritoimintojen elvyttämistä ja kehittämistoimista (avustuksen jatkoaika päättyy helmikuun loppuun).
- Pitkis 60v juhluvuosi pitää sisällään erilaisia avoimia perheliikunta –tapahtumia ja kiertueita ympäri Satakuntaa.
- Viestimme tapahtumissa, leireillä, somessa ja uutiskirjeillä ja seuraamme leiritoimintaan luotuja markkinointi- ja viestintäsuunnitelmia.



Tuloksena:

- Kesis ja Pitkis-Sport -liikuntaleirillä liikkuu vähintään 1400 leiriläistä ja vapaaehtoisia leirin mahdollistajia on mukana vähintään 300 vapaaehtoista.
- Liikuntaleirien palautteissa leiriläisten ja vapaaehtoisten tyytyväisyys leiriin on vähintään 3,5/4 ja leiriläisten palautteissa turvallisuus on vähintään 3,5/4.
- Kesis ja Pitkis -liikuntaperheiden muissa avoimissa ja maksullisissa tapahtumissa liikkuu yli 5000 lounaissaomalaisista lasta, nuorta ja aikuista.
- Pitkis 60v juhluvuosi pitää sisällään vähintään 2-3 avointa tapahtumaa ja Pitkis 60v juhluvuoden koulukiertueen Satakunnassa yhteistyössä kuntien ja paikallisten urheiluseurojen kanssa.

Aikuiset

Toiminnan tavoitteet

LiikU on alueen johtava aikuisväestön terveyttä edistävän liikunnan asiantuntija, joka edistää liikuntaa tukevia ja kehittäviä päätöksiä sekä lisää aikuisväestön tietoisuutta liikunnan merkityksestä hyvinvoinnille. LiikUn tavoite on terveyttä edistävien tahojen yhteistyön lisääminen – Liikunta elämäntavaksi. Liikkuva Aikuinen -ohjelma ja Olympiakomitea toimivat aikuisten terveyttä edistävän liikunnan osalta valtakunnallisina vetäjinä. LiikU toimii Liikkuva Aikuinen -ohjelman alueellisena kumppanina. Yhteistyön kautta edistämme terveyttä edistävää työpaikkaliikuntaa ja liikuntaneuvonnan palveluketjua alueellamme. Olympiakomitean kanssa kehitämme yhteistyössä seurojen valmiuksia työyhteisöliikunnan toteuttamiseen, sekä aikuisliikunnan koulutuksia.

Työyhteisöliikunnan tarkoituksena on toteuttaa eri yritysten, kuntien ja muiden yhteisöjen, kuten seurojen ja järjestöjen kanssa hankkeita sekä koulutuksia, joilla vahvistetaan niiden terveyttä edistäviä liikuntamuotoja. Aikuisväestön liikkumattomuus sekä ikääntyvien toimintakyvyn säilyttäminen on iso haaste myös LiikUlle. Tavoitteena on saada aikuisväestö liikkumaan ja huomioimaan oma hyvinvointi. LiikUn järjestämien tapahtumien tavoitteena on antaa tietoa omasta terveydestä, innostaa ihmisiä löytämään ja aloittamaan liikuntaharrastus. Tapahtumia toteutetaan seurojen ja muiden tahojen yhteistyöllä.

Vuonna 2023 edistämme työhyvinvointia ja liikunnan harrastamisen edistämistä työikäisten keskuudessa. Hyvinvointialueiden toiminnan aloittamisen myötä 1.1.2023 alkaen, liikunnan aseman turvaaminen terveydenhuollossa on huomioitava.

Aluejärjestöt ovat yhdessä kehittäneet ja toteuttaneet Buusti360 –liikunta – ja hyvinvointiohjelman työyhteisöjen tueksi. Konsepti käsittää yhteisen ilmeen ja palvelut valtakunnallisesti koko maassa.

Liikunnan aluejärjestöt hakevat yhdessä Liikuttava Suomi -hankkeelle hankerahoitusta opetus- ja kulttuuriministeriöltä. LiikU toimii hankkeen hallinnoijana. Hankkeen kumppaneina ovat Liikkuva aikuinen -ohjelma ja Ikäinstituutti.

