



HELSINGIN LATU

TOIMINTAKERTOMUS 2014
– Yhdessä liikkuen luonnossa



Helsingin Ladun toimintakertomus 2014
Sisällysluettelo

1	Helsingin Latu – Yhdessä liikkuen luonnossa 74 vuoden ajan.....	1
2	Helsingin Ladun jäsenet.....	1
3	Helsingin Ladun kokoukset ja jaostot.....	1
4	Lajitarjonta ja toimintamuodot.....	3
4.1	Lentopallo.....	3
4.2	Keppijumppa.....	3
4.3	Luontouinti.....	3
4.3.1	Talviuinti.....	3
4.4	Teemaillat.....	4
4.5	Koulutus.....	4
4.6	Retkeily ja vaellus kävellen, hiihtäen, lumikenkäillen ja pyöräillen	4
4.7	Kyykkä ja pihapelit.....	6
4.8	Vapaaehtoinen pelastuspalvelu eli VAPEPA.....	6
4.9	Yhteislaulu/Latulaulajat.....	7
4.10	Painonhallintaryhmät.....	7
4.11	Lasten, nuorten ja perheiden toiminta.....	7
5	Tapahtumien turvallisuus.....	8
6	Maunulan ulkoilumajatoiminta.....	8
7	Vaakkoin eräkämpätoiminta.....	8
8	Maunulan luontopolku.....	8
9	Yhteistyökumppanit.....	8
10	Keskusjärjestön ja Uudenmaan latualueen toiminta.....	8
11	Viestintä ja markkinointi.....	9
12	Muu toiminta.....	9
13	Talous.....	9
14	Hallinto.....	9
15	Tilastot.....	10

1 Helsingin Latu – Yhdessä liikkuen luonnossa jo 74 vuotta

Helsingin Latu ry on Suomen suurin latuyhdistys ja yksi suurimmista liikuntaseuroista yli 6100 jäsenellään. Yhdistys toimii luonnossa tapahtuvan kuntoliikunnan ja retkeilyn edistämiseksi kansalaistavaksi.

Tavoitteen toteuttamiseksi järjestettiin ohjattuja liikuntaryhmiä ja retkiä, koulutuksia, tapahtumia sekä ulkoilumajatoimintaa jäsenille ja muille pääkaupunkiseutulaisille. Vuosi 2014 oli Helsingin Ladun 74. toimintavuosi. Yhdistyksen toimintamuodot lisääntyivät ja jäsenmäärä jatkoi kasvuun. Lajitarjontaan kuuluivat lentopallo, lumikenkäily, luontouinti, talviuinti, hiihto, keppijumppa, retkeily, vaellus, kyykkä, pyöräily, sauvakävely, geokätköily, yhteislaulu ja suunnistus. Toimintamuotoina olivat teemaillat, koulutustoiminta, vapaaehtoinen pelastuspalvelu, 60 + ja painonhallintaryhmät. Yhdistyksen toiminta perustuu vapaaehtoistyölle. Yhdistyksen hallintoa hoiti ja vapaaehtoistoimintaa organisoivat johtokunta yhdessä päätoimisen toiminnanjohtajan kanssa. Helsingin Latu ylläpitää Maunulan ulkoilumajaa, Vaakkoin eräkämpää ja talviuintipaikkaa Rastilassa. Toimipisteet olivat keskeisiä tapahtumapaikkoja ja niissä järjestettiin yli 100 tapahtumaa vuoden 2014 aikana. Lisäksi Maunulan ulkoilumaja ja Vaakkoin eräkämpä ulkoilualueineen olivat retkeilijöiden ja muiden ulkoilijoiden vilkkaassa käytössä ympäri vuoden.

2 Helsingin Ladun jäsenet

Jäsenmaksunsa maksaneita jäseniä 31.12.2014 oli 6176 jäsentä. (2013: 6141, 2012: 5501, 2011:5195) jäsentä. Maksaneiden jäsenten määrä kasvoi 35 jäsenellä. Vuoden aikana Helsingin Ladun vapaaehtoistehtävissä toimi ainakin 80 henkilöä, jotka osallistuivat tapahtumien järjestelyihin yli 500 kertaa. Vapaaehtoistyöntekijät tekivät yhdistyksen ja jäsenten hyväksi työtä yli 3000 tuntia vuoden aikana.

3 Helsingin Ladun kokoukset

Helsingin Ladun sääntömääräinen kevätkokous pidettiin 26.2.2014 Maunulan ulkoilumajalla. Kokouksessa hyväksyttiin toimintakertomus, vahvistettiin tilinpäätös vuodelta 2013 ja myönnettiin vastuuvapaus tilivelvollisille. Paikalla oli 19 Helsingin Ladun jäsentä. Sääntömääräinen syyskokous pidettiin 26.11.2014 Maunulan majalla. Paikalla oli 22 jäsentä. Johtokunnan jäsenistä erovuorossa olivat Kirsi Alanne, Virva Niissalo, Jaakko Sora ja Maija Vanne. Johtokuntaan valittiin kaudelle 2015 – 2016 samat henkilöt.

Johtokunnan jäsenten läsnäolokerrat kokouksissa

Jaakko Erkkola puheenjohtaja 7
Kari Järvinen varapuheenjohtaja 8
Auvo Ilomäki 8
Mervi Huurinainen 7
Kirsi Alanne 7
Virva Niissalo 7
Osmo Ruokolainen 8
Jaakko Sora 7
Maija Vanne 8
(Matti Niemelä , sihteeri 8)

Vastuuhenkilöt	Jaostot ja jaostojen toimenkuvat 2014
1. Auvo Ilomäki 2. Mac Bussman	Vaakkoin kämppäjaos: Jaos huolehtii kämpän ylläpidosta ja mahdollistaa Helsingin Ladun jäsenien käynnin Vaakkoilla sekä järjestää tapahtumia Vaakkoilla. Jaos huolehtii myös Vaakkoin kesärasteista yhdessä retkeilyjaoksen kanssa. Jäseniä mm. Olavi Rissanen, Seija Kaipainen ja Kari Järvinen
1. Jaakko Erkkola 2. Kari Järvinen	Maunulan majajaos ja talousryhmä: Jaos vastaa Maunulan majan vuokrasopimuksiin, remontointiin, aukioloaikoihin jne. majaan liittyvistä asioista. Lisäksi jaos osallistuu yhteiskumppanuuksien hankintaan ja tekee yhdistyksen talouden suunnittelua. Jäsenet: Jaakko Sora, Kirsi Alanne, Antti Pohjanheimo ja Matti Niemelä.
1. Matti Niemelä	Retkeilyjaos ja 60 + toiminta: Jaos tekee päiväretkiä ja yön yli kestäviä retkiä ja pidempiä vaellusretkiä muun muassa Lappiin. Lisäksi jaos järjestää aloittelijoille suunnattuja suunnistus- ja retkeilyn perusteet koulutuksia. Jaos huolehtii myös Vaakkoin kesärasteista yhdessä Vaakkoin kämppäjaoksen kanssa. 2. Alajaokset: Päiväretket Osmo Ruokolainen, Koulutukset, vaellukset, yön yli retket Kari Järvinen, Monitoimiretket ja 60 + Juhani Enckell
1. Kirsi Alanne 2. Virva Niissalo	Lapsi- ja perhejaos: Jaos vastaa lapsille ja nuorille suunnatun toiminnan järjestämisestä mm. Muumihiihtokouluista ja perhepoluista. Jäseniä mm. Maarit Kainulainen, Marja Tarnanen
1. Matti Reittamo	Latulaulajat: Jaos vastaa lauluilloista. Lauluillat ovat avoimia yhteislau- lu tilaisuuksia, joihin kaikki ovat tervetulleita.
1. Kari Järvinen 2. Mervi Huurinainen	Latulaisetjaos: Jaos vastaa uusien vapaaehtoistoimijoiden rekrytoinnista ja "saattamisesta" mukaan toimintaan. Lisäksi jaos vastaa vapaaehtoistoimijoiden tukitoimista ja tukitoimien kehittämistä.
1. Martti Korhonen 2. Virva Niissalo	Liikuntajaos: Liikuntajaos vastaa keppijumppa ja lentopalloryhmistä sekä pihapeli-illoista. Tehtäviin kuuluu huolehtia mm. tilavaraukset, osallistumismaksut ja yhteydenpito ohjaajiin. Jäseniä mm. Heli Limatius ja Jaakko Erkkola.
1. Maija Vanne 2. Kimmo Lukander	Talviuintijaos: Jaos huolehtii Rastilan talviuintipaikan ylläpidosta ja mahdollistaa Helsingin Ladun jäsenientalviuinnin Rastilassa sekä järjestää talviuintitapahtumia Rastilassa. Jäsenet mm: Kauko Moisio, Jaana Halonen, Heikki Kauppinen.
1. Riikka Nurmela 2. Jaakko Erkkola	Vapepa-jaos eli Vapaaehtoinen pelastuspalvelu jaos: Helsingin Ladun Vapepa -ryhmä kuuluu Stadivapepaan. Jaoksen tavoitteena on järjestää harjoituksia vapepa-ryhmälle kuukausittain. Lisäksi järjestetään koulutusmahdollisuuksia ja yhteisharjoituksia valmiuden ylläpitämiseksi.

4 Lajitarjonta ja toimintamuodot

Helsingin Latu järjesti kunto-, terveys- ja luontoliikuntaa jäsenilleen ja pääkaupunkiseutulaisille. Yhdistys järjesti ohjattuja liikuntaryhmiä, retkiä, koulutuksia ja tapahtumia. Yhdistyksen lajitarjontaan kuuluivat lentopallo, luontouinti, talviuinti, hiihto, keppijumppa, retkeily kävellen, hiihtäen, lumikenkäillen, meloen, pyöräillen, marjastaen ja sienestäen, vaellus, kyykkä, pyöräily, sauvakävely, geokätköily, yhteislaulu ja suunnistus.

Toimintamuotoina olivat teemaillat, koulutustoiminta, vapaaehtoinen pelastuspalvelutoiminta, 60 + ja painonhallintaryhmät. Vuoden aikana Helsingin Latu järjesti n. 290 tapahtumaa, joissa tehtiin noin 4600 liikuntasuoritusta. Lisäksi talviuimareiden liikuntasuorituksia oli vuoden aikana 6500. Muun muassa retkiä ja vaelluksia tehtiin 49 (2013 42, 2012: 39, 2011: 25) ja niissä oli yli 1000 osallistujaa. Lisäksi Helsingin Latu oli mukana useissa yhteistyökumppaneiden tapahtumissa.

4.1 Lentopallo

Lentopalloa tuotiin esille terveys- ja kuntoliikuntamuotona. Lentopalloa järjestettiin kaksi kertaa viikossa kaksi tuntia kerrallaan koko vuoden ajan. Kevät- ja syyskaudella lentopalloryhmät kokoontuivat Pohjois-Haagan alakoulun liikuntasalissa. Kesällä lentopalloa pelattiin Maunulan ulkoilumajan pihalla olevalla lentopallokentällä. Lentopalloryhmä kokoontui kevään aikana 19 kertaa, kesällä 15 ja syksyllä 19 kertaa. Porukassa oli 25 pelaajaa. Yhteensä liikuntasuorituksia tuli vuoden aikana 1123.

4.2 Keppijumppa

Keppijumppaa tuotiin esille terveys- ja kuntoliikuntamuotona. Keppijumppaa järjestettiin kerran viikossa tunti kerrallaan koko vuoden ajan. Kevät- ja syyskaudella keppijumpparyhmä kokoontui Olympiastadionin liikuntasalissa. Kesällä jumpattiin Maunulan ulkoilumajan kentällä. Kevätkaudella kokoonnuttiin 19, kesällä 9 ja syksyllä 17 kertaa. Porukassa on noin 40 jumppaajaa. Kevätkaudella keskimäärin 18, kesällä 25 ja syksyllä 20 jumppaajaa per kerta. Liikuntasuorituksia oli yhteensä 907.

4.3 Luontouinti

Luontouintia tuotiin esille terveys- ja kuntoliikuntamuotona. Helsingin Latu tarjosi mahdollisuuden luontouintiin Vaakkoin eräkämpän uintipaikalla läpi vuoden. Lisäksi Helsingin Ladun retkillä ja vaelluksilla harrastettiin luontouintia.

4.3.1. Talviuinti

Helsingin Latu tarjosi kevätkaudella Rastilassa mahdollisuuden konttiuintiin 1.1.2014 – 30.4.2014. Konttiuimareita oli kevätkaudella 137, 114 naista ja 23 miestä.

Syksyllä oli jälleen mahdollisuus uida myös remontoituista saunoista kontin lisäksi.

Syyskaudella uimareita oli 163, naisia 131, miehiä 32. Rastilassa järjestimme avoimet ovet tilaisuuden tammikuussa ja lokakuussa sekä joulutapahtuman.

Rastilan lisäksi talviuintia harrastettiin myös Vaakkoin eräkämpällä Nuuksiossa.

Talviuinti uintikertoja

tammikuu naiset		806
tammikuu miehet		184
helmikuu naiset		680
helmikuu miehet		140
maaliskuu naiset		792
maaliskuu miehet		156
huhtikuu naiset		536

huhtikuu miehet		132
syyskuu naiset		355
syyskuu miehet		105
lokakuu naiset		664
lokakuu miehet		190
marraskuu naiset		696
marraskuu miehet		191
joulukuu naiset		758
joulukuu miehet		200
	Yhteensä liikuntasuorituksia	6585

8.2.2014 talviuintiretki Järvenpään

18

4.4 Teemaillat

Teemaillat olivat muutaman tunnin mittaisia tietoiskuja, luentoja tai muilla tavoilla mielenkiintoisista aiheista kertovia tilaisuuksia. Teemaillat järjestettiin yhteensä 10. Osallistujia illoissa oli yhteensä 179. Iltojen teemoina olivat muun muassa kunto ja terveys, kasvit ja majakat.

Teemaillat		
30.1.2014	Talvivaellus ja talviretkeily	17
12.2.2014	Jokamiehenoikeudet	5
5.3.2014	Liikunnan vaikutukset terveyteen	14
19.3.2014	Maisemakuvaus, valokuvailta	6
26.3.2014	Santiagon reitillä: Via Tolosana	14
20.8.2014	Kulttuuria ja liikuntaa Runoilta	25
17.9.2014	Kreetan patikointi	5
15.10.2014	Retkikuvailta	27
5.11.2014	Majakkakuvaus	50
19.11.2014	Tunturikasvit	16
	Yhteensä osallistujia	179

4.5 Koulutus

Helsingin Latu järjesti kaikille avoimet retkeilijän peruskoulutuksen ja suunnistuskoulutuksen. Retkeilijän peruskoulutukseen osallistui 14 henkeä ja suunnistuksen peruskoulutukseen 21. Talven aikana järjestettiin lumikenkäily tutuksi – kurssi ja keväällä kaksi frisbeegolf tutuksi – koulutusta. Lisäksi Helsingin Latu koulutti työntekijöitään, ohjaajiaan ja talkoolaisia eri koulutuksissa. Kaikille avoimiin koulutuksiin osallistui 68 henkilöä

4.6 Retkeily ja vaellus kävellen, hiihtäen, lumikenkäillen, pyöräillen ja meloen

Helsingin Ladun tavoitteena oli retkeilyharrastuksen ylläpitäminen ja uusien harrastajien ohjaaminen lajin pariin. Ohjattuja retkiä järjestettiin kaikkina vuodenaikoina. Päiväretkillä tutustuttiin pääkaupunkiseudun retkikohteisiin ohjaajien johdolla. Retkiä tehtiin kävellen, hiihtäen, lumikenkäillen ja pyöräillen. Päiväretkiä tehtiin yhteensä 35 (2013 25, 2012: 33, 2011: 20).

Helsingin Latu edisti myös suomalaista ruokaperinnettä ja kulttuuria järjestämällä marja- ja sieniretkiä. Helsingin Ladun marja- ja sieniretkillä annettiin marjastamiseen ja sienestämiseen liittyvät perustiedot. Kävelyretkistä kaksi oli marja- ja/tai sieniretkiä. Helsingin Ladun järjestämällä päiväretkillä oli 671 osallistujaa (2013 578, 2012: 783, 2011: 419).

Päiväretkien lisäksi järjestettiin pidempiä yön yli retkiä ja vaelluksia. Pitkästä aikaa tarjolla oli talvi- ja ruskavaellukset perinteisen kesävaelluksen lisäksi. Niiden ilmoittautumiset tulivat heti täyteen lehden ilmestyttyä. Majakkaretkiä tehtiin kolme ja kansallispuistoretkiä yksi. Pidemmillä retkillä oli liikkujia yhteensä 265.

Päiväretket

5.1.2014	Kävelyretki Vaakkoilla	30
19.1.2014	Kävelyretki Vaakkoilla (Umpih:)	4
26.1.2014	Kävelyretki Mustavuori (lumik.)	7
2.2.2014	Lumikenkäretki Luukki	9
16.2.2014	Lumikenkäretki Pirttimäki	7
23.2.2014	Petikon hiihto	peruttu
1.3.2014	Kävelyretki Vaakkoi Suolikas	6
2.3.2014	Lumikenkäretki paloheinä	3
9.3.2014	Auvon päivän retki Vaakkoi	35
16.3.2014	Kuutamo Tahko hiihto Hakunila	15
24.4.2014	Reppuretki Vaakkoi	23
11.5.2014	Äitienpäivän kävelyretki	8
17.5.2014	Kävelyretki Siikaniemi Nuuksio	25
22.5.2014	Kävelyretki lauluretki Vaakkoi	25
25.5.2014	Kävelyretki Vuosaaren huippu	15
4.6.2014	Kävelyretki Vanhankaupungin	17
7.6.2014	Pyöräretki Maunulan majalta	3
15.6.2014	Kävelyretki Vaakkoi-Solvalla-Vkoi	37
28.6.2014	Melontaretki Solvallasta	10
29.8.2014	Melontaretki Solvallasta	9
26.7.2014	Muumimajakkaretki	62
7.8.2014	Kulttuurikävely Kaivopuisto	14
9.8.2014	Hämeenlinnan päiväretki	18
17.8.2014	Kävelyretki Oittaa Nuuksio	16
23.8.2014	Runebegin pyöräily maakuntaretki	28
24.8.2014	Sieniretki- ja marjaretki Vaakkoi	11
7.9.2014	Pyöräretki Laajalahden ympäri	7
13.9.2014	Kävelyretki Saarijärven ympäri	30
20.9.2014	Pyöräretki Laaksosta	7
21.9.2014	Kävelyretki Munkkiniemi	14
24.9.2014	Sieniretki Vaakkoilla	10
11.10.2014	Kävelyretki Luukin 7 lampea	57
25.10.2014	Kävelyretki Solvallasta Urjaan	37
30.11.2014	Tontturetki kävely Vaakkoi	22
14.12.2014	Metsäkirkko Paloheinä	50
	Yhteensä liikuntasuorituksia	671

Retket yön yli / Vaellukset

25.1-1.2.2014	Murtomaahiihtomatka Alpeille	9
6.3. - 9.3.2014	Ahmanhiihtoretki Kolille	peruttu
5.4. - 11.4.2014	Hiihtovaellus Abisko - Nikkaluokta	13
6.4. - 13.4.2014	Kukat ja Yrtit teemamatka Kreeta	2

16.5. - 18.5.2014	Utön majakkaretki	59
7.6. - 8.6.2014	Barösundin retki	29
12. - 13.6.2014	Melontaretki Tammisaaresta	12
20.7. - 25.7.2014	Kesävellus Aittajärveltä UKK-puisto	16
16.8. - 17.8.2014	Retki Säpin ja Kallon majakoille	46
7.9. - 12.9.2014	Ruskavaellus UKK-puisto	11
20.9.-21.9.2014	Luostariretki Valamoon	29
4.10. - 5.10.2014	Retki Seitsemisen ja Helvetinjärvi	39
	Yhteensä liikuntasuorituksia	265



talvivaellus Abiskosta Nikkaluoktaan, taustalla Kebnekaise

4.7 Kyykkä ja pihapelit

Keväällä järjestettiin Maunulan ulkoilumajan pihalla kolme kyykkäiltaa. Illoissa oli 26 osallistujaa. 14.5. järjestettiin koko suvun pihapelipäivä Maunulassa, jossa kävi 100 henkeä. Lentopalloa pelattiin Maunulan kentällä kesällä kaksi kertaa viikossa.

4.8 Vapaaehtoinen pelastuspalvelu eli VAPEPA

Helsingin Ladun vapaaehtoinen pelastuspalvelu eli Vapepa-toiminta perustuu viranomaisen pyynnöstä tehtävään viranomaista tukevaan toimintaan, kuten esimerkiksi kadonneen henkilön etsintään. Tavoitteena on, että vapaaehtoisten valmius toimia viranomaisten apuna on mahdollisimman hyvä. Helsingin Ladun Vapepa-ryhmä on järjestänyt omaa koulutusta ryhmän kesken. Sen lisäksi ryhmäläiset ovat osallistuneet Vapepan järjestämille kursseille, harjoituksiin ja muihin Vapepa -aiheisiin tilaisuuksiin tutustuaksemme muihin toimijoihin.

Ryhmän kesken järjestettiin erilaisia etsintäharjoituksia Vaakkoilla ja Maunulassa 2 kertaa. Harjoituksiin osallistui pieni aktiivinen joukko ylläpitääkseen taitoja tositoimiin kutsuttaessa. Helsingin Ladun Vapepalaiset osallistuvat myös Vapepan järjestämille perus- ja etsintäkursseille. Osallistuttiin yhteen Stadipavepan yhteisharjoitukseen ja ryhmälle tuli kaksi etsintäpyyntöä, joihin osallistuttiin. Jaakko Erkkola kuului Vapepan valtakunnalliseen työväliökuntaan.

4.9 Yhteislaulu/Latulaulajat

Latulaulajat kokoontuivat keväällä 7 ja syksyllä 9 kertaa. Maunulan majan tupa on aina lähes täynnä, 45 – 50 laulajaa. Laulut ovat perinteisiä yhteislauluja kitaran ja haitarin säestyksellä. Lisäksi kevätkauden loppuksi tehtiin jo perinteeksi muodostunut lauluretki Vaakkoin eräkämpältä Kämmenlammen laavulle. Lauluretkellä oli mukana 30 osanottajaa. Marraskuussa oli perinteinen Matti Reittamon laulelmailta, joka keräsi lähes 50 osallistujaa.

4.10 Painonhallintaryhmät

Painonhallintaryhmien tarkoituksena oli tukea painonhallinnassa, antaa virikkeitä arkiruokailuun ja kiusauksista selviämiseen. Ohjelma koostui ravintotietoudesta, tietojen soveltamisesta käytäntöön, liikunnasta ja sen merkityksestä painonhallinnassa sekä saadun tiedon vahvistamisesta. Painonhallintaryhmiä järjestettiin keväällä kaksi ja niissä oli yhteensä 21 osanottajaa. Syksyn seurantakursseille osallistui 7. Painonhallintaryhmiin saadaan KKI –hanketukea.

4.11 Lasten ja perheiden toiminta

Lähes kaikki Helsingin Ladun järjestämät tapahtumat soveltuivat myös lapsille, nuorille ja perheille. Lasten, nuorten ja perheiden toiminnan tavoitteena oli antaa myönteisiä kokemuksia ja elämyksiä luonnosta ja liikunnasta. Muumien hiihtokoulussa (5 – 7-vuotiaille) lapsille opetettiin hiihdon lajitaitoja leikinomaisesti. Oppilaita oli 12

Jo perinteeksi muodostuneessa vuosittaisessa Muumipeikon talviriehassa lapsille järjestettiin monipuolisesti talviliikuntatoimintaa. Tapahtumassa oli noin 1000 osallistujaa. Keväällä ja syksyllä 5 – 7-vuotiaille järjestettiin Oiva-oravan luontokouluryhmät. Luontokoulussa liikuttiin luonnossa, tutkittiin luontoa ja tehtiin erilaisia luonto- ja liikuntatehtäviä sekä – leikkejä. Luontokoulun kolmelle osallistumiskerralle osallistui 7 lasta

Syksyllä käynnistettiin Muumien ulkoilukoulukoulutoiminta, joka laajentaa toimintaa koko perheen ympärivuotiseksi toiminnaksi. Syksyllä pidettiin kaksi kuuden viikon mittaista Muumien retkeilykoulua, jossa lapset ja vanhemmat kokoontuivat yhdessä harjoittelemaan helppoja retkeilytaitoja, tutustumaan luonnon ihmeisiin ja pitämään hauskaa leikkien. Ensimmäiseen retkeilykouluun osallistui 13 lasta ja 12 vanhempaa, toiseen 11 lasta ja 10 vanhempaa, olipa mukana isovanhempiakin!

Maunulan majalla järjestettiin koko perheen joulutapahtuma 14.12.2015. Helsingin Ladun Lapsi- ja perhejoaksen aktiivit osallistuivat Suomen Ladun lasten ja nuorten toiminnan verkostotapaamiseen Hämeenlinnassa 25.10.2014.

Lasten ja perheiden toiminta

5.2, 6.2, 12.2, 13.2 (4 kertaa)	Muumien hiihtokoulu	48
	13 lasta	
8.5., 15.5. ja 22.5.2014 (3 kertaa)	Oiva Oravan luontokoulu	
	7 lasta	21
19.8. - 23.9.2014 (6 kertaa)	Muumien retkeilykoulu 1	
koko perheen liikuntaa	13 lasta, 12 aikuista	108
20.10. - 24.11.2014 (6 kertaa)	Muumien retkeilykoulu 2	
koko perheen liikuntaa	11 lasta, 10 vanhempia	90
	Yhteensä liikuntasuorituksia	267

5. Tapahtumien turvallisuus

Kaikista Helsingin Ladun retkistä ja tapahtumista tehdään turvallisuussuunnitelma ja riskikartoitus, jotka jaetaan puheenjohtajalle, toiminnanjohtajalle ja oppaille. Helsingin Latu pyrkii parantamaan turvallisuuskulttuurin edistämistä koko toiminnassaan

6. Maunulan ulkoilumajatoiminta

Helsingin Latu järjesti Maunulan ulkoilumajalla ja sen lähiympäristössä paljon erilaisia tapahtumia. Kahvilatoiminta oli ulkoistettu yrittäjälle. Lauuilat, Helsingin Ladun kevät- ja syyskokoukset, jaostojen kokoukset, lasten hiihto- luonto- ja muumien ulkoilukoulut sekä kesän keppijumppa-, lentopallo- ja painonhallintaryhmät järjestettiin majalla. Suurimmat Helsingin Ladun järjestämät tapahtumat Maunulan ulkoilumajalla olivat 9.2.2014 järjestetty Muumipeikon talvirieha (n. 1000 osallistujaa) ja yhdessä Helsingin kaupungin liikunta- ja rakennusviraston kanssa 21.9.2014 järjestetty Keskuspuisto kutsuu -tapahtuma, joka keräsi yli 1000 ihmistä liikkumaan. Maunulan uuden luontopolun avajaisia vietettiin 6.6.2014.

