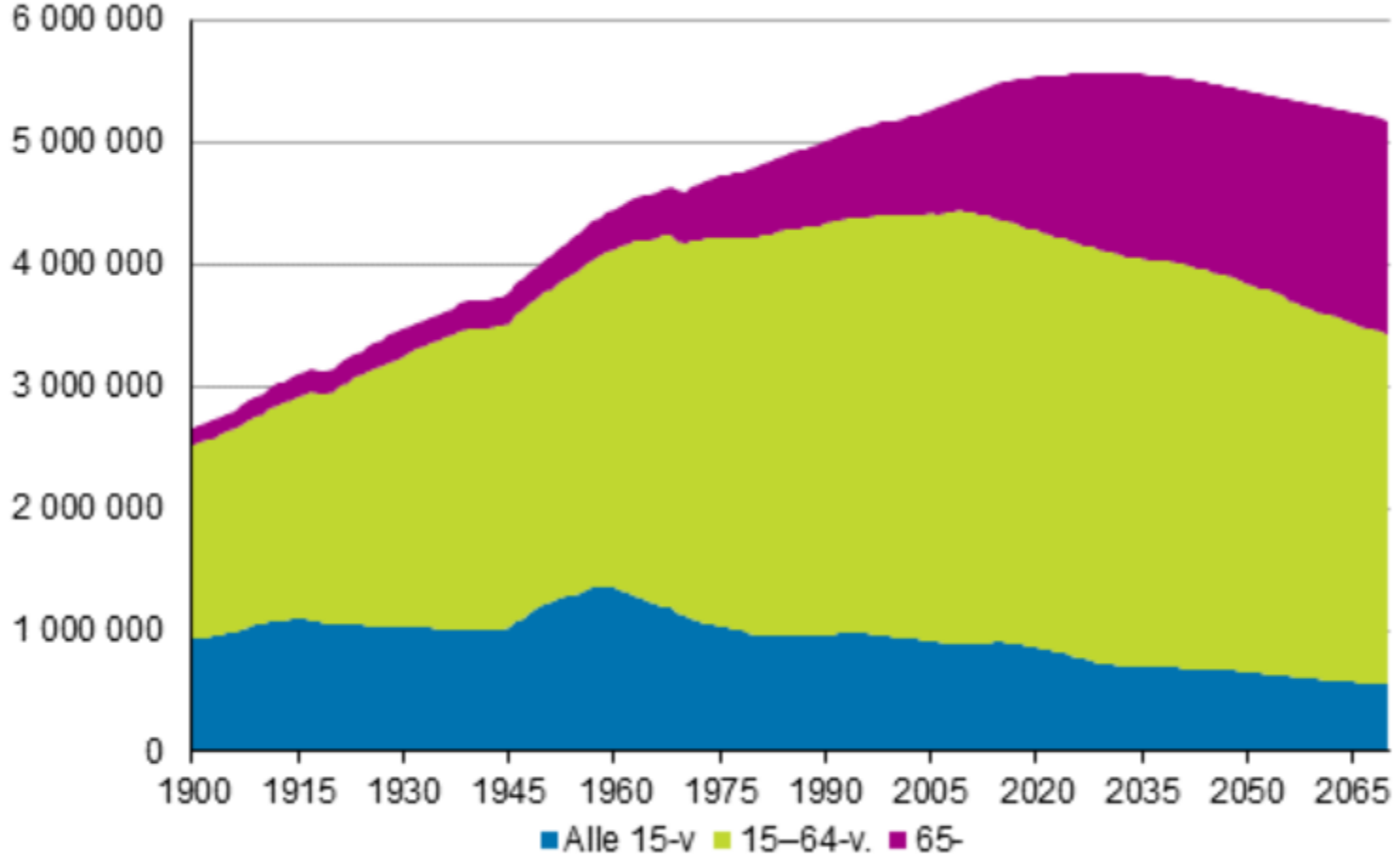
SUOMEN
OLYMPIAKOMITEA

AIKUISLIIKUNTA SEURAN VOIMAVARANA

- Kuinka tärkeää teille on saada lisää jäseniä seuroihin?
- Jos se on tärkeää, niin mistä niitä sitten saa?

Aikuisia nyt jo 80 prosenttia väestöstä

Väestö iän mukaan 1900-2018 ja ennuste 2019-2070



2020-2050: Alle 15 v. määrä vähenee n. 160 000, yli 65 v. määrä kasvaa n. 330 000!

Lähde: Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestöennuste. Tilastokeskus 2018.

Lähde: Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestö iän mukaan 1900–2018 ja ennustettu 2019–2070. Tilastokeskus 2019.

Vuoteen 2035 mennessä monet kunnat menettävät jopa kolmasosan nuoristaan.

Timo Aro, konsulttitoimisto MDI, 2021

Yhteiskunnan muutos heijastuu seuratoimintaan

- 1990-luvulta alkaen yhteiskunnan markkinoistuminen
- Aikuisten liikkuminen: yksityinen sektori > seurat (2010 alkaen)
- Liikunnan ja urheilun talous kasvava
  - Urheilu- ja liikuntaseurojen talouden volyymi on arvioilta 800 M€
  - Liikunta-alan yritysten liikunta- ja urheilutoiminnan kokonaisliikevaihto oli 1 086,4 M€
- Globaalit markkinat vs. kansalaistoiminta
- Valtaako yksityinen puoli aikuisliikunnan kannattavan markkinan?
- Jääkö seuroille taloudellisesti haastavampi osuus (lasten toiminta ja kilpaurheilu)?

Missä 15-74-vuotiaat liikkuvat?

Taulukko 2. Harrastamisen kontekstien osuudet koko väestössä ja sukupuolittain

	Kaikki	Nainen	Mies
Yksityinen yritys	14,9	21,6	8,3
Liikunta- tai urheiluseurassa	13,3	10,3	16,3
Muussa yhdistyksessä tai järjestössä	8,5	7,4	9,6
Muuten kunnan tai kaupungin järjestämänä ohjattuna toimintana	6,5	8,2	4,9
Kansalais- tai työväenopistossa	6,1	9,7	2,5
Työpaikan järjestämänä	4,3	3,0	5,6
Koulun/oppilaitoksen järjestämänä, oppilaitoksen liikunta-/urheilukerhossa	3,2	3,8	2,6
Seurakunnassa	1,2	1,1	1,4
Omatoimisesti yksin	66,0	68,9	63,1
Omatoimisesti ryhmässä, kaveriporukassa	34,0	31,8	36,2

Mononen, K. ym. 2019. Liikunnan ja urheilun harrastaminen.
Teoksessa: J. Mäkinen, J. (toim.) 2019. Aikuisväestön liikunnan harrastaminen, vapaaehtoistyö ja osallistuminen 2018. KIHUn julkaisusarja, nro 67.
Jyväskylä: Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus.

Yksityinen sektori aikuisten liikuttajana – entä seurat?

Työikäiset (20-69v.)

- Omatoimisesti 94%
- Liikunta-alan yritykset 32%
- Liikunta-/urheilus eura 21%

Ikääntyneet (70+v.)

- Omatoimisesti 93%
- Kunnan liikuntapalvelut 33%
- Liikunta-alan yritykset 25%

Lähde: KunnonKartta2021 ja Ikäihmisten liikunta ja liikkuminen2019

Aikuisliikunta ei tarvitse seuratoimintaa mutta seuratoiminta tarvitsee aikuisliikuntaa

- ehditäänkö seuratoiminnassa vielä mukaan aikuisliikunnan markkinoille?

Globaalit aikuisliikunnan markkinat vs. seuratoiminnan markkinat - millä pelikentällä teidän seuranne toimii?

Aikuisliikunnan markkinoilla ei pelata vain kansalaistoiminnan pelisäännöillä vaan tulee tuntea myös markkinatalouden toimintalogiikat.

Seuratoiminnan ja yksityisen puolen hyvien käytäntöjen yhdistäminen

- Yhteisöllisyys
- Arvopohja
- Lajivalmennusosaaminen
- Kilpailujärjestelmät

Tulevaisuuden osaamistarve = ammattimaisuus?

- Asiakaslähtöisyys
- Markkinointiviestintä
- Tuotteistus ja palvelumuotoilu
- Tehokkaat prosessit
- Taloudellisesti kestävä toiminta ja skaalattavuus

Kiinnostaako mahdollisuus päätöksentekoon? Mitä arvoa jäsenyys luo?

Asiakaspolku osallistujalähtöisen toiminnan kehittämisen tukena

- Konkreettisia vinkkejä ennen-aikana-jälkeen

Noin 40% aikuisväestöstä harkitsee aloittavansa yhden tai useamman uuden harrastuslajin seuraavan vuoden aikana.