Työhyvinvointi

Työyhteisöt voivat monin tavoin vaikuttaa hyvinvointiinsa. Panostus työntekijöiden hyvinvointiin kannattaa, koska se näkyy paitsi hyvänä yhteishenkenä työssä, myös asiakastyytyväisyytenä ja toiminnan laatuna – eli euroina viivan alla. Kun työhyvinvointi on kunnossa, henkilöstö viihtyy, sairauspoissaolot vähenevät ja työntekijöiden työurista tulee paitsi mielekkäämpiä myös pidempiä. Toimintaa kehitetään yhteisesti kaikkien liikunnan aluejärjestöjen kanssa sekä LiikUn omana työnä. Osa palveluistamme on maksuttomia, osa maksullisia.

Tavoitteet

- Lisätä suomalaisten työikäisten fyysistä hyvinvointia.
- Lisätä työyhteisöliikunnan hyviä käytäntöjä, tietoa ja osaamista työyhteisöissä.
- Lisätä verkostomaista työtapaa alueellisesti.
- Tehdä Buusti360 -konseptista tunnetumpi alueellamme.
- Toimia yhteistyössä Liikkuva aikuinen -ohjelman kanssa (Liikkuva työelämä).

Toimenpiteet

- Kehitämme ja toteutamme valtakunnallista Buusti360 -liikunta- ja työhyvinvointiohjelmaa, jonka toimenpiteinä ovat mm. sparraukset, kuntotestaukset, koulutukset ja toimintalajipäivät.
- Toteutamme alueellista työpaikkaliikunnan verkostoa ja viestimme työhyvinvoinnista alueellisesti.
- Olemme mukana kehittämässä varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen työhyvinvointia.
- Viestimme Liikkuva työelämä- kokonaisuudesta.

Tuloksena:

- 50 eri Buusti360 työhyvinvointitilaisuutta
- kahdeksan (8) Suomen aktiivisin työpaikka (SAT) kartoitusta
- kuusi (6) valtakunnallista/alueellista työpaikkaliikunnan uutiskirjettä vuodessa
- neljä (4) kertaa vuodessa alueellinen työpaikkaliikunnan verkosto
- Palkitaan maakunnan aktiivisin työpaikkaliikuttaja Varsinais-Suomessa ja Satakunnassa



Liikuntaneuvonta ja liikunnan palveluketju (LiPaKe)

LiikUn alueella moni kunta toteuttaa liikuntaneuvontaa liikuntatoimen ja sote-toimijoiden yhteistyönä. Liikuntaneuvonta on yleistynyt 2010 luvulta lähtien. Vuonna 2023 LiikU vahvistaa liikuntaneuvontaa alueellaan mm. Liikkuva Aikuinen ohjelman koordinoimana rakentuneita liikuntaneuvonnan toteuttamisen suosituksia hyödyntäen.

Vastuu sosiaali- ja terveydenhuollon sekä pelastustoimen järjestämisestä siirtyy uusille hyvinvointialueille 1.1.2023. Hyvinvointialueiden toiminnan aloittamisen myötä on tärkeä sopia liikuntaneuvonnan ja elintapaohjauksen järjestämisen ja yhteistyön tekemisen tavoista. Olemme mukana molempien maakuntien järjestämissuunnitelmatyössä ja tuomme tätä asiaa esille työryhmissä.

Tavoitteet

- Varmistaa liikunnan ja liikuntaneuvonnan asema uusissa hyvinvointialueiden suunnitelmissa olemassa olevien resurssien puitteissa.
- Vahvistaa yhdistysten mukana oloa ja roolia liikunnan palveluketjuissa
- Olla mukana määrittelemässä mitä liikuntaneuvonta on ja valmistella liikunnan palveluketjujen sisältöjä valtakunnallisesti yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa.