7. Vaakkoin eräkämpätoiminta

Vaakkoin eräkämpä on ollut yksi keskeisimmistä latulaisten kohtaamispaikoista ympäri vuoden. Eräkämpällä ja Vaakkoin ulkoilualueella järjestettiin useita tapahtumia, retkiä ja koulutuksia. Yhdistyksen omien tapahtumien lisäksi myös muut yhteisöt käyttivät kämpää omien tapahtumiensa pitopaikkana. Touko-syyskuussa kämpällä oli keskiviikkoisin ja viikonloppuisin päivystäjä, joka neuvoi ja opasti vierailijoita. Päivystykset toteutettiin vapaaehtoisvoimin. Saunan, majan ja grillin polttopuut on tehty talkoovoimin. Puutalkoita on ollut pitkin vuotta. Kesän aikana Vaakkoilla oli lukuisia remonttitalkoita ja pihakalusteet uusittiin. Vuoden aikana Vaakkoin eräkämpän vieraskirjaan kirjoitti nimensä 3330 (2013 2850, 2012: 2630, 2011: 3075) henkilöä.

Luonto Vaakkoin kämpän ympärillä on tarjonnut monipuolisia liikunnan ja hyötyliikunnan mahdollisuuksia. Alkuvuonna hiihdettiin, lumikenkäiltiin ja käytiin avannossa. Keväämmällä aloitettiin reppuretket ja niitä jatkettiin pitkälle syksyyn. Vuoden aikana tehtiin myös useita marja- ja sienestysretkiä lähimetsiin. Touko-syyskuuksi tehtiin suunnistuksen kesärastirata.

8. Yhteistyökumppanit

Helsingin Latu teki yhteistyötä yritysten ja yhteisöjen kanssa edistääkseen ulkona liikkumista. Liikunnan edistämiseksi pääkumppaneita olivat Helsingin kaupungin Liikuntavirasto, Rakennusvirasto, Merellinen osasto, Uudenmaan latualueen yhdistykset, Friskis&Svettis, ESLU, Stadiovapepa, Pakilan seurakunta ja Suomen Latu. Helsingin Latu teki markkinointiyhteistyötä useiden eri yritysten kanssa. Opetus- ja kulttuuriministeriöltä saimme seuratuksia Muumien Ulkoilukoulun käynnistämiseen. Matkayhteistyötä tehtiin You Travelin ja Fysimeran kanssa.

9. Keskusjärjestön ja Uudenmaan latualueen toiminta

Suomen Ladun kevätiliittokokous oli Salossa 28. – 29.4.2014. Kokouksessa Helsingin Latua edusti varapuheenjohtaja Kari Järvinen. Suomen Ladun syysliittokokous oli Kiilopäällä 22.-23.11.2014. Kokouksessa Helsingin Latua edusti Osmo Ruokolainen. Lisäksi Molemmissa kokouksissa oli paikalla Jaakko Erkkola Suomen Ladun järjestötoimikunnan jäsenenä ja Uudenmaan latualueen yhdyshenkilönä ja Matti Niemelä Suomen Ladun hallituksen jäsenenä.

Uudenmaan latualueen yhdyshenkilönä toimi Jaakko Erkkola. Vuonna 2014 Uudenmaan latualueen yhdistykset järjestivät neljä Elämypassi-tapahtumaa. Elämypassi-tapahtumissa pääsi tutustumaan muiden latuyhdistysten tapahtumiin ja retkikohteisiin.

10. Viestintä ja markkinointi

Helsingin Ladun pääviestintäkanavat olivat Helsingin Latu – lehti ja verkkosivut. Helsingin Latu – lehti ilmestyi neljä kertaa vuoden aikana. Muita viestintäkanavia olivat Helsingin Ladun, Maunulan majan, Maunulan luontopolun ja Helsingin Ladun talviuimareiden Facebook -sivustot sekä noin kerran kuussa lähetettävä sähköpostitiedote ja talviuimareiden sähköpostitiedotteet. Tapahtumista ilmoitettiin myös Maunulan ulkoilumajan ja Vaakkoin eräkämpän ilmoitustauluilla. Helsingin Latu näkyi vuoden 2014 aikana useissa medioissa. Tapahtumia saatiin hyvin markkinoitua Helsingin Sanomien ja Helsingin Uutisten Minne mennä –palstoilla. Lisäksi hyödynnettiin Suomen Ladun tapahtumakalenteria tapahtumamarkkinoinnissa.

12 Muu toiminta

Helsingin Ladun omien tapahtumien lisäksi Helsingin Latu oli mukana muun muassa seuraavissa yhteistyötahojen tapahtumissa: Hyvä terveys –sauvakävelytapahtuma, Maunula –päivä, Töölönlahden kuutamouinti, Keskuspuisto kutsuu –tapahtuma, Maunulan luontopolun avajaiset, Reumaliiton Nordic Walking Day ja Tahkon Taival Maunulasta Olympiastadionille.

13 Talous

Helsingin Ladun toiminnan rahoitus perustui jäsenmaksuihin, avustuksiin, majatoimintojen tuottoihin ja markkinointiyhteistyöstä saatuihin tuloihin. Avustuksia saatiin Helsingin kaupungilta, OK -opintokeskuksesta, Kunnossa Kaiken Ikää –ohjelmalta ja Opetus- ja kulttuuriministeriöltä. Koska yhdistyksen talous perustuu suurelta osin jäsenmaksuihin, on toimintaa saatu kehitettyä lisääntyneen jäsenmäärän myötä.

14 Hallinto

Helsingin Ladun visio 2015 ja strategia 2011 – 2015 valmistui keväällä 2011. Helsingin Ladun toiminnassa noudatettiin strategiassa luotua linjaa. Helsingin Ladun syys- ja kevätkokouksien välillä yhdistystoimintaa ja taloutta johti syyskokouksen valtuuttama johtokunta. Yhdistyksen johtokunnan muodostivat kahdeksi vuodeksi kerrallaan valitut puheenjohtaja ja kahdeksi vuodeksi valitut kahdeksan jäsentä, joista puolet on vuosittain erovuorossa. Helsingin Ladulla oli yksi päätoiminen työntekijä, toiminnanjohtaja. Toiminnanjohtajan toimenkuvaan kuuluivat yhdistyksen toiminnan johtaminen ja kehittäminen yhdessä johtokunnan kanssa, latulajien ja tapahtumien tuotteistaminen, osallistujamäärien kasvattaminen, yhteistyökumppaneiden hankkiminen sekä vapaaehtoistoiminnan organisoiminen.

Helsingin Ladun toiminnan tukiranka on vapaaehtoistoiminta. Uusia vapaaehtoistoimijoita saatiin toimintaan lisää ja vapaaehtoistoimijoiden koulutusta ja tukitoimia kehitettiin.



Muumipeikon talviriehassa lapset tervehtivät Muumia

15 Tilastot

Helsingin Latu ry

TILASTOT TOIMINNASTA 2014

Jäsenet ja vapaaehtoistoiminta

31.12.2014	Jäsenrekisterin jäsenmäärä	6736
31.12.2014	Maksaneiden jäsenten määrä	6176
	Vapaaehtoistojen määrä	80

Helsingin Ladun kokoukset

1.1. - 31.12.2014	Johtokunnankokoukset 8 kertaa	8
26.2.2014	Kevätkokous, jäseniä paikalla	19
26.11.2014	Syyskokous, jäseniä paikalla	22

Lentopallo

keväät ti	15 kertaa	214
keväät ke	14 kertaa	180
kesä ti	12 kertaa	192
kesä to	13 kertaa	155
syksy ti	15 kertaa	207
syksy ke	14 kertaa	175
(naiset 224, miehet 899)	Yhteensä liikuntasuorituksia	1123
Lentopalloporukassa 25 henkeä		

Keppijumppa

keväät 2014	19 kertaa, keskim. 18 jumppaajaa	342
kesä	9 kertaa, 25 jumppaajaa	225
syksy	17 kertaa, 20 jumppaajaa	340
(naiset 727, miehet 180)	Yhteensä liikuntasuorituksia	907
Keppijumppaporukassa 40 henkeä		

Päiväretket

5.1.2014	Kävelyretki Vaakkoilla	30
19.1.2014	Kävelyretki Vaakkoilla (Umpih:)	4
26.1.2014	Kävelyretki Mustavuori (lumik.)	7
2.2.2014	Lumikenkäretki Luukki	9
16.2.2014	Lumikenkäretki Pirttimäki	7
23.2.2014	Petikon hiihto	peruttu
1.3.2014	Kävelyretki Vaakkoi Suolikas	6
2.3.2014	Lumikenkäretki paloheinä	3
9.3.2014	Auvon päivän retki Vaakkoi	35
16.3.2014	Kuutamoinen hiihto Hakunila	15
24.4.2014	Reppuretki Vaakkoi	23
11.5.2014	Äitienpäivän kävelyretki	8
17.5.2014	Kävelyretki Siikaniemi Nuuksio	25
22.5.2014	Kävelyretki Ialuretki Vaakkoi	25
25.5.2014	Kävelyretki Vuosaaren huippu	15

4.6.2014	Kävelyretki Vanhankaupungin	17
7.6.2014	Pyöräretki Maunulan majalta	3
15.6.2014	Kävelyretki Vaakkoi-Solvalla-Vkoi	37
28.6.2014	Melontaretki Solvallasta	10
29.8.2014	Melontaretki Solvallasta	9
26.7.2014	Muumimajakkaretki	62
7.8.2014	Kulttuurikävely Kaivopuisto	14
9.8.2014	Hämeenlinnan päiväretki	18
17.8.2014	Kävelyretki Oittaa Nuuksio	16
23.8.2014	Runebegin pyöräily maakuntaretki	28
24.8.2014	Sieniretki- ja marjaretki Vaakkoi	11
7.9.2014	Pyöräretki Laajalahden ympäri	7
13.9.2014	Kävelyretki Saarijärven ympäri	30
20.9.2014	Pyöräretki Laaksosta	7
21.9.2014	Kävelyretki Munkkiniemi	14
24.9.2014	Sieniretki Vaakkoilla	10
11.10.2014	Kävelyretki Luukin 7 lampea	57
25.10.2014	Kävelyretki Solvallasta Urjaan	37
30.11.2014	Tontturetki kävely Vaakkoi	22
14.12.2014	Metsäkirkko Paloheinä	50
	Yhteensä liikuntasuorituksia	671

Retket yön yli / Vaellukset

25.1-1.2.2014	Murtomaahiihtomatka Alpeille	9
6.3. - 9.3.2014	Ahmanhiihtoretki Kolille	peruttu
5.4. - 11.4.2014	Hiihtovaellus Abisko - Nikkaluokta	13
6.4. - 13.4.2014	Kukat ja Yrtit teemamatka Kreetta	2
16.5. - 18.5.2014	Utön majakkaretki	59
7.6. - 8.6.2014	Barösundin retki	29
12. - 13.6.2014	Melontaretki Tammisaaresta	12
20.7. - 25.7.2014	Kesävellus Aittajärveltä UKK-puisto	16
16.8. - 17.8.2014	Retki Säpin ja Kallon majakoille	46
7.9. - 12.9.2014	Ruskavaellus UKK-puisto	11
20.9.-21.9.2014	Luostariretki Valamoon	29
4.10. - 5.10.2014	Retki Seitsemisen ja Helvetinjärvi	39
	Yhteensä liikuntasuorituksia	265

