

Norppaposti

2/2014

- Pääkirjoitus
- Haluatko mukaan promovideoon?
- Norppaohjaajakurssi
- Yhteistyön voimaa
- Kuuttiohjaajakurssi
- Sinettiseminaari
- Norppaohjaajan jatkokurssi
- Seuratuki
- Vinkkejä uimiseen ja sen opettamiseen
- Liikunnallisen elämäntavan kehittämistä -vustusten haut 2015
- Halloween-ralli
- Mietityttääkö joku seuratoiminta-asia? Varainhankintamenetelmät hukassa?
- Vuoden vapaaehtoinen
- Nuuska, myös sukeltajien nuorten ongelma
- Super VOK -viikonloppu
- Seuraseminaarissa käsitellään johtamista
- Nuorten vapaa-aikatutkimus
- Valo ja eBookers vähentävät suomalaisen urheiluväen matkakuluja

Isä oli poikansa kanssa lätkämatsissa. Poika oli ekaa kertaa ja kysyi: Miten täällä osallistutaan? Niinpä. Nuoremme ovat tottuneet osallistumaan. Osaammeko me osallistaa heitä? Muistammeko antaa heille mahdollisuuden olla aktiivinen toimija vai teemmekö heille kaiken valmiiksi, kun se menee helpommin tai nopeammin, kun itse tekee niin kuin on ennenkin tehty. Otetaan nuoret sekä lapset mukaan suunnittelemaan ja toteuttamaan asioita. He voivat suunnitella vaikka kauden alku- tai loppuleikit tai miksei vaikka seuran joulujuhlan. Tehdään asiat yhdessä toisiltamme oppien.

Antoisaa hallikautta kaikille!

HELI



HALUATKO MUKAAN PROMOVIDE- OON?

Snorkkelisukelluksesta ollaan tekemässä esitellyvideota. Haluaisitko olla mukana tekemässä tai esiintyä videolla? Tai ehkä seuranne norppa/hyljeri ryhmä voisi olla mukana videolla. Ilmoittautumiset heli.halava@sukeltaja.fi

NORPPAOHJAAJAKURSSI

Varala 10-12.10.2014.

Muutama paikka vielä vapaana!

Hinta: 275e per osallistuja.

<https://www.sukeltaja.fi/content/fi/11501/2014/10/10/1025/1025.html>

YHTEISTYÖN VOIMAA

Lue uusin Sukeltaja-blogi, jossa kerrotaan seuran ja metsähallituksen yhteistyöstä.

<http://sukeltaja.blogspot.fi/2014/08/paiva-meribiologina.html>



KUUTTIOHJAAJAKURSSI

Pääkaupunkiseutu 8 – 9.11.2014

Kurssi alkaa lauantai aamuna klo:10 Helsingissä ja päättyy sunnuntaina noin klo:19 ohjausharjoituksien jälkeen Hyyrylässä.

Hinta: 200 euroa plus mahdolliset majoittumiskulut. Hotellin tarjous majoittumiseen on 103.00 €/yö yhden hengen huone ja kahden hengen huone on 123e per yö.

**Sinettiseminaari sinettiseuroille
Helsingissä 15-16.11.2014**

NORPPAOHJAAJAN JATKOKURSSI

22-23.11.2014

Kurssin sisältönä on mm. ohjaajan toimimisen "syventämistä", liikunnallisen elämäntavan huomioimista ohjaustoiminnassa, uuden Räpylänjäljet-materiaalin käyttökoulutusta ja tapahtumien järjestämistä.

