

Kesli-info

Keski-Suomen Liikunta ry:n tiedote

1/2003



TAPAHTUMAT:

Liikkuva Iltapäivä -seminaari 18.2.
KESLI-liikuntaleiri 9.-13.6.
Siltojen Juoksu -tapahtuma 2.8.
Hyvän Olon Viikonloppu -messut 30. - 31.8.

www.keski-suomenliikunta.fi
www.urli.org

Keski-Suomen Liikunta ry:n jäsenet

- jo 80 jäsenjärjestöä !

Alhon Aki ry
Diskos 93 Juniorit ry
FC Vaajakoski ry
Haapamäen Urheilijat ry
HoNsU Juniorit ry
Huhtasuon Hiihto 2000 ry
JJK Juniorit ry
JYP HT Juniorit ry
Jyväskylän Hockey Cats ry
Jyväskylän Jigotai ry
Jyväskylän Kenttäurheilijat ry
Jyväskylän Kiri ry
Jyväskylän Kiri Juniorit ry
Jyväskylän Kuntoliikunta ry
Jyväskylän Latu ry
Jyväskylän Lohi ry
Jyväskylän Naisvoimistelijat ry
Jyväskylän Pallokerho ry
Jyväskylän Pyöräilyseura ry
Jyväskylän Rugby Club ry
Jyväskylän Salibandyclub Blues ry
Jyväskylän Seudun Palloseura
Jyväskylän Shorinji Kempo ry
Jyväskylän Taitoluisteluseura ry
Jyväskylän Toverit ry
Jyväskylän Valo ry
Jyväskylän yliopiston ylioppilaskunta ry
Jyvasseudun Agility Team ry
Jyvasseudun Paini-Ässät ry
Karateseura Fudokan ry
KEJUBO ry
KENSU ry
Keuruun Naisvoimistelijat ry
Keski-Suomen Moottorikerho ry
Kinnulan Kimmot ry
Konneveden Urheilijat ry
Kyyjärven Kyky ry
Palokan Kiekko ry
Palokan Naisvoimistelijat ry
Palokan Pyry ry
Palokan Riento ry
Pohjois-Päijänteen Pursiseura ry
Pylkönmäen Yrittävä ry
Riihivuoren Hiihtokoulu yhdistys ry
Saarijärven Naisvoimistelijat ry
Saarijärven NMKY ry
Saarijärven Pullistus ry
Tanssiurheiluseura Foksi ry
Tanssiurheiluseura Tepika ry
Tikkakosken Kiekko ry
Tikkakosken Suunnistajat ry
Tikkakosken Voimistelu- ja Liikuntaseura ry
Vaajakosken Kuohu ry
Vaajakosken Pelikaanit ry
Vihtavuoren Pamaus HT ry

Viitasaaren Suunta ry
Äänekosken Huima ry
Äänekosken Liikuntaseura ry

SPL:n Keski-Suomen piiri ry
TUL:n Keski-Suomen piiri ry
Hengitysliitto HELI ry
Keski-Suomen Hiihto ry
Keski-Suomen Sydänpiiri ry
Keski-Suomen Yleisurheilu ry
Suomen Metsästäjäliiton Keski-Suomen piiri ry

Autourheilun Kansallinen Keskusliitto ry
Suomen Ampumaurheiluliitto ry
Suomen Avantouintiiliitto ry
Suomen Hiihtoliitto ry
Suomen Invalidien Urheiluliitto ry
Suomen Jääkiekkoliitto ry
Suomen Koripalloliitto ry
Suomen Kuntourheiluliitto ry
Suomen Lentopalloliitto ry
Suomen Pesäpalloliitto ry
Suomen Ratsastajainliitto ry
Suomen Suunnistusliitto ry
Suomen Taitoluisteluliitto ry
Suomen Tennisliitto ry
Suomen Valjakkourheilijoiden Liitto ry

Hyvä seuraväki!

Keräämme sähköpostiosotteita jotta tiedotuksemme voisi nopeutua entisestään. Koska Kesliäisten joukko kasvaa koko ajan, toivomme että autatte meitä pitämään osoite-rekisterin ajantasalla. Muuttuneita tietoja voi päivittää osoitteeseen toimisto@keski-suomenliikunta.fi

Kesli-info on maksuton ja se lähetetään jokaiseen keski-suomalaiseen urheiluseuraan sekä muille KesLin jäsenille, Keski-Suomen kuntiin sekä valtakunnallisille lajiliitoille.

Julkaisija: Keski-Suomen Liikunta ry
Sepänkatu 4 B, 40100 JKL
puh. (014) 339 2100

Päätoimittaja: Petri Lehtoranta
Painopaikka: Kopi-Jyvä Oy
Painos: 700 kpl

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

HALUATKO TAVOITTA A KESKISUOMALAISEN URHEILUVÄEN ?

KYSY ILMOITUSTILAN HINTOJA !



Pääkirjoitus

Millainen on hyvä urheiluseura?

Jokainen meistä varmaan muistaa joskus arvioineensa urheiluseuran toimintaa. Kuntien ja kaupunkien edustajat arvioivat joka vuosi urheiluseurojen toimintaa jakaessaan avustuksia.

Urheilevien lasten vanhemmat arvioivat seurojen toimintaa. Lajiliitot arvioivat seurojen toimivuutta jakaessaan Nuoren Suomen kanssa seuroille Si-nettiarvoja. Media arvioi seuroja. Seurat ovat siis jatkuvasti arvioinnin ja joskus kovankin kritiikin kohteena, mutta onko kukaan koskaan kirjannut ylös sitä, millainen on hyvä urheiluseura? Voidaanko edes ajatella, että voisi löytyä yhteisiä kriteereitä sille, millainen on hyvä suomalainen urheiluseura?

Ohjattu liikunta- ja urheilutoiminta rakentuu Suomessa vahvasti urheiluseurojen ja vapaaehtoisten toimijoiden varaan. Urheiluseura (tai mikä tahansa muukin yhdistys) perustetaan palvelemaan tiettyä tarvetta tai vaikuttamaan johonkin epäkohtaan yhteiskunnassa. Erilaisten yhdistysmuotoisten urheiluseurojen jäseniä yhdistää halu liikkua ja liikuttaa. Voisiko urheiluseuraa lähteä arvioimaan tämän yhteisen toiminta-ajatuksen pohjalta?

Seuroja jaotellaan usein kilpaurheiluseuroiksi ja harrasteliikuntaseuroiksi. Itse olen kuullut arvostelua kilpailupainotteisia seuroja kohtaan siitä, että kaikilla ei ole mahdollisuutta osallistua seuran toimintaan. Seuroilta toi-

vottaisiin myös ohjattua harrasteliikuntaa, sillä valitettavan usein jäsenen ”harrastusputki” katkeaa, mikä myös tarkoittaa sitä, että seura menettää yhden mahdollisen toimijan. Vastaavasti olen ollut tekemisissä harrasteliikuntaseurojen kanssa, joissa toivottaisiin panostusta myös kilpaurheiluun.

Yrityksissä toimintaa tehostetaan usein tekemällä selkeitä valintoja. Painopisteet ohjaavat toimintaa. Jos urheiluseura haluaa tehostaa toimintaansa valitsemalla tietyn painopisteen toiminnalleen, voi seuran toiminta kehittyä voimakkaasti valitulla osalla alueella. Ratkaisu voi myös aiheuttaa tyytymättömyyttä niissä jäsenissä, jotka kokevat jäävänsä uudistusten ulkopuolelle. Onko tällaisen valinnan tehnyt urheiluseura hyvä urheiluseura; toiminta on tehokkaampaa kuin koskaan aiemmin, mutta samalla osa jäsenistöä on tyytymätöntä? Voiko tai pitääkö kaikkia jäseniä miellyttää?

Viime aikoina on tapahtunut seurojen pirstaloitumista; on syntynyt junioriseuroja, yhden lajin erikoisseuroja ja jopa yhden joukkueen seuroja. Yleensä uuden seuran syntyminen on seurausta tyytymättömyydestä vanhaan. Pirstaloitumisen syynä on valitettavan usein raha ja valta. Mitä hyötyä tai haittaa on seurojen jakautumisesta pienemmiksi yksiköiksi? Minkä kokoinen on ihanneseura?

Seuran toiminnan jatkuvuuden kan-

nalta on hyvä, että seurassa on toimintaa kaiken ikäisille. Luultavasti seura on onnistunut toiminnassaan, jos yhdistyksen jäsen löytää itselleen mielekästä tekemistä seurassa koko loppuelämäkseen.

Seuraan on varmasti helppo sitoutua, jos toiminta pohjautuu jäsenen itsensäkin hyväksymiin arvoihin ja toiminta-ajatukseen.

Seuran on luultavasti myös helpompi toimia, jos se sitoutuu voimakkaasti omaan paikkakuntaansa ja verkostoituu kunnan ja muiden urheiluseurojen kanssa. Paikallisuus lisää ihmisten kiinnostusta seuraa kohtaan.

Ehkä yksi kiistattomimmista hyvän seuran merkeistä on se, että seura huolehtii lakisääteisistä velvoitteistaan ja noudattaa toiminnassaan Suomen lainsäädäntöä. Hyvä seura noudattaa myös seuran omia sääntöjä. Näissäkin asioissa meillä seurayhteisöillä on varmasti vielä parannettavaa.

Nämä asiat ovat mielessäni pyörineet tulevia Keski-Suomen Liikunnan koulutuksia suunnitellessani. Toivoisin, että te lukijat kommentoisitte tätä juttua ja jos teiltä löytyy ”huippuseura kriteereitä” omista tiedostoistanne, ottaisin niitä mielelläni vastaan osoitteeseen: laura.luopajarvi@keski-suomenliikunta.fi

Liikunnallista talvea toivotellen
Laura Luopajarvi

Keski-Suomen Liikunta ry:n hallitus 2003

Olli Martti, puheenjohtaja
martti.oli@talousturva.inet.fi

Mäkinen Heikki, varapj
huima.heikki@nic.fi

Mäki-Punto Tarja, varapj
tarja.maki-punto@iki.fi

Puskala Anneli
anneli.puskala@kolumbus.fi
varajäsen: Hagman Petri

Karimäki Ari
ari.karimaki@jklmlk.fi
varajäsen: Pesonen Marjaliisa

Paasu Tapani
tapani.paasu@nic.fi
varajäsen: Airola Jouni

Ristanen Kari
kari.ristanen@pp.inet.fi
varajäsen: Kemppainen Jorma

Pohjoismäki Katja
katja.pohjoismaki@jamsa.fi
(puuttuu kuvasta)
varajäsen: Hakaniemi Kaija

Meuronen Anita
anitameuronen@hotmail.com
varajäsen: Lindell Leila

Keski-Suomen Liikunta ry:n hallitus 2003



Keski-Suomen Liikunta ry:n työntekijät

Petri Lehtoranta, aluejohtaja
puh. (014) 339 2112, 050-533 3858
petri.lehtoranta@keski-suomenliikunta.fi

Laura Luopajarvi, kenttäpäällikkö
puh. (014) 339 2113, 050-339 0459
laura.luopajarvi@keski-suomenliikunta.fi

Hilkka Kaipainen, taloussihteer
puh. (014) 339 2117
hilkka.kaipainen@keski-suomenliikunta.fi

Riitta Virinkoski-Lempinen, nuorisopäällikkö
puh. (014) 339 2110, 050-542 3604
riitta.virinkoski@keski-suomenliikunta.fi

Jari Lindroos, terveysliikunnan kehittäjä
puh. (014) 339 2128, 041-539 6125
jari.lindroos@keski-suomenliikunta.fi

Niina Kukkonen, toimistosihteer
puh. (014) 339 2100
toimisto@keski-suomenliikunta.fi

Laura Viitanen, työsuunnittelija
puh. (014) 339 2116, 050-367 1521
laura.viitanen@keski-suomenliikunta.fi

Ohjaajakoulutusta keväällä 2003

Keski-Suomen Liikunta ry järjestää kaikille lasten ja nuorten liikuntaa ohjaaville soveltuvaa perus- ja täydennyskoulutusta. Tutustu tarjontamme ja ilmoittaudu mukaan!

SEURAOHJAAJAT JA -VALMENTAJAT (SLU:n I-taso)

Nuoren urheilijan ravitsemus 3 h, 30 eur

Ti 11.2. klo 18-21 Keski-Suomen Liikunta, Sepänkatu 4 Jyväskylä (2. krs)

Kouluttaja: Nina Peltonen

Kurssilla käsitellään mm. nuoren urheilijan ravintosuosituksia harjoituskaudella ja ennen kilpailuja/otteluita sekä ravinnon energiasisältöä. Ennen kurssia täytetään oma kolmen vuorokauden ravintopäiväkirja. Kurssi soveltuu kaikille nuoren urheilijan ravitsemuksesta kiinnostuneille.

Lasten urheilun perusteet 9 h, 60 eur

ke 12.3. klo 18-21 ja la 15.3. klo 10-16

Vaajakosken liikuntahalli

Ilmoittautumiset 5.3. mennessä.

Kouluttaja: Tero Kokkonen

Käytännönläheinen ohjaajakurssi on tarkoitettu 7-13 -vuotiaiden lasten ohjaajille ja ohjaajiksi aikoville. Se on jokaisen lasten ohjaajan peruskurssi urheilun tavoitteista, periaatteista ja keinoista. Kurssilla perehdytään ohjaajan rooliin ja harjoituksen toteuttamiseen sekä suunnitteluun.

Tyypilliset urheiluvammat ja lihashuolto 3 h, 30 eur

Ke 26.3. klo 17-20 Keski-Suomen talo,

Sepänkatu 4 Jyväskylä (alakerta)

Ilmoittautumiset 17.3. mennessä.

Kouluttaja: Anssi Leino

Kurssilla käsitellään erityisesti nuorten urheilijoiden urheiluvammojen syntymekanismeja, lihashuoltoa urheiluvammojen ehkäisijänä ja vammojen ensiapua. Kurssi soveltuu valmentajille, huoltajille ja lasten/nuorten vanhemmille. Kursseja järjestetään myös lajikohtaisina.

Opettaminen ja taidon oppimisen perusteet 9 h, 60 eur

to 10.4. klo 18-21 ja la 12.4. klo 10-16

Vaajakosken liikuntahalli.

Ilmoittautumiset 3.4. mennessä.

Kouluttaja: Jouni Vatanen

Kurssi antaa kokonaiskuvan oppimis- ja opettamistapahtumasta. Kurssilla käsitellään opetustapahtuman järjestämistä, oppimisympäristöä, taitojen opettamista sekä oppimisen ja opettamisen periaatteita.



Kurssi soveltuu lasten ja nuorten valmentajille, joilla on perustiedot lasten/nuorten ohjaamisesta.

Psyykkisen valmennuksen perusteet 9 h, 60 eur

su 6.4. klo 9-18 Keski-Suomen Liikunta,

Sepänkatu 4B Jyväskylä (2. krs)

Ilmoittautumiset 27.3. mennessä.

Kouluttaja: Marja Äijö

Kurssi antaa perustietoa psyykkisestä valmennuksesta sekä malleja ja esimerkkejä urheilijan henkisten voimavarojen kehittämiseksi. Kurssin sisältö: positiivinen ajattelu, itseluottamus, keskittymisen taito ja mentaalisen harjoittelun menetelmät. Kurssi on tarkoitettu valmentajille, joilla on jonkin verran käytännön valmennuskokemusta.

Fyysisen harjoittelun perusteet 15 h, 70 eur

La-su 26.-27.4. klo 9.30 – 17.30 Muurame

Ilmoittautumiset 15.4. mennessä.

Kouluttaja: Semi Nuorala

Käytännönläheinen kurssi antaa perustiedot liikuntafysiologiasta ja selvittää elimistön kuormittamisen yleisiä vaikutuksia. Kurssilta saa malleja kestävyys-, voima-, nopeuden ja liikkuvuuden harjoittamiseen. Kurssi soveltuu valmentajille, joilla on jonkin verran käytännön valmennuskokemusta.

**NUORI
SUOMI**
Lapsella on oikeus liikuntaan.

LASTEN OHJAAJAT (Nuori Suomi)

Koululaisten iltapäiväohjaajien koulutus- ja ideapäivä 6 h, 15 eur

La 15.2. klo 9.30 – 15.30 Jokelan koulu, Palokka

Ilmoittautumiset 7.2. mennessä.

Kouluttajat: Eija Niutanen, Tella Vuolle ja Ville Rinta-Harri

Koulutuksessa aiheina ohjaajan työssä jaksaminen, toiminnan suunnittelu ja pienten tilojen liikunta.

Rytmiikkäästi liikkuen 3 h, 30 eur

1. kurssi: to 20.2. klo 17-20, päiväkotia Aarresaari Jyväskylä (ilmoittautumiset 13.2. mennessä)

2. kurssi: to 13.3. klo 8.30 – 11.30 päiväkotia Aarresaari Jyväskylä (ilmoittautumiset 5.3. mennessä)

Kouluttaja: Katri Sairanen

Kurssilla liikutaan ja musisoidaan perussykkeen tahdissa. Liike ja musiikki tukevat toisiaan, kun käytetään kehosoittimia, leikitään palloilla ja lorutellaan. Kurssilla käytetään Vauhtivarpaat -cd:ltä tuttuja kapaleita ja tehdään rytmikkäitä liikuntaleikkejä ja -harjoitteita, joita on helppo toteuttaa lapsiryhmän kanssa.

Liikuntaa pienissä tiloissa 3 h, 30 eur

To 6.3. klo 17-20 päiväkotia

Aarresaari, Jyväskylä

Ilmoittautumiset 26.2. mennessä.

Liikkua voi myös ilman isoa liikuntatilaa tai -salia. Pienikin tila voi olla suuri mahdollisuus! Tällä kurssilla muunnellaan perinteisiä ja lasten itse kehittämiä leikkejä liikunnallisempaan muotoon.

Liikkuva Iltapäivä -ohjaajakoulutus 9 h, 25 eur

La 8.3. klo 9-17 Cygnaeuksen koulu, Voionmaankatu 18 Jyväskylä

Ilmoittautumiset 27.2. mennessä.

Kouluttaja: Sari "Hapsu" Haapasalo

Liikuntapainotteinen, monipuolinen koululaisten iltapäiväohjaajan peruskoulutus, joka on tarkoitettu jo mukana oleville ohjaajille tai ohjaajiksi aikoville henkilöille. Käsitellään mm. iltapäivätoiminnan merkitystä lapsen kannalta, liikunnan merkitystä lapsen kehityksen kannalta jne. Suunnitellaan ja toteutetaan myös liikuntatuokioita. Koulutusmateriaalina Nuoren Suomen monipuolinen ohjaajakansio.



Esiopetusta liikunnan keinoin 9 h, 65 eur

Ma-ti 24.-25.3. klo 16.30 – 20.00, päiväkotia Aarresaari Jyväskylä

Ilmoittautumiset 14.3. mennessä.

Kouluttaja: Jari Kauppinen

Tutustutaan liikunnallisiin tapoihin oppia ja opettaa kognitiivisia taitoja. Liikunta on kielen oppimisen väline ja toiminnallinen matematiikka on hauskaa.

Nassikkapaini 3 h, 30 eur

Ti 11.3. klo 17-20, päiväkotia Aarresaari Jyväskylä

Ilmoittautumiset 3.3. mennessä.

Kouluttaja: Semi Nuorala

Kurssilla tutustutaan Nassikkapainin saloihin, sen kehittäviin ja kasvattaviin vaikutuksiin, monipuolisuuteen ja tyyliin: parikisailu, nassikkapainiottelu ja gladiaattoripaini.

Virikkeitä lasten liikuntaan 3 h, 30 eur

Ke 19.3. klo 17-20, päiväkotia Aarresaari Jyväskylä

Ilmoittautumiset 11.3. mennessä.

Kouluttaja: Semi Nuorala

Kooste erilaisista liikunnallisista leikeistä. Välineinä mm. leikkivarjo ja ilmapallot.

Seikkailuliikunta 6 h, 60 eur

Ma-ti 28.-29.4. klo 17-20 päiväkotia Aarresaari, Jyväskylä

Ilmoittautumiset 17.4. mennessä.

Kouluttaja: Janne Jukarainen/Jari Kauppinen

Seikkailuliikunnan keinoin opitaan helposti yhteistoiminnan taitoja ja kehitetään ongelmanratkaisukykyä.

TEEMAKOULUTUS

Pihapelit ja -leikit 3 h, 30 eur

Ke 23.4. klo 17-20 päiväkotia Aarresaari, Jyväskylä

Ilmoittautumiset 15.4. mennessä.

Kouluttaja: Janne Jukarainen

Vanhvoja ja uusia ulkoleikkejä niin pihaan kuin metsäänkin. Itse leikkien ja yhteistoiminnallisesti oppien.

Palloilu-teemakoulutus koululaisten

iltapäiväohjaajille 3 h, 15 eur

Ti 1.4. klo 18-21 päiväkotia Aarresaari, Jyväskylä

Ilmoittautumiset 24.3. mennessä.

Hauskoja ja vauhdikkaita ideoita pallopeleihin ja -leikkeihin.



Liikuntaseikkailu Maapallon ympäri !

Nuori Suomi ry,
puh. (09) 3481 2331
minna.varis@ns.slu.fi

www.nuorisuomi.fi/liikuntaseikkailu

TILATTAVISSA MYÖS:

Pelissäntökoulutus 2-3 h

Operaatio Pelissännöt on urheilun sopimusjärjestelmä, jonka tavoitteena on saada lasten vanhemmat ja ohjaajat, lapset ja muut lasten liikunnassa mukana olevat yhteisesti sopimaan oman ryhmän toiminnan tavoitteista, sisällöistä ja arvoista. Koulutus on seuralle maksuton, jos on vähintään kymmenen osallistujaa.

Lapsen ja ohjaajan kohtaaminen 3 h

Kurssilla käydään läpi joitakin lasten yleisimpiä käytäytymishäiriöitä, mm. ylivilkkaan lapsen kanssa toimimista, käytännön esimerkein ja keskustelemalla sekä myös yhteistoiminnallisten harjoitusten avulla.

Vastuullinen valmentajuus ja huoltajuus 6 h

Sisältö: valmentajan vastuu nuoren kasvatuksesta urheiluseurassa, nuoren kohtaaminen, erilaiset tavat oppia, huoltajan vastuu ja rooli, urheilija- ja valmentaja-/huoltajasopimukset sekä päihteet ja urheileva nuori. Koulutus on tarkoitettu seurojen yli 12-vuotiaiden valmentajille ja huoltajille.



www.keski-suomenliikunta.fi

LISÄTIETOJA JA ILMOITTAUTUMISET:

Keski-Suomen Liikunta ry
Nuorisopäällikkö Riitta Virinkoski-Lempinen
Puh. (014) 3392 110, 050 5423 604
Sähköposti: riitta.virinkoski@keski-suomenliikunta.fi
Internet: <http://www.keski-suomenliikunta.fi> ->lasten ja nuorten liikunta

LIKKUVAN ILTAPÄIVÄTOIMINNAN PAIKALLISTUKI 2003

Liikkuvan iltapäivätoiminnan paikallistuella edistetään paikallisesti toteutettua, säännöllistä ja mieluiten päivittäistä iltapäivätoimintaa, jossa on monipuolista sekä lasten kokonaisvaltaista kehittymistä ja kasvua tukevaa liikuntaa. Liikkuvan Iltapäivän paikallistuen hakuaika on **14.3. mennessä**. Hakulomakkeet ja tarkemmat kriteerit löytyvät internetistä osoitteesta: www.minedu.fi kohdasta avustukset tai www.nuorisuomi.fi kohdasta Liikkuva Iltapäivä

Keski-Suomen osalta hakemukset tulee toimittaa osoitteella: Länsi-Suomen lääninhallitus/Jyväskylän palveluyksikkö, Liikuntatoimi, PL 41, 40101 Jyväskylä

LISÄTIETOJA:

Nuori Suomi ry/Riikka Eerola
(09) 3481 2012, 040 562 1989
riikka.eerola@ns.slu.fi
<http://www.nuorisuomi.fi>

Keski-Suomen Liikunta/Riitta Virinkoski-Lempinen
Puh. (014) 3392 110, 050 5423 604
riitta.virinkoski@keski-suomenliikunta.fi

Länsi-Suomen lääninhallitus/Satu Raiski-Ahola
Puh. 0205 174 224
satu.raiski-ahola@lslh.intermin.fi

**NUORI
SUOMI**
Lapsella on oikeus liikkua.

KESKI-SUOMEN LIIKUNTA MUKANA TOUKOFESTISSÄ

Nuorten Keski-Suomi järjestää jälleen ToukoFest –tapahtuman Jyväskylän Hippoksella **27.-28.5.** Keski-Suomen Liikunta on mukana omalla, toiminnallisella osastollaan. Luvassa on liikunnallista menoa! Tapahtumassa ovat mukana tiistaina 1.-6. –luokat ja keskiviikkona 7.-9. –luokat, lukiot ja ammatilliset oppilaitokset. Käykää tutustumassa!

Lasten ja nuorten urheiluseuratoimintaan lähes 400 000 euroa

Opetusministeriön ja Nuoren Suomen seuratoiminnan paikallistukea haki tänä vuonna 965 hanketta. Tukea haettiin lähes 2,8 miljoonaa euroa. Tukisumma eli 389 500 euroa jaettiin 368 urheiluseurahankkeen kesken. "Lähes tuhannesta hakijasta näkee sen, että urheiluseuroissa on valtava tarve kehittää toimintaa", Nuoren Suomen yhteyspäällikkö Eija Alaja sanoo.

Tukirahaa myönnettiin alle 13-vuotiaiden seuratoiminnan laadun kehittämiseen ja 13-19 -vuotiaiden harrasteryhmien perustamiseen. Paikallistuki jaettiin nyt neljännen kerran. Tukirahat luovutettiin urheiluseuroille maakuntien tilaisuuksissa eri puolella Suomea.

Alle 13-vuotiaille toimintaa maaseudun sivukylille

Alle 13-vuotiaiden tukirahaa sai 228 urheiluseurahanketta. Tukirahan kriteerinä oli toiminnan laadun kehittäminen, uusien ryhmien synnyttäminen tai uuden toiminnan aloittaminen. Ennen tuen saamista toiminnan pelisäännöistä piti olla sovittu niin lasten kuin vanhempien kanssa. Tällä varmistetaan toiminnan leikinomaisuus ja jokaisen lapsen oikeus osallistua urheiluseuratoimintaan.

"Hakemuksissa oli paljon aloitteita uuden toiminnan synnyttämiseksi, varsinkin maaseudulla, jossa sivukylille halutaan toimintaa. Tämä on positiivista: lapsen luo halutaan mennä", Alaja sanoo. Laadun kehittäminen näkyi hakemuksissa siten, että seurat halusivat kouluttaa ohjaajiaan.

13-19 -vuotiaille monipuolisia harrastusmahdollisuuksia

Yli 13-vuotiaiden tukirahaa sai 140 urheiluseurahanketta. Tukirahalla halutaan synnyttää harrastetoimintaa urheiluseuroihin. Tarkoituksena on edistää nuorten liikkumis-

ta ilman kilpaurheilutavoitteita ja ehkäistä sitä, että nuoruusikään tultaessa urheiluseuraharrastus lopetetaan.

"Seuroja rohkaistaan järjestämään toimintaa 1-3 kertaa viikossa. Suurimmissa kaupungeissa suosituimmat palloilulajit ovat tässä asiassa yksilölajeja edellä. Niillä on esimerkiksi A-, B- ja C-junnuissa jo harvemmin harjoittelevia rinnakaisjoukkueita", Nuoren Suomen kehityspäällikkö Pasi Mäenpää sanoo.

Keskisuomalaisille seuroille tukea 25 500 euroa

Keski-Suomesta tukea haettiin yhteensä 56 hankkeelle ja tukea sai 22 hanketta. Näistä 18 hanketta kohdistuu alle 13-vuotiaiden toimintaan ja neljä hanketta on suunnattu 13-19 -vuotiaille. Tuen saajat edustavat 13 eri lajia, lisäksi kaksi hanketta on monen lajin yhteishankkeita. Lasten määrä tukea saaneissa hankkeissa on lähes 2 000. Alle 13-vuotiaiden toimintaan tukea myönnettiin yhteensä 21 000 euroa ja yli 13-vuotiaiden hankkeisiin 4 500 euroa, yhteensä Keski-Suomeen tuli 25 500 euroa tukirahaa. Seurakohtaisen tuen määrä vaihteli 500 eurosta 2 000 euroon.

Suurimmat tuet, 2 000 euroa, saivat Palokan Riennon jalkapallon laatuja järjestelmän kehittämishanke ja Äänekosken Huiman "Laatua Huimaan" -koripallon kehittämishanke.

Lasten liikunnan paikallistuen saajat julkistettiin 11.12.2002 Jyväskylässä Keski-Suomen Liikunnan järjestämässä tilaisuudessa. Keski-Suomen tuen saajat löytyvät myös Keski-Suomen Liikunnan www.sivuilta:

www.keski-suomenliikunta.fi tai Nuoren Suomen nettisivuilta www.nuorisuomi.fi



Trio Junioreiden diplomin vastaanottivat Jukka ja Marja-Kristiina Lerkkanen, Riitta Virtanen sekä seuran junioriedustajat Sakari Lerkkanen, Laura Lerkkanen ja Matias Puttonen.

Keski-Suomen tukea saaneet hankkeet lajeittain (suluissa tuettujen hankkeiden määrä lajissa):

Hiihto (1) Keuruun Kisailijat 1000,- jalkapallo (5), FC Saarijärvi 1000,-, Jyväskylän Pallokerho 1500,-, Keuruun Pallo 1500,-, Konneveden Urheilijat 1000,-, Palokan Riento 2 000,- judo (1) KeJuBo, Keuruu 1000,- jääkiekko (1) Pelikaanit Hockey Team, Vaajakoski 1500,- kaukalopallo (1) Trio Juniorit ry, Jyväskylä 1000,- koripallo (1) Äänekosken Huima 2000,- lentopallo (1) Ploki ry Pihtipudas 1500,- Suomen Latu (1) Tikkakosken Latu ry 1000,- suunnistus (3) Hankasalmen Hanka 500,- Keuruun Kisailijat 1000,- Suunta 101 Jyväskylä 1000,- taitoluistelu (2) Jyväskylän Taitoluistelu-seura 1000,- Keuruun Pallo HT 1000,- tanssiurheilu (1) Tanssiurheiluseura Tepika 1000,- tennis (1) Jyväskylän Tennisseura 1500,- yleisurheilu (1) Hankasalmen Hanka 1000,- ja monta lajia (2) KuKu Sport, Jyväskylä 500,- Karstulan Kiva 1000,-.

Samppa Lajusesta Vuoden keskisuomalainen urheilija

Samppa Lajunen sai Vuoden keskisuomalainen urheilija –tittelin Keski-Suomen Liikunnan järjestämässä Liikunnan ja urheilun maakuntajuhlassa lauantaina 14.12. Jyväskylässä. Juhlapuheen tilaisuudessa piti maakuntajohtaja Anita Mikkonen.

Kolminkertaisen olympiavoittajan valinta oli yksimielinen ja helppo, sanoi palkitsemistyöryhmän puheenjohtaja Alpo Peltola.

Seuraavassa kaikki palkitut ja perustelut:

Vuoden 2002 parhaat:

1. Vuoden seuratoimihenkilö: Erkki Tervo, JyVo

Suurella sydämellä seuratyötä tekevä mies. On omalta osaltaan ollut vaikuttamassa Jyväskylän Voimistelijoiden valtakunnalliseen ja kansainväliseen menestykseen. Omalla työllään on mahdollistanut myös kansainvälisten voimistelutapahtumien saamiseen Jyväskylään.

2. Nuorisourheilun vetäjä: Eija ja Ilpo Saari

Eija ja Ilpo Saari ovat Kannonkosken kokoisessa kunnassa saaneet aikaan valtavan karting-innostuksen, josta on heijastunut myös menestystä rallipuolella. KannMK/Ua on tarjonnut kerran viikossa ajomahdollisuuden kerhon hallussa olevilla autoilla kaikille halukkaille korvausta vastaan. Ajajia on ollut keskimäärin 25/ilta. Kannonkosken asukaslukuun, alle 1700 henkeä, verrattuna harrastajien määrä on suuri (noin 1,5%).

3. Nuorisourheiluseura: Karstulan Kiva

Karstulan Kiva on luoteisen Keski-Suomen merkittävä yleisseura. Seuraprojektin ansiosta Karstulan Kiva on saanut uutta tuulta purjeisiin viimeisen kauden aikana. Projekti on antanut seuran lisäksi elinvoimaa myös koulujen liikuntatoimintaan. Tämän lisäksi seura on lisännyt lasten ja nuorten harrastajamäärää yleisurheilussa viimeisen kahden vuoden aikana yli 100 osallistujaa.

4. Vuoden nuori urheilija: Erika ja Emilia Nyström

Nuoren olympialajin muuramelaiset tiennäyttäjät. Alle 20-vuotiaiden Euroopanmestaruus sekä 9. sija alle 21-vuotiaiden maailmanmestaruuskisoissa kansainvälisessä lajissa.



Maakuntapäivän aikana järjestettiin myös urheiluseurajohtajien salibandyturnaus, jonka voitti Gazon Boulette Jyväskylästä.

5. Vuoden joukkue: Äänekosken Huiman naisten koripallon edustusjoukkue.

Palkitaan kaudesta 2001-2002 reiluinta peliä SM-sarjassa pelaavana joukkueena. SM-hopeaa voittanut ja iloista peliä esittänyt joukkue ansaitsee palkintonsa.

6. Vuoden valmentaja: Heimo Lajunen

Sampan isä, taustatuki ja valmentaja. Heimo on uhrannut valtavan määrän aikaa ja myös omaa rahaa Sampan taustalla.

7. Vuoden vammaisurheilija: Jaana Argillander

Kolminkertainen Paralympiamitalisti, joukossa myös kultaa.

8. Vuoden suosikkiurheilija: Samppa Lajunen

Yleisöäänestyksen ylivoimainen voittaja.

9. Vuoden urheilija: Samppa Lajunen

Kolme kultaa Salt Lake Cityn Olympialaisissa: Yhdistetty, yhdistetyn sprintti ja yhdistetyn joukkuekisa.

Vuoden urheiluteot lajeittain 2002 (kuvassa vas.)

TUL:n Keski-Suomen piiri: Vaajakosken Kuohun järjestämän TUL:n naisten ja tyttöjen joukkuevoimistelun mestaruuskilpailut 2002.

Keski-Suomen Hiihto: Keski-Suomen Hiihdon kunniapuheenjohtaja Pauli Sulkula.

Keski-Suomen Lentopallojaosto: Erika ja Emilia Nyström.

Suomen Palloliitto Keski-Suomen piiri: Keuruun Palloin tyttöjen EM-karsintaturnaus.

Keski-Suomen Pesis: Jyväskylän pesäpalloseurat: Jyväskylän Kiri, Jyväskylän Kiri-Juniorit ja Jyväskylän Valo.

SVoLi ry, Sydän-Suomen alue: Jyväskylän Naisvoimistelijoiden valmennustoiminta.

Keski-Suomen Suunnistus: Silja Tarvosen kilpailumestaus ja monipuolisuus.

Lasten liikuttaja 2002: Jyväskylän maalaiskunnan sivistystoimi

Luvassa vauhdikasta, monipuolista ja hauskaa leiriohjelmaa

KESLI-liikuntaleiri 9.-13.6.2003

KesLi käynnistää liikuntaleiritoinnin Keski-Suomessa. Ta-
voitteena on tarjota turvallinen
ja elämyksellinen liikuntatapah-
tuma keskisuomalaisille lapsil-
le. Leiri on ns. monilajileiri ja
mukaan ovat tervetulleita kaik-
ki 10-12-vuotiaat lapset, jotka
ovat kiinnostuneita liikunnasta.

Lapsilla on mahdollisuus valita
joko lajipainotteinen tai yleisleirioh-
jelma. Mukaan voi tulla niin aloit-
teliä kuin kokenutkin liikkuja. Lei-
riläiset majoittuvat koululla. Leirin
lajeiksi on valittu mm. jalkapallo,
koripallo, joukkuevoimistelu, teli-

nevoimistelu, pesäpallo, yleisur-
heilu, judo, lentopallo, paini, uinti,
suunnistus ja salibandy.

Näiden lajien lisäksi leirillä tullaan
tutustumaan myös moniin muihin
lajeihin. Leirin avulla lapset voivat
luontevasti löytää itselleen uuden
harrastuksen ja saada tietoa oman
kotiseutunsa urheiluseurojen toi-
minnasta.

Leiri toteutetaan jatkossa aina ke-
säkuun toisella viikolla. Vuoden
2003 leirille ilmoittautumisia ote-
taan vastaan tammikuusta alkaen
ja mukaan mahtuu 500 ensim-



mäistä ilmoittautujaa.

Leirillä liikunnanohjaajina toimivat
liikunnan ammattilaiset sekä liikun-
nanopettajiksi, liikunnanohjaajiksi
ja liikuntaneuvojiksi valmistuvat
opiskelijat.

Kysy lisää: Laura Luopajarvi, puh.
339 2113 tai laura.luopajarvi@
keski-suomenliikunta.fi

Ilmoittautumiskaavake

Leiriläisen nimi: _____ Syntymäaika _____

Osoite: _____

Erityisruokavaliot, allergiat ja mahdollinen lääkitys: _____

Lapsi osaa/ ei osaa itse huolehtia lääkityksestään Kyllä _____ ei _____
Lapsi on / ei ole uimataitoinen Kyllä _____ ei _____
Lapsi on / ei ole ennen ollut yötä poissa kotoaan ilman vanhempien seuraa Kyllä _____ ei _____
Lapsi kävelee / ei kävele unissaan Kyllä _____ ei _____

Lapsen kaverin nimi joka on myös tulossa leirille _____

Lapsi osallistuu seuraavaan leiriohjelmaan (valitse ainoastaan 1 vaihtoehto)

☐ Yleisleiri	☐ Jalkapalloseleiri	☐ Joukkuevoimisteluseleiri	☐ Judoseleiri
☐ Koripalloseleiri	☐ Lentopalloseleiri	☐ Pesäpalloseleiri	☐ Salibandyseleiri
☐ Suunnistusleiri	☐ Telinevoimisteluseleiri	☐ Uintileiri	☐ Yleisurheiluseleiri
☐ Painileiri			

Yhdessä kaikki leiriläiset pääsevät lisäksi uimaan, tanssimaan sekä pelailemaan ulkopelejä ja -leikkejä.
Leiriohjelmaan kuuluu myös lipun nostot ja laskut, leirinuotio, vierailevia tähtiä ja leiridisco.

Leiripaidan koko
130-140 cm _____ tai 150-160 cm _____

Huoltajan nimi, allekirjoitus ja puhelinnumero

Huoltajan S-etukortin numero (oikeuttaa alennukseen yhden lapsen leirihinnasta). Sisarukset samalla kortilla.

Leirin hinta: 115 eur, S-etukortilla 100 eur / lapsi.

Lähetä tämä sitova ilmoittautumiskaavake osoitteeseen:

Keski-Suomen Liikunta, Sepänkatu 4 B, 40100 JYVÄSKYLÄ tai
fax (014) 339 2144 tai sähköpostilla: laura.luopajarvi@keski-suomenliikunta.fi

Lisätietoja: www.keski-suomenliikunta.fi



Suomen Avantouintiliitto ry:n perustava kokous pidettiin 23.11.2002 Jyväskylän Paviljongissa. Perustavaan kokoukseen osallistuivat ns. suurien seurojen edustajat Jyväskylää, Tampereelta, Kuopiosta, Helsingistä, Turusta ja Keuruulta. Perustavan kokouksen puheenjohtajana toimi Mikko Jauhainen (Helsingin Meriuimarit ry) ja sihteerinä Tuija Uppman (Jyväskylän seudun avantouimarit ry). Tilaisuuteen toi Keski-Suomen liiton tervehdyksen maakuntajohtaja Anita Mikkonen.

Avantouintiliiton ensimmäiseksi puheenjohtajaksi - 3-vuotiskaudeksi 2003-2005 - valittiin jväskyläläinen liikunnan monitoimimies Kauko Tuupainen (Jyväskylän seudun avantouimarit). Hallitukseen valittiin Keski-Suomesta – hänen lisäkseen – yrittäjä Pekka Syvälahti (Jyväskylän seudun avantouimarit) ja eläkeläinen Marjatta Virtanen (Keuruun Talviuimarit). Liiton toimisto sijaitsee Jyväskylässä (Eeronkatu 6) ja toimistonhoitajaksi on liiton hallitus valinnut HumK Kaarina Lamminaho-Raivion.

Liiton tarkoituksena on koota yhteen kaikki avantouintia harrastavat henkilöt, joita Suomessa on yli 80.000. Liiton jäseniksi hyväksytään Suomessa toimivat ja rekisteröidyt avantouintiseurat, joita on lähes 300 kpl. Liitto tulee järjestämään – avantouimareille tarkoitettuja – yhteisiä tapaamisia, koulu-



Suomen Avantouintiliiton jväskyläläinen puheenjohtaja Kauko Tuupainen osallistui pari vuotta sitten pidettyihin avantouinnin MM-kilpailuihin. Puheenjohtaja kuvassa oikealla – käsi pystyssä. -Valokuva Aarre Päre.

tus- ja seminaaritilaisuuksia sekä julkaisemaan liiton omaa "Avantolehteä". Ensi vuonna järjestetään liiton oma talvitapahtuma, jossa pääalajina on tietenkin uinti avannossa.

Erityisesti liitto tulee lähivuosina panostamaan tutkimustyöhön, johon tarvittavasta varojen hankinnasta vastaa liiton taloustoimikunta, johon on kutsuttu - liiton puheenjohtajan lisäksi – kansanedustaja Reijo Laitinen ja toimitusjohtaja Petri Mäkinen, molemmat Jyväskylältä. Taloustoimikuntaa täydennetään välittömästi eduskuntavaalien jälkeen.

Eräänä tutkimustyön tavoitteista on todistaa oikeaksi avantouimarien "väitteet" kylmän veden positiivisesta vaikutuksesta selkä-, nis-

ka- ja lihaskipuihin, stressin häviämiseen sekä flunssan ja yskän katoamiseen jne. Liitto tulee olemaan yhteyksissä Jyväskylän yliopiston lisäksi mm. Oulun, Kuopion, Helsingin ja Joensuun yliopistoihin sekä Tampereella olevaan UKK-instituuttiin.

Liiton internettiin tulevat kotisivut ovat parhaillaan tekeillä. Sähköpostiosoite on suomenavantouintiliitto@kolumbus.fi

Toimisto on avoinna arkisin ma-pe klo 09.00-13.00. [Liiton yhteystiedot löytyvät myös Keski-Suomen uudesta puhelinluettelosta.](#)

Tervetuloa uudistettuun kilpailu- ja kuntotapahtumaan !

Siltojen Juoksu -tapahtuma 2.8.2003



Keski-Suomen Liikunta ja Harjun Urheilijat -82 järjestävät yhteistyössä uudistetun liikuntatapahtuman, jonka reitti kiertää Jyväskylän ympäri kauniissa järvenrantamaisemassa.

Tapahtuman lähtö- ja maalipaikka sijaitsee Jyväskylän satama-alueella, jossa on luvassa myös **SporttiTivoli**, jossa halukkaat pääsevät kokeilemaan kykyjään eri liikuntalajeissa. Tivoli tarjoaa hauskaa tekemistä koko perheelle ja samalla myös juoksuun osallistujille.

Päivän tavoitteena on saada kaikki liikuntahenkiset yhteiseen tapahtumaan. Noin 14 kilometrin lenkin Jyväskylän ympäri voit kiertää juoksukilpailuna, jossa luvassa on myös kunnon palkinnot. Vaihtoehtoisesti voit ilmoittautua kuntosarjaan, jossa matkaa taiteaan hölkäten tai vaikka kävellen.



2.8.2003 Jyväskylä

Kuntosarjassa sekunnit eivät ratkaise, vaan elämykset kauniilla järvenrantareitillä hyvässä seurassa!

Sarjat (matka n. 14 km):

- Miehet ja naiset yleinen
- Miehet ja naiset 40 v.
- Miehet ja naiset 50 v.
- Miehet 60 v.
- Kuntosarja (ei ajanottoa)
- KKI-syysstartti (yhteislämmittely ja 5,4 km:n kävely)

Hinta:

9 euroa (jälki-ilm. 10 euroa).

Aikataulu:

12.00 Ilmoittautuminen päättyy
13.00 Juoksutapahtuma käynnistyy (kilpasarjat lähtevät ensin)
15.30 Kilpasarjojen palkintojen jako
16.00 Arvonnän tulokset julkistetaan

Ennakkoilmoittautumiset

28.7. mennessä:

Tilille: 529002-2303323 (merkintä "Siltojen Juoksu", oma nimi ja sarja) tai Keski-Suomen Liikunta / Jari Lindroos, puh. (014) 339 2128, 041-539 6125 tai jari.lindroos@keski-suomenliikunta.fi

Juoksureittinä olevaan Rantaraittiin voit tutustua osoitteessa: <http://www.jkl.fi/tekpa/kapu/rantaraitti.html>

Kaikkien juoksutapahtumaan osallistujien kesken arvotaan palkintoja.

Kiinnostaako seuraasi mukanaolo SporttiTivolissa ? Ota yhteyttä jari.lindroos@keski-suomenliikunta.fi

KUTSU

Keski-Suomen Liikunta ry kutsuu kaikki Keski-Suomessa toimivat lajiliittojen alue- tai piiriorganisaatioiden yhdyshenkilöt, seurojen edustajat sekä SLU:n seurakoulutushankkeen alueelliset yhdyshenkilöt yhteiseen tapaamiseen 19.2.2003 klo 13.00-15.00. Tapaaminen järjestetään Keski-Suomen Liikunnan kokoustiloissa (os. Sepänkatu 4, Jyväskylä).

Tilaisuus käynnistää OPM:n tukeman SLU - yhteisön seurakoulutushankkeen Keski-Suomessa. Tapaamiseen ovat tervetulleita kaikki aiheesta kiinnostuneet henkilöt.

Tilaisuuden tavoitteena on

- luoda maakunnallinen urheiluväen kohtaamispaikka
- kertoa seurakoulutushankkeen alustavista suunnitelmista ja sen etenemisestä Keski-Suomessa
- tuoda paremmin esille jo olemassa olevaa seurakoulutustarjontaa
- saada uutta potkua urheiluväen yhteistyöhön Keski-Suomessa
- kartoittaa eri toimijoiden odotuksia seurakoulutushankkeelta

Tilaisuuden tarjoilun takia **ilmoittautumiset 12.2. mennessä** osoitteella laura.luopajarvi@keski-suomenliikunta.fi tai puh. 014-339 2113

Tervetuloa!

Terveysliikunnan starttikurssi 8.2.2003

Starttikurssi sopii kaikille terveysliikunnasta kiinnostuneille - yhtä hyvin itsenäisille liikkujille kuin liikuntaa seuroissa, yrityksissä tai muissa yhteisöissä ohjaaville. Kurssilla perehdytään terveysliikunnan lähtökohtiin ja osana arkipäivää. Kurssilla kokeilemme terveysliikuntaa käytännössä ja mietimme kuinka siihen voisi toisia ihmisiä ohjata.

Vapaan hiihtotyylin tekniikkakurssi aikuisille 5. ja 12.3. 2003

Kurssilla opetellaan luisteluhiihdon perustekniikat ja annetaan valmiudet luisteluhiihdon aloittamiseen kuntoilu-muotona! Koulutus on tarkoitettu aloittelijoille tai vain vähän luisteluhiihtoa kokeilleille. Varustuksena mieluiten luisteluskukset ja -sauvat, mutta myös perinteisen suksilla ja sauvoilla voi kokeilla (jätähän pitovoiteet pois). Laajasta voit myös vuokrata luisteluhiihtopaketin (10 euroa).

Liikunnan terveystieto 11. & 18.3.2003

Kurssi antaa perustietoa liikunnan vaikutuksista kuntoon, terveyteen ja hyvinvointiin. Sillä annetaan ajankohtaista tietoa liikunnan merkityksestä yleisimpien kansantautien ennaltaehkäisyssä, hoidossa ja kuntoutuksessa. Kurssi sopii mm. ohjaajille, jotka haluavat tietoa liikunnan terveysvaikutuksista ja kaikille, jotka ovat kiinnostuneita henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistämisestä liikunnan avulla.

Kunto- ja terveysliikunnan ohjaaminen 15.3.2003

Kurssi antaa lisävalmiuksia ja varmuutta ohjaamisessa niille, jotka haluavat liikuttaa aikuisten terveysliikuntaryhmiä seuroissa, yhdistyksissä, asuinympäristöissä, työ- ja muissa yhteisöissä. Kurssin kohderyhmänä ovat aloittelevat ohjaajat ja vertaisohjaajat, jotka tarvitsevat lisävarmuutta ryhmän ohjaamiseen ja ovat mahdollisesti käyneet Terveysliikunnan starttikurssin sekä kokeneimmille ohjaajille, jotka haluavat kehittää ohjaamistaitojaan terveysliikunnassa. Aihealueina ovat mm. liikunnan kokeuskellari, liikuntatapojen muuttaminen, kunto- ja terveysliikunnan ohjaaminen, liikuntakerran suunnittelu, toimiva liikuntavarustus ja liikunnanohjausharjoitteet

Ravitsemuksen starttikurssi 25.3 & 1.4.2003

Kurssi antaa perustiedot terveellisestä ravitsemuksesta ja ajankohtaista tietoa ravinnon vaikutuksesta terveyteen. Saat perustiedot terveellisen ruokavalion koostamisesta ja valmiudet toteuttaa ruokaremontin niin yksilö kuin ryhmätasollakin. Kurssi sopii ohjaajille, jotka haluavat kokonaisvaltaisen näkemyksen terveyteen liikunnan ja ravinnon kautta sekä kaikille terveellisