



*Seurat huomio:  
Varainhankinnan teemanumero !*



# *Kesli-info*

Keski-Suomen Liikunta ry:n tiedote

1/2001

Internet: [www.kesli.jiop.fi](http://www.kesli.jiop.fi)

verkkopalvelu: [www.urli.org](http://www.urli.org)

# Keski-Suomen Liikunta

Keski-Suomen Liikunta on alueellinen palvelu- ja yhteistyöorganisaatio sekä SLU:n jäsen. Sen perustehtävä on tukea jäsenjärjestöjensä menestystä Keski-Suomessa. Käytännössä se tarkoittaa toimistopalvelujen sekä koulutus- ja kehityspalvelujen tarjoamista jäsenjärjestöillemme, keskisuomalaisille lajiliitoille, urheiluseuroille sekä kansanterveysjärjestöille. Keskisuomalaiset urheiluseurat ovat voineet liittyä Keski-Suomen Liikunta ry:n jäseneksi vuoden 2000 alusta lukien. Paikallistasolla toimivilla järjestöillä jäsenmaksu on 100 mk/vuosi. Maakunnallisilla sekä valtakunnallisilla järjestöillä jäsenmaksu on 500 mk/vuosi.

## Keski-Suomen Liikunta ry:n jäsenjärjestöt

Autourheilun Kansallinen Keskusliitto ry.  
Suomen Ampujainliitto ry.  
Suomen Ampumahiihtoliitto ry.  
Suomen Hiihtoliitto ry.  
Suomen Invalidien Urheiluliitto ry.  
Suomen Jääkiekkoliitto ry.  
Suomen Kuntourheiluliitto ry.  
Suomen Koripalloliitto ry.  
Suomen Lentopalloliitto ry.  
Suomen Pesäpalloliitto ry.  
Suomen Ratsastajainliitto ry.  
Suomen Suunnistusliitto ry.  
Suomen Taitoluisteluliitto ry.  
Suomen Tennisliitto ry.  
Suomen Voimistelu- ja Liikuntaseurat ry.  
Suomen Urheiluliitto ry.  
Suomen Valjakkourheilijoiden Liitto ry  
SPL:n Keski-Suomen piiri ry.  
TUL:n Keski-Suomen piiri ry.  
Keski-Suomen Allergia- ja Astmayhdistys ry.  
Keski-Suomen Sydänpiiri ry.  
Keuhkovammaliitto ry.  
Suomen Metsästäjäliiton Keski-Suomen piiri ry.  
Keski-Suomen Hiihto ry  
JYP HT Juniorit ry.  
Äänekosken Huima ry.  
Palokan Riento ry.  
Jyväskylän Yliopiston Ylioppilaskunta ry  
Saarijärven NMKY  
Palokan Kiekko ry  
Äänekosken Liikuntaseura ry  
Jyväskylän Toverit ry  
Jyväskylän Jigotai ry  
Jyväskylän Pallokerho ry  
Jyväskylän Kenttärheilijat ry  
FC Vaajakoski  
Saarijärven Pullistus ry  
Jyväskylän Taitoluistelseura ry  
Tikkakosken Suunnistajat ry  
KENSU ry  
Fudokan ry  
Konneveden Urheilijat ry  
Jyväskylän Naisvoimistelijat ry  
Jyväskylän Latu ry  
Kyyjärven Kyky ry  
Pylkönmäen Yrittävä ry  
Alhon Aki ry  
JJK Juniorit ry

## Kesli-info

Keski-Suomen Liikunta ry:n tiedote

Internet: [www.kesli.jiop.fi](http://www.kesli.jiop.fi)

verkkopalvelu: [www.urli.org](http://www.urli.org)

Kesli-info on toistaiseksi maksuton ja se lähetetään jokaiselle Keski-Suomen Liikunta ry:n jäsenjärjestöille, Keski-Suomen kuntiin, keskisuomalaisiin urheiluseuroihin sekä valtakunnallisille lajiliitoille.

Julkaisija: Keski-Suomen Liikunta ry  
Sepänkatu 4 B, 40100 JKL  
puh. (014) 339 2112  
fax (014) 339 2144  
e-mail: [petri.lehtoranta@jiop.fi](mailto:petri.lehtoranta@jiop.fi)

Päätoimittaja: Petri Lehtoranta

Painopaikka: Kopi-Jyvä Oy

Painos: 700 kpl

Kesli-infon saa myös internetistä pdf-muodossa osoitteesta <http://www.kesli.jiop.fi/tiedote.html>

Toimitus haluaa kiittää hyvistä materiaaliyhteistyöstä Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n loistavaa verkkolehettä ([www.slu.fi/](http://www.slu.fi/)) sekä yhteistyökumppaneitaan: Nuori Suomi ry ja Jyväskylän Konttorikone Oy



**Keski-Suomen Liikunta ry**  
Sepänkatu 4 B, 40100 Jyväskylä  
puh. (014) 339 2100, fax (014) 339 2144  
email: [kesli@jiop.fi](mailto:kesli@jiop.fi)  
Internet: <http://www.kesli.jiop.fi/>  
Verkkopalvelu: <http://www.urli.org/>

## Liikunta tukee henkistä hyvinvointia



Kiireinen ja stressaava elämänmeno uhkaa jokaisen suomalaisen henkistä hyvinvointia. Mielenterveyden ongelmat ovat viime vuosina lisääntyneet huomattavasti: lähes joka neljännellä suomalaisella on jokin mielenterveyden häiriö ja masennus on yksi yleisimmistä kansansairauksista. Liikunta voi osaltaan tukea merkittävällä tavalla henkistä hyvinvointia.

Liikunnan vaikutus henkiseen hyvinvointiin on hyvin yksilöllistä. Moni saa liikunnan aikana tai sen jälkeen palkitsevan hyvän olon tunteen ja kokee arkielämässään, miten liikunta lisää henkistä vireyttä ja antaa voimavaroja työssä jaksamiseen. Usealle liikunnanharrastajalle hyvin merkittäviä ovat liikunnan tuottamat huippukokemukset, joista voi nauttia esimerkiksi maratonin maalintulon tai laskuvarjohypyn aikana. Luonnossa liikunnan iloa lisäävät ympäristön kauneuden tuottamat esteettiset elämykset. Lisäksi liikunta tukee henkistä hyvinvointia tarjoamalla mahdollisuuden sosiaalisten suhteiden luomiseen ja ylläpitoon, liikkumiseen ryhmässä.

