

TARTU ÜLIKOOLI VILJANDI KULTUURIAKADEEMIA
Kultuurikorraldus

Victoria Kangrumöldri

KEHA JA MEELE PÄEV VÕRUS
Loov-praktiline lõputöö

Juhendaja: Hannele Känd, MA
Kaasjuhendaja: Jorma sarv, MA, kultuurikorralduse õppekava programmijuht

Viljandi 2022

Resümee

Võru „Keha ja meele päev“

Käesolevas Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia kultuurikorralduse eriala loov-praktiline töö annab ülevaate teoreetilisest ja praktilisest osast. Lõputöö koosneb, lisaks praktilisele sündmusele, kirjalikust teoreetilisest ja analüüsivast osast, mis jagunevad kolmeks põhiliseks peatükiks: organisatsiooni analüüs, korraldustöö kirjeldus ja korraldaja isiklik refleksioon. Organisatsiooni analüüsis selgitatakse sündmusega seotud organisatsiooni tausta, struktuuri, visiooni ja missiooni. Korraldustöö kirjeldus annab ülevaate valdkondade kaupa sündmuse toimumiseks olulistest korraldustööga seonduvast. Refleksioon annab ülevaate autori enda tagasisidest ja vaatest korraldatud sündmusele. Lõputöö praktiline ja teoreetiline väljund on erialaõpingutel omandatu rakendamine, mille tulemusel toimusfüüsilist ja vaimset heaolu tugevdav „Keha ja meele päev“ Võru linnas.

Võtmesõnad: füüsiline heaolu, vaimne heaolu, spordisündmus, kultuurikorraldus

Abstract

Võru's Mind-Body Wellness Day

The present creative-practical work of the University of Tartu Viljandi Culture Academy gives an overview of the theoretical and practical parts. In addition to the practical event, the dissertation consists of a written theoretical and analytical part, which is divided into three main chapters: analysis of the organization, description of the organizational work, and personal reflection of the organizer. The organization analysis explains the background, structure, vision, and mission of the organization involved in the event. The description of the organizational work provides an overview of the organizational issues that are important for the event to take place. The reflection gives an overview of the author's feedback and view of the event. The practical and theoretical output of the dissertation is the application of what has been acquired during professional studies, as a result of which a “Mind-Body Wellness Day” strengthening physical and mental well-being took place in Võru.

Keywords: physical well-being, mental well-being, sporting event, cultural organization

Sisukord

Sissejuhatus	4
1. Organisatsiooni analüüs	5
1.1 Kehale Pai OÜ.....	5
1.2 Kehale Pai OÜ visioon ja missioon.....	6
2. Korraldustöö analüüs.....	6
2.1 Sündmus „Võru Keha ja meele päev“	6
2.2 Meeskond ja meeskonnatöö	8
2.3 Sündmuse turundustegevused	10
2.4 Sündmuse eelarve ja rahastus.....	12
2.5 Sündmuse sponsorlus ja toetused.....	13
2.6 Riskianalüüs	14
2.7 Sündmuse sotsiaalmajanduslik mõju	14
3. Refleksioon.....	16
Kokkuvõte	19
Kasutatud allikad.....	20
Lisa 1. Sündmuse kava.....	21
Lisa 2. Riskianalüüsi tabel	22
Lisa 3. Tegevusplaan.....	24
Lisa 4. Näited sotsiaalmeedia postitustest ja voogudest	25
Lisa 5. Sündmuse info plakat	26
Lisa 6. Sündmuse kulu ja tulu tabelid	27

Sissejuhatus

Käesolev loov-praktiline lõputöö annab ülevaate 9. aprillil 2022. aastal Võrus treeningstudios Fookus toimunud sündmusest „Keha ja meele päev“. Sündmusel toimusid vaheldumisi füüsiliste treeningutega ka loengud vaimsest tervisest ja toitumisest.

Treeningud, füüsiline aktiivsus, tants, toitumine, vaimne tervis on töö autorile alati olnud südamelähedased nii hobina kui ka tööna kogu elu. Seetõttu oli ilmne, et lõputöö tuleb siduda eelmainituga. Tänu varasemale kokkupuutele sarnaste spordi-, treening-loengu formaadis sündmustega oli soov korraldada midagi taolist ka loov-praktiliseks lõputööks.

Tänapäeval on aktuaalsed teemad füüsiline aktiivsus-tervis, samuti vaime heaolu, üldine tervis. Seega sobis sündmuse teemavalik ka päevakohaselt ja kuna soov oli haarata mõni väiksem kogukond suurlinna asemel, siis sai lõplikuks asukohaks Võru linn, mille kogukonnaga on töö autor ka ise lähedalt seotud ja ka varem koostööd teinuna, olid juba olemas mõned puutepunktid tutvuste ja kontaktide näol.

1. Organisatsiooni analüüs

1.1 Kehale Pai OÜ

Üldiselt on organisatsiooni määratletud ühendusena, korraldatusena, süsteemina, struktuurina, protsessina, funktsioonina, instrumendina. Sealhulgas iga eesmärgile orienteeritud institutsioon – asutus, ettevõtte, ametiühing on organisatsioon. (Siimon, 2004, lk 47)

Veel on organisatsiooni määratletud kui ühiste eesmärkidega kindlat inimrühma, mis on loodud ühiste eesmärkide täideviimiseks ja on terviklikult korraldatud ühendus. (Üksvärav, 2004, lk 15)

Sündmuse korraldamiseks kasutati juriidilise kehana osaühingut Kehale Pai. Tegemist on eraettevõttega, mille all tegeleb treeningstuudio Fookus. Osaühingu ainukese osaniku ja juhatuse liikme alluvuses töötavad treeningstuudios Fookuses veel kaks klienditeenindajat.

Osaühing on äriühing, mille osakapital on jagatud osadeks. Osaühing vastutab oma kohustuste täitmise eest kogu oma varaga. Osakapital peab olema vähemalt 2500 eurot. Osaühingut võib asutada üks või mitu füüsilist või juriidilist isikut. (Äriseadustik, 2022, § 135 – 137)

Kehale Pai OÜ loodi 2019. aastal Võru maakonnas. Osaühing tegeleb erinevate aeroobika- ja jõusaalide tegevusega ja millel on üks juhatuse liige. Osaühingu eesmärk oli tuua Võru maakonda kvaliteetne spordiklubi, kus on otstarbekohased ruumid treeningute läbiviimiseks, pakutakse erinevaid rühmatreeninguid täiskasvanutele ja lastele. Osaühing pakub veel ka jõusaali, squashi, sauna, personaaltreeningute ja sündmuse pidamise teenust.

Nagu eelnevalt mainitud, on osaühing äriühing, millel on oma struktuur, õigused ja kohustused. Osaühingu tegevust reguleerib äriseadustik. Osaühingul on juhatuse, mis on äriühingut esindav ja juhtiv juhtorgan, kus võib olla üks või mitu liiget. Osaühingu nõukogu on ette nähtav osaühingu põhikirjas, sel juhul peab juhatuse kinni nõukogu korraldustest. Osaühingu raamatupidamist korraldab juhatuse. Majandusaruanne esitatakse majandusaasta lõpus, see tuleb esitada ka siis kui majandustegevust ei toimu. (Loov Eesti, s.a)

Osaühing on üks levinumaid ja lihtsamaid ettevõtte vorme kuni keskmise suurusega ettevõtluse puhul.