Mononen ym. 2019

URHEILUSEUROJEN TOIMINTAAN OSALLISTUU

35 % VÄESTÖSTÄ

1,46 MILJOONAA IHMISTÄ

44 % Seuroissa harrastavista tekee myös vapaaehtoistyötä seurassa

49 % Vapaaehtoistyötä seurassa tekevistä myös harrastaa liikuntaa seurassa

HARRASTAMINEN

13 % VÄESTÖSTÄ

550 000 IHMISTÄ **HARRASTAA LIIKUNTAA** SEURASSA

Harrastajista ♀ NAISIA **38 %** MIEHIÄ **62 %** ♂

77 %

Seurassa harrastavista on jäsenenä seurassa tai muussa liikunnatayhdistyksessä

VAPAAEHTOISTYÖ

12 % VÄESTÖSTÄ

500 000 IHMISTÄ **TEKEE VAPAAEHTOISTYÖTÄ** SEURASSA

Vapaaehtoistyötä tekevistä ♀ NAISIA **36 %** MIEHIÄ **64 %** ♂

Seurojen vapaaehtoistyön taloudellinen arvo on **700 milj.**

50 000 000 tuntia

Seuroissa tehdään vapaaehtoistyötä

MUU OSALLISTUMINEN

29 % VÄESTÖSTÄ

1 200 000 OSALLISTUU SEURAN TOIMINTAAN

26 % Kannustamalla paikan päällä otteluissa tai kilpailuissa | **9 %** Osallistumalla tilaisuuksiin | **1 %** Muuten

♀ NAISIA **44 %** MIEHIÄ **56 %** ♂

Osallistuvista

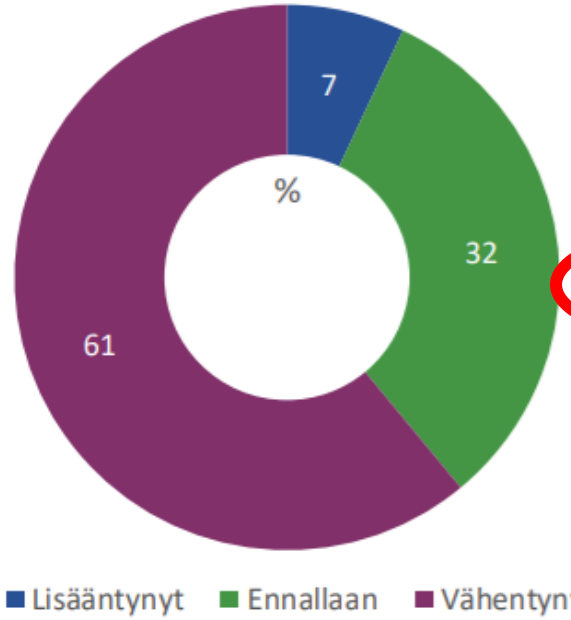
15-74-VUOTIAIDEN SUOMALAISTEN OSALLISTUMINEN URHEILUSEURATOIMINTAAN
AINEISTO: Väestökysely (n=3241).

Lisätietoa: Mäkinen, J. (toim.) 2019. Aikuisväestön liikunnan harrastaminen, vapaaehtoistyö ja osallistuminen 2018. KIHUn julkaisusarja, nro 67, Jyväskylä.

Viittausohje infograafiin: Aarresola, O., Mäkinen, J. & Kapustamäki H. 2019. 15-74-vuotiaiden suomalaisten osallistuminen urheiluseuratoimintaan. Infograafi. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus, Jyväskylä.

Koronan aiheuttamat muutokset osallistujamääriin

Säännöllisesti osallistuvien muutos seuroissa (n=799):

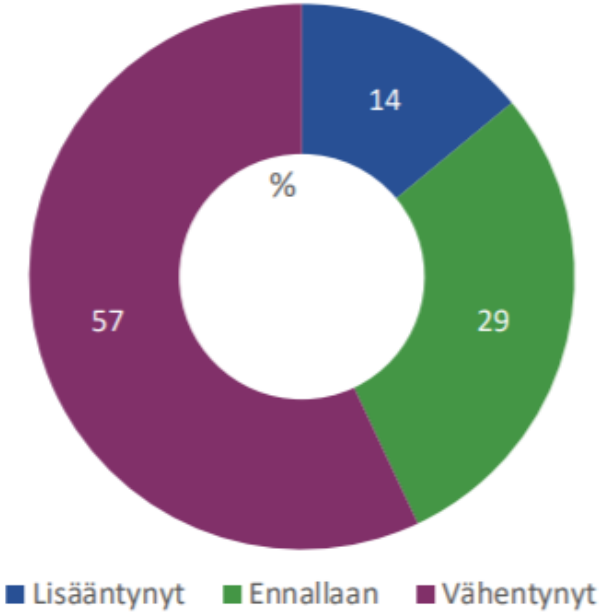


Vähentynyt yhteensä
n. 35 000 hlöä
- vähennyksestä:

Lapsia 12v ja alle	10 500 (30%)
Nuoria 13-18v	6 500 (19%)
Aikuisia	18 000 (51%)

Uusien harrastajien ja lyhytkursseille osallistuvien muutos seuroissa (n=449)

Seuroilla joilla sitä on - 44% seuroista ei järjestä erillistä toimintaa uusille/aloittelijoille