Lapsille liikunta antaa parhaimmillaan myönteisiä fyysisiä kokemuksia sekä mahdollisuuksia tunneilmaisun ja sosiaalisten taitojen oppimiseen. Näin liikunta voi tukea lapsen persoonallisuuden ja terveen itsetunnon kehitty-

mistä. Liikuntaa harrastavien nuorten on havaittu kärsivän muihin nuoriin verrattuna vähemmän yksinäisyydestä, ujoudesta ja toivottomuudesta. Aikuisilla liikunnan on todettu olevan yksi tehokkaimmista keinoista vähentää stressiä, ja kohtuullinen liikunta myös edistää nukahtamista ja parantaa unen laatua. Varsinkin työttömille liikunta voi antaa elämänsisältöä, ja ikääntyneille liikunnan merkitys on henkisen toimintakyvyn ja sosiaalisten suhteiden säilyttäjänä erityisen merkittävä. Vammaisilla liikunnan on todettu vähentävän kielteisiä tunteita sekä lisäävän myönteistä identiteettiä.

Pakonomaiseksi muuttunut, koko elämän täyttävä liikunta ei enää edistä psyykkistä terveyttä, varsinkaan jos siihen liittyy syömishäiriöitä tai anabolisten steroidien käyttöä. Myös ylipainon rasitus voi aiheuttaa ahdistusta, masennusta ja unihäiriöitä.

### **Myönteiset kokemukset ovat tärkeitä**

Henkistä hyvinvointia edistävän liikunnan määrästä, laadusta ja intensiteetistä tarvitaan vielä lisää tutkimusta. Nykyinen tutkimustieto viittaa siihen, että vapaa-ajan liikunnalla on enemmän myönteisiä vaikutuksia kuin ansiotyöhön tai kotitöihin liittyvällä liikunnalla. Liikunnan arvioidaan

edistävän henkistä hyvinvointia, kun se on omaehtoista, haasteellista ja tuottaa myönteisiä elämyksiä. Liikunnan hyvät vaikutukset näyttävät tehostuvan, jos harrastajalla on liikuntaa kohtaan myönteisiä odotuksia, hän sitoutuu liikuntaan ja kokee sen hyödylliseksi.

Terveet, hyväkuntoiset ihmiset kokevat myös henkisen terveytensä keskimääräistä paremmaksi. Liikunnan ja henkisen hyvinvoinnin välinen yhteys saattaa osittain selittyä myös sillä, että henkisesti hyvinvoivat valikoituvat liikunnan harrastajiksi. Toisaalta hyvät kokemukset liikunnasta esimerkiksi masennuksen hoidossa vahvistavat näkemystä liikunnan myönteisistä vaikutuksista henkiseen hyvinvointiin. Liikunnan mielialaa kohentava vaikutus on osoitettu erityisesti intensiivisen ja kestävyystyyppisen liikunnan harrastajilla, mutta myös kevyellä liikunnalla on todettu olevan myönteisiä vaikutuksia. Lisäksi liikuntaa harrastavien on havaittu olevan tasapainoisempia ja paremmin itseensä luottavia kuin niiden, jotka eivät harrasta liikuntaa.

Kirjoittaja:

*Mari Miettinen, suunnittelija, LitM, LIKES-tutkimuskeskus*

# Keski-Suomen Liikunta ry palveluksessanne:

**Petri Lehtoranta**, aluejohtaja  
puh. (014) 339 2112, 050-5333 858  
email: petri.lehtoranta@jiop.fi

**Tapio Pintamo**, kehittämisspäälikkö  
puh. (014) 339 2113, 0400-549 234  
email: tapio.pintamo@jiop.fi

**Hilkka Kaipainen**, taloussihteeri  
puh. (014) 339 2117  
email: hilkka.kaipainen@jiop.fi

**Riitta Virinkoski-Lempinen**, nuorisopäälikkö  
puh. (014) 339 2110, 040-5494 755  
email: riitta.virinkoski@jiop.fi

**Laura Viitanen**, työsuunnittelija  
puh. (014) 339 2116, 050-3671521  
email: laura.viitanen@jiop.fi

**Kaisa Saarentola**, työsuunnittelija ja KKI-toiminta  
puh./fax (014) 888 204, 050-5696 758  
e-mail: kaisa.saarentola@pp.inet.fi

**Leena Rintala**, toimistos sihteeri  
puh. (014) 339 2100  
e-mail: kesli@jiop.fi

**Niina Kukkonen**, toimistos sihteeri

## Hallitus vuonna 2001

### Varsinaiset jäsenet

Pekkarinen	Mauri	puheenjohtaja
Mäki-Punto	Tarja	varapuheenjohtaja
Mäkinen	Heikki	varapuheenjohtaja
Kannas	Sirkka	
Karimäki	Ari	
Luopajarvi	Laura	
Paasu	Tapani	
Virta	Seppo	
Puskala	Anneli	

### Varajäsenet

Korhonen	Sirkka-Liisa
Pesonen	Marja-Leena
Lindell	Leila
Mäkelä	Osmo
Vatanen	Jouni
Hagman	Petri

## Keski-Suomen Liikunta ry:n jäsenyydet

Keskisuomalaisilla urheilu- ja liikuntaseuroilla sekä liikuntaa toiminnassaan yllä-pitävillä keskisuomalaisilla yhdistyksillä on mahdollisuus liittyä Keski-Suomen Liikunta ry:n jäseniksi vuoden 2000 alusta lähtien. Paikallistasolla toimivilla järjestöillä jäsenmaksu on 100 mk/vuosi. Maakunnallisilla sekä valtakunnallisilla järjestöillä jäsenmaksu on 500 mk/vuosi.

### JÄSENEDET:

#### 1. Ilmainen tunnus URLInet -verkkopalveluun ([www.urli.org](http://www.urli.org))

Jokainen Keski-Suomen Liikunnan jäsenjärjestö saa halutessaan tunnuksen URLInet-verkkopalveluun. Keski-Suomen Liikunnan ylläpitämässä verkkopalvelussa jäsenet voivat julkaista tiedotteensa, tuloksensa sekä tapahtumansa yhteisellä ilmoitus-työkalulla. Samalla palveluun tuotettu tieto saadaan näkymään kunkin järjestön omalla internet-kotisivulla. Palvelu tarjoaa myös kotisivutilan hintaan 200 markkaa/vuosi.

#### Palvelun tämänhetkinen sisältö:

- Internetissä olevat keskisuomalaiset urheiluseurat yhteystietoineen
- Internetissä olevat tulospalvelut
- kilpailu- ja muut liikuntatapahtumat
- jäsenjärjestöjen tiedotuspalsta
- koulutuskalenteri
- Liikunnan Tietotaitopörssi

#### 2. REKKU- jäsenrekisteriohjelma edullisemmin

Keski-Suomen Liikunnan jäsenille Rekku Junior 400 mk (norm. 470 mk) ja Rekku 750 mk (norm. 995 mk).

Lisätietoja: Aivomyrsky Oy / Marko Partanen, puh. (014) 4499 645 tai 0400 645 720.

#### 3. Koulutusta, tiedotusta

Keski-Suomen Liikunta tarjoaa jäsenjärjestöilleen tiettyjä koulutuksia edullisemmin. Samoin jäsenet tulevat saamaan parempaa palvelua tiedottamisessa sekä enemmän yhteisiä tapaamisia.