Toimenpiteet

- Satakunnan Tulevaisuuden Sotokeskus –hankkeen (Tulsote) kanssa toteutetaan elintapaohjauksen koulutuskokonaisuus yhteistyössä UKK –instituutin ja Satakunnan DIAK –ammattikorkeakoulun kanssa.
- Tuemme LiikUn alueen kuntia ja hyvinvointialueita liikuntaneuvonnan ja liikunnan palveluketjujen rakentumisessa huomioiden kansalliset liikuntaneuvonnan suositukset, ohjeistukset ja linjaukset.
- Toteutamme Liikkuva aikuinen -ohjelman kanssa yhdessä sovitut toimenpiteet alueellamme. Näitä ovat mm. Liikuntaneuvonnan tilanne kunnissa -tiedonkeruu.

Tulokset

- Satakunnassa elintapaohjauksen koulutukseen osallistuu vähintään 50 liikunnan tai terveydenhuollon ammattilaista
- Liikuntaneuvonta kattaa vähintään 50% lounaissaomalaisista kunnista.
- Järjestämme vuonna 2023 vähintään kaksi (2) liikuntaneuvonnan alueellisia verkostotapaamisia.



Aktiiviseen arkeen kannustaminen

Modernin elämäntavan suurimpia haasteita on liikkeen väheneminen arkipäivästä. Harraste- ja arkiliikunta on hieno mahdollisuus korvata tätä liikettä. Liikkumattomuuden suorat kustannukset ovat yli 72 miljoonaa euroa Lounais-Suomessa, joten liikunnallisen elämäntavan edistäminen on erittäin tärkeää.

Tavoitteet

- Lisätä aikuisväestön sekä ikäihmisten aktiivista arkea.
- Kehittää ympärivuotista liikuntakampanjaa kokonaisvaltaisesti omalla työryhmällä ja pitää kampanjat (Talviliikkuja-, Haastepyöräily-, Syysliikkuja- kampanjat) elinvoimaisena.
- Kannustaa ja tiedottaa aikuisväestön mahdollisuuksista urheiluseuratoiminnassa.

Toimenpiteet

- Tiedotamme aktiivisen arjen tärkeydestä eri kohderyhmille.
- Olemme mukana eri tapahtumissa ja verkostoissa kertomassa liikunnallisesta elämäntavasta.
- Koulutamme vertaisohjaajia lisäämään harrasteliikuntaa.
- Viestimme 10.5. järjestettävästä Unelmien liikuntapäivästä ja kannustamme eri tahoja, kuten seuroja mukaan päivän toteutukseen.
- Järjestämme kuntien välisiä haastekampanjoita eri vuodenaikoina.
- Toteutamme kuntien kanssa kuntotestaus- ja hyvinvointipäiviä alueellamme.

Tulokset

- 45 kuntaa mukaan vuoden ajan mukaan vaihtuviin kampanjoihin.
- kuusi (6) kuntien kuntotestauspäivää.
- neljä (4) vertaisohjaaja koulutusta.



Elinvoimainen seuratoiminta



LiikUn seuratoiminnan suunnat on laadittu vuosille 2021-2026. Ne toimivat pohjana elinvoimaiselle seuratoiminnalle Lounais-Suomessa, mitä kohti on kuljettu nyt kahden vuoden ajan tavoitteiden suuntaisesti. Vuonna 2023 jatketaan jo aloitettuja toimenpiteitä ja kehitystä kohti tavoitteiden saavuttamista.

Elinvoimaisen seuratoiminnan tavoitteiden toteuttajina toimivat seurakehittäjät. Lisäksi seuratoiminnan perustehtävää ovat tukemassa LiikUn muu henkilökunta, LiikUn oto-kouluttajat sekä seuratoiminnan johtoryhmä.

LiikUn seuratoiminnan visio on olla **kiinnostavin lounaissuomalaisen seuratoiminnan tukija** vuonna 2026. Perustehtävänä on **voimistaa seurojen elinvoimaisuutta**.

Seuratoiminnan strategiset suunnat vuosiksi 2021-2026 on määritelty neljään alueeseen:

1. Osaamisen polut tukevat seuratoimijoiden (ohjaaja, valmentaja, hallinnon toimija) arjen tekemistä.
2. Vuorovaikutteiset verkostot vahvistavat seurojen kumppanuuksia, uusia toimintatapoja ja resursointia.
3. Vahvistuvat, näkyvät ja arvostetut seuraorganisaatiot elävät ajassa ja toimivat laadukkaasti kulttuuriaan vaalien, arvoa sidosryhmilleen luoden sekä toimijoiden tarpeet huomioiden.
4. LiikU on seurojen tarpeisiin vastaava – oppiva, uudistuva ja tietoperusteisesti johdettu seuratoiminnan asiantuntijaorganisaatio.

Tavoitteet ja toimenpiteet suuntien toteutumiseksi vuonna 2023

I. Osaamisen polut tukevat seuratoimijoiden (ohjaaja, valmentaja, hallinnon toimija) arjen tekemistä

Tavoitteet

- Toteutetaan päivitettyjen osaamisen polkujen koulutuksia seuratoimijoiden arjen tukemiseksi ja toiminnan kehittämiseksi (ohjaajan, valmentajan, aikuisliikunnan ja perheiden sekä hallinnon toimijan osaamisen polut).
- Koulutukset ovat laadukkaita ja ne on toteutettu punaisen langan mukaisesti huomioiden oppimiskäsitys, oppimisympäristö, oppimisalusta ja toimintatavat.
- Jäsenedistyksille on tuotettu laadukkaita osaamisen palveluita ja muita etuja.

Toimenpiteet

- Toteutetaan tarpeen ja resurssien mukaan koulutuspoolin (n. 50 valikoitua koulutusta) mukaisia koulutuksia, jotka tukevat osaamisen polkuja huomioiden Opetus- ja kulttuuriministeriön, Olympiakomitean ja aluejärjestöjen yhteiset lupaukset.
- Tarjotaan jäsenseuroille jäsenetuja esim. seurakäynti, koulutusetu ja maksuton Tähtiseura-auditointi.
- Oto-kouluttajaverkostoa kasvatetaan tarpeen mukaan ja heidän osaamisestaan ja kiittämisestään huolehditaan.

Tuloksena

- Toteutetaan vuoden aikana vähintään 30 koulutusta, joissa yhteensä 300-500 osallistujaa.
- Tavoitteena on löytää vähintään kaksi uutta kouluttajaa.

2. Vuorovaikutteiset verkostot vahvistavat seurojen kumppanuuksia, uusia toimintatapoja ja resursointia

Tavoitteet

- Nykyisten ja uusien verkostojen kautta syntyy kumppanuuksia, verkostoissa käytetään monipuolisia toimintatapoja, ne mahdollistavat lisää resursseja jäsenyhteisöilleen ja edistävät jäsenten hyvinvointia.
- Edistetään kuntien ja seurojen välistä yhteistyötä ja vuoropuhelua yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi.
- Lisätään kuntarajat ylittävää yhteistyötä kuntien ja seurojen välillä. Edistetään liikkumista, hyvinvointia ja uusia resursseja Rajattomasti liikuntaa -kumppanuusverkostoissa.

Toimenpiteet

- Mahdollistetaan eri verkostojen toiminta (mm.TJ-klubi, alueelliset seutukuntafoorumit, kuntien liikunnan viranhaltijat).
- Lisätään kuntayhteistyötä ja seurojen toimintaedellytyksiä tarjoamalla asiantuntijuuttamme eri kuntien/kaupunkien seurafoorumeihin.
- Muodostetaan kuntien yhteistyöverkostoja yhdessä kaikkien LiikUn strategisten painopistealueiden (elinvoimainen seuratoiminta, päivittäinen liikunta ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen) kanssa.

Tuloksena

- Järjestetään vuoden aikana neljä TJ-Klubin tapaamista (kaksi (2) Varsinais-Suomessa ja kaksi (2) Satakunnassa).
- Järjestetään vuoden aikana yhdeksän (9) alueellista seutukuntafoorumia.
- Ollaan asiantuntijuusroolissa kymmenessä (10) seurafoorumissa vuoden aikana.