60 + toiminta (kulttuuria ja kävelylenkki)

12.2.2014	Suomen luontokeskus Haltia	33
9.4.2014	Haagan kotikaupunkipolku	19
11.6.2014	Tallinnan kulttuurikävely	8
13.8.2014	Pihlajasaari	8
30.8.2014	Espoon saaristoretki	18
2.10.2014	Kulttuurikävely Hietaniemeen	23
15.10.2014	Kaupunginorkesterin harjoitukset	17
10.12.2014	Sinebrychoffin taidemuseo	14

Yhteensä liikuntasuorituksia	140
-------------------------------------	------------

Lasten ja perheiden toiminta

5.2, 6.2, 12.2, 13.2 (4 kertaa)	Muumien hiihtokoulu	48
	13 lasta	
8.5., 15.5. ja 22.5.2014 (3 kertaa)	Oiva Oravan luontokoulu	
	7 lasta	21
19.8. - 23.9.2014 (6 kertaa)	Muumien retkeilykoulu 1	
koko perheen liikuntaa	13 lasta, 12 vanhempaa	108
20.10. - 24.11.2014 (6 kertaa)	Muumien retkeilykoulu 2	
koko perheen liikuntaa	11 lasta, 10 vanhempaa	90
	Yhteensä liikuntasuorituksia	267

Kyykkä

24.4., 8.5. ja 15.5. 2014	Yhteensä	26
---------------------------	-----------------	-----------

Lauluillat

kevätkausi	7 kertaa	315
syyskausi	8 kertaa	396
lauluretki		30
	Yhteensä laulusuorituksia	741

Järjestetyt tapahtumat

9.2.2014	Muumipeikon talvirieha	800
18.5.2014	Retkeilykauden avajaiset	30
29.5.2014	Koko suvun pihapelipäivä M Maja	100
	Yhteensä	

Vapepa -toiminta

27.2.2014	Vapepa-harjoitus Maunula	7
27.3.2014	Vapepa-harjoitus Vaakkoi	8
	Yhteensä liikuntasuorituksia	15

Painonhallintaryhmät

kevät 8 tapaamista	osallistujia 21	168
syksy seurantatapaamiset 3 kpl	osallistujia 7	21
	Yhteensä liikuntasuorituksia	189

Talviuinti uintikertoja

tammikuu naiset		806
tammikuu miehet		184
helmikuu naiset		680
helmikuu miehet		140

maaliskuu naiset		792
maaliskuu miehet		156
huhtikuu naiset		536
huhtikuu miehet		132
syyskuu naiset		355
syyskuu miehet		105
lokakuu naiset		664
lokakuu miehet		190
marraskuu naiset		696
marraskuu miehet		191
joulukuu naiset		758
joulukuu miehet		200
	Yhteensä liikuntasuorituksia	6585

Teemaillat		
30.1.2014	Talvivaellus ja talviretkeily	17
12.2.2014	Jokamiehen oikeudet	5
5.3.2014	Liikunnan vaikutukset terveyteen	14
19.3.2014	Maisemakuvaus, valokuvailta	6
26.3.2014	Santiagon reitillä: Via Tolosana	14
20.8.2014	Kulttuuria ja liikuntaa Runoilta	25
17.9.2014	Kreetan patikointi	5
15.10.2014	Retkikuvailta	27
5.11.2014	Majakkakuvaus	50
19.11.2014	Tunturikasvit	16
	Yhteensä osallistujia	179

Helsingin Ladun järjestämät avoimet koulutukset

6.5. - 25.5.2014	Retkeilijän peruskoulutus	14
7.5. - 29.5.2014	Suunnistuksen peruskoulutus	21
11.2.2014	Lumikenkäily tutuksi	5
23.2.2014	lumikenkäily tutuksi	5
29.4.2015	Frisbeegolf tutuksi	17
28.5.2014	Frisbeegolf tutuksi	6
	Yhteensä koulutettu, henkeä	169

Aktiivitoimijoiden koulutukset

25.1.2014	Lumikenkäilyn kouluttajakoulutus SL	1
26.1.2014	Muumien lumikenkäohjaaja SL	1
helmikuu, huhtikuu	Muumien hiihto ja lumikenkäohjaaja	3
	ESLU Seura-akatemia	4
	Yhteensä koulutettu	9

Tapahtumat, joissa Helsingin Latu mukana

15.5. Maunula-Päivä	Maunula-seuran kanssa	
6.6. Maunulan luontopolun avajaiset	Helsingin kaupungin kanssa	
9.9. Töölönlahden kuutamouinti	Helsingin kaupungin kanssa	
21.9. Keskuspuisto kutsuutapahtuma	Helsingin kaupungin kanssa	
27.9. Reumaliiton Nordic Walking Day	Reumalliton kanssa	

Sauvakävelyn tekniikkaohjaukset ikäihmisille ja kävelylenkki

10.2.2014	Kampin palvelukeskus	20
14.5.2014	Munkkiniemen palvelukeskus	12
11.6.2014	Kampin palvelukeskus, Pihlajasaari	6
30.9.2014	Meilahden palvelukeskus	9
18.10.2014	Syystien palvelukeskus	12
	Yhteensä liikuntasuorituksia	59