1.2 Kehale Pai OÜ visioon ja missioon

Visioon sisaldab ettevõtte põhiideoloogiat, väärtuseid, põhieesmärke ja tulevikunägemust, mis sõnastatakse eesmärgina, värvika tulevikupildina. Missioon on visiooni osa, kuid tihti ka eraldiseisev. Missioonis avaldub ettevõtte põhieesmärk. Missiooniga fikseeritakse nägemus ettevõtte pikaajalisest arengust, eesmärkidest, strateegiatest. Mis omakorda vähendab juhtimise riske, samuti annab edasi põhieesmärgid töötajatele kui ka partneritele. (Vihalem, 2008, lk 25-26)

Ettevõtte omaniku poolt töö autorile jagatud informatsiooni põhjal on Kehale Pai OÜ visioon ja missioon sõnastatud järgnevalt:

Visiooniks on olla eelistatuim, parimat kvaliteeti ja treeningelamust pakkuv treeningstudio oma piirkonnas. Missiooniks on inspireerida, motiveerida ning toetada inimesi nende teekonnal aktiivsema ja tervislikuma elustiili poole ning seeläbi aidata neil saavutada oma elus vaimne ja füüsiline tasakaal.

Osaühingu poolt juhitud treeningstudio Fookus on oma tegevuse juures suurelt lähtunud oma visioonist ja missioonist. Studios on võimalik harrastada erinevat stiili gruppitreeninguid, valida on mitmete stiilide vahel ja nimekiri uueneb pidevalt erinevate uute huvitavate treeningutega. Treeningstudio on oma tegevusega toetanud inimeste füüsilist aktiivsust kogukonnas, korraldades treeningutega seotud erisündmusi, kaasates ka koostööpartnereid, näiteks nagu seda oli Võru keha ja meele päev.

2. Korraldustöö analüüs

2.1 Sündmus „Võru Keha ja meele päev“

Lääne kultuurides tundub üsna tavapärane, et ühiskonnas pannakse eelkõige rõhku füüsilisele heaolule ja tihti unustatakse vaimne heaolu. Vaimne ja füüsiline tervis on tegelikult tihedalt seotud. Kehv vaimne tervis võib negatiivselt mõjutada füüsilist tervist, kuid lisaks võib kehv vaimne tervis olla põhjuseks kardiovaskulaarsetele haigustele, tõsta kahjulike käitumiste riske ning suurendada depressiooni koosmõjul krooniliste haiguste riski, nagu näiteks diabeet,

astma, vähk, südame-veresoonkonna haigused, artriit (WebMD, 2021). Seega parim viis toetada oma üldist heaolu on regulaarsed treeningud, õige toitumine, piisav puhkeaeg ja uni.

Keha ja meelega päev sai loodud just sellele ideele tuginedes. Sündmuse eesmärk oli võimalikult inimeselähedaselt ja lihtsalt kaasata kohalik kogukond ja hubases keskkonnas arutleda just nende teemade ja probleemide üle. Sündmuse eesmärk oli mõjuda võimalikult neutraalsena ja mitte tunnustama mingit maailmavaadet ega elustiili. See oli sündmuse kava koostamisel üks oluline idee, et näiteks füüsilise tegevuse osades oleks võimalikult erineva stiiliga treeningud – ladina tantsust joogani. Kuna tegemist oli esimest korda treeningstuudios toimuva taolise sündmusega, siis oli korraldajatel soov teada, kuidas sündmus kogukonnas üldiselt vastu võetakse.

Keha ja meelega päeva kontseptsiooni idee tekkis korraldaja soovist lisada tavapärasele treeningpäevale lisaväärtust. Kuna füüsiline ja vaimne heaolu on omavahel tihedalt seotud siis idee nende kahe sidumisest ühte sündmusesse tundus sobivat. Kogu idee mõtles välja peakorraldaja ja käesoleva töö autor. Võru linnas oli sündmuse toimumisel suureks abiks ja kaasaaitajaks treeningstudio Fookus omanik, kelle teadmised kohalikust kogukonnast aitasid palju kaasa sündmuse toimumisele.

Võru keha ja meelega päev oli sündmus, kus oli võimalik lisaks füüsilisele treeningule teadmisi saada ka vaimset tervist puudutavatest teemadest. Hea vaimne ja füüsiline tervis tagab pikaajalise parema elukvaliteedi ja ennetab erinevate tervist kahjustavate seisundite teket. Sündmuse eesmärk oli pakkuda Võru linnas elavatele inimestele teadmisi, ideid ja võimalusi oma tervise heaolu parandamiseks.

Võru „Keha ja meelega päeval“ oli võimalus osaleda Võru treeningstuudios Fookus erinevatel rühmatreeningutel. Vaheldumisi treeningutega toimusid stuudios terve päeva jooksul vaimse tervise teemalised loengud. Teadmisi heaolust jagasid vaimse tervise teavituse- ja ennetustööga tegelev vaimse tervise õde ning toidulaua tasakaalu hindav toitumisoostaja. Spordi ja rühmatreeninguid viisid läbi litsentseeritud treenerid Võrust ja mujalt Eestist. Sündmuse täpsema programmi leiab lisas 1.

Võru „Keha ja meelega päeva“ eesmärk oli kogukonnas suurendada kehalise aktiivsuse lembust ja tõsta vaimse tervisega seonduvaid teadmisi. Sündmus toimus 9. aprillil, treeningstuudios Fookus, Võru linnas. Sündmusest on plaan kasvatada iga-aastane projekt, kasvatades programmi ja osalejate arvu. Sündmuse planeerimine ja korraldusprotsess algas jaanuaris 2022, Gantti tabel projekti tegevustest on lisas 3. Üsna pikalt tuli otsida organisatsiooni, kellega koostöös sündmus korraldada ja kes on huvitatud vastavast kontseptsioonist. Enne seda oli võimalikuks koostöö partneriks ka MTÜ Peaasjad, kuid

eelarvest tulenevate muudatuste tõttu ei olnud koostöö võimalik algselt plaanitud ulatuses võimalik koostööd jätkata ning seeläbi tuli otsida uusi võimalusi. Küll aga andis MTÜ Peaasjad meeskond algselt sündmuse ideele oma heakskiidu ja tunnustuse, samuti jagasid nad ka hiljem ideid ja pakkusid lahendusi. Veebruari lõpuks oli kindel koostöö treeningstudio Fookusega, mis oma ruumidesse taolist sündmust ootas. Idee looja ja peakorraldaja koostööpartneriks sai studio omanik, kes aitas kaasa jooksva info edastusega ja pööras tähelepanu kohalikele eripäradele sündmuse korraldamise juures studios.

Esmalt tuli üle vaadata sündmuse korraldamise tuluallikad ja võrrelda neid reaalselt selleks ajahetkeks olemasolevate võimalustega. Märtsiks oli selge, et oodatud eelarve sündmuse jaoks on oodatust väga palju väiksem, sest Eesti Kultuurkapitalilt ja Võru linna kultuuri-, spordi- ja noorsootöölaste sündmuste korralduse toetust ei saanud, seega sai otsustatud sündmusele lisada osalustasu. Seejuures tuli arvestada ruumide mahutavust. Kuna sündmusel oli tegemist füüsilise liikumisega tuli arvestada, et treeningusaali mahub samaaegselt trennima vaid teatud hulk (20) inimesi.

Järgnevas tuli kokku panna sündmuse lõplik kava. Kuna algselt mõeldud ja planeeritu tuli ümber kohandada eelarveliste piirangute tõttu, tuli leida lisaks treeneritele ka esinejad, kes peaksid loenguid vaimse tervise ja toitumise teemadel. Selleks leiti sobivad inimesed kohalikust kogukonnast. Sellega oli otsustatud sündmuse teemad ja treeningud ning kokku tuli panna kava (vt lisa 1). Kava kokkupanekul tuli arvestada inimeste suutlikkusega osaleda kogu päeva vältel sündmusel ja arvestada näiteks lõunapausi olemasoluga. Sündmuse kava sai koostatud vastavalt treeningute ja loengute intensiivsusele ja esinejate soovile vastavalt oma ajakasutusele.

2.2 Meeskond ja meeskonnatöö

Organisatsioon ise on suurelt juhi nägu, sest juhi hoiakud, hinnangud, oletused kajastuvad ettevõtte tegevuses. Samuti on see tajutav erinevate projektide ja sündmuste loomise juures. Teoorias on juhtimise juures oluline inimeste loomus, käitumine, inimestevahelised suhted (Üksvärav, 2004, lk 47). Keha ja meele päeva toimumiseks oli vajalik sarnaste ideede ja vaadetega inimeste algatus ja eestvedamine.

Eestvedamine on tegevuste ja käitumise kogum, kus üks inimene mõjutab teisi mingi eesmärgi saavutamisele vabatahtlikult kaasa töötama. /.../ Eestvedamine on alati seotud kindla inimesega, kes suudab teiste mõttekäike ja käitumist mõjutada, neid kaasa tõmmata ja ennast järgima panna, et alkatatu /.../ lõpuni viia. (Üksvärav, 2004, lk 306)

Seetõttu formuleerus sündmuse korraldusmeeskond väga orgaaniliselt ja ideede-vaadete sobivuse tõttu oli koostöö kerge ja sujuv.

Korraldusmeeskonna taust on suurelt seotud tantsu, fitnessi ja erinevate treeningutega. Peakorraldaja - projektijuht on Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia kultuurikorralduse õppekava tudeng ja alates 2009. aastast tegelenud tantsuliste fitnessstreeningutega, läbinud mitmeid koolitusi samal alal ja omab litsentsi vastavate treeningute läbi viimiseks. Aastal 2016 läbis Eesti Kultuurismi ja Fitnessi Liidu kultuurismi ja fitnessstreeneri koolituse ja on varasemalt olnud kaasategev ja ka kaaskorraldaja erinevatel treeningpäevadel ja -sündmustel Portugalis ja Eestis.

Koostööpartner - meeskonnaliige on Tartu ülikooli hardusteaduste magistriga rühmatreeningute treener, tantsu koreograaf ja on olnud tantsu ja spordiga lähedalt seotud kogu elu. Tema eesmärgiks on tuua inimesteni uusi huvitavaid ja lõbusaid treeninguid ja viise inimesi liigutama panna. Ta on ennast täiendanud erinevate treeningstiilide õppimisega Eestis ja välismaal ja on läbinud Eesti Võimlemisliidu rühmatreenerite baaskoolituse. Eelnevale lisaks on tal kirk sündmuskorralduse vastu, näiteks on ta ka peakorraldaja ainukesel omataolisel sündmusesarjal, milleks on „Tamula Rannazumba“, mis on järjepidevalt toimunud tänaseks juba seitse aastat.

Sarnaste vaadete kokkusobivuse tõttu sai alguse idee korraldada „Keha ja meele päev“ Võrus treeningstuudios Fookus. Koostöö sündmuse korraldamisel ja planeerimisel sujus ning tööjaotus oli kerge. Kõik peakorraldaja ideed said läbi mõeldud ja vastavalt võimalustele ka teostatud. Kuna treeningstuudio Fookus on Võrus ainuke omataoline spordiasutus, siis erinevad uuenduslikud treeningud ja ideed tulevad just sealt. Eelpool mainitu, soosib erinevaid uuenduslikke ja huvitavaid ideid, mis on seotud tervislike eluviisidega ja see ajendas ka ideed, et taoline sündmus oleks sobiv toimuma Fookuses.

Teoorias ei pea projektijuhil olema erialaseid tippspetsialisti teadmisi, kuid oluline on omada valdkonnast head ülevaadet. Keeruline on määratleda juhi erialaseid oskusi, erinevaid tegevusvaldkondasid puudutavate projektide puhul, näiteks nagu uue toote väljatöötamine ja turule viimine. (Perens, 2019, lk 197-198)

Võru keha ja meele päeva puhul oli tegu projektiga, millel ei olnud varem olemas sisse töötatud vormi ega ideed vastavas organisatsioonis, mistõttu tuli see välja mõelda algusest peale.

Praktikas tegeles projektijuht kõigega, andes meeskonnakaaslastele ülesandeid millega ta ise ei oleks saanud tegeleda - näiteks oli teisel meeskonnakaaslasel logistiliselt kergem tegeleda mõningate sponsorlusjuhi ja turundusjuhi ülesannetega. Üldiselt oli

kommunikatsioon tihe ning igasuguse valiku ja otsuse tegi lõpuks projektijuht. Kõik materjalid, kirjutised, ideed arutati ja vaadati üle vahetult enne kasutamist.

Ideeliselt oli meeskond hierarhiliselt jaotatud, kus:

- Projektijuhi roll oli erinevate taotluste kirjutamine ja aruandlus, samuti eelarvete koostamine ja täitmine, koostööpartneritega suhtlemine ja üldine meeskonnatöö juhtimine ja tegevuse koordineerimine.
- Turundusjuhi roll oli turundusega seotud tegemised, sotsiaalmeedia haldamine, postituste loomine ja avaldamine.
- Kommunikatsioonijuhi roll oli sündmusel esinejatega suhtlemine ja nende vajaduste kaardistamine, ajagraafikute loomine ja sündmuse üldine logistika.
- Sponsorlusjuhi ülesanneteks oli sponsorite leidmine ja suhtlemine, sponsortoodete ja kinkekottide transportimine ning komplekteerimine külaliste ja esinejate jaoks.

Praktikas oli meeskonnas kaks liiget. Projektijuht, kelle hallata oli eelpool välja toodud projektijuhi, turundusjuhi, kommunikatsioonijuhi ja sponsorlusjuhi ülesanded, lisaks muud sündmusega seotud tegevuste koordineerimine. Ning koostööpartnerist meeskonna liige, kelle hallata oli Võrus kohapeal turunduse ja sponsorlusega seonduvad ülesanded. Ülesanded jaotusid enamasti arvestades logistilisi võimalusi (sponsortoodete transport) ja ligipääsetavust erinevatele kanalitele (studio Fookus sotsiaalmeedia kanalitesse postitamine).