Paikkana on Pajulahden urheiluopisto Nastolassa ja hinta 180e. Ilmoittautumaan pääset täältä:

<https://www.sukeltaja.fi/content/fi/11501/2014/11/22/1025/1025.html>

SEURATUKI

Ilahduttavasti ovat seurat taas hakeneet tukea lasten ja nuorten toiminnan kehittämiseen. Hakemäärä on palannut parin vuoden takaiseen viime vuotisen notkahduksen jälkeen. Harmittavaa on se, että muutama hakemus oli niin huonosti/vajaasti täytetty, ettei ne voi tulla hyväksytyiksi. Suosittelemme, että ne seurat jotka tukea haki eivätkä saaneet pyytävät OKM:stä lausunnon miksi eivät saaneet ja ensi hakukaudella ottavat yhteyttä Liiton toimistoon, ennen hakemuksen jättämistä, jotta voidaan yhteistyössä katsoa hakemus läpi, ettei virheitä hakemukseen tulisi. Uusi seuraturkihaku aukeaa myöhemmin.

Vinkkejä uimiseen ja sen opettamiseen:

- <http://yle.fi/aihe/termi/koko/uimakoulut-httpwwwwysofiontokokop12990>
- <http://areena.yle.fi/tv/200272>
- <http://www.hs.fi/terveys/a1407295709799?jako=2ff1b20b76a807d90d6172bb1ad2df68&ref=fb-share>

LIIKUNNALLISEN ELÄMÄNTAVAN KEHITTÄMISAVUSTUSTEN HAUT 2015

Opetus- ja kulttuuriministeriö julistaa liikuntalain (1054/1998) 9 § nojalla haettavaksi liikunnallisen elämäntavan valtakunnalliset, alueelliset ja paikalliset kehittämisavustukset terveyttä ja hyvinvointia edistäviin liikuntahankkeisiin koko elämäkulussa, kaikissa ikäryhmissä, vuodelle 2015. Edellytyksenä on, että eduskunta osoittaa tarkoitukseen tarvittavat määrärahat vuoden 2015 talousarviossa.

Haun tarkoituksena on toteuttaa Muutosta liikkeellä! Valtakunnallisten yhteisten linjausten terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan 2020 – linjausten tavoitteita sekä hallitusohjelman (2011) linjauksia koko elämänkaaren mittaisen liikunnan, arkiliikunnan, työyhteisöliikunnan, opiskelijaliikunnan ja harrastusmahdollisuuksien tasa-arvon edistämisestä sekä Liikkuva koulu –ohjelman toteuttamisesta. Keskeisinä periaatteina on poikisektoraalinen, -hallinnollinen ja -ammattillinen yhteistyö sekä liikunnan läpäisyperiaate suomalaisessa yhteiskunnassa.

Valtakunnallisiin ja alueellisiin hankkeisiin voi hakea avustusta opetus- ja kulttuuriministeriöstä, ja paikallisiin kuntien hankkeisiin aluehallintovirastojen (AVI) kautta. Paikallisiin järjestöjen ja yhteisöjen hankkeisiin myönnetään avustuksia Kunnossa kaiken ikää (KKI) –ohjelman, ja liikuntaseurojen toteuttamiin lasten ja nuorten hankkeisiin opetus- ja kulttuuriministeriön Seuratoiminnan kehittämistuen kautta.

Hakuohjeet ja lomakkeet

Liikunnallisen elämäntavan valtakunnalliset kehittämisavustukset

<http://www.minedu.fi/OPM/Liikunta/liikuntapolitiikka/avustukset/LiikunnallisenElamantavanValtakunnalliset?lang=fi>

Lasten ja nuorten liikunnan paikalliset kehittämisavustukset

http://www.minedu.fi/OPM/Liikunta/liikuntapolitiikka/avustukset/lasten_ja_nuorten_liikunnan_kehittamisavustukset.html?lang=fi

Huom! Liikunnallisen elämäntavan valtakunnallisten kehittämisavustusten haku korvaa aiempien vuosien lasten ja nuorten liikunnan sekä aikuisten terveyttä edistävän liikunnan haut, mutta seuratuki säilyy.