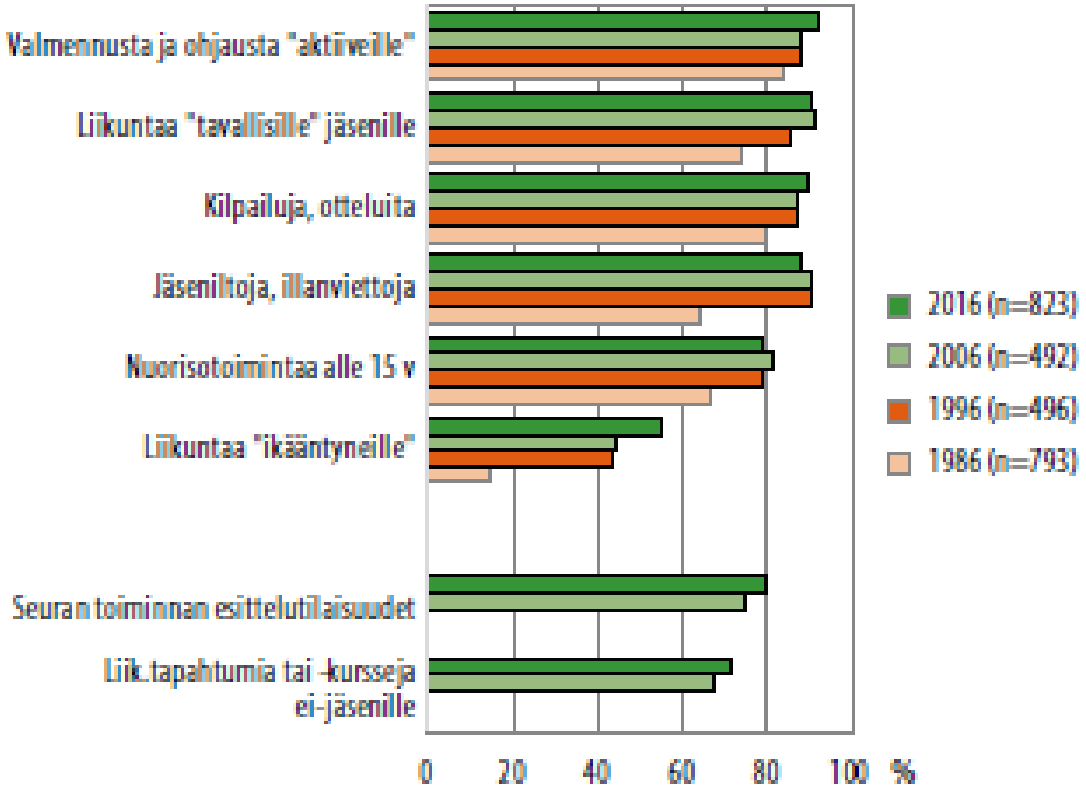


Vähentynyt yhteensä
n. 20 000 hlöä
-vähennyksestä:

Lapsia 12 v ja alle	10 000 (50%)
Nuoria 13-18v	3 000 (15%)
Aikuisia yli 18v	7 000 (35%)

Lähde: Mäenpää & Polari (2021). Koronapandemian akuutit vaikutukset seurojen toimintaan ja talouteen.