2.3 Sündmuse turundustegevused

Turundust peetakse äritegevuseks, mis suunab teenused pakkujalt tarbijani (Vihalem, 2008, lk 8). Sündmuse sihtgrupp oli Võru piirkonna liikumisharjumusega inimesed vanuses 25+ . Sündmuse eesmärk oli turunduslikult mõjuda oma teemavalikute poolest neutraalselt ja kutsuvalt, kuid samas ilma erinevaid elustiile või maailmavaateid agressiivselt peale surumata. Kuna olime valmis selleks, et treeningpäevale tuleb ka inimesi, kes ei ole tingimata varem kavas olevates treenides osalenud, oli oluline mõjuda ka nendele atraktiivselt ja sõbralikult. Selleks sai plakatite kujundamisel valitud toonid, mis on küll silmapaistvad, kuid mitte väga agressiivselt mõjuvad (vt lisa 4). Teatavasti on erinevatel värvidel, kujunditel erinev võime inimeses esile kutsuda teatud emotsioone ja reaktsioone (Bachmann, 2009, lk 97). Plakati tagasiside oli väga positiivne ning kutsus inimesi julgelt trennima nii Võrust kui kaugemalt. Sündmuse päeval oli samuti oluline puudutada inimeste jaoks olulisi ja ka valusaid hetketeemasid - ülekaalulisus ja sellest tulenevate krooniliste haiguste tõus Eesti

elanike hulgas (Rudi, 2021) ning eriti viimastel aastatel esile tulnud ja laialdast tähelepanu saanud inimeste vaimne tervis (Eesti Haigekassa, 2021).

Sündmuse turundamisel kasutati põhiliselt sotsiaalmeediat, suuremal määral *Facebook*'i ja ka *Instagram*'i. Lisaks pandi plakatid Võrus olevatele avalikele kuulutuste kandjatele. Kuna sündmus toimus suuresti tänu kohalike ettevõtjate toetustele – tooted, trennid, loengud, sündmuse toimumispaik, siis oli oluline sündmuse teavituses panna rõhku just toetajatele ja nende panusele. Seega sai märtsi kuust kuni sündmuseni - ja peale seda järelkajana - tutvustatud sündmuse postitustes just toetajate panust sündmusesse ja nende teenuseid ja tooteid. Jooksvalt läbi paari nädala postitati lühitutvustusi ja tehti postitusi sündmuse toetajatest, esinejatest ja treeneritest (Facebook, 2022).

Kuna tegemist on üsna väikese kogukonnaga ja sündmuse mahutavus oli piiratud, ei soovinud korraldusmeeskond kasutada suuremaid turundusmeetmeid kui postitused ja jagamised toimumispaiga treeningstuudio Fookus kodulehel sotsiaalmeedias, mõned kaasategevad lehed, erinevad kogukonnaga seotud grupid sotsiaalmeedias ja voogudes (vt lisa 4). Põhiliselt sai sündmuse infot jagatud jooksvalt kaks nädalat enne sündmust ja teavitatud platvormidel nagu:

- Facebook – *Treeningstuudio Fookus* (~1800 jälgijat); koostöös lehtedega *Treener Kristiina Rauba* (~1000 jälgijat); *Zumba Fitness Estonia* (~700 jälgijat); *Kaisa treeningud* (~2200 jälgijat)
- Instagram – *Zumba Fitness Estonia* (~640 jälgijat)
- www.kultuurikava.ee
- Facebooki grupid – *Minu Fookus* (~390 liiget); *Tervist edendav Võru vald* (~605 liiget); *Võrukad!* (~20 000 liiget); *Võrus ja Võrumaal* (~7000 liiget); *Naised trenni* (~16 000 liiget)
- Plakatid avalikel kuulutuste stendidel Võrus (~12 000 elanikku Võru linnas) (ELVL, 2022).
- Plakatid treeningstuudios Fookus Võrus

Meeskonna eesmärk oli mitte ainult sündmust müüa juba olemasolevale kliendile, vaid leida ja juurde tuua uusi inimesi, kes ei olnud stuudiot varem külastanud. Stuudio omaniku tagasisidena hakkasid osa osalejatest hiljem treeningstuudio kliendiks ja tulid meelepärasesse trenni. Lisaks tuli uusi kliente nende inimeste hulgast, kes pidid oma sündmusel osalemise tühistama COVID-19 nakatumise tõttu.

Tarbijat köidab eelkõige uute ja huvitavate lahendus-pakettide ja võimaluste tarbimine, kus ühes tootes on koos mitu erinevat lahendust (Kolb, 2005, kl 4). Võru keha ja meele päev pakkus lisaks treeningute tutvustamisele, toitumisenõuannetele ja vaimse tervise loengutele ka näiteid toidust, mida oma igapäevaelus toidulaua rakendada.

Peale sündmust paluti inimestel anda tagasisidet kas suuliselt või kirjalikult sotsiaalmeedia postituse alla, andmaks meile informatsiooni, kuidas sündmusega rahule jääd ning mida tulevikus võiks teisiti teha. Turunduse eesmärgiks ei peaks olema panna inimesi tegema midagi, mida nad ise ei soovi, vaid oluline on pakkuja ja tarbija mõlemapoolne rahulolu ja vajaduste rahuldamine (Kolb, 2005, lk 54). Sündmusel osaleja tagasiside sündmusele sotsiaalmeedia postituse all (nimed eemaldatud):

Väga hinge paitav üritus oli! Kui ma hommikul kahtlesin, et terve päev kulub, siis õhtul koju jõudsin energilisema ja tervemana kui minnes. Toitumise teema oli tuttav, aga vaimsest tervisest oleks veelgi kuulanud. Väga mõnus *vibe* ja energia! Soovin ka edaspidi osaleda, sest üritus oli hinge ja südamega loodud ning seda oli tunda.

Algselt oli kirjas 15 osalejat ja kohale jõudis 12. Üldine tagasiside sündmusele oli positiivne ja inimesed tundsid huvi tulevikus millegi sarnase vastu.

2.4 Sündmuse eelarve ja rahastus

Sündmuse esialgne eelarve oli koostatud väga entusiastlikult – algselt 2150 eurot, mis aga märtsiks selgus, et tegelikult tuleb sündmus korraldada palju väiksema eelarvega, sest sündmus fondidest toetust ei saanud.

Põhiline sündmuse tulu oli piletitulu, sponsorid toodete ja teenuste näol (vt lisa 6). Piletitulu suurust oli keeruline prognoosida, sest tegemist oli treeningstuudios esmakordselt taolise kontseptsiooniga toimuva sündmusega. Samuti oli riigis endiselt viiruselevik, kuigi piirangud enam ei olnud ning et laupäev on inimeste jaoks enamasti puhkepäev, võis ka see inimeste motivatsiooni treeningpäevale tulekuks vähendada. Seega tuli leida rahastus, sponsorid ja muud toetajad, kes soovisid sarnasesse ettevõtmisse panustada.

Suurimaks toeks sündmuse toimumisel olid kohalikud inimesed, kes olid nõus oma teadmisi jagama ja tegema seda tegelikult täiesti tasuta, soovist panustada sündmuse toimumisse ja jagada oma teadmisi taolisel sündmusel. Sündmuse loenguosadeks olid tunniajased loengu osad jaotatud treeningute vahele ja need osad täitsid ära toitumisenõustaja ning vaimse tervise õde ja nõustaja. Treeningute osa katsid neli treenerit Võrust ja mujalt Eestist. Tervisliku, maitstva ja inspireeriva lõunapausi eest kandis koostöö raames hoolt Vana-

Võromaa vegan, kellega sai kokkuleppe raames ja tuleviku koostööde ootuses soodsama hinnaga toitlustuse.