#### 4. Vaikutusmahdollisuus

Merkittävää on, että kaikilla Keski-Suomen Liikunta ry:n jäsenillä on käytössään yksi ääni sääntömääräisissä kokouksissa yhdistyksen jäsenmäärästä riippumatta. Näin myös pienillä yhdistyksillä on mahdollisuus vaikuttaa maakunnalliseen urheilupäätöksentekoon sekä niihin palveluihin, mitä Keski-Suomen Liikunta tulevaisuudessa jäsenistöilleen tarjoaa.

# 2001 koulutuskalenteri

## Kaikkia kursseja järjestetään myös tilauksesta!

### I-TASON PERUSKURSSIT

Ohjaaja- ja valmentajakoulutuksen I-tason yleistä koulutusta. Kurssit on tarkoitettu lasten, nuorten ja aikuisten ohjaajille ja valmentajille startti-, tuki- ja täydennyskoulutukseksi lajista riippumatta.

#### Lasten urheilun perusteet 9 h/300 mk

\* Ke 21.3. ja la 24.3. Jämsänkoski

\* Ke 19.9. ja la 22.9. Laukaa

#### Psyykkisen valmennuksen perusteet 9 h/250 mk

\* La 7.4. Jyväskylä

#### Fyysisen harjoittelun perusteet 15 h/390 mk

\* La -su 21.-22.4. Muurame

#### Opettaminen ja taidon oppimisen perusteet 9 h/300 mk

\* Ke 3.10. ja la 6.10. Jyväskylä

### KOULULAISTEN ILTAPÄIVÄTOIMINTA

Koululaisten iltapäiväohjaajille järjestetään käytännöllisiä Nuoren Suomen ohjaajakoulutusta ja lisäksi teema-iltoja eri liikuntalajeista.

#### Liikkuva Iltapäivä -ohjaajakoulutus 9 h/100 mk

\* La 17.3. Jyväskylä

#### Perusliikuntaleikit-teemailta

\* Ke 28.3. Jyväskylä

### TOSI NUORI SUOMI -KOULUTUS

Liikunnan täydennyskoulutusta päivähoitohenkilöstölle ja muille 0-8 -vuotiaiden lasten parissa työskenteleville, myös alku- ja esiopetukseen sekä koululaisten iltapäivätoiminnan ohjaajille.

#### Päivähoidon liikuntakasvatus 6 h/250 mk

\* Pe 16.3. Jyväskylä

#### Nassikkapaini 3 h/150 mk

\* To 29.3. Jyväskylä

\* Ke 10.10. Jyväskylä

#### Seikkailuliikunta 6 h/300 mk

\* Ti -ke 24.-25.4. Jyväskylä

#### Esiopetusta liikunnan keinoin 9 h/350 mk

\* Ti-ke 18.-19.9. Jyväskylä

#### Virikkeitä lasten liikuntaan 3 h/150 mk

\* Ti 13.11. Jyväskylä

### SEURA-/JÄRJESTÖKOULUTUS

\* 4.4. Verotuskoulutus yhdistyksille, Jyväskylä  
3 h/150 mk

### JÄRJESTYKSENVALVOJAKOULUTUS

#### Järjestyksenvalvojan peruskurssi 24 h/420 mk

\* 26. - 27.3. ja 2. - 3.4. Jyväskylä

### KUNNON VERKON KURSSIT

#### Liikuntaa mielen maisemissa kurssi

14.2, 21.2, 7.3 ja 14.3 klo 18.30-20.00 Keskikadun koulun auditorio (Keskikatu 26), ohjaajana LitM Leena Toivonen

#### Miten saada passiiviset liikkumaan

6.3.2001 klo 16.00 - 19.00 LitT Jarmo Liukkonen

#### Voimavara-kurssi

5.4.2001 klo 8.30-16.00 LitM, musiikkiterapeutti Leena Toivonen, Työterveyshoitaja Leila Aho

#### Mielenhallintakeinot työhyvinvoinnin tukena

10.4.2001 klo 14.00-18.00 LitT Jarmo Liukkonen

#### Irti tupakasta

Maaliskuu 15.3.2001

klo 15.00-17.00 LitT Jarmo Liukkonen

#### Vuorovaikutus ja viestintä

Huhtikuu 25.4.2001

klo 14.00-16.00 FM Lotta Harviainen

#### Mielenhallinta ja jaksaminen

Toukokuu 8.5.2001

klo 14.00-16.00 LitT Jarmo Liukkonen

#### Lisätietoja:

Keski-Suomen Liikunta ry  
Sepänkatu 4 B, 40100 Jyväskylä  
puh. (014) 339 2100 fax (014) 339 2144  
internet <http://www.kesli.jiop.fi>  
e-mail [kesli@jiop.fi](mailto:kesli@jiop.fi)

## Rahanarvoisia vinkkejä urheiluseuroille !



### Kevätarpajaiset

SLU:n arpajaisissa puolet arvan hinnasta seuroille

Suomen Liikunta ja Urheilu järjestää **1.4. - 30.6.2001** välisenä aikana valtakunnalliset miljoonan arvan arpajaiset, joilla on tarkoitus tukea paikallisten liikuntayhdistysten vapaaehtoistyötä. Päävoittona arvotaan kymmenen Ford Ka -merkistä henkilöautoa. Voittojen yhteenlaskettu arvo on yli 3,5 miljoonaa markkaa. Noin joka kuudes arpa voittaa!

Arpoja myyvät urheilu- ja liikuntaseurat. Arvan myyntihinta on 10 markkaa ja seura saa myyntipalkkioksi 5 mk/arpa. Arpojen tilauslomakkeita saa Keski-Suomen Liikunnalta, tilaukset myös sähköpostitse: [www.slu.fi/kevatarpa](http://www.slu.fi/kevatarpa).

Lisätietoja:

Keski-Suomen Liikunta ry, kehittämisspäällikkö Tapio Pintamo, puh. 3392 113 tai 0400-549 234 tai 3392 100, [tapio.pintamo@jiop.fi](mailto:tapio.pintamo@jiop.fi)

SLU, yhteyspäällikkö Kerstin Ekman, p. (09) 3481 2224 tai 0400 407 539, [kerstin.ekman@slu.fi](mailto:kerstin.ekman@slu.fi)

### Liikkuvan iltapäivätoiminnan paikallistuki koululaisten iltapäivätoimintaa järjestäville tahoille

Tukea on mahdollista saada, jos liikuntatoimintaa tarjotaan mieluummin päivittäin (ma-pe) samalle 6-12 -vuotiaiden lasten ryhmälle asiantuntevan ohjaajan läsnäollessa klo 12-17 välisenä aikana varsinaisen kouluajan ulkopuolella. Toimintaa tarjotaan myös vähän liikkuville lapsille. Hakijana voi olla esim. rekisteröity urheiluseura.

**Haku: 15.3.2001 mennessä**

Lisätietoja:

Keski-Suomen Liikunta ry, nuorisopäällikkö Riitta Virinkoski-Lempinen, puh. 339 2110, [riitta.virinkoski@jiop.fi](mailto:riitta.virinkoski@jiop.fi)

### Lasten ja nuorten seuratoiminnan tuki

Urheiluseura voi saada tukea alle 13-vuotiaiden lasten seuratoiminnan kehittämiseen tai 13-19 -vuotiaiden harrasteurheilutuotteiden synnyttämiseen.



**Haku: syksyllä 2001**

Lisätietoja:

Nuori Suomi ry, Eija Alaja, puh. (09) 3481 2536 ja urheilun lajiliitot

Keski-Suomen Liikunta ry, nuorisopäällikkö Riitta Virinkoski-Lempinen, puh. 3392 110, [riitta.virinkoski@jiop.fi](mailto:riitta.virinkoski@jiop.fi)

### Kunnossa Kaiken Ikää -tuki

altakunnallinen KUNNOSSA KAIKEN IKÄÄ -ohjelma, KKI, on opetusministeriön sekä sosiaali- ja terveysministeriön rahoittama liikuntahanke. Ohjelman toisella viisivuotiskaudella 2000 - 2004 KKI:n tavoitteena on auttaa yli 40-vuotiaita liikuntaharrastuksen alkuun sekä luoda pysyviä liikuntapalveluja aikuisten lähipiiriin.

**Haku: 31.3.2001 mennessä Opetusministeriöön**



Lisätietoja:

Keski-Suomen Liikunta ry, aluejohtaja Petri Lehtoranta, puh 3392 112, 050-5333 858, [petri.lehtoranta@jiop.fi](mailto:petri.lehtoranta@jiop.fi)

## Avustusta arvokilpailuihin

Opetusministeriö myöntää urheiluseuroille valtionavustuksia arvokilpailuihin osallistumiseksi.

Lisätietoja:

Opetusministeriö, Hannu Tolonen puh. (09) 134 171 (keskus)

## Työvoimaa seuratoimintaan

Keski-Suomen Liikunta ry käynnisti maakunnallisen Työtä liikunnasta -projektin helmikuussa 1999 auttamaan pitkäaikaistyöttömiä, jotka haluavat löytää työ- tai harjoittelupaikan liikunnan parista sekä palvelemaan niitä urheilujärjestöjä, jotka haluavat löytää itselleen uutta työvoimaa Keski-Suomessa.



Projektin tavoitteena on etsiä uusia työ- ja harjoittelupaikkoja liikunnan parista ja rekrytoida ja kouluttaa työttömiä näihin tehtäviin. Pitkäaikaistyötön työntekijä on mahdollista palkata ilman kustannuksia yhdistelmätuen avulla.

Lisätietoja:

Laura Viitanen, työnsuunnittelija puh. 3392 116, 050-3671 521, [laura.viitanen@jiop.fi](mailto:laura.viitanen@jiop.fi)

## Sponsorointikoulutus

Sponsorointikoulutus on käytännönläheinen koulutus, jonka aikana seura työstää yhteistyötarjouksen potentiaaliselle yhteistyökumppanille. Koulutuksen aikana tehdään yhdessä sponsorisopimus alusta loppuun. Koulutus toteutetaan joko arki-illan tai päivän mittaisena koulutuksena.

Tarjolla on kolme erilaista mahdollisuutta osallistua koulutukseen: kuntakohtainen, lajikohtainen tai seurakohtainen malli. Kuntakohtaiset koulutukset toteutetaan loka-marraskuussa 2001 Hankasalmella, Joutsassa, Korpilahdella, Petäjävedellä ja Äänekoskella. Lajikohtaiset koulutukset toteutetaan samoin loka-marraskuussa 2001 pesäpallossa, lentopallossa, koripallossa, hiihdossa ja yleisurheilussa.

Lisätietoja:

Keski-Suomen Liikunta ry, kehittämispäällikkö Tapio Pintamo, puh. 3392 113, 0400-549 234, [tapio.pintamo@jiop.fi](mailto:tapio.pintamo@jiop.fi)

## EU-hankkeet ohjelmakaudella 2000 - 2006

Euroopan sosiaalirahasto (ESR) tukee koulutus- ja kehittämistoimintaa, joka tähtää henkilöstön osaamisen parantamiseen, uusien työpaikkojen luomiseen ja elinkeinorakenteen monipuolistamiseen sekä työvoiman saannin turvaamiseen. ESR-hankkeilla edistetään myös työttömien työnhakijoiden työllistymistä ja ehkäistään työmarkkinoilta syrjäytymistä.

Keski-Suomessa kolmannen sektorin EU-hankemahdollisuuksista tiedottaa mm. Keski-Suomen Yhteisöjen Tuki -osuuskunta, jossa on mukana myös Keski-Suomen Liikunta. Osuuskunnan jäsenjärjestöt saavat viimeisintä tietoa erilaisista rahoitusmahdollisuuksista.

Lisätietoja:

Keski-Suomen Liikunta ry, aluejohtaja Petri Lehtoranta, puh. 3392 112, 050-5333 858, [petri.lehtoranta@jiop.fi](mailto:petri.lehtoranta@jiop.fi)  
KYT, projektipäällikkö Kaija Koponen, puh. 263 897, 040-7252 314, [kaija.koponen@kyt.inet.fi](mailto:kaija.koponen@kyt.inet.fi)

### Kutsu jäsenjärjestöille:

Keski-Suomen Liikunta ry:n vuosikokous on pe 20.4. klo 18.00  
Paikka: Keski-Suomen Talo, Sepänkatu 4 Jyväskylä  
Tervetuloa !

# Liikkuvan iltapäivätoiminnan paikallistuki vuonna 2001

## YLEISTÄ

Opetusministeriön kautta myönnettäviä valtionavustuksia jaettaessa sovelletaan ministeriön 27.2.1997 hyväksymiä valtionavustusten yleisehtoja. Seuraavassa on näiden yleisten ehtojen tueksi esitetty tiivistetysti opetusministeriön, lääninhallitusten ja Nuori Suomi ry:n yhdessä laatimia liikkuvan iltapäivätoiminnan paikallistuen jakamista koskevia ohjeita ja tarkennuksia.

## TARKOITUS

Liikunnallisen iltapäivätoiminnan tukemista varten on varattu avustusraha vuosittain valtion tulo- ja menoarvioon. Avustustoiminnan kautta on tarkoitus edistää lasten hyvinvointia vähentämällä lasten yksinäisiä iltapäiviä ja lisäämällä lasten päivittäistä liikunnanharrastusta.

## HAKUAIKA JA HAKEMUKSEN JÄTTÄMINEN

Opetusministeriö julistaa paikallistukea koskevat avustukset haettavaksi vuosittain tammikuussa ja asiaa koskevat hakemukset (OPM:n lomake n:ro 10) tulee toimittaa ao. lääninhallitukselle **15.3.2001** mennessä kahtena (2) kappaleena liitteineen. **HUOM!** *Vain yksi haku keväällä!*

## KENELLE AVUSTUS ON TARKOITETTU

Avustus on tarkoitettu ensisijaisesti liikunnallista iltapäivätoimintaa järjestäville rekisteröidyille paikallisyhdistyksille sekä kunnille.

Avustus ei ole tarkoitettu yksityisille henkilöille, kouluille, päiväkodeille eikä voittoa tavoitteleville yhteisöille.

## MINKÄLAISEEN TOIMINTAAN AVUSTUS ON TARKOITETTU

Valtionavustuksen avulla pyritään edistämään sellaista paikallisesti toteutettua ja säännöllistä, mieluummin päivittäistä liikuntatoimintaa, joka on sisällöllisesti monipuolista ja lasten kokonaisvaltaista kehittymistä tuke-



vaa. Toiminnan käytännön ohjauksen tulisi olla asiantuntevaa ja siten organisoitua, että sen kehittäminen pitkällä tähtäimellä on mahdollista.

Avustettava toiminta tulee järjestää iltapäivällä (klo 12 - 17) varsinaisen kouluajan ulkopuolella (myös aamu- ja loma-aikoina järjestetty toiminta voidaan huomioida). Toimintaan osallistuvat lapset ovat iältään 6 - 12 - vuotiaita.

Avustus on tarkoitettu käytettäväksi sellaisiin tarkoituksiin, jotka edistävät lasten liikuntatoiminnan pitkäjänteistä ja laadukasta järjestämistä, kuten esim. liikuntavälineiden hankintaan, liikunnalliseen ohjaajakoulutukseen, liikuntaa ohjaavien ohjauspalkkioihin, liikuntaan liittyviin kuljetuskustannuksiin, jatkuvaa toimintaa täydentäviin liikuntatahtumiin ja liikuntatilojen vuokriin.

Avustusta ei voida käyttää sellaisiin kuluihin, jotka eivät suoraan edistä lasten päivittäistä liikuntaa, kuten esim. yksittäisiin tapahtumiin, rakentamiskuluihin, toimistokuluihin, tiedottamiseen ja muihin kuin liikuntavälineisiin (esim. askarteluvälineisiin).

## AVUSTUKSEN KÄYTTÖ JA TILISELVITYKSEN TEKEMINEN

Avustuspäätökset pyritään tekemään lääninhallituksissa 15.5. mennessä. Hakijan tulee ilmoittaa avustuspäätöksen saatuaan hankkeen käynnistymisestä maksatuspyyntölomakkeella lääninhallitukseen 31.8. mennessä. Hakijan tulee käyttää saamansa avustusmyöntövuotta seuraavan vuoden toukokuun loppuun mennessä. Avustuksen käyttöä koskeva tiliselvitys tulee

toimittaa lääninhallitukseen 30.9. mennessä avustuksen myöntövuotta seuraavana vuonna.

## MUUTA HUOMIOITAVAA

Avustuksia myönnettäessä kiinnitetään huomiota hankkeen yleiseen realistisuuteen, ja erityisesti sen rahoituspohjaan. Kaikilta hankkeilta edellytetään hakulomakkeen mukana olevan rahoitusliitteen mukainen selvitys hankkeesta aiheutuvista kustannuksista, niiden rahoittamisesta ja siitä, mihin mahdollinen paikallistukiavustus tullaan käyttämään. Tarvittaessa hakijan tulee voida erillisin todistuksin osoittaa hankkeen lopullinen rahoituspohja. Tiliselvityksen yhteydessä hakijan tulee myös tarvittaessa osoittaa maksutositteiden tms. avulla avustuksen käyttö.

Hakijan kannattaa tarvittaessa selvittää hakulomakkeessa esittämiään tietoja erillisillä liitteillä, koska se helpottaa hakemuksen käsittelyä ja varmistaa sen, että kaikki tarvittava tieto on päätöksentekijöiden käytettävissä.

Liikkuvan iltapäivätoiminnan paikallistukea koskevat hakemukset tulee tehdä tarkoitusta varten laaditulle OPM:n hakulomakkeelle nro 10 (Huom. rahoitusta koskeva liite). Lomakkeita voi tiedustella myös lääninhallituksilta, SLU-Alueiden toimistoilta sekä Nuori Suomi ry:ltä.

## LISÄTIETOJA

Mahdolliset tiedustelut hakemuksen laatimiseen liittyvissä asioissa voi osoittaa ao. lääninhallitukseen tai SLU-Alueen toimistoon. Asiasta voi tiedustella myös ao. kunnan liikunta-asioista vastaavalta viranhaltijalta.

Nuori Suomi ry/Liikkuva Iltapäivä, Riikka Eerola, puh. (09) 3481 2008  
Länsi-Suomen lääninhallitus, Antti Lehtinen, puh. 0205 171 41  
Keski-Suomen Liikunta ry, Riitta Viirinkoski-Lempinen, puh. 3392 110



# Liity nyt urheilun avainseura -palveluverkkoon !



AVAINSEURAPALVELUT VUOSITTAIN:

- vähintään neljä palvelupakettia vuodessa
- osallistumisoikeus SLU:n järjestämiin lainsäädäntöä koskeviin neuvottelu- ja koulutuspäiviin erityishintaan
- SLU:n aihetta koskevat julkaisut erityishintaan
- muita ajankohtaisia avainseurapalveluita

Palvelupaketit ilmestyvät vuosittain 31.3., 31.5., 30.9., ja 15.12.

Palvelupaketeissa käsitellään mm. seuraavia PÄÄTÄ OIKEIN – seurajohtajan käsikirjan aihealueita:

- seuran hallinto
- seuran talous
- seurojen varainhankinta ja verotus
- seura työnantajana
- seuran velvollisuudet sosiaaliturvan takaajana
- ulkomaalainen urheilija tai valmentaja
- Euroopan Unionin vaikutukset urheiluseurojen toimintaan
- urheilun eettinen työ ja doping
- alueellisia lainsäädäntöasioita



LIITYMISKAVAKE



## LIITYMME URHEILUN AVAINSEURAVERKKOON

vuodeksi 2001, hintaan 350 mk

Seuran nimi \_\_\_\_\_  
Seuran lajit \_\_\_\_\_  
Yhteyshenkilö \_\_\_\_\_  
Lähiosoite \_\_\_\_\_  
Postiosoite \_\_\_\_\_  
Puh. (k/t/m) \_\_\_\_\_  
Fax \_\_\_\_\_  
Sähköposti \_\_\_\_\_

Palauta liittymislomake heti:  
Osoite: SLU/Niina Majamaa, 00093 SLU  
Fax: (09) 34812602  
Lisätietoja: [www.slu.fi](http://www.slu.fi)

## Tiedätkö, milloin seuran pitää maksaa työnantajamaksuja?

Pitääkö urheilijan palkkiosta maksaa ennakonpidätys? Entä työnantajan sosiaaliturvamaksu? Milloin seuran ja valmentajan välille syntyy työsuhde? Ovatko stipendit verottomia? SLU:n uusi Ennakonpidätysohje urheiluseuroille -kirja auttaa suunnistamaan veroviidakossa.

Urheiluseuralla ei ole erikoisasemaa palkan maksajana. Kun seura maksaa palkkaa tai palkkiota, sillä on samat velvollisuudet kuin kaikilla muillakin yhteisöillä.

Veropykälien kanssa taistelevan avuksi SLU on koonnut seuroille **Ennakonpidätysohje urheiluseuroille** -tietopaketin, jonka tarkoituksena on koota yhteen kaikki urheiluseuraa koskevat ennakonpidätysasiat. 59-sivuinen opus sisältää yleisiä ohjeita mm. siitä, milloin seura voi maksaa verottomia matkakulukorvauksia urheilijalle, valmentajalle, ohjaajalle, luottamushenkilölle tai erotuomarille ja miten ennakonpidätysten ja sosiaaliturvamaksujen maksaminen käytännössä tapahtuu. Myös erilaisten ennakkoratkaisujen ja valitusten mahdollisuuksia valotetaan.

Lopun yhteenveto-osiossa on hyödyllinen taulukko eri toimijoiden palkkioiden ja kulukorvausten verovaikutuksista.

Opas on ilmainen Avainseurat -palveluverkostoon kuuluville yhteisöille, jotka saavat sen avainseurapostin mukana.

Muut voivat tilata julkaisua hintaan 60 mk SLU:n myyntipalvelusta, sähköposti: myyntipalvelu@slu.fi, faksi 09 3481 2594. Myyntipalvelun esimies: Ismo Kormu, (09) 3481 2379, 040-551 9311, sähköposti:ismo.kormu@slu.fi.

Lähde: Liikunnan ja Urheilun maailma 2/01 25.1.01

### **Ajankohtaista yhdistyksen verotuksesta - tule päivittämään tietosi !**

**Verotoimiston asiantuntijat neuvovat:**

- *YHDISTYKSEN VEROILMOITUKSEN TÄYTTÄMINEN*

- *TYÖNANTAJAN VUOSI-ILMOITUKSET*

- *VAPAAEHTOISTEN KULUKORVAUKSET JA VEROTUS*

**keskiviikkona 4.4. klo 17-20  
Keski-Suomen talon alakerrassa  
Sepänkatu 4 (sisäänkäynti Yrjönkadun puolelta)**

*Osallistumismaksu 150 mk sisältää kahvin.*

*Ennakoilmoittautumiset ma 26.3. mennessä Keski-Suomen Liikunta p. 014- 3392117 Hilikka Kaipainen, faxilla 014-3392144 tai sähköpostitse os. [hilikka.kaipainen@jio.fi](mailto:hilikka.kaipainen@jio.fi)*

**Jos sinulla on kysymyksiä, joihin haluat vastauksen, lähetä ne etukäteen em. osoitteeseen.**

**TERVETULOA PÄIVITTÄMÄÄN TIETOSI!**

# Liikunnan edunvalvontaa -materiaalit

## URHEILUN AVAINSEURAPALVELUVERKKO ja URHEILUN KUNTAPALVELUVERKKO

- Arvokasta ja ajankohtaista tietoa säännöllisesti 4-5 krt/vuosi mm. palkkioiden maksusta, verotuksesta, taloushallinnosta, EU:n vaikutuksesta, seuran roolista työnantajana, yhdistystoiminnan säädösasioista.

Seurahinta 350 mk/vuosi, Kuntahinta 700 mk/vuosi

## PÄÄTÄ OIKEIN –SEURAJOHTAJAN KÄSIKIRJA

Kirjassa on uutta, vanhaa ja tarkennettua – säädösmaailma elää... Seurajohtajan käsikirja ohjaa oikeisiin päätöksiin kaikissa avainkysymyksissä. Aihealueet: seuran hallinto, seuran talous, seuran varainhankinta ja verotus, seura työnantajana, seuran velvollisuudet sosiaaliturvan takaajana, ulkomaalainen urheilija tai valmentaja, EU:n vaikutukset urheiluseurojen toimintaan, urheilun eettinen työ ja doping.

Hinta 190 mk, sisältö ilman kansia 140 mk

Avainseurahinta 165 mk, sisältö ilman kansia 120 mk

## KATSAUS URHEILUSEURAN VARAINHANKINNAN VEROTUKSEEN

Julkaisu sisältää mm. tulo- ja arvonnisäverotuksen periaatteita. Tarkoitettu hallituksen jäsenille ja jaostojen/joukkueiden talousvastaaville. Ilmestynyt v. 2000.

Hinta 60 mk, Avainseurat – 10 %

## ENNAKONPIDÄTYSOHJE URHEILUSEUROILLE (v. 2001)

Tärkeä tietopaketti kaikista urheiluseuraa koskevista ennakonpidätysasioista.

Hinta 60 mk, Avainseuroille ilmainen.

## LIIKUNTAGALLUP 1997-98/SLU-julkaisusarja:

- Liikunta ja elämäntavat
- Liikunta ja kansalaistoiminta
- Lasten ja nuorten liikuntatutkimus
- Aikuisten liikuntatutkimus

Hinta 120 mk/kpl, 4 kpl yhteensä 380 mk

Jäsenjärjestöt/avainseurat 60 mk/kpl, 4 kpl yhteensä 200 mk

## SEURAN PUHEENJOHTAJAT JA SIHTEERIT

Tutkimusraportti – seuratoiminnan tukiranka/SLU-julkaisusarja 5/98 Puronaho, Matilainen, Varis

Hinta 120 mk, jäsenjärjestöt/avainseurat 60 mk

## YHDISTYSTOIMINNAN PERUSTEET

Teos käsittelee yhdistysoikeutta ja kokousmenettelyä. Siinä on otettu huomioon 1990-luvulla toteutetut lainmuutokset ja käytännön tietotarpeet. Teos on tarkoitettu käytettäväksi järjestökoulutuksessa, luottamushenkilön ja järjestöaktiivin opaskirjana sekä menettelyohjeeksi yhdistyksille. Hinta 50 mk/kpl

## KÄSIKIRJA URHEILUN YLEISÖTAPAHTUMIEN JÄRJESTÄJÄLLE

Kustantaja: Opetusministeriö, Sisäasianministeriö. Ilmainen.

**TILAUKSET:** Suomen Liikunta ja Urheilu ry/Niina Majamaa, puh. (09) 3481 2065 tai niina.majamaa@slu.fi

**HUOM!** Tilauksiin lisätään laskutuslisä 25 mk + toimituskulut.

## Jäsenesittelyssä Jyväskylän Latu ry

Jyväskylän Latu ry on 12.02.1941 perustettu ja juuri 60 vuotta täyttänyt Suomen Latu ry:n paikallisyhdistys. Yhdistyksemme, kuten koko Latu järjestön, toiminta-ajatuksena on edistää kuntoa, terveyttä ja virkistystä tuottavaa liikuntaa.

Jäseniä yhdistyksessämme on noin 1500. Ladun Maja Kolmisoppisen rannalla Taka-Keljossa on jo vuosikymmeniä ollut yhdistyksemme ”koti”. Se on monelle tuttu paikka hiihtoretkiltä, hiihtokoulusta tai vaikkapa Monokirkosta. Majamme on myös suosittu erilaisten tilaisuuksien esim. ulkoilupäivien, pikkujoulujen tai perhejuhlien pitopaikkana.

Jyväskylän Latu ry:llä ei ole palkattuja toimihenkilöitä, vaan kaikki toimintamme perustuu vapaaehtoiseen talkootyöhön. Noin puolet jäsenkunnastamme osallistuu vuosittain jonkin tapahtuman järjestelyihin. Yhdistyksemme tärkein toimintamuoto on latutoiminta. Hiihtokaudella Majan kioskin hoito sekä n 60 km:n latuverkoston ylläpito talkoovoimin toteutettuna on jäsenistöltämme melkoinen voimannäyte.

Lasten hiihtokoulu 5-10 -vuotiaille on vuodesta toiseen yhtä suosittu. Omiensaavien hiihdonopettajiemme oppeja sai tänäkin talvena n 100 lasta. Metsämörrikoulu toukokuussa tuo luontoelämyksiä lapsille. Se on tarkoitettu 5-7 -vuotiaille ja opettaa lapset kiintymään luontoon omakohtaisten kokemusten, elämysten ja aistien avulla.



Jyväshiihto maaliskuun alussa on vuosikymmeniä vanha perinteinen laturetki, joka kerää satoja hiihtäjiä keväisille laduillemme nauttimaan talvisesta luonnosta. Lappiin sekä lähiympäristöön suuntautuvat retket ja vaellukset ovat löytäneet paikkansa yhdistyksemme toiminnassa. Sauvakävely ja lumikenkäily ovat uusina lajeina tulleet toimintaamme jäädäkseen. Sähly on lentopallon lisäksi saanut nuoremmat jäsenemme aktiivisesti liikkeelle läpi vuoden. Kesäkauden sauvakävelyt ja tiistai-iltojen pyöräilyt ovat myös erittäin suosittuja, unohtamatta Majamme saunailtoja.

Yhteistyötä usean ”saman henkisesti” toimivan yhteisön kanssa olemme tehneet lähes aina, siitä hyvänä esimerkkinä on jo 15. kerran järjestettävä Naisten Askel, joka toteutetaan yhdessä Jyväskylän Naisvoimistelijat ry:n kanssa. Jyväskylän Seudun Avantouimarit ry:n ja Jyväskylän kaupungin kanssa yhteistyössä toteutettavat avantouinnin MM-kisat ovat uusi

mielenkiintoinen haaste jäsenistöllemme.

Uutena Keski-Suomen Liikunnan jäsenenä odotankin yhteistyötä Jyväskylän Seudun erilaisten liikuntapalvelujen kehittämisessä.

ULKOILUSTA TERVEYTTÄ....

Jyväskylän Latu ry  
Helvi Kaihlanen  
puheenjohtaja



**Uusia ohjaajia ja  
valmentajia !**

**[www.urli.org/](http://www.urli.org/)  
tietotaito**

**Käy tutustumassa !**



# Keski-Suomen Liikunta ry:n jäsenhakemus

Yhteisömme \_\_\_\_\_  
(täydellinen nimi sekä lyhenne tekstaten)

anoo Keski-Suomen Liikunta ry:n jäsenyyttä.

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
paikka

Allekirjoitukset

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Nimen selvennys

\_\_\_\_\_

nimen selvennys

## Hakijayhteisön yhdyshenkilötiedot:

Yhteisö \_\_\_\_\_

Nimi \_\_\_\_\_

Katuosoite \_\_\_\_\_

Postinumero ja -toimipaikka

Puhelin työ \_\_\_\_\_ koti \_\_\_\_\_

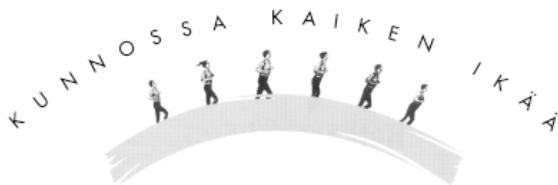
matkap \_\_\_\_\_ fax \_\_\_\_\_

e-mail \_\_\_\_\_ www-osoite \_\_\_\_\_

## Jäsenhakemus palautetaan osoitteella:

Keski-Suomen Liikunta ry  
Sepänkatu 4 B, 40100 Jyväskylä  
tai fax 339 2144

# KKI-ohjelma tukee aikuisliikuttajia



Valtakunnallinen KUNNOSSA KAIKEN IKÄÄ -ohjelma, KKI, on opetusministeriön sekä sosiaali- ja terveysministeriön rahoittama liikuntahanke. Ohjelman toisella viisivuotiskaudella 2000 - 2004 KKI:n tavoitteena on auttaa yli 40-vuotiaita liikuntaharrastuksen alkuun sekä luoda pysyviä liikuntapalveluja aikuisten lähipiiriin.

KKI-ohjelma liikuttaa aloittelijoita jo yli 400 paikallishankkeen voimin ja levittää tietoa liikunnan merkityksestä tiedotusvälineiden sekä omien viestintätuotteidensa avulla. Paikallistasolla KKI-toimintaa järjestävät yhteistyössä mm. kuntien liikunta- ja terveystoimet, työterveyshuolto, työpaikat sekä liikuntaseurat ja muut yhdistykset. Valtakunnallisesti KKI-ohjelmasta vastaa Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö.

Uusina hallinnonaloina myös liikenne- ja viestintäministeriö ja ympäristöministeriö sekä Metsähallitus ovat kaudella 2000 - 2004 KKI-ohjelman taustalla ja kehittävät omilla hallinnonaloillaan toimia mm. työmatka- ja luontoliikunnan edistämiseksi.

Ohjelma myöntää kilpailun kautta vuonna 2001 taloudellista tukea n. 3 Mmk liikunnallisen aktiivisuuden lisäämiseen tähtääville hankkeille. Tukea myönnettäessä seuraavat kriteerit ovat tärkeitä:

1. Hanke tuo liikunnan pariin yli 40-vuotiaita, jotka liikkuvat terveytensä kannalta liian vähän.
2. Hanke sisältää toimintaidean, joka voi saada liian vähän liikuntaa harrastavat ihmiset aloittamaan pysyvän liikuntaharrastuksen.
3. Hankkeeseen osallistuu tahoja, jotka yhdessä panostavat kohderyhmän liikunnalliseen aktivointiin.
4. Haettu avustus on alle puolet hankkeen kokonaiskustannuksista.
5. Avustusta voidaan myöntää myös muille hakemuksille, jotka tukevat KKI-toiminnan käynnistymistä tai tavoitteita.

Hakemukset toimitetaan 30.3.2001 mennessä opetusministeriöön os. PL 29, 00023 Valtioneuvosto.

## Keskisuomalaisille KKI-hankkeille tukea 120 000 mk

Vuoden 2001 ensimmäiseen hankekilpailuun osallistui 183 hanketta, jotka hakivat opetusministeriön ja sosiaali- ja terveysministeriön rahoittamalta KKI-ohjelmalta tukea yhteensä 8 430 396 markkaa.

Keski-Suomeen tukea tuli kuudelle hankkeelle, yhteensä 120 000 markkaa. Tuen saajat ovat JOUTSA/Joutsan Seudun Reumayhdistys ry (Joutsan seudun potilasjärjestöjen pitkäaikaiskuntoutus) 10 000 mk, MUURAME/Muuramen kunta (Kuntoa kehoon) 15 000 mk; SAARIJÄRVI/Anna Kivimäki -säätiö (Liikettä periferiaan) 10 000 mk ja Saarijärven KKI-toimikunta (Saarijärvi Saa Liikkua) 10 000 mk; VIITASAARI/Viitasaaren kaupunki (Kyläkantri) 15 000.

Lisäksi Keski-Suomen Liikunta ry:n tukihanke sai 60 000 mk terveysliikunnan kehittäjän palkkaukseen. Keski-Suomen Liikunta toimii oman alueensa KKI-toiminnan yhteistyötahona, kehittäjänä ja kouluttajana.

*Hankekuvaukset ja yhteystiedot löytyvät internetistä osoitteesta [www.kki.likes.fi](http://www.kki.likes.fi)*

Lisätietoja:

Keski-Suomen Liikunta ry; aluejohtaja Petri Lehtoranta, Sepänkatu 4 B, 40100 Jyväskylä, puh. (014) 3392 112 tai 050 5333 858, sähköposti: [petri.lehtoranta@jiop.fi](mailto:petri.lehtoranta@jiop.fi)

# KKI-Klubimestareita sivukylille

**Keskisuomalaiset kunnat ovat tarttuneet yhdessä Keski-Suomen Liikunnan kanssa terveysliikuntahaasteeseen saada aktiivisia vetäjiä (KKI-klubimestareita) sivukylille. Laukaan onnistuneella KKI-hankeella saatiin koulutettua viime vuonna 26 klubimestaria sivukylille. Laukaan KKI-klubimestarimallia ollaan nyt siirtämässä muihin keskisuomalaisiin kuntiin.**

Keski-Suomen Liikunta aloitti viime vuoden alussa (2000) terveysliikunta-projektin, joka tarkoituksena oli pal-

vella keskisuomalaisia kuntia ja eri terveysliikunnan toimijatahoja. Virikepäivä, Lääkärit liikkeelle, terveysliikuntatreffit ja KKI-kouluttajakoulutus loivat uusia toiminta-tapoja ja antoivat tietoa eri ammattiryhmille. Kuntien terveysliikuntaväen lisäksi toiminnassa ovat olleet aktiivisesti mukana mm. Jyväskylän yliopisto, Jyväskylän Ammattikorkeakoulu, Kuntoutumis- ja Liikuntakeskus Peurunka, LIKES tutkimuskeskus, LIKES Liikuntalääketieteen klinikka sekä Kunnossa Kaiken Ikää ohjelma. Viime vuoden toiminnan tarkoituksena oli

luoda Keski-Suomen alueelle kattava terveysliikunnan toimija ja asiantuntija verkosto. Tässä onnistuttiin, sillä kaikissa 30 kunnassa on terveysliikunnasta vastaava yhdyshenkilö ja useimmat koulutuksesta vastaavat toimijat ovat mukana toiminnassa.

Tämän vuoden tavoitteena on siirtää terveysliikunnan osaaminen kuntalaisten käyttöön. Ideana on tarjota palveluita terveystensä kannalta riittämättömästi liikkuville yli 40-vuotiaille kuntalaisille. Terveysliikunnan palveluiden ja tarjonnan taso vaihtelee suuresti Keski-Suomen alueen kunnissa ja kaupungeissa. Jyväskylässä ja useissa suurimmissa kasvukeskuksissa on tarjolla monipuolisia kaikkien kaupunkilaisten ulottuvilla olevia terveysliikuntapalveluja. Pienemmissä kunnissa ja varsinkin sivukylillä palvelujen tarjonta on heikkoa. Siksi Keski-Suomen kunnat valitsivat ensimmäiseksi kohderyhmäksi nimenomaan sivukylät.

Keski-Suomen Liikunta aloitti viime syksynä KKI-kouluttajakoulutuksen joka päättyi 10.2.2001 Koulutus antaa valmiudet toteuttaa esim. Laukaan mallilla KKI-klubimestari koulutusta sivukylille tai muille kohderyhmille. Tänä (20.2) täällä LIKESillä on 16 kunnan edustajat paikalla miettimässä yhteistyötä Laukaan mallin pohjalta. Paikalle ovat ilmoittautuneet mm. Pihtipudas, Kinnula, Kivijärvi, Kanonkoski, Multia, Petäjävesi, Keuruu, Uurainen, Toivakka, Sumiainen, Joutsa, Leivonmäki, Saarijärvi, Kuhmoinen, Jämsä ja Laukaa



## Konttoriteknikka on taitolaji, jonka me osaamme

Tietotekniikan kokonaispalvelun suunnittelusta toimitukseen,  
asennukseen, ylläpitoon ja käyttäjätukeen asti  
Räätälöidyt verkkoratkaisut  
Parhaan atk-tekniikan  
Johtavat ohjelmistot taloushallinnosta tekstinkäsittelyyn  
Palvelimet  
Sähköpostit  
Internet-yhteydet  
Eurotoimistotukku-partnerisopimuksen  
Räätälöidyn toimistotarvikkeiden hankintaratkaisun,  
jonka avulla säästät aikaa, vaivaa ja rahaa  
Nettikauppa-palvelun  
Konttoriteknikan vahvimmat maailmanmerkit  
Asiantuntevan myyntipalvelun  
Huolto-organisaation, joka on käytössäsi silloin kun sitä tarvitset  
Kattavan huoltosopimuksen  
Huollon laatutakuun



Gummeruksenkatu 6, 40100 Jyväskylä. Puh. (014) 445 566, telefax (014) 445 5601; www.jykonttorik.fi