



## **TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2015**

### **1 TOIMINTA-AJATUS**

Heinolan Latu ry on yksi Suomen Ladun 220 jäsenjärjestöstä, joitten yhteisenä tavoitteena on saada suomalaiset liikkumaan enemmän ja useammin, monipuolisesti ja iloisesti, ilman keskinäistä kilpailua ja tulostavoitteita. Toimintamme keskittyy ulkoliikunnan ja sen olosuhteiden edistämiseen. Vuoden teemana on YHDESSÄ.

### **2 TOIMINNAN MUODOT**

Yhdistys järjestää omia liikuntatapahtumia, jotka tarjoavat jäsenille ja myös muille liikunnallisia elämyksiä eri vuodenaikoina. Ohjelmassa keskitytään perinteisiin lajeihin: retkeilyyn ja hiihtoon. Eri ikäryhmien tarpeisiin kiinnitetään huomiota ohjelman suunnittelussa ja toteutuksessa.

Yhteistyötä tehdään sopivassa määrin urheiluseurojen, yhdistysten, kaupungin, seurakunnan ja yritysten kanssa. Yhdistyksen nimeä tuodaan myönteisesti esiin tekemällä talkootyötä niin ulkoilureittien ja -kohteitten kunnostamiseksi kuin kaupungin suurissa tapahtumissa.

Jäseniä muistutetaan Suomen Ladun laajasta ohjelma- ja tietotarjonnasta. Myös Kymi-Vuoksen latualueen toimintaan osallistutaan sopivin osin.

Erityistä huomiota kiinnitetään lasten ja perheitten liikuntapalvelujen kehittämiseen ja ohjaajien koulutukseen. Uutena kohderyhmänä otetaan huomioon ikääntyneet. Ikäryhmille suunnattua ohjelmaa ei kuitenkaan eriytetä muusta toiminnasta. Tapahtumat pyritään järjestämään konseptilla, joka tarjoaa kaikille kiinnostavaa ja houkuttelevaa tekemistä.

### **3 LIIKUNNAN LAJIT**

#### **3.1 Hiihto**

Hiihto on yhdistyksen tärkeimpiä ja perinteisimpiä lajeja. Voiteluryhmä jatkaa suuren suosion saavuttanutta opastus- ja voitelutoimintaa Latumajalla hiihtokauden ajan. Järjestetään Yhdessä-hiihtopäivä tavoitteena saada väki ladulle ”vauvasta vaariin”. Varaudutaan antamaan asiantuntija-apua niin voiteluun kuin hiihdon tekniikkaankin. Perinteinen hiihtomatka Äkäslompoloon Yllästunturin laduille järjestetään viikolla 13, matka on järjestyksessä 31. Ystävänäpäivänä tarjoillaan Raviradalla hiihtäville ystävällisesti kuumaa mehua.

#### **3.2 Pyöräily**

Perinteinen kaupunkipyöräily järjestetään toukokuussa. Maastopyöräilijöille suunnitellaan oma reitti kaupunkipyöräilyn yhteyteen. Ollaan valmiita järjestämään eripituisia retkiä Kaupunkipyöräilyn osanottajilta saatujen aloitteiden mukaan. Pyöräilyretki Anianpellon markkinoille pidetään ohjelmassa, se poljetaan elokuun alussa.

#### **3.3 Patikointi, retkeily, sauvakävely**

Keväällä 2014 Heinolan Lintutarhan Olli Vuoren johdolla toteutettu linturetki kiinnosti kaikenikäisiä

latulaisia, uusi retki on paikallaan tehdä tulevana keväänä.

Perinteinen Juustopolku järjestetään syyskuun lopussa entisellä työnjaolla Vuolenkosken kyläyhdistyksen kanssa. Vuonna 2014 toisen kerran tarjottu puolikas Lepolan kohdalta jompaankumpaan suuntaan on vakiinnuttanut suosionsa täyden matkan rinnalla. Huoltoa varten Latu varustaa kaksi huoltopistettä. Kokopäiväretki suunnataan johonkin lähistön kohteeseen. Sauvakävelytapahtumaa kehitetään eri harrastajaryhmiä paremmin palvelemaan suuntaan.

### **3.4 Muut lajit**

#### **\* Uinti**

Tehdään yhteistyötä Heinolan Talviuimarit ry:n kanssa talviuinnin edistämiseksi paikkakunnalla.

#### **\* Geokätköily**

Geokätköilyryhmä järjestää miittejä ja koulutustilaisuuksia tarpeen mukaan. Geo-kätköilyä esitellään nuorille haasteellisena, paikannusteknologian hallintaa edellyttävänä lajina.

#### **\* Melonta**

Yhteistyötä tehdään Meloja ry:n kanssa kurssien ja melontaretkien merkeissä. Yhdistyksellä on varastoissa melontakalustoa. Heinäsaassa olevaa annetaan jäsenille käyttöön määrätyn edellytyksin.

#### **\* Lumikenkäily**

Yhdistyksellä on kalustoa, jota lainataan jäsenille. Lumikenkäilyä esitellään perhehiitopäivän ohjelmassa ja laskiaisriehan yhteydessä. Lumikenkäretki järjestetään maaliskuussa, mikäli lumitilanne sallii.

#### **\* Frisbee-golf**

Järjestetään tutustumistilaisuus Heinolan Frisbee-golf radalle alan yhdistyksen jäsenten opastuksella.

## **4 MUU OMA TOIMINTA**

### **4.1 Kokoukset ja jäsentilaisuudet**

Sääntömääräiset kevät- ja syyskokoukset kutsutaan koolle asianmukaisesti. Jäsenille järjestetään pikkujoulu Latumajalla. Jäsentilaisuuksia järjestetään sitä mukaa, kun kiinnostavia aiheita ilmaantuu.

### **4.2 Kulttuuriretket**

Aikuisille ja perheille järjestetään teatteriretkiä.

## **5 YHTEISTOIMINTAPROJEKTIT**

**5.1 Laskiaisrieha** järjestetään perinteiseen tapaan laskiaissunnuntaina Latumajalla yhdessä Heinolan Voimisteluseuran kanssa.

**5.2 Linnunpönttöjen rakennustalkoot** järjestetään yhdessä Bird Lifen ja Heinolan Lintutarhan kanssa huhtikuun alussa, hyvissä ajoin ennen asukkaiden kevätmuuttoa. Kokemukset viime kevään talkoista olivat myönteisiä.

**5.3 Jääfestivaalin** järjestämisestä vuonna 2015 odotetaan Heinolan Kaupungin päätöstä. Mikäli festivaali järjestetään, Heinolan Latu on lupautunut hoitamaan laskutustyönä jään huollon ja noston. Muita aktiviteettejä toteutetaan tilanteen mukaan.

**5.4 Vapaaehtoisen Pelastuspalvelun (VaPePa)** toimintaan osallistutaan muodostetulla ja koulutetulla etsintäryhmällä.

## **6 KOULUTUS**

Suomen Ladun keväthiittokokoukseen Nurmijärvelle 18.-19.4.15 ja syysliittokokoukseen Hämeen latualueella 17.-18.10.15 lähetetään edustaja(t). Suomen Ladun koulutusilaisuuksiin osallistutaan soveltuvin osin. Yhdistyksen asiantuntijat käyvät tilaisuuden tullen eri kohteissa esittelemässä lajeja ja kouluttamassa.

## **7 TIEDOTUS**

Yhdistyksen oma lehti Sivakka julkaistaan kahdesti vuodessa ja postitetaan jokaiseen jäsenperheeseen. Kampanjoidaan nettilehden suosion lisäämiseksi. Kotisivut päivitetään asianmukaisesti. Toteutuneista tapahtumista kerätään leikekirjaa. Tapahtumista ilmoitetaan lisäksi paikallislehden seuratoimintapalstalla. Paikallislehdille tarjotaan asiantuntija-apua esim. luontoretkelyyn ja Geo-kätköilyyn liittyvissä asioissa. Informaatiota yhdistyksen toiminnasta jaetaan kaupungin, kansalaisopiston ja muitten messutapahtumissa ja vastaavissa tilaisuuksissa.

## **8 LATUMAJA**

Yhdistyksen kokoukset järjestetään Latumajalla, Latumaja palvelee myös retkien tukikohtana. Majan sisätilat ja ympäristö siivotaan talkoilla, isommista korjaustarpeista neuvotellaan kaupungin kanssa.

## **9 JÄSENISTÖ**

Jäsenmäärän kasvu on edelleen tavoitteena, mutta tärkeintä on aktivoida olemassa oleva jäsenistö mukaan toimintaan.

## **10 TALOUS**

Koska yhdistys ei tavoittele voittoa, talousarvio päättyy nolla-tulokseen. Yhdistyksen tulot koostuvat pääasiassa jäsenmaksuista ja omatoimisen talkootyön tuotoista. Kaupungilta on saatu toiminta-avustusta. Retkille ja matkoille osallistuvilta peritään omakustannushinta. Sponsoreita etsitään Sivakan ilmoittajiksi.

## TAPAHTUMAKALENTERI 2015

Kuukausi	Päivämäärä	Tapahtuma	Huomautuksia
<b>Tammi</b>			
<b>Helmi</b>	su 1.2.15	Yhdessä-hiihtopäivä Latumajalla ja Raviradalla	
	la 14.2.15	Ystävänäpäivän mehutarjoilu Raviradan hiihtäjille	klo 12-14
	su 15.2.15	Laskiaisrieha Latumajalla (Jääfestivaali)	Heinolan Voimisteluseura
<b>Maalis</b>	vko 13	Hiihtomatka Äkäslompoloon Lumikenkäilyretki	vko 13
<b>Huhti</b>		Linnunpönttöjen rakennustalkoot	Heinolan Lintutarha
	18.-19.4.15	Kevätliittokokous Nurmijärvellä Aluetapaaminen kokouksen yhteydessä.	
<b>Touko</b>		Linturetki Kaupunkipyöräily Latumajan siivoustalkoot	Heinolan Lintutarha
<b>Kesä</b>			
<b>Heinä</b>	31.7.-2.8.15	Kymi-Vuoksen latualueen leiripäivät Orilammella	
<b>Elo</b>		Pyöräilyretki Anianpellon markkinoille	
<b>Syys</b>	17.- 18.10.15	Syysliittokokous Hämeen latualueella	
	27.9.15	Juustopolku	Vuolenkosken kyläyhdistys
<b>Loka</b>		Sauvakävelytapahtuma	
<b>Marras</b>			
<b>Joulu</b>		Pikkujoulu Laavuhartaus Tähtiniemessä	Heinolan srk