Hakuaika päättyy 30.09.2014

Lisätietoja

- Kulttuuriasiainneuvos Päivi Aalto-Nevalainen, 0295 3 30054
 - Osastosihteerit Helena Silvennoinen, 0295 3 30290 ja Päivi Wathen, 0295 3 30341
- Sähköpostiosoitteet: etunimi.sukunimi@minedu.fi



MIETITYTTÄÄKÖ JOKU SEURA-TOIMINTA-ASIA? VARAINHANKINTAMENETELMÄT HUKASSA?

Valo ry on aloittanut uuden palvelun seurojen auttamiseksi.

<http://www.sport.fi/urheiluseura/palvelut/apua-urheiluseuralle-yhteydenotto-pyynto>

VUODEN VAPAAEHTOINEN

Vuoden vapaaehtoinen -kampanja käynnistyy 15.8.2014. Haemme Vuoden vapaaehtoinen -palkinnon saajaksi henkilöä, joka voi olla pitkän linjan toimija tai innostava tulokas vapaaehtoistoiminnan saralla.

Vuoden vapaaehtoinen voi toimia vapaaehtoisena millä alalla tahansa ja missä päin Suomea tahansa. Hän voi olla myös yhteisönsä kantava voima, taitava innostaja, kekseliäs toiminnan kehittäjä tai jotenkin muuten ansioitunut vapaaehtoinen.

<http://www.sport.fi/uutiset/uutinen/ehdota-vuoden-vapaaehtoinen-palkinnon-saajaa>

NUUSKA, MYÖS SUKELTAJIEN NUORTEN ONGELMA



Nuuska on vahvasti pesiytynyt urheiluun ja urheilevien nuorten keskuuteen. Nuuskan käyttö lisääntyy koko ajan ja katseet kääntyvät urheiluun, mitä me teemme asian eteen, jotta nuorten oikeanlainen tieto nuuskasta lisääntyisi ja sitä kautta suhtautuminen nuuskaan muuttuisi negatiiviseksi. Tällä hetkellä liian moni nuori kuvittelee, että nuuskasta ei ole mitään haittaa, vaikka todellisuudessa siinä on nikotiinia 20 kertaa enemmän kuin tupakassa.

Syöpäyhdistys on tehnyt urheileville nuorille ja seurojen käyttöön suunnatun sivuston, jossa on nuuska on p**tä videot. Käykää katsomassa vaikka pelisääntökeskustelun ohessa. Videot on suunnattu nuorille tavoitteena havahduttaa nuoret tiedostamaan nuuskan epäterveelliset vaikutukset.

<http://www.fressis.fi/>

Muistattehan myös, että Sukeltajaliiton tapahtumat, jossa on alle 18 vuotiaita ovat päihteettömiä!

SUPER VOK -VIIKONLOPPU

31.10-2.11.2014, eli samana viikonloppuna mahdollisuus käydä kaikki 1 tason valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen osat.

Valmentaja- ja ohjaajakoulutus 1-taso (VOK)

Tule oppimaan ja kehittämään itseäsi valmentajana ja ohjaajana liikunnan aluejärjestöjen VOK-superviikonloppuihin!

1-tason valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen (VOK-1) yleisopinnot saa suoritettua osallistumalla molempiin VOK-superviikonloppuihin. Lisäksi koulutukseen osallistujan tulee suorittaa mahdolliset lajiliiton edellyttämät lajiopinnot, joista sovitaan lajikohtaisesti.

VOK-1-koulutuksen tavoitteena on luoda valmentajille ja ohjaajille perusta yksittäisen harjoituskerran laadukkaaseen toteuttamiseen. Koulutus noudattaa kansallisen VOK:in perusteita. Superviikonlopun aikana voi ilmoittautua joko kaikkiin tai yksittäisiin teemakoulutuksiin oman kiinnostuksen mukaan.

Perjantai 31.10.

Ihmisen elinjärjestelmät ja harjoittelu (3 h)

Lauantai 1.11.

Kasvua ja kehitystä tukeva harjoittelu (2 h)
Valmentajana ja ohjaajana kehittyminen (2 h)
Herkkyykskausien huomiointi harjoittelussa (4 h)

Sunnuntai 2.11.

