



TOIMINTAKERTOMUS 2023

Raaseporin Harrasteliikunta ry / Raseborgs Hobbymotion r.f.

Kirjoittanut Toiminnanjohtaja Isak Vilander 8.2.2024.

Toimintakertomus 2023



Sisältö/sivut:

1	Sisältö
2	Yleistä
3	Yleistä
4	"Terveyttä ja hyvinvointia Raaseporissa – liikunnan avulla" hankekatsaus
5	Liikuntakerhotoiminta
6	Päiväleiritoiminta
7	Kotoutumista tukeva FC SLIMMIT jalkapallo- ja futsaljoukkueitoiminta
8	Aikuisliikuntatapahtumat
9	Muut toimintamuodot
10	Toiminnan tukijat

Yleistä:

Vuosi 2023 oli RHL ry:lle kasvun ja uusien haasteiden vuosi.

Toimintasuunnitelman mukaisesti lähdimme vuoteen hakemalla täysipäiväistä liikunnanohjaajaa vastaamaan kerhotoiminnasta ja leiritoiminnasta. Kävikin niin, että saimme palkattua kaksi täysiaikaista liikunnanohjaajaa, kiitos rahoittajiemme, TE- palvelujen palkkatuen ja yhteistyötahojemme. Nämä palkkaukset toivat mukanaan laatua toimintaamme, mutta myös taloudellisia haasteita, kun kuukausittaiset kustannukset nousivat roimasti.

RHL ry:n ilmainen liikuntakerhotoiminta oli edelleen aktiivista ja yhdistyksen 20:ssä Raaseporin alueella järjestettävässä kerhossa oli vuoden loppuun mennessä **364 osallistujaa**. Olemme varmaankin suurin yksittäinen lasten liikuttaja kaupungissamme.

Leiritoiminnassa rikottiin taas ennätyksiä. Järjestimme leirejä Karjaalla Tammisaaren lisäksi. Esimerkiksi kesäloman kahdella ensimmäisellä viikolla järjestimme Tammisaarella ja Karjaalla yhtäaikaisesti kolme leiriä/viikko. Leiritoimintaan osallistui yhteensä **219 lasta**, ja näistä suurin osa osallistui leireille koko leiriviikon ajan.

Aikuisliikuntaturnaukset lisääntyivät, kun joulukuussa 2023 järjestimme ensimmäisen futsaltturnauksemme. Turnauksessa järjestettiin naisten sarja, jossa oli mukana viisi joukkuetta. Kesän firmafutisturnaukseen osallistui 9 joukkuetta. Salibandyn pääsiäisturnaukseen niinkään yhdeksän joukkuetta.

Kotoutumista tukeva FC Slimmit jalkapallo- ja futsaltoiminta on ollut vetävää. Toimintaa on järjestetty sekä Tammisaarella että Karjaalla koko vuoden ajan. Mukana on ollut n. **40 miestä**. Myös LadiesVolleyball, eli kotoutumista tukeva lentopallotoiminta naisille, on jatkanut toimintaansa ympäri vuoden. Mukana LadiesVolleyballissa n. **15 naista** säännöllisesti. Toiminnot ovat olleet kysytyjä ja tavoitteisiin on päästy.

Toisen liikunnanohjaamamme toimenkuvaan kuuluu kuntosaliohjaajana ja – ohjaajana toimiminen Karjaan Villa Anemonen ja Pohjan Mariakodin kuntosaleilla. Raaseporin kaupunki ostaa tämän 40% ohjaajaresurssin meiltä.

Käynnistimme myös ”Miehet liikkeellä – Karlar i rörelse!” kuntoiluryhmän, jossa mukana nyt **38** miestä. Tavoitteena on edistää liikunnallista elämäntapaa miesten parissa, jotka sitä tarvitsevat. Toiminta on lähtenyt hyvin käyntiin ja huippua odotetaan kesälle.

PLAY! – pihaleikit – toiminta käynnistettiin, mutta se kaipaa vielä hiomista, jotta lapset saadaan liikkeelle omatoimisesti.

Kokonaisuudessaan on vuosi ollut haastava, mutta onnistunut. Monia isoja askelia otettiin yhdistyksenä eteenpäin kehityksen tiellä ja ennen kaikkea saimme edistää satojen raaseporilaisten fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia liikunnan avulla, sekä edistää yhteisöllisyyttä kaupungissamme.