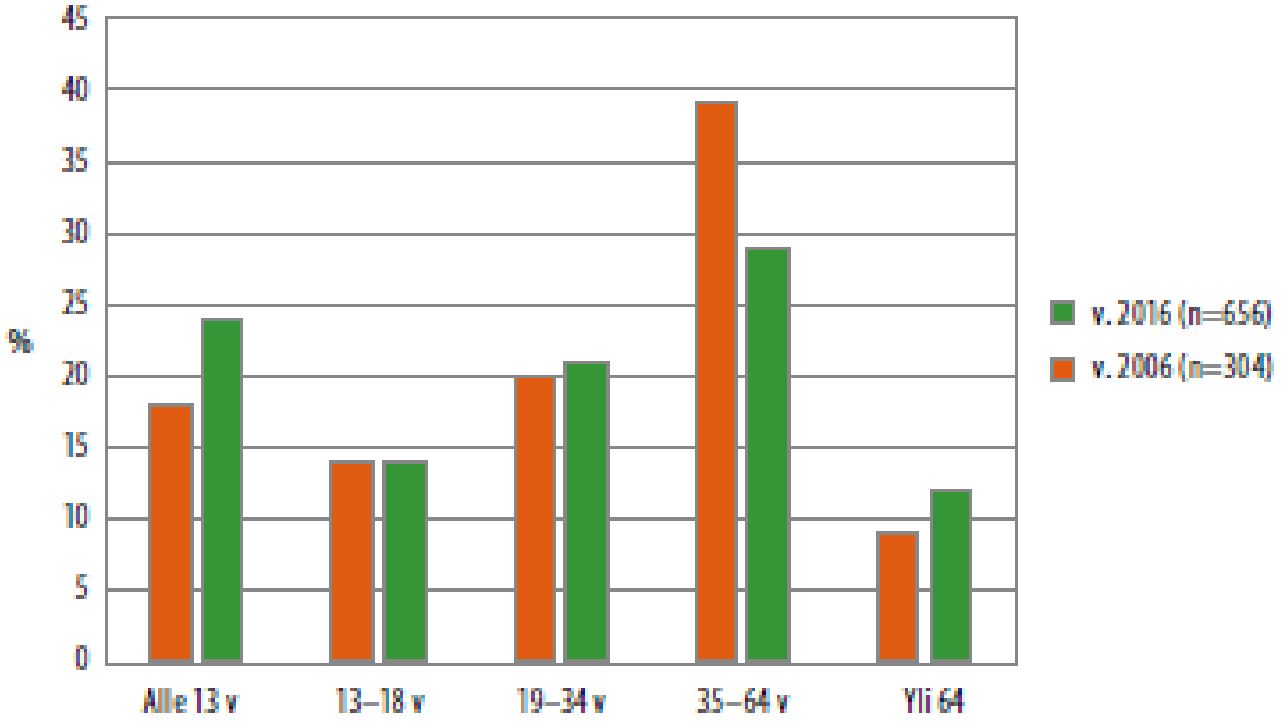
Mitä tiedämme seuratoiminnasta: seurojen tarjonta



Kuvio 8. Seurojen toiminnallinen tarjonta vuosien 1986, 1996, 2006 ja 2016 aineistojen seuroissa (%)

Lähde: Koski & Mäenpää (2018). Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986-2016.

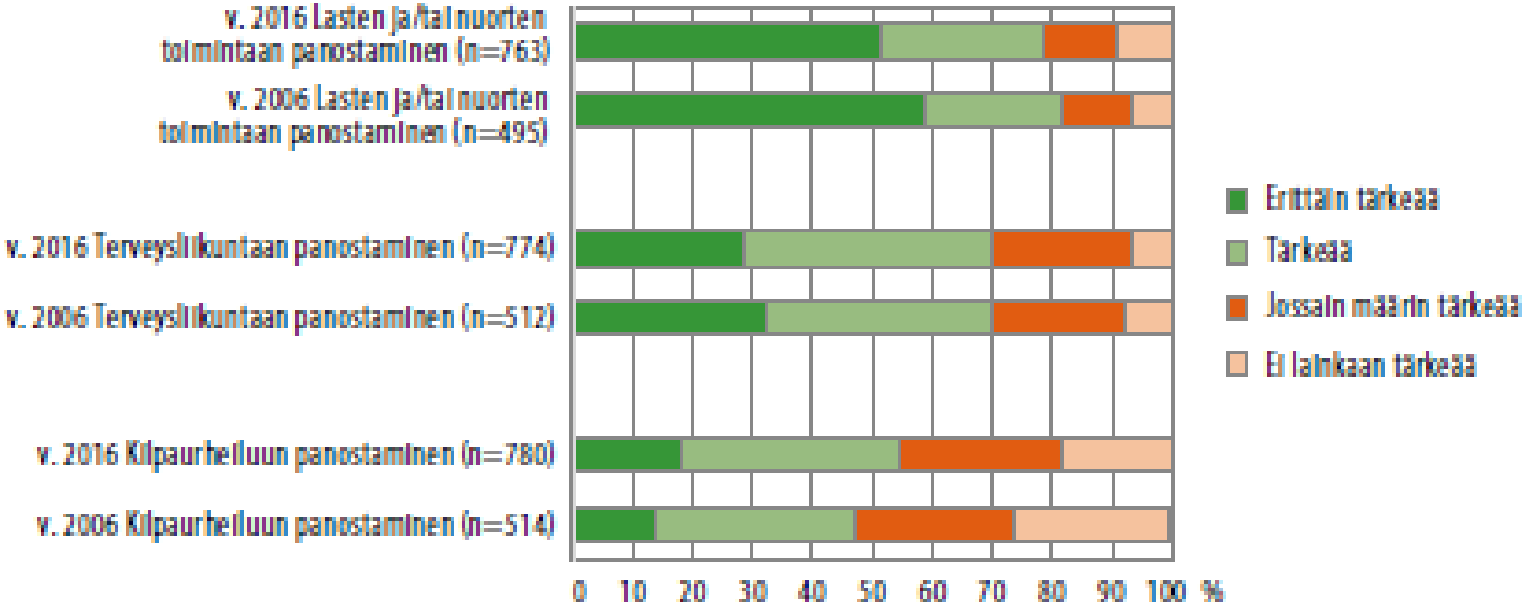
Mitä tiedämme seuratoiminnasta: jäsenistön ikäjakauma



Kuvio 19. Jäsenistön ikäjakauma aineiston vuosien 2006 ja 2016 seuroissa (%) 2006 n= 304 ja 2016 n=656

Lähde: Koski & Mäenpää (2018). Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986-2016.

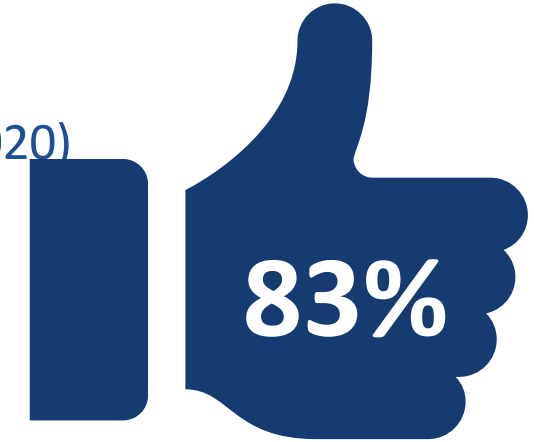
Mitä tiedämme seuratoiminnasta: tulevaisuuden panostus



Kuvio 15. Kuinka tärkeää seuralle on lähitulevaisuudessa paneutua liikunnan eri toimialoihin vuosien 2006 ja 2016 aineiston seuroissa (%)

Lähde: Koski & Mäenpää (2018). Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986-2016.

Aikuisliikkujien palautekyselyn tuloksia (2020)



- Laatu näkyy
  - seura haluaa panostaa aikuisliikuntaa
  - ammattitaitoiset ohjaajat
  - monipuolinen tarjonta
- 3 keskeisintä syytä harjoituksiin osallistumiseen
  - haluan kehittää tai ylläpitää fyysistä kuntoani
  - harjoitukset, pelit tai tunnit tuottavat iloa ja hyvää oloa
  - haluan kohentaa terveyttäni

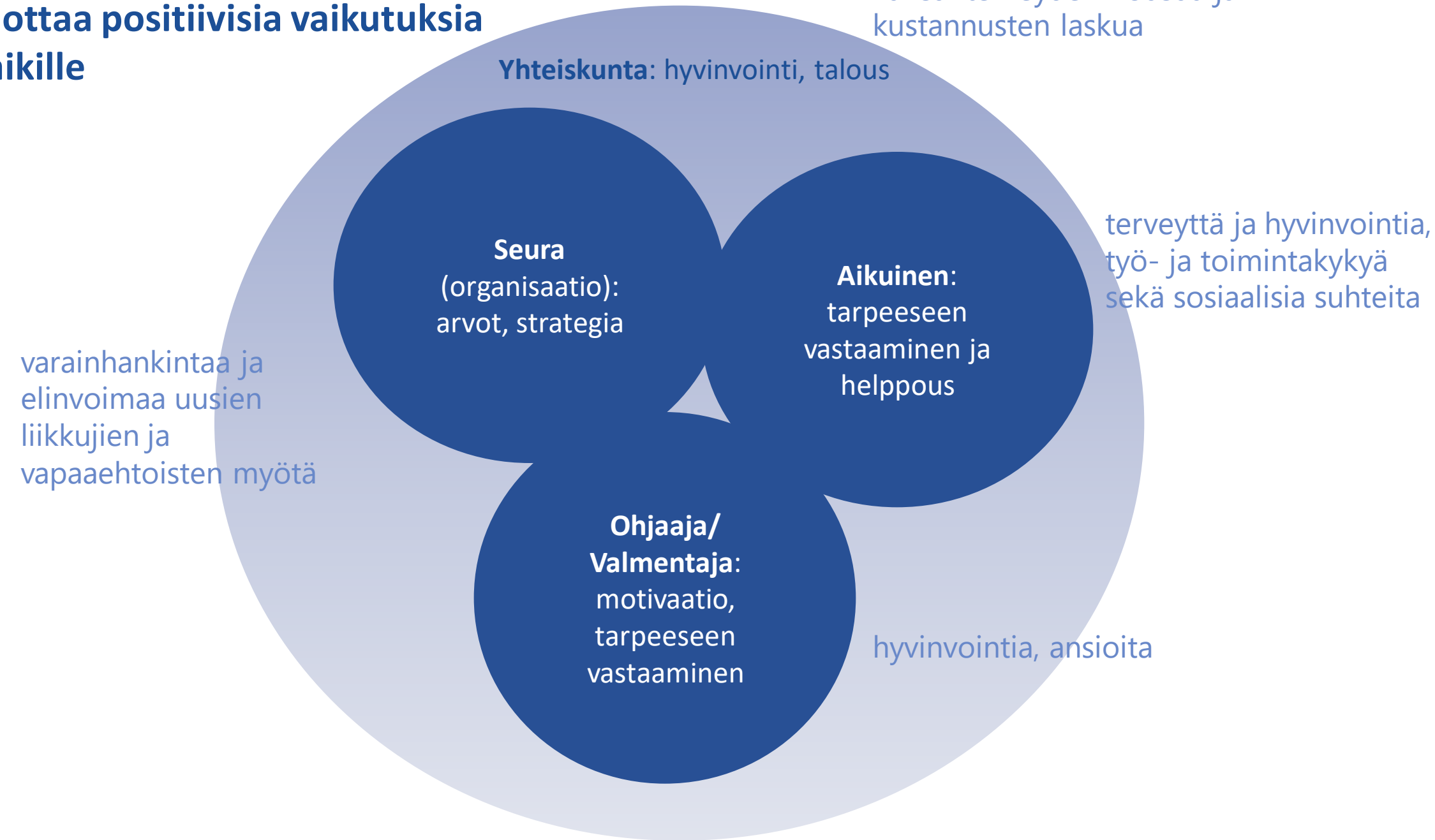
”Yhteisö, joka kannus-taa ylittämään omia raj oja, oppimaan uutta ja tukee siinä.”

- 90% vastaajista oli sitä mieltä, että seurassa harrastaminen motivoi tai saa henkilön liikkumaan
- Aikuisliikkujat haluaisivat liikkua jopa lisää seurassa, jonkin verran myös olla mukana kehittämässä seuran toimintaa tai toimia vapaaehtoisena

Seurojen aikuisliikuntaan vaikuttavia tekijöitä – havaintoja haastatteluista

1. Seuran kiinnostus ja halukkuus aikuisliikunnan järjestämiseen
2. Yksilön kiinnostus ja halukkuus aikuisliikunnan järjestämiseen seurassa
3. Seuratoiminnan, lajikulttuurin ja yhteiskunnan muutos
4. Aikuiset kohderyhmänä: kohderyhmän ja tarpeiden tunnistaminen
5. Toiminnan matala kynnys ja saavutettavuus
6. Ohjaajakysymys
7. Tilakysymys
8. Uudenlaista ajattelua ja toimintamalleja

Parhaimmillaan aikuisliikunta tuottaa positiivisia vaikutuksia kaikille



Aikuiset erilaisina kohderyhminä

Näkökulmia tavoiteltaviin kohderyhmiin

Lajia lapsena harrastanut

- Suhtautuminen liikuntaan: myönteinen tai intohimoinen
- On liikkunut paljon aikaisemmin ja nimenomaan urheiluseurassa, mutta tällä hetkellä liikkuminen on vähäistä

Uusi liikkuja

- Suhtautuminen liikuntaan: neutraali tai myönteinen
- Ei ole liikkunut kovin paljon aikaisemmin, eikä koskaan urheiluseurassa

Aktiiviliikkuja ja seuraan sitoutunut

- Suhtautuminen liikuntaan: intohimoinen
- Liikkuu paljon tällä hetkellä ja on liikkunut koko ikänsä urheiluseurassa

Uusi lajiliikkuja

- Suhtautuminen liikuntaan: myönteinen
- On liikkunut paljon ja liikkuu ehkä nytkin, mutta laji uusi
- Ei ole liikkunut urheiluseurassa

Vähän liikkuva

- Suhtautuminen liikuntaan: neutraali tai kielteinen
- Ei ole liikkunut kovin paljon aikaisemmin, eikä koskaan urheiluseurassa

Tällä hetkellä lähellä urheiluseuraa oleva ryhmä.

Tällä hetkellä mahdollisesti kaukana urheiluseurasta oleva ryhmä. Kenties potentiaalinen ryhmä urheiluseuralle.

Lähde: Kauravaara (2018). Liikunta ja urheilu aikuisen hyvinvoinnin tukena. Asiantuntijatyö liikkujan polun aikuisuusvaiheesta.