Fyysinen harjoittelu: voima, nopeus, kestävyys ja liikkuvuus (7 h)

Hinta: 140 € /koko viikonloppu/osallistuja, mikäli osallistuu vain osittain viikonlopun koulutuksiin hinnat ovat seuraavat:

2-3 h: 26 €/osallistuja, 4-6 h: 48 €/osallistuja ja 7-9 h: 68 €/osallistuja

Superviikonloppujen paikkakunnat: Helsinki, Joensuu, Jyväskylä, Kaarina, Kokkola, Kouvola, Kuopio, Lahti, Lappeenranta, Mikkeli, Oulu, Pori, Rovaniemi, Seinäjoki, Sotkamo ja Tampere

HUOM! Tarkista kellonajat!

Varmista kelloajat [oman alueesi nettisivuilta](#), sillä alkamisajat koulutusten osalta voivat vaihdella alueittain.



Find us on
Facebook

SEURASEMINAARISSA KÄSITELLÄN NUORTEN VAPAA-AIKATUTKIMUS JOHTAMISTA

puhujina Juha Heikkala ja
Juha Viertola



Syksyn Seuraseminaarin 2.10.2014 puhujina ovat Valon asiantuntija Juha Heikkala (kuvassa) ja Patentti- ja rekisterihallituksen yhdistys- ja säätiörekisteripäällikkö Juha Viertola.

”Ihmiset perustavat yhdistyksiä ja liittyvät niihin toteuttaakseen itselleen merkityksellistä ja innostavaa toimintaa. Tämä urheilun ja liikunnan henkinen ydin on säilynyt, ja uskoakseni säilyy edelleenkin. Mutta melkein kaikki muu sen ympärillä muuttuu.

Organisaatioiden rakenteita ravistellaan, vapaamuotoinen toiminta houkuttelee, sosiaalinen media murtaa perinteisiä viestintäkanavia.

Seuratoiminnan elinvoimaisuuden kannalta ratkaisevaa on ennakoida näitä muutoksia ja johtaa seura-aktiiveja innostavaan tulevaisuuteen”, seuratoiminnasta tapaamisessa luennoiva Juha Heikkala summaa.

Tule mukaan ESLUn seuraseminaariin m/s Viking XPRS:lle torstaina 2.10.2014.

Risteilyn alustava aikataulu:

- 10.30 Kokoontuminen Katajanokan terminaalissa, 1. krs. laivalippujen jako
- 11.30 Lähtö Helsingistä
- 11.30 Johtaminen, Juha Heikkala
- 13.00 Buffetsalaatti
- 13.40 Johtaminen, Juha Viertola
- 16.00 Seminaarin yhteinen osuus päättyy
- 17.30 Lähtö Tallinnasta
- 17.30 Buffetillallinen ruokajuomineen (kansi 8)
- 20.30 Saapuminen Katajanokan terminaaliin

[Ilmoittaudu](#) mukaan 18.9.2014 mennessä!

Seminaariin ovat tervetulleita seurojen hallitusten jäsenet, puheenjohtajat, toiminnanjohtajat, valmennuspäälliköt, joukkueenjohtajat, valmentajat, jaostojen vastuhenkilöt sekä kaikki johtamisesta kiinnostuneet.

Lisätietoja:

seuratoiminnan kehittäjä Kari Ekman, puh. 050 407 7119, kari.ekman@eslu.fi

Nuorten vapaa-aikatutkimuksen (2013) mukaan 7–29-vuotiaista vastaajista urheilu- tai liikuntaseurassa vähintään viikoittain liikkuu noin kolmannes, kunnallisissa ja kaupallisissa liikuntapalveluissa reilu neljännes. Omatoiminen liikkuminen muodostaa kuitenkin valtaosan kaikesta liikunnasta. Suosituimpia liikuntamuotoja ovat lenkkeily, kuntosalilla käyminen, pyöräily, kävely, salibandy, jalkapallo, juoksu, uinti ja hiihto. Itsenäisesti harrastettavien liikuntamuotojen suosio kasvaa iän myötä. Erityisesti poikien harrastamia lajeja ovat jalkapallo, salibandy ja jääkiekko, tyttöjen suosimia puolestaan lenkkeily, kävely, ratsastus ja tanssi. Kasvu viimeisten 15 vuoden aikana on tullut pääosin joukkuepaloilulajeihin. Pojat suosivat joukkuelajeja tyttöjä enemmän.

Liikuntaseurat kohtaavat siis valtaosan alle 15-vuotiaista lapsista ja nuorista. Suomessa erityisenä haasteena on ylläpitää seuraharrastus ja ylipäätään muu liikunta-aktiivisuus murrosiän yli. Merkittävin muutos liikuntaharrastamisessa tapahtuu edelleen yli 15-vuotiaana. Havainnot osoittavat, että tiettyjen lajien osalta 15–19-vuotiaista harrastajista 40–50 prosenttia lopettaa harrastamisen kokonaan ja vain alle 10 prosenttia siirtyy muihin lajeihin. Seuraharrastuksen lopettamisen syyt ovat moninaiset. Keskeisimpiä lopettamissyitä ovat se, että muut asiat alkavat kiinnostaa enemmän tai että harrastus vie liikaa aikaa. Seuratoiminnassa ei useinkaan ole tilaa nuorille, jotka eivät tähtää lajinsa huipulle, vaan haluavat vain harrastaa. On myös näyttöä, että nuorten tarpeiden ja motiivien riittämätön huomioiminen seuratoiminnassa voivat vaikuttaa lopettamiseen. Valmentajan merkitys nuorten yksilöllisten tarpeiden huomioimisessa onkin erittäin merkittävä tekijä liikuntaharrastamisen jatkuvuuden kannalta.

Tutustu julkaisuihin:

- [Kansalaistoiminnan tietopohja](#) (VLN 2013:6)
- [Miksi murrosikäinen luopuu liikunnasta](#) (VLN 2013:3)
- [Nuorten harrasteliikunnan kehittäminen 1999–2011](#) (VLN 2012:2)
- [Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus](#) (Nuorisosiain neuvottelukunnan julkaisu, nro 49)
- [Liikunta ja ikääntyminen -tietoisku](#) (VLN 2013:5)

Tiedote 21.5.2014

VALO JA EBOOKERS VÄHENTÄVÄT SUOMALAISEN URHEILUVÄEN MATKAKULUJA

Urheilu- ja harjoittelumatkakulut ovat yksi suurimmista kulueristä lajiryhmästä riippumatta. Valon ja matkatoimisto ebookersin tuore yhteistyösopimus pienentää koko suomalaisen urheiluväen matkakuluja vuositasolla merkittävästi. ebookersin kattavat matkatoimistopalvelut lyhentävät varauksiin ja muutoksiin käytettävää aikaa.

Valon ja ebookersin uudenlainen yhteistyösopimus hyödyttää laajasti ja tasapuolisesti koko suomalaista urheiluväkeä. Koti- ja ulkomaan matka-alennuksiin ja matkatoimistopalveluihin ovat oikeutettuja kaikki suomalaiset lajiliitot, urheiluseurat ja yksittäiset urheilijat. Edut koskevat laajasti myös kaikkea urheilumatkailua, kuten fanimatkoja. ebookersin sopimus ei myöskään sulje pois seurojen tai lajiliittojen jo olemassa olevia yhteistyösopimuksia, vaan parantaa mahdollisuuksia edullisempien matkahintojen löytämiselle. Tennisliiton toimitusjohtaja Teemu Purho on ollut mukana ebookers-sopimuksen kehittelyvaiheessa ja tarjonnut käyttäjätoiveita lajiliiton osalta. Purho myöntää, että tenniksessäkin matkakulut ovat iso kuluerä kaikilla tasoilla.

- Tämän kaltaisella keskitetyllä ratkaisulla saadaan hintoja varmasti laskettua. Palvelu tulee toimimaan loistavana työväliseenä monella tasolla aina maaajoukkueurheilijoista seuratasolle, Purho toteaa.

Myös Salibandyseura M-teamin toiminnanjohtaja Päivi Wickström on kertonut etukäteen ebookersille käyttäjätoiveita seurojen kannalta.

- Salibandy kansainvälistyy jatkuvasti ja junioreilla on vuodessa jo useita turnauksia ulkomailla, jopa Kanadassa asti. Joukkueenjohtajat hoitavat keskitetysti järjestelyt, mutta matkakulut tulevat jokaisen pelaajan itsensä hoidettavaksi. Kyllä tässä varmasti tehdään säästöä rahan ja ajan osalta, Wickström arvioi.

Salibandyn seuraavat MM-kisat pelataan joulukuussa Göteborgissa. Wickströmin mukaan paikal-

le odotetaan satoja suomalaisfaneja, jotka saapuvat kannustamaan maajoukkuetta.

- Isoille faniryhmille tämä on hyvä uutinen. Toivottavasti he hyödyntävät tarjottuja alennuksia.

Helppokäyttöinen matkatoimisto

Moni joukkueenjohtaja tuskailee matkajärjestelyihin turhaantuvan ajan kanssa. ebookers helpottaa tätä taakkaa, sillä sopimukseen kuuluu matkailuun erikoistunut, osaava asiakaspalvelu. Matkojen varaus hoituu kätevästi joko verkkopalvelun kautta tai puhelimitse. Käytännössä kaikki uudet ebookersin alennukset ja palvelut astuvat voimaan saman tien ja yhteistyötä kehitetään jatkuvasti vastaamaan asiakkaiden tarpeita entistä paremmin.

Matkavarauksen voi helpoimmin tehdä Valon sivuilla osoitteessa www.sport.fi/matkat. Varausohjelma osaa automaattisesti huomioida alennuksen hotellivarausten hinnassa. Vain pakettialennuksiin tulee syöttää VALO40-koodi varauksen loppuvaiheessa.

Varauksen voi tietenkin tehdä myös ebookersin kotisivuilla tai ebookers-aplikaatiota käyttäen. Tällöin on käytettävä Valon alennuskoodia.

Alennuskoodit ovat seuraavat:

- Lento-hotelli-paketti (min 2 yötä) VALO40
- Hotelliyö (min 2 yötä) VALO15
- Hotelliyö VALO10

Lento-hotelli -paketista alennus on 40 euroa per henkilö, hotelliyöpymisistä 15%, kun öitä on kaksi tai enemmän. Yhdestä hotelliyöstä alennus on 10%.

Yli 6 hengen ryhmämatkat varataan suoraan ebookersin asiakaspalvelusta.

Valon kaupallinen johtaja Jarno Kukila on tyytyväinen uuteen sopimukseen, joka hyödyttää laajasti koko suomalaista urheilukenttää.

- Urheiluharrastuksiin liittyvien kulujen kasvua ei pysäytetä hetkessä, mutta olemme valmiita vastaamaan haasteeseen yhteistyökumppaneidemme kanssa. Yksittäiset sopimukset eivät vielä ratkaise koko ongelmaa, mutta olemme erittäin tyytyväisiä, että haastetta pyritään ratkaisemaan yhdessä, Kukila toteaa.

Lisätietoja:

Valon kaupallinen johtaja Jarno Kukila 050 435 0859, jarno.kukila@valo.fi
ebookersin Suomen markkinointipäällikkö Aki Juusola 0400 205929, Aki.Juusola@ebookers.com

<http://www.sport.fi/uutiset/uutinen/valo-ja-ebookers-vahentavat-suomalaisen-urheiluväen-matkakuluja>