Isak Vilander, hallituksen pj

Yhdistyksessä on kolme jäsentä. Hallituksen muodostivat yhdistyksemme jäsenet seuraavasti:

Hallituksen PJ: Isak Vilander

Varapuheenjohtaja: Christopher Manthey

Sihteeri: Jessica Vilander

Toiminnantarkastaja: BDO Tammisaari

Tilitoimisto/taloushallinto: Azets Insight Oy

TERVEYTTÄ JA HYVINVOINTIA RAASEPORISSA – LIIKUNNAN AVULLA:

Jo olemassa olevat toimintamuodot ovat:

- Matalan kynnyksen liikuntakerhotoiminta kaupungin alakouluilla koulupäivän yhteydessä. Yksi kerhokerta kestää 60 minuuttia ja kerhot järjestetään kerran viikossa
- Kaksikieliset ja liikunnalliset PLAY! – päiväleirit koulujen loma-aikoina, vastaamaan m.m. lasten lomaajoista johtuviin päivähoito-ongelmiin. Leiritoiminta kestää klo 8.00-16.00 arkipäivisin.
- Maahanmuuttajien kotoutumista tukevan ja terveyttä edistävän FC Slimmit jalkapallo- ja futsaljoukkueet Tammisaaressa ja Karjaalla
- Kotoutumista tukeva ja terveyttä edistävä RHL LadiesVolleyball toiminta Tammisaaressa
- Aikuisliikuntaturnaukset ja isommat aikuisliikuntatapahtumat
- Kuntosaliohjaaja/-hoitajatoiminta Villa Anemonessa Karjaalla ja Mariakodilla Pohjassa
- Miehet liikkeellä / Karlar i rörelse - toiminta

Isak Vilander jatkoi toiminnanjohtajana 10h/vko. Toiminnanjohtajan vastuualueita ovat:

- koko toiminnan hallinnointi
- työnjohtajan/esimiehen tehtävät
- markkinointi
- uusien toimintamuotojen kehittäminen
- rahoitus ja palkanmaksu
- kotisivujen www.rhl-ry.fi ylläpito ja sosiaalinen media (Facebook, Instagram)
- toiminnan organisoinnin kehitystyö.

Aurora Ahonala palkattiin 100% liikunnanohjaajan tehtäviin tammikuun lopussa. Aurora ohjaisi kerhoja ja vastasi RHL ry:n leiritoiminnasta.

Jani Juutilainen palkattiin 100% liikunnanohjaajan tehtäviin helmikuussa. Janin tehtäviin kuului kuntosaliohjaajana ja – hoitajana toiminen seniorisaleilla, sekä kerhojen ohjaaminen iltapäivisin. Jani oli myös mukana toimitsijana aikuisliikuntatapahtumissa.

Christopher Manthey vastasi kotoutumista tukevasta miesten FC Slimmit jalkapallo ja futsal – toiminnasta Karjaalla 2h/viikko.

Jessica Vilander ja Tavga Zahir toimivat kotoutumista tukevan LadiesVolleyball toiminnan ohjaajina 1,5 h/viikko molemmat.

Kerhotoiminta:

RHL ry:n kerhot jatkuivat kouluissa Harrastamisen Suomen mallin hankkeessa, kun raaseporilaiset oppilaat äänestivät kouluilleen toimintaamme toteutettavaksi.

Keväällä 2023 toimintaa olivat:

PLAY! kerho 1-4 lk. Kiilan koululla, **23 osallistujaa**
 PLAY! – kerho 1-6 lk. Mustion koululla, **16 osallistujaa**
 PLAY! – kerho 1-4 lk. Österbyn koululla, **15 osallistujaa**
 PLAY! – kerho 1-6 lk. Snappertunan koululla, **10 osallistujaa**
 PLAY! – kerho 1-6 lk. Kirkonkylän koululla Pohjassa, **27 osallistujaa**
 PLAY! – kerho 1-2 lk. Seminariskolanilla, **14 osallistujaa**
 PLAY! – UIMAKERHO 3-6 lk. Seminaarikoulun oppilaille Tammisaaren uimahallissa, **18 osallistujaa**
 BREIKKI! – liikuntavälitunnit 7-9 lk. Höjdenin koululla, **52 osallistujaa**
 PLAY! – kerho 1-4 lk. Hakarinteen koululla, **37 osallistujaa**
 LIIKKA – kerho 3-6 lk. Pojo kyrkoby skolanilla, **18 osallistujaa**

Kevään kerhoissa oli mukana yhteensä **230 osallistujaa**.

Syksyn 2023 toimintaa olivat:

PLAY! – klubb åk. 1-6 BILLNÄS SKOLA, **24 osallistujaa**.
 PLAY! – kerho 1-4 lk. FISKARIN KOULULLA, **23 osallistujaa**.
 SPORT – klubb åk. 3-9 HÖJDENS SKOLA, **13 osallistujaa**.
 PLAY! – klubb åk. 1-6 SNAPPERTUNA SKOLA, **15 osallistujaa**.
 PLAY! – klubb SEMINARIESKOLAN, **20 osallistujaa**.
 SPORT – klubb åk. 3-6 POJO KYRKUBY SKOLA, **11 osallistujaa**.
 PLAY! – kerho KIRKONKYLÄN KOULU POHJA, **25 osallistujaa**.
 LIIKKA – kerho 3-6 lk. KIRKONKYLÄN KOULU POHJA, **11 osallistujaa**.
 PLAY! – kerho 1-2 lk. KIILAN KOULU, **15 osallistujaa**.
 PLAY! – klubb åk. 1-3 KATARINASKOLAN, **17 osallistujaa**.
 PLAY! – klubb åk. 1-4 HÖJDENS SKOLA, **16 osallistujaa**.
 LIIKKA – kerho 5-8 lk. HAKARINTEEN KOULU, **11 osallistujaa**.
 PLAY! – kerho 1-4 lk. HAKARINTEEN KOULU, **26 osallistujaa**.
 PLAY! – kerho 3-4 lk. KIILAN KOULU, **17 osallistujaa**.
 PLAY! – kerho 1-6 lk. MUSTION KOULU, **14 osallistujaa**.
 PLAY! – klubb åk. 1-4 ÖSTERBY SKOLA, **19 osallistujaa**.
 PLAY! – klubb åk. 1-4 SVARTÅ SKOLA, **12 osallistujaa**.
 BREIKKI! – rastmotion åk. 7-9 HÖJDENS SKOLA, **50 osallistujaa**.
 BREIKKI! – rastmotion åk. 7-9 EKENÄS HÖGSTADIESKOLA, **25 osallistujaa**.

Syksyn kerhoissa oli mukana yhteensä **364 osallistujaa**.

(kerhojen nimet ja logot myös ruotsiksi)



PLAY! – PÄIVÄLEIRITOIMINTA



Kaksikielinen, liikunnallinen, eskari-6 lk. suunnattu PLAY! – päiväleiritoiminta jatkui myös vuonna 2023 ja on kasvattanut suosiotaan jatkuvasti. Leiripaikkana toimivat Hakarinteen koulu Tammisaaressa ja Kiilan koulu Karjaalla. Kaupunki on arvostanut työtämme lapsiperheiden loma-aikojen järjestelyjen helpottamiseksi, ja tietysti myös itse toiminnan takia, varsinkin kaksikielisyysaspekti on arvokas.

Leireillä uitiin rannalla ja uimahallissa, golfattiin, mini-golfattiin, tehtiin pyöräretkiä, frisbee-golfattiin, keilattiin Tammisaaren keilahallissa, leikittiin puistoissa ja koulujen liikuntasaleissa, vierailtiin kirjastossa, pidettiin leiri – olympialaisia, luisteltiin, pulkkailtiin ja vietettiin pizzaperjantaita elokuvaa katsellen.

Leireillä syötiin lounasravintola Villa Smakhusissa ja ravintola Höijersissä Tammisaaressa ja ravintola KW:ssä Karjaalla sekä perjantaisin Kotipizzassa Tammisaaressa ja Karis Pizza Kebabissa Karjaalla.

Kaikki leireille osallistuneet lapset vakuutettiin LähiTapiolan tapaturmavakuutuksella.

Osallistujamäärät/leiri:

Hiihtolomaleiri 20.-24.2.2023 Tammisaaressa: **32 osallistujaa**
 Kesäleiri 1 Tammisaari 5.-9.6.2023: **21 osallistujaa**
 Kesäleiri 2 Tammisaari 5.-9.6.2023: **20 osallistujaa**
 Kesäleiri 3 Karjaa 5.-9.6.2023: **13 osallistujaa**
 Kesäleiri 4 Tammisaari 12.-16.6.2023: **24 osallistujaa**
 Kesäleiri 5 Tammisaari 12.-16.6.2023: **16 osallistujaa**
 Kesäleiri 6 Karjaa 12.-16.6.2023: **21 osallistujaa**
 Kesäleiri 7 Tammisaari 19.-22.6.2023: **20 osallistujaa**
 Kesäleiri 8 Tammisaari 31.7.-4.8.2023: **14 osallistujaa**
 Kesäleiri 9 Tammisaari 7.-11.8.2023: **16 osallistujaa**
 Syyslomaleiri 19.-20.10.2023 Tammisaaressa: **22 osallistujaa**

Osallistujia 2023 leireillä yhteensä: **219**



FC SLIMMIT

FC SLIMMIT – toiminta:

FC Slimmit, eli Sosiaalinen, Liikunnallinen, Integraatiota edistävä, Monikulttuurinen, Marginalisoitumista ehkäisevä, Innostava ja Työllistymistä edistävä Jalkapallo- ja Futsaljoukkue, on jatkanut toimintaansa harrastemuotoisena vuonna 2023.



Toimintaan osallistui n. **40 eri miestä** säännöllisesti vuoden aikana.

Tammisaarella ja Karjaalla pelattiin jalkapalloa kesällä kummassakin kerran viikossa ja talvikaudella futsalia molemmissa taajamissa myös kerran viikossa. Kenttinä toimivat Flyetin nurmi ja Karjaan harjoitusnurmi. Liikuntasaleina Kiilan koulun Sali ja Karjaan yhteiskoulun sali ja Tammisaaren palloiluhalli.

Harjoitukset olivat käynnissä koko vuoden.

Toiminta on ollut tärkeää monelle toimintaan osallistuneelle, ystävystymisen, kielen oppimisen ja mielekkään harrastustoiminnan takia.

Toiminnassa olemme tehneet yhteistyötä Länsi-Uudenmaan maahanmuuttajatoimiston kanssa.



AIKUISLIIKUNTATAPAHTUMAT:



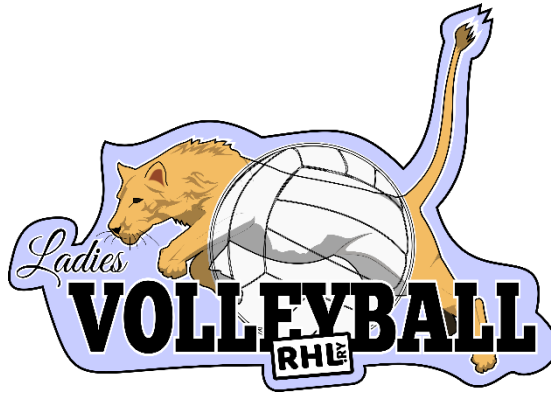
Pääsiäislauantaina maaliskuussa järjestettiin salibandyn pääsiäisturnaus Tammisaaren palloiluhallissa. Mukaan lähti 9 joukkuetta, eli n. **100 pelaajaa** piti hauskaa salibandyn merkeissä. Mukana oli sekä miehiä että naisia.

Elokuussa järjestimme n.s. Firmafutisturnauksen Tammisaaren keskus kentällä. Turnaukseen osallistui 9 joukkuetta. Mukana siis lähes **100 pelaajaa**.

Joulukuussa järjestimme ensimmäistä kertaa futsalturnauksen. Turnaukseen osallistui viisi naisjoukkuetta. Osallistujia oli n. **60**.



LADIESVOLLEYBALL:



Kotoutumista tukeva naisten lentopallotoiminta starttasi loppuvuodesta 2022. Mukana säännöllisesti on n. **15 naista**, joista n. 80% on maahanmuuttajataustaisia. Naiset pelaavat kerran viikossa Hakarinteen koululla.

KARLAR I RÖRELSE / MIEHET LIIKKEELLÄ:

Toiminta käynnistettiin loppuvuodesta 2023. Toiminnan tavoitteena on auttaa aikuisia miehiä aloittamaan ja ylläpitämään liikunnallinen elämäntapa. Mukana ryhmässä on nyt **38 miestä**.

PLAY! – PIHALEIKIT:

Pihaleikkitoimintaa pyrittiin aloittamaan neljällä paikallisella koululla, mutta vapaaehtoisia leikinhjaajia ei saatu rekrytoitua yhtäkään.

Toiminta alkaa yhdellä koululla RHL ry:n työntekijöiden toimesta vuonna 2024.



RHL ry:n TYHY – TOIMINTA:

RHL ry järjesti myös henkilökunnalleen TyHy – toimintana futsalpelejä palloliiton eteläisen piirin futsal 5 divisioonassa. Henkilökunnasta toimintaan osallistui Isak Vilander.

TOIMINNAN TUKIJAT:

SvJ BERGSRÅDINNAN SOPHIE VON JULINS STIFTELSE



Bistro, Bar & Garden



KONTORISTEN



NYA APOTEKET I EKENÄS
TAMMISAAREN UUSI APTEEKKI