3. Vahvistuvat, näkyvät ja arvostetut seuraorganisaatiot elävät ajassa ja toimivat laadukkaasti kulttuuriaan vaalien, arvoa sidosryhmilleen luoden sekä toimijoiden tarpeet huomioiden.

Tavoitteet

- Tuetaan seurojen laadun kehittymistä ja kiittämisen kulttuuria.
- Kasvatetaan LiikUn jäsenmäärää ja varmistetaan, että alueen Tähtiseurat liittyvät LiikUn jäseniksi.
- LiikUn alueen seuroja liittyy Tähtiseura-alustan avulla kehittämään omaa seuraansa.
- LiikUn alueen seurat tekevät hyviä seura- ja muita valtakunnallisia tukihakemuksia resurssiensa parantamiseksi ja toiminnan turvaamiseksi.

Toimenpiteet

- Kannustetaan seuroja tähtiseurapolulle ja sitä kautta Tähtiseuroiksi. Auditoidaan LiikUn jäseninä olevia Tähtiseuroja.
- Tarjotaan seuroille fasilitoituja kehitysiltuja sekä työnohjausta.
- Järjestetään laadukkaat ja taloudellisesti kannattavat maakunnalliset Urheilugaalat (SK ja V-S).
- Viestitään seuratuesta, sparrataan hakijoita ja lausutaan hakemukset.

Tuloksena

- LiikUn liittyy kymmenen (10) uutta seuraa vuoden 2023 aikana.
- Tähtiseura-alustalla on vuoden lopussa 95 LiikUn alueen seuraa (nyt 85 seuraa).
- Pidetään vuoden aikana viisi (5) seuran kehitysiltaa.
- Pidetään vuoden aikana viidelle (5) seuralle työnohjausta.
- Urheilugaaloissa palkitaan yhteensä 70 henkilöä/tahoa ja vieraita on yhteensä 1200.
- Sparrataan vähintään 15 seuran seuratuksihakemuksia.
- Useampi LiikUn alueen seura saa seuratuksia kuin vuonna 2022 (2022: 41 seuraa).



4. LiikU on seurojen tarpeisiin vastaava, oppiva ja uudistuva seuratoiminnan asiantuntijaorganisaatio

Tavoitteet

- Huolehditaan seuratoiminnassa mukana olevien toimijoiden jatkuvasta osaamisen lisäämisestä.
- Kumppanuudet lajiliittojen, Olympiakomitean, aluejärjestöjen ja kuntien kanssa lisäävät osaamista ja yhteistyötä.
- Johdetaan tiedolla omaa toimintaa.
- LiikUn tiimit ovat tietoisia toistensa strategisista suunnitelmista koskien seuratoiminnan rajapintoja.
- LiikUn palvelut ja tuotteet ovat moniarvoisia, vastuullisia ja toteutettu kestävä kehitys huomioiden.

Toimenpiteet

- Analysoidaan oman osaamisen kehittämisen tarpeita ja mahdollistetaan osaamisen lisääminen kouluttajille, toimihenkilölle (henkilökunta) ja seuratoiminnan johtoryhmälle.
- Verkostoidutaan eri sidosryhmien kanssa (OK, AVI, OKM, lajiliitot, kunnat).
- Kerätään omasta toiminnasta tietoa, jota hyödynnetään strategisessa ja operatiivisessa toiminnassa.
- Yhteinen suunnittelu ja tiedon jako LiikUn eri tiimien kesken.
- Seuratoiminnan tuotteet ja palvelut on peilattu vastuullisuuden, kestävän kehityksen ja moniarvoisuuden näkökulmista.

Tuloksena

- Seuratoiminnan henkilöstö osallistuu kouluttajakoulutuksiin (vähintään 1-3 koulutusta) sekä lisää osaamistaan omassa koulutuksessa. Mahdollistetaan oto-kouluttajille sekä seuratoiminnan johtoryhmän jäsenille osallistuminen muiden kouluttajien koulutuksiin.
- Osallistutaan verkostojen palavereihin ja seminaareihin (30 tilaisuutta) ja viedään niistä saatua tietoa eri sidosryhmille.
- Koulutuksiin osallistuneiden palautteista saadut tulokset ohjaavat koulutustoiminnan suunnittelua (noin 30 koulutusta), seurojen ja kuntien koulutuskyselyt kaksi (2) kertaa vuodessa, ohjaavat koulutusvalintoja. Uutiskirjeiden kuukausittaiset avauskerrat ylittävät 25%.
- Pidetään yhteiset yhteistyöpalaverit neljä (4) kertaa vuodessa lasten ja nuorten- sekä aikuisten tiimin kanssa.

RIVE-hanke

LiikU on kumppanina Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamassa ja Pohjanmaan Liikunta- ja Urheilu ry:n hallinnoimassa RIVE-hankkeessa. Hankkeen nimi tulee toiminnan keskiössä olevista teemoista; ryhmäytyminen, itsensä tunteminen, vuorovaikutus ja elämäntaidot. Kahdeksan liikunnan aluejärjestön yhteisessä hankkeessa tuetaan maahanmuuttajien kotoutumista liikunnan keinoin. Hankkeen yhtenä tavoitteena on, että paikallistason toimijat, kuten kotoutumiseen hankerahoitusta saaneet kunnat/kaupungit, maahanmuuttajien kanssa työtä tekevät järjestöt, yhdistykset, urheiluseurat ja muut tahot saavat työkaluja ja vertaistukea tekemiseensä.

RIVE-hankkeesta on käynnissä kolmas ja viimeinen hankekausi, joka alkoi 1.6.2022. Hanke päättyy 31.5.2023.



Avoimet ovet -hanke

Avoimet ovet -hankkeen tavoitteena on tukea urheiluseuroja vammaisten ja erityistä tukea tarvitsevien harrastajien mukaan ottamisessa ja jalostaa jo olemassa olevia toimivia käytäntöjä. Hanke toteutetaan yhteistyössä 12 liikunnan aluejärjestön ja seitsemän lajiliiton kanssa. Hanketta rahoittaa opetus- ja kulttuuriministeriö, ja sitä hallinnoi Suomen Paralympiakomitea. Hanke viedään päätökseen vuoden 2023 alkupuoliskon aikana varmistamalla, että uudelle, pääasiassa jalkapallon ympärille syntyneelle toiminnalle on edellytykset jatkua myös hankkeen jälkeen.

Yhteiskunnallinen vaikuttaminen

LiikUn tärkeä tehtävä on vaikuttaa siihen, että alueellamme on parhaat mahdolliset edellytykset edistää asukkaiden päivittäistä liikettä ja elinvoimaista seuratoimintaa. Pidämme tärkeänä, että jokaisessa kunnassa on osaava liikuntapalveluiden henkilöstö kehittämässä yhteistyötä eri hallinnonalojen, kansalaisjärjestöjen sekä alueellisten toimijoiden kanssa. Tärkeimpiä tavoitteitamme on resurssien turvaamisen liikunnalle merkittävänä terveyshaittoja ennaltaehkäisevänä ja hyvinvointia edistävänä toimintana. Urheiluseurat tarvitsevat tukea toimintansa pyörittämiseen. Seura-avustusten määrää tulee kasvattaa ja liikuntapaikkojen tulee olla lasten ja nuorten toiminnalle maksuttomia tai erittäin alhaisia. Alueellinen liikunnan edunvalvonta on luonteva LiikUn tehtävä.