Mahdollisia kohderyhmiä

- Harrasteryhmiä työikäisille ja senioreille, jota haluavat jatkaa itselleen mieluisan liikuntamuodon parissa läpi elämänkulun
- Aikuisten liikuntaryhmät lasten harjoitusten aikana
- Aloittelijoiden ryhmiä työikäisille ja senioreille, jota haluavat esimerkiksi aloittaa uuden lajin tai tulla takaisin mukaan toimintaan tauon jälkeen
- Perheet ja muut eri-ikäisten yhteiset ryhmät, jotka tarjoavat matalan kynnyksen mahdollisuuksia päästä mukaan
- Hyvin vähän liikkuvat nuoret ja aikuiset, jotka vasta aloittavat liikuntaa ja tulevat toimintaan mukaan mahdollisesti elintapaohjauksen/liikuntaneuvonnan palveluketjun kautta
- Soveltavan liikunnan ryhmiä, joilla on vamman, sairauden, toimintakyvyn heikentymisen tai sosiaalisen tilanteen vuoksi vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan
- Fanit

Mitä yhteistä on painonnoston ikäsarjan EM-voittajalla 65v. ja sairaalan pitkäaikais-osastolla makaavalla Riikalla 92v.?

Aikuisista reilu miljoona on yli 65-vuotias!

Käytännön vinkkejä ikääntyneiden liikuttamiseen mm. https://www.voitas.fi/

Miten me seurassamme valitsemme?

”Onnistuminen on asenne. Se on avoimuutta uusille ideoille, halukkuutta kuunnella, innokkuutta oppia, halua kasvaa ja joustavuutta muuttua.”

Barbara "BJ" Gallagher Hateley

“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”
“Hullua on toistaa samaa tekemistä, mutta odottaa erilaisia lopputuloksia.”

vs.

Ryhmätyöskentelyä

noin 3-4 henkilöä/ryhmä

1) Mitä ajatuksia alustus herätti?
Mitä otan mukaan?

2) Omien kokemusten jakaminen: mille kohderyhmälle toimintaa, miten saatu mukaan, onnistumiset ja sen edellytykset & haasteita ryhmään sparrattavaksi

3) Oman ”toimintasuunnitelman” kirjaus: seuran linjaus, kohderyhmä, asiakaspolku tms. 3 ensimmäistä tekoa toiminnan aloittamiseksi (vrt. esim. dian nostot)

Tukea aikuisliikunnan pitkäjänteiseen kehittämiseen

SUOMEN
OLYMPIAKOMITEA

TÄHTISEURA-OHJELMA KANNUSTAA KEHITTÄMISEN POLULLE

TÄHTISEURA
AIKUISET

LAJILIITOT

Tähtiseura-ohjelman Aikuisten liikunnan laatutekijät

- aikuisliikunnan periaatteita
- liikkuja keskiössä
- aikuisliikunnan monipuolinen sisältö

ja näihin liittyvät työkalut

https://www.olympiakomitea.fi/seuratoiminta/tahtiseurat/

https://www.olympiakomitea.fi/seuratoiminta/tahtiseurat/tahtiseuran-laatutekijat/

Aikuisliikunta sisältää aikuisliikunnan ja urheilun, mukaan lukien kilpaillen harrastamisen.

Laatutekijät täyttävät myös eurooppalaisen Sports Club for Health –ohjelman periaatteet

SC FOR H
Sports Club for Health

Lisää aikuisliikkujia urheiluseuroihin – näkökulmia aiheeseen julkaisu

- **26 haastattelua, 12 seuraesimerkkiä**
- Seuroja (12)
  - 10 eri lajia
- Lajiliittoja (2)
- Liikunnan aluejärjestöjen hankkeita (2)
- Kuntia (2)
- Liikunnan pienyrittäjiä (2)
- Osallistujia/harrastajia (3)
- Tutkijoita (3)
- Sparrausta lajiliittojen ja liikunnan aluejärjestöjen Seurakehittäjien verkostossa

Aiheeseen liittyviä tutkimuksia/artikkeleita

- Mäkinen, Lämsä (2021). Mitkä ovat liikuntapolitiikan vaihtoehdot?
- Itkonen, Aarresola, Huhtanen (2020). Koronakriisi haastaa seuratoimijat
- Koski & Mäenpää (2018). Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986-2016.

Liikunta ja urheilu aikuisen hyvinvoinnin tukena

- Liikunta ja urheilu aikuisen hyvinvoinnin tukena (2018, Suomen Olympiakomitea) kokoaa ajankohtaisen tiedon aikuisten liikunnasta ja antaa tietoa, kuinka urheiluseura voi tukea aikuisen hyvinvointia laadukkaan liikuntatarjonnan avulla.

Ja pari juttua lisää

- Tähtiseura TanssiDansissa aikuisten harrastamisen kehittämiseen on löydetty yhtymäpintoja lasten ja nuorten toiminnasta

- Vuoden 2020 aikuisliikunnan Tähtiseura Tempo ry: ”Aikuisliikunnan kentällä on tärkeää pystyä uudistumaan.”

5 vinkkiä – näin saat aikuiset mukaan seuratoimintaan

Kiitos!