2.5 Sündmuse sponsorlus ja toetused

Iga osaleja sai endaga kaasa ka rikkaliku kingikoti Tere Piima Helluse toodetega, Ferla Vitality jookidega, samuti panustas toetajana Kalveti Mesi treenerite ja esinejate kingikotti. Peale suurtootja ja toetaja Tere Piima olid kõik teised toetajad kohalikud väikeettevõtted.

Tere kokkulepe oli sotsiaalmeedia postitused koos *hashtag* 'ide ja lehtede jagamisega. Ferla Vitality esindaja rääkis kohapeal, jagas materjale ning sai tooted müügile jätta treeningstuudiosse Fookus. Kalveti mesi soovis sotsiaalmeediapostitusi. Treeningstuudio Fookus soovis logo jagamist, potentsiaalseid uusi kliente. Samuti said oma teenuseid tutvustada ja reklaamida kõik esinejad. Kõigi toetajate logod olid plakatil. Kõikide sotsiaalmeedia postituste juures kasutati ka fotosid toodetest ja esinejatest (vt lisa 4). Samuti said esinejad ise osaleda sündmuse treeningutes ja teiste loengutes.

Sündmuse toetajateks ei olnud ainult eelpool mainitud ettevõtted oma toodetega, vaid samuti esinejad ja treenerid, tänu kelle teenustele ja toetusele sündmus toimuma sai. Kogu sündmuse toetajate nimekiri on järgnev:

- Treeningstuudio Fookus
- Treener K. R.
- Treener A. M.
- Treener K. E.
- Treener L. K.
- Toitumishõustaja E. K.
- Vaimse tervise õde K. P.
- Toit Vana-Võromaa Vegan
- Ferla Vitality
- Tere Piim
- Kalveti MESI
- Adexpert OÜ

Adexpert OÜ toetas sündmust plakatite prindiga. Nende toetus selgus peale sündmuse toimumist.

2.6 Riskianalüüs

„Projektijuhtimises loetakse suurteks riskideks neid riske, mis põhjustavad tõsiseid häireid ajagraafikus, tõstavad oluliselt projekti maksumust või tekitavad raskusi planeeritud eesmärgi saavutamisel“ (Parens, 2019, lk 157).

Seega sai kaardistatud sündmust vaid kõige enam mõjutavad tegurid näiteks treenerite ja lektorite haigestumine või muul põhjusel mittesuutlikkus osaleda. Ühiskonnast ja valitsusest sõltuvad etteootamatud piirangud, mis on viimastel aastatel tavapärased, näiteks COVID-19 piirangud sündmuse toimumise ajal ei olnud. Riskianalüüsi leiab lisast 2.

„Riskianalüüs on protsess, mis hõlmab piirväärtuste ja piirnormide määramist, ohtude väljaselgitamist ja riski suuruse hindamist. Riski suurust hinnatakse tagajärje raskuse ja kahju tekkimise tõenäosuse suhtes“ (Peil 2012, lk 11).

Kuna tegemist oli oma mahult väiksema sündmusega ja puudusid liialt suured investeeringud, suured rahva massid, logistika oli hajutatud otstarbekalt ja jooksvalt ning erinevate kulude kahjud olid viidud minimaalseks, siis ei olnud ka riskid sündmuse korraldamisel liiga suured.

2.7 Sündmuse sotsiaalmajanduslik mõju

Kultuuri- ja spordisündmuste majanduslikku mõju on uuritud Eesti konjunktuuriinstituudi poolt:

Kultuuri- ja spordiürituste majanduslik mõju regioonile on oluliselt suurem kui esmapilgul osatakse hinnata. Mujal maailmas teostatud uuringud on näidanud, et esmasele mõjule järgneb veel hulk järelmõjusid, mis jäävad kestma peale ürituse toimumist. /.../ Kultuuri- ja spordisündmuste regionaalse majandusliku mõju väljaselgitamisel leiti nii ürituste külastajate kulutustest tulenev otsene mõju piirkonna ettevõtetele kui ka kogu majanduslik mõju regioonile. /.../ Ainuüksi majanduslike mõjude hindamine ei ole piisav otsustamiseks piirkondlike mõjude edukuse, vajalikkuse ja olulisuse üle. (Josing *et al.*, 2012, lk 3; 14)

Nii Kehale Pai OÜ kui Võru keha ja meele päeva eesmärk oli korraldada spordi-, tantsu- ja tervise sündmust, edendades seeläbi kohalike elanike tervist ja tutvustades inimestele erinevaid treeninguid, jagada füüsilise ja vaimse tervise näpunäiteid erinevate sündmuste korraldamise näol.

Võru linna arengukavas 2017 - 2035 on välja toodud elanike lahkumine piirkonnast ja elanikkonna vananemine (2017, lk 5).

Elanikkond vananeb kiiresti ja see on mõjutatud ka elanike elustiilist. Inimese elustiil, elukvaliteet teatud vanuses ja mis tasemel on elanikkonna tervis, samuti teadlikkus on heaolulise tähtsusega üldisele ühiskonnale riigis. Kehva elukvaliteediga pikka iga samastatakse pigem kehva elukvaliteediga ja seetõttu on olulised teadmised ja oskused kuidas elanike üldist elukvaliteeti paremaks muuta tervena elatud aastate näol. Mida tervem on inimene vanemas eas, seda kvaliteetsemad on tema elatud aastad ja seda väärtuslikumana ta end ühiskonnas tunneb. Kehv elustiil mõjutab palju tervena elatud aastaid vanemas eas.

Inimene peaks olema füüsiliselt aktiivne ja teadlikult arendama ennast ka vaimselt olenemata vanusest. Taolised sündmused nagu „Keha ja meele päev“ Võrus on ideeliselt igale inimesele – seda enam, et paljud treeningstiilid on kohandatud just erinevale vanusele ja intensiivsusele. Kaasa saavad teha kõik just endale sobivad tempos, tõstes seeläbi oma füüsilist aktiivsust ja parandades üldist meeleolu. Lühiloengutes osalemisega on võimalik saada igapäevaelus lihtsasti rakendatavaid toitumist ja vaimset tervist toetavaid teadmisi.

Võru linna arengukavas (2017, lk 6) on välja toodud, et „linnas toimub palju heal tasemel kultuuri- ja spordisündmusi“. Veel on arengukava eesmärkides (2017, lk 11) välja toodud, et sport on suurelt kultuuri osa. Eesmärgiks on, et „Võrus oleks aktiivne, mitmekülgne ja heal tasemel kultuurielu“ ja, et „sportida oleks hea nii väljas kui sees“. Võru keha ja meele päev pakkus sportimise võimalust koos teadmiste omandamisega teistel tervisega teatud valdkondades. Sündmuse korralduse koostööpartneriteks olnud kohalikud väiksemaid ettevõtjaid ja ettevõtteid said sündmuse kaudu oma teenustele ja toodetele tuntust ja mainekas, mistõttu panustas keha ja meele päev kohaliku ettevõtluse arengusse, nagu on välja toodud ka linna arengukava eesmärkides (2017, lk 10).

Võru keha ja meele päeva eesmärgid ühtivad koostööprogrammi tegevuskavas (2017, lk 17), kus seisab: „valdkondade vahelise (sotsiaal-, tervishoid-, haridus-, kultuur- ja ettevõtlus) koostöö tõhustamine teenuste paremaks osutamiseks“. Eesmärk oli teha sündmuse korraldamisel ja planeerimisel tihedamat koostööd kohalike ettevõtjate vahel ja toetada kogukonnas koostööd stimuleerivaid sündmusi.

Võru valla arengukavas on välja toodud (2017, lk 9) visioon: „Tervislik vaba aeg“, kus soovitakse Võru valda mitmekesisel spordi- ja rekreatsiooni võimalusi kõigile ea- ja huvigruppidele, et Võru vallas tegeletakse tulemuslikult terviseedenduse ja -teadlikkusega ja Võru inimesed on terved. Treeningstuudios Fookus toimunud keha ja meele päev just seda pakkus.

Võru keha ja meele päev sobis samade eesmärkidega Võru linna ja valla visioonide ja eesmärkidega. Soov suurendada kogukonna ja väikeettevõtjate koostööd, tõsta inimeste teadlikkust tervisest ning rõhutada elustiili kvaliteedi olulistust, mis aitab vähendada vananeva elanikkonna nii füüsilist kui ka vaimset tervisest tulenevaid valupunkte.

3. Refleksioon

Võru keha ja meele päeva korraldamine andis mulle teadmisi, energiat ja väga hea kogemuse korraldustöö valdkonnas. Sündmuse algne idee sündis tänu eelnevale töökogemusele - olin mitu aastat varem töötanud treenerina ja pidevalt seotud spordiklubide ja füüsilise tervisega, mistõttu oli loomulik idee siduda see oma lõputööga.

Algne idee oli korraldada treeningpäev, kuid kuna eriti viimastel aastatel on üsna enam päevakorras ka vaimne tervis, tundus hea ideena siduda see füüsilise heaoluga. Kuna idee ise sai alguse n.ö nullist oli oluline leida koostööpartner, kes hindab sarnaseid ideid ja algatusi. Sündmuse ja idee õnnestumisel ja üldse toimumise juures on oluline samaselt mõtleivate ja samade eesmärkidega inimesed. Seejärel jõudsingi lõpuks treeningstudio Fookuse omanikuni, kellele oma ideest rääkides sain nõusoleku korraldada see nende ettevõtte koosseisus.

Meeskond koosnes kahest liikmest ning minu ülesandeks oli üldiselt sündmuse korraldamisega seotud ülesannetega, turundustegevusi viisin läbi nii mina kui ka meeskonnaliige, sest suur osa teavitustööst toimus siiski treeningstudio ametlikest kanalitest ja mitte kõigile neile ei olnud minul ligipääsu, kuid postituste sisus ja ajakavas oli mul õigus kaasa rääkida. Minu ülesandeks sai programmi ja eelarve koostamine ja vajalike inimeste leidmine sündmusele, mis tähendas seda, et tuli otsida võimalikult säästlikke võimalusi, sest eelarves ei olnud piisavalt võimalusi maksta algselt plaanitud teenuste eest. Seega tuli välja mõelda midagi muud. Minu varasematest kogemustest oli kasu suurel määral just kommunikatsiooni tasandil. Küsisin erinevate inimeste kontakte kohalikus kogukonnas, kes oleksid suutelised ja sooviksid taolisel sündmusel esineda ja oma teadmisi jagada. Minu jaoks on alati oluline olnud hea suhtlusoskus ja head kontaktid. Üsna lühikese ajaga leidsingi sobivad inimesed sündmuse loengute tarvis.

Sel hetkel kui leppisime treeningstudioga kokku koostöö, hakkas kogu korraldustöö liikuma väga ladusalt. Usaldasini oma koostööpartnerit nende soovitude osas, sest kohalikuna oli neil väga hea ülevaade ja teadlikkus kuidas ja mida kohalikud inimesed vajavad ja mis

neile meeldib. Kuna kogu sündmuse planeerimine võttis algselt rohkem aega just koha leidmisega, siis jäi lõplikuks korraldamiseks natuke vähem aega. Tegemist ei olnud väga mastaapse sündmusega, mistõttu lõppkokkuvõttes oli see aeg täiesti piisav. Koostööpartnerite ja toetajatega läbirääkimine läks ladusalt.

Kuna olen varem taoliste sündmuste korraldamise juures olnud, kuid seda teises riigis, siis olid mõned detailid teistsugused ja kohati ka harjumatud. Kohati oli keeruline inimestega kontakti saada ja suusõnalise suhtluse asemel eelistati erinevaid *chat* 'e või e-maile kui minu arvates oleks saanud paljud kokkulepped läbi rääkida ja hiljem kirjalikult kinnitada. Sellele kulus mõnikord rohkem aega kui oleks pidanud.

Tunnen, et head administratiivsed, juhtimis-arvestuslikud, majanduslikud teadmised ja oskused on vajalikud sündmuskorralduses. Oluline on osata täita ja koostada erinevaid dokumente ja avaldusi. Erinevate taotluste täitmisel pöördusin tihti inimeste poole, kes olid seda varem teinud või oskasid vastaval teemal nõu anda. Kahjuks ei õnnestunud antud sündmusele ühtegi suuremat rahasummat toetuseks saada. Hiljem jõudsimme koostööpartneriga järeldusele, et oleks võinud need avaldused algusest peale teha MTÜ alt, kuid sel hetkel oli vaja leida uus lahendus.

Enda tugevateks külgedeks nii antud projektis kui ka üldiselt pean seda, et töötan efektiivselt meeskonnas ja ka iseseisvalt. Suudan raskusteta omaks võtta teiste inimeste arvamust ja kogemust, sobitades seda enda omaga. Talun ja võtan hästi vastu põhjendatud kriitikat ja üritan näha enda tegevust teiste vaatenurgast. Inimestega suheldes lähenen neile, arvestades just selle inimese omapära, vastavalt mulle olemas oleva info põhjal.

Kuna minu isiklikuks nõrgaks küljeks on kirjutamine üldiselt ja erisuguste tekstide välja mõtlemine on alati olnud väljakutsuv, siis kindlasti saan ma end arendada erinevate sponsorluskirjade ja turundusega seonduval. Mul on väga kindel idee, kuidas midagi peaks toimima ja toimuma, kuid tihti ei jagu teadmisi selle ellu viimiseks ja aru saamiseks, mis selle jaoks vaja läheb. Siinkohal on oluline omada meeskonda, kellel on väga head oskused ja teadmised aladel, millest mul endal vajaka on. Siinjuures oli suuresti abiks just teoreetiline õpitu Viljandi Kultuuriakadeemias ja mitmel korral sai ikka taas varasemaid loengumaterjale üle vaadatud. Olen koolist saadud kogemuste põhjal enda kohta veel õppinud seda, et minu võimekus tuleb paremini esile kui töötan ühe idee ja projektiga korraga, mitte ei ürita teha kõike korraga. Ja tegelikult ei ole me ka võimelised mitut asja korraga tegema, samuti suurendab rööprähklemine vigade ja eksimise tekkimise võimalust, muudab meid vähem tootlikuks ja aeglasemaks (APA, 2006). Ma töötan kõige efektiivsemalt, kui saan minna sügavuti keskendudes, vaid ühele probleemile ja leides sellele lõpliku lahenduse. Seega olen

tihti jõudnud ka järeldusele, kas suursündmuste või ka üldiselt sündmuste korraldamine oleks minu esimene karjäärivalik. Kuid sündmuskorralduse juures on palju erinevaid teisi elemente, mis mulle huvi pakuvad ja minu teadmistega sobinduvad.