Vuoden 2023 eduskuntavaaleissa LiikUlla on muiden liikunnan aluejärjestöjen ja Olypiakomitean kanssa yhteinen agenda hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen (HYTE) kertoimen vahvistamiseen ja että Liikunta otettaisiin paremmin osaksi hyvinvoinnin edistämistä. Aluejärjestöjen yhdessä perustama Suomen Liikunnan alueet ry:n kautta viedään eteenpäin yhteistä vaaliagenda. Hyvinvointialueiden perustamisen jälkeen liikunnan peruspalvelut ovat tärkeä osa kuntiin jäävistä palveluista. Liikuntaneuvonta, liikunnan palveluketju sekä liikunnan rooli ehkäisevissä sosiaali- ja terveyspalveluissa ovat tärkeitä yhdyspintakokonaisuuksia. Viemme tätä viestiä eduskuntavaaliehdokkaille ja varmistamme, että LiikUlla on edustus molempien maakuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen virallisissa työryhmissä myös jatkossa.

Jokainen LiikUn työntekijä toteuttaa yhteiskunnallisen vaikuttamisen rooliaan omaan työhönsä liittyvien kohderyhmien keskuudessa järjestämällä koulutuksia, kokoamalla verkostoja ja viestimällä oman toimialansa asioista.

Rajattomasti liikuntaa -kumppanuusverkostot

Rakennamme kattavaa liikunnan kumppanuusverkostoa, jossa on mukana mahdollisimman moni Lounais-Suomen alueen kunta omine toimijaverkostoineen sekä mahdollisimman laajasti muita alueen toimijoita. Viestimme ja käymme ajankohtaiskeskustelua alueemme päättäjien ja vaikuttajien kanssa. LiikU vahvistaa liikunnan asemaa kunnallisessa, seudullisessa ja valtakunnallisessa päätöksenteossa ja resurssienjaossa.

Tavoite 1:

- Kootaan kattavat Satakunnan ja Varsinais-Suomen liikunnan kumppanuusverkostot alueen kuntien ja muiden toimijoiden kanssa.

Toimenpiteet:

- Aloitetaan virallisesti Varsinais-Suomen Rajattomasti liikuntaa –kumppanuusverkosto 23 kunnan kesken (11 jatkavaa, 12 uutta kuntaa).
- Jatketaan neuvotteluja neljän kumppanuusverkostosta vielä pois jääneen varsinaissuomalaisen kunnan kanssa.
- Jatketaan Satakunnan kumppanuusverkostotyötä 13 kunnan kesken.
- Jatketaan neuvotteluja kolmen kumppanuusverkostosta vielä pois jääneen Satakunnan kunnan kanssa.
- Toimenpiteiden päätavoitteena on kaikkien kuntien mukanaolo Satakunnan ja Varsinais-Suomen Rajattomasti liikuntaa –kumppanuusverkostoissa.

Tavoite 2:

- Kehitetään ja otetaan käyttöön toimintatapoja ja työkaluja, joilla vahvistetaan:
 - a) liikunnan strategista asemaa ja tiedolla johtamista kunnissa ja seudullisesti
 - b) liikunnan ajankohtaisviestintää keskeisille päättäjille ja vaikuttajille kunnissa ja seudullisesti
 - c) seura- ja järjestötoimijoiden sekä kuntien liikuntahenkilöstön osaamista
 - d) eri ikä- ja kohderyhmien liikunnallista elämäntapaa

Toimenpiteet:

- jatketaan osallistumista Satakunnan ja Varsinais-Suomen hyvinvointialueiden valmisteluun liikunnan tehtävien, yhdyspintapalvelujen ja resurssien osalta
- toteutetaan maakunnalliset liikuntastrategiaprosessit liikunnan kokonaiskuvan luomiseksi Satakunnan ja Varsinais-Suomen Rajattomasti liikuntaa –ohjausryhmien päätösten mukaisesti
- jatketaan Rajattomasti liikuntatietoa –alustan kehittämistä alueellisena ja seudullisena tiedolla johtamisen työkaluna
- toteutetaan muiden liikunnan aluejärjestöjen päätösten pohjalta mahdollinen Rajattomasti liikuntatietoa –alustan levittäminen muille liikunnan alueille
- jatketaan LiikuntAsiaa –uutiskirjeen julkaisemista ja kehittämistä toimittaen se 6-10 kertaa vuodessa kuntien kautta kunta-, maakunta- ja hyvinvointialuepäättäjille ja vaikuttajaryhmille
- kehitetään kumppanuusverkostojen puitteissa seuroille, kuntien henkilöstölle ja muille keskeisille toimijatahoille tarjottavia maksuttomia koulutuskokonaisuuksia
- rakennetaan kehittämishankkeita ja haetaan niille ulkopuolista lisärahoitusta
- kehitetään priorisoiden eri ikä- ja kohderyhmien liikkumaan aktivointitoimenpiteitä

Tuloksena:

- 13-15 satakuntalaista ja 23-25 varsinaissuomalaista kuntaa mukana Rajattomasti liikuntaa - kumppanuusverkostossa
- 4-6 ohjausryhmätapaamista molemmissa maakunnissa: yhteistyön linjaukset ja priorisointi
- 10-15 muuta tilaisuutta:
 1. liikuntahenkilöstön koulutukset ja ajankohtaisinfot,
 2. strategian ja yhdyspintapalvelujen kehittämiseen liittyvät tilaisuudet,
 3. työryhmät (esim. soveltava liikunta, ikääntyneiden liikkuminen) jne.
- Rajattomasti liikuntatietoa –alusta tiedolla johtamisen ja liikunnan ajankohtaisviestinnän työkaluna käyttöön otettuna LiikUn ja 6-10 muun liikunnan aluejärjestön alueella
- 6-10 LiikuntAsiaa-uutiskirjettä LiikUn ja Rajattomasti liikuntatietoa –alustalle mukaan lähtevien liikunnan aluejärjestöjen alueen päättäjille ja kuntajohdolle
- Seudulliset ja alueelliset linjaukset liikunnasta osana terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä:
 1. osallistuminen ja vaikuttaminen liikunnan yhdyspintapalvelujen kartoitukseen, arviointiin ja kehittämissuunnitteluun osana hyvinvointialueiden kehittämistyötä,
 2. maakunnalliset liikuntastrategiat / näkemykset liikunnan ja liikkumisen merkityksestä, vaikutuksista ja edellytyksistä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisessä



**RAJATTOMASTI
LIIKUNTAA**

VARSINAIS-SUOMI



**RAJATTOMASTI
LIIKUNTAA**

SATAKUNTA



Budjetti

	Budjetti 2023	Budjetti 2022	Toteuma 2021
VARAINAINEN TOIMINTA			
TUOTOT			
osanottomaksut	801404	719600	338738
muut tuotot	8000	8000	12016
erityisavustukset	104829	190285	161012
TUOTOT YHTEENSÄ	914233	917885	511766
KULUT			
palkat ja palkkiot	633985	675640	601614
henkilöstösivukulut	142116	131134	145305
henkilöstökulut yhteensä	776101	806774	746919
vuokra- ja vastikekulut	108100	110000	108212
poistot/muut kulut	2300	2500	2462
Muut kulut			
ostopalvelut	503117	426250	111963
matka- ja majoituskulut	48250	43325	15646
materiaali- ja muut toimintakulut	177165	202136	135264
Muut kulut yhteensä	728532	671711	262872
KULUT YHTEENSÄ	1615033	1590985	1120465
Varsinaisen toiminnan kulujäämä	-700800	-673100	-608698
Varainhankinta			
Varainhankinnan tuotot	128900	103100	64436
Varainhankinnan kulut	20400	16000	9430
Varainhankinta yhteensä	108500	87100	55006
Sijoitustuotot	2300	2400	4875
Rahoituskulut	0		65,89
Satunnaiset kulut	0		
Avustustuotot	590000	583600	583600
Tilikauden tulos ali-/ylijäämä	0	0	34717
Tuotot yhteensä	1635433	1606985	1164678
Kulut yhteensä	1635433	1606985	1129961

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry (LiikU)

Turun toimisto (Esteetön kulku)

Humalistonkatu 6, 20100 Turku

(02) 515 1900

Porin toimisto (Esteetön kulku)

Yrjönkatu 22, 28100 Pori

(02) 529 6600

www.liiku.fi