Olen tähele pannud, et minu ideed on tihti positiivselt toetatud ja ma olen suuteline leidma inimesi enda ümber, kes suudavad, oskavad ja omavad teadmisi vajaminevates valdkondades. Seeläbi tunnen, et saan ise keskenduda vaid sellele, milles ma oma teadmiste ja oskustega saan projektile väärtust luua ja seda ka seejuures nautida valides ja luues tulevikus just endale meelepärast.

Võru keha ja meele päev läks edukalt, seda nii külastajate kui ka korraldustiimi ja läbiviijate tagasisidet arvestades. See pani aluse mõttele korraldada sellise kontseptsiooniga treeningpäevi veel. Ei ole oluline, kui suur või väike on sündmus, oluline on see, mida see külastajatele annab ja see päev andis rõõmu, teadmisi ja energiat veel mitmeks päevaks peale sündmust.

Kokkuvõte

Käesolev Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia kultuurikorralduse eriala loov-praktilise lõputöö kirjalik osa andis ülevaate sündmusest „Võru keha ja meele päev“, mis toimus 9. aprillil 2022 Võrus, treeningstuudios Fookus. Töös analüüsiti sündmuse korraldamisega seotud organisatsiooni ja korralduslikku poolt nagu meeskonda, turundustegevust, eelarvet ja sponsorlust ja sotsiaalmajanduslikku mõju. Viimane peatükk on korraldaja refleksioon sündmuse korraldusele isiklikust vaatenurgast ja vaade enese korraldustöö tugevustele ja nõrkustele.

Sündmuse korraldaja roll andis võimaluse rakendada kultuurikorralduse erialal õpitut, parendada varasemalt kogetud oskusi ja neid kinnitada, samuti mõista puudusi ja arenemisruumi vajavaid valdkondi.

Tagasiside osalejatelt, esinejatelt ja kaaskorraldajalt oli positiivne. Hoolimata sündmuse tagasihoidlikkusest, oodati kogukonda sarnast sündmust uuesti. Loodetavasti juba pisut suurema eelarve, esinejaskonnaga ja osavõtjate hulgaga.

Kasutatud allikad

- APA. (2006). Multitasking: Switching costs. *American Psychological Association*.
[Multitasking: Switching costs \(apa.org\)](#)
- Bachmann, T. (2009). *Reklaamipsühholoogia*. Kirjastus Ilo.
- Eesti Haigekassa. (08.06.2021). Vaimne tervis luubi all. *Ravikindlustuse blogi*. [Vaimne tervis luubi all | Haigekassa](#)
- ELVL. (2022). Eesti Linnade ja Valdade Liit. *Elanike demograafiline jaotus KOV-ide kaupa*.
[Elanike arv - Eesti Linnade ja Valdade Liit \(elvl.ee\)](#)
- Facebook. (2022). Treeningstudio Fookus. *Keha ja meele päev*. [\(4\) Keha ja meele päev | Facebook](#)
- Josing, M., Vahi, T., Lepane, L., Pulver, B., Reiman, M., Orro, E., Niklus, I., Randrüt, S. & Jõekalda, P. (2012). *Eestis toimuvate kultuuri- ja spordisündmuste regionaalse majandusliku mõju hinamine ning analüüs*. Eesti Konjunktuuriinstituut.
 Kultuuriministeerium. [Kultuuri- ja spordisündmuste majanduslik mõju \(ki.ee\)](#)
- Kolb, B. M. (2005). *Kultuuriturundus*. AS Atlex.
- Loov Eesti. (s.a.). *Osaühing (OÜ)*. [Osaühing \(OÜ\) - Loov Eesti](#)
- Perens, A. (2019). *Praktiline projektijuhtimine*. OÜ HBP Koolitus.
- Peil, M. (2012). *Riskianalüüsi käsiraamat*. Ten-Team OÜ.
- Rudi, H. (26.01.2021). Eestis levib ülekaalulisuse epideemia. *ERR*. [Eestis levib ülekaalulisuse epideemia | Eesti | ERR](#)
- Siimon, A. (2004). *Organisatsiooniõpetus*. Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Vihalem, A. (2008). *Turunduse alused*. Külim.
- Võru linna arengukava 2017 – 2035. (2017). Võru Linnavolikogu 20.09.2017 määruse nr 14.
[Riigiteataja. Lisa_1.pdf \(riigiteataja.ee\)](#)
- Võru valla arengukava 2020 – 2030. (2017). Võru Vallavalitsus. *Arengukavad ja eelarvestrateegiad*. [2bf6d220-9fbe-4341-95d5-273a2ca811eb \(voruvald.ee\)](#)
- WebMD Editorial Contributors. (2021). How Does Mental Health Affect Physical Health.
 WebMD. [Mental Health: How it Affects Your Physical Health \(webmd.com\)](#)
- Äriseadustik. (2022). RT I, 12.03.2022, 12. [Äriseadustik–Riigi Teataja](#)
- Üksvärv, R. (2004). *Organisatsioon ja juhtimine*. TTÜ Kirjastus.

Lisa 1. Sündmuse kava

Keha ja meele päev

AJAKAVA

- 12.00 Sissejuhatus, kehalise aktiivsuse olulisus & hingamistehnikad *treener Kristiina Rauba*
12.15 POUND treening *treener Kristiina Rauba*
12.50 Toitumine ja vaimne tervis *toitumisinõustaja Egle Kõva*
14.00 Kickbox treening *treener Anneli Musto*
14.30 Lõunapaus *Vana-Võromaa vegan*
15.00 Vaimse tervise ABC *vaimse tervise õde Kätlin Pilt*
15.30 Zumba *treenerid Kaisa Edenberg & Kristiina Rauba*
16.00 Vaimse tervise ABC *vaimse tervise õde Kätlin Pilt*
16.30 Jooga ja meditatsioon *joogatreener Laura Kuklase*
-

VANA
VÕROMAA
VEGAN

EST.  2009
KALVETI MESI
Võrumaa puhtast loodusest

Ferla

TRENINGSTUDIO
FOOKUS

TERE



Lisa 2. Riskianalüüsi tabel

Nr	Tegevus	Oht	Tõsisus/tõenäosus (hindamine skaalal 1-3, kus 1=madal, 2=keskmine, 3=kõrge)	Ennetav tegevus	Korrigeeriv tegevus
1.	KORRALDUS JA KOORDINEERIMINE				
	Infovahetus ja koosolekute planeerimine	Korraldusega seotud liikmed ei saa osaleda	1/2	Ajaplaneerimine	Kokku lepitakse sobivam aeg ja koht, infovahetus
2.	EELARVE JA RAHASTUS				
	Sündmuse korraldamiseks vahendite ja võimaluste leidmine	Rahastustaotluste negatiivne ostus	3/3	Leida võimalused ja ideed, kuidas sündmust ilma eelarveta korraldada	Piletitulu, sponsorid
3.	RUUMID				
	Ruumide olemasolu	Ruumid on kasutuses	1/3	Leppida kokku toimumispaigaga ajagraafik	Jagada ruumid vajaduspähiselt
4.	TURUNDUS JA TEAVITUS				
	Sündmuse välja kuulutamine	Puudub vajalik info	2/3	Koguda varasemalt võimalikult palju infot ja planeerida	Leida ja koostada puuduolev info
5.	SUHTLEMINE TREENERITE JA ESINEJATEGA				

Nr	Tegevus	Oht	Tõsisus/tõenäosus (hindamine skaalal 1-3, kus 1=madal, 2=keskmine, 3=kõrge)	Ennetav tegevus	Korrigeeriv tegevus
	Esinejate ja treenerite vajadused sündmuse tarbeks	Puuduvad vajaminevad tarvikud või tehnika	2/1	Toimumiskohaga eelnev kokkulepe ja kinnitus	Probleemilahendus jooksvalt vastavalt võimalustele
6.	MUU				
	Transport ja logistika	Korralduse ja sündmuse toimumisega seotud inimesed ei pääse Võrru	2/1	Transpordi planeerimine	Kokkulepped ja tagavara transpordi olemasolu
7.	SÜNDMUSE TOIMUMISE PÄEV				
	Esinejad või treenerid jätavad tulemata või ei saa osaleda	Osa sündmuse kavast on puudulik	3/2	Sõlmida kinnitavad kokkulepped kirjalikult	Leida võimalik asendus sisule vastavalt võimalustele
	Korraldajate ja vastutavate isikute puudumine	Puudulik korraldus sündmuse juures	3/1	Ajaplaneerimine ja kokkulepped	Asendava isiku leidmine, vistuaalsed lahendused
	Tehnilised rikked	Treeningute ja esitluste toimumine on häiritud või puudulik	2/1	Eelnev kontroll	Tagavara tehnika võimaluste olemasolu
	Vigastused ja terviserikked	Tervisekahjustuste süvenemine või tekkimine abi ootamisel	3/2	Ennetav info ja juhendus	Omandatud esmaabi oskused korraldajatel ja läbiviijatel, kiirabi kutsumine

Lisa 3. Tegevusplaan

Tegevus/aeg	jaan	veeb	mär	apr	mai
Sündmuse idee loomine					
Koostöö loomine partneritega					
Sponsorid					
Koha leidmine					
Suhtlus esinejatega					
Eelarve koostamine					
Taotlused					
Programm					
Koosolekud					
Sündmuse avaldamine sotsiaalmeedias					
Turundus					
Logistika					
Sündmuse toimumine				09.apr.22	
Kokkuvõtted					

Lisa 4. Näited sotsiaalmeedia postitustest ja voogudest



Keha ja meele päev

09.04.22 KELL 12-18

Treeningstudio Fookuses

*PÄEV KEHALE & VAIMULE
TÄIS TREENINGUID, LOENGUID &
TERVISLIKKU TOITU*

OSALUSPANUS 15€ Kohtade arv piiratud!
registreerimine info@minufookus.ee

Külas on:

Vaimse tervise õde Kätlin Pilt
Toitumisharjutaja Egle Kõva
Treenerid Kaisa Edenberg,
Anneli Musto & Kristiina Rauba
Joogatreener Laura Kuklase

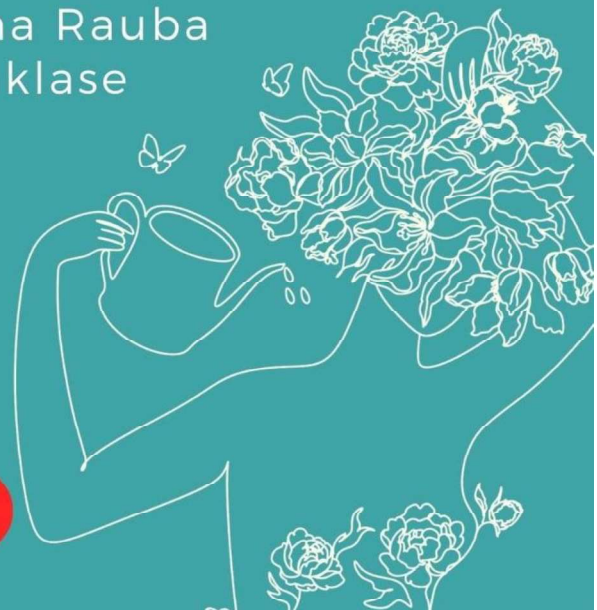
EST.  2009
KALVETI MESI
Võrumaa puhtast loodusest

 VANA
VÕROMAA
VEGAN

TREENINGSTUDIO
F ∞ K U S

Ferla

TERE



Lisa 6. Sündmuse kulu ja tulu tabelid

KULUD:	Summa (koos km-ga)	Rahastaja	Selgitus
Sündmusekoht:			
Saalirent	400 €	Sponsorlus - Fookus	8h x 50€
Tehnika	125 €	Sponsorlus - Fookus	8h x 15€
Treenerid:			
Treener 1	50 €	Sponsorlus - treener	1h x 50€
Treener 2	50 €	Sponsorlus - treener	1h x 50€
Treener 3	50 €	Sponsorlus - treener	1h x 50€
Treener 4	50 €	Sponsorlus - treener	1h x 50€
Esinejad:			
Toitumisnõistaja	200 €	Sponsorlus - esineja	loeng 1h
Vaimse tervise õde	50 €	Sponsorlus - esineja	loeng 1h
Toit:			
Vana-Võromaa Vegan	100 €	piletitulu	lõunapaus
Turundusmaterjalid:			
Adexpert OÜ	16 €	Sponsorlus – Adexpert OÜ	0.80€ tk x 20
Logistika:			
Transport	20 €	Sponsorlus – korraldajad, treenerid	logistika/küttekulud
Kingikotid			
Tere Piim	34 €	Sponsorlus – Tere Piim	u. (1,75€+1,35€+0,75€) x 30 tk
Ferla Vitality	75 €	Sponsorlus – Ferla Vitality	2,50€ x 30tk

KULUD:	Summa (koos km-ga)	Rahastaja	Selgitus
Kalveti MESI	28 €	Sponsorlus – Kalveti Mesi	4€ x 7 tk
KOKKU:	1 248 €		

TULUD:	Summa	Selgutus
Piletitulu:		
Terve päev	105 €	7 in x 15€
Loeng	5 €	1x loeng, inimene maksis 1 loengu eest
Sponsor tooted/teenused:		
Tere Piim	34 €	sponsorlus
Ferla Vitality	75 €	sponsorlus
Kalveti MESI	28 €	sponsorlus
Saalirent ja tehnika	525 €	sponsorlus
Adexpert OÜ	16 €	sponsorlus
Toitumisnõustaja	200 €	sponsorlus
Vaimse tervise õde	50 €	sponsorlus
Treener 1	50 €	sponsorlus
Treener 2	50 €	sponsorlus
Treener 3	50 €	sponsorlus
Treener4	50 €	sponsorlus
Logistika		
Transport	20 €	sponsorlus
KOKKU	1 258 €	

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Victoria Kangrumöldri,

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose, „*Võru keha ja meele päev*“, mille juhendaja on Hannele Känd, reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Victoria Kangrumöldri

16.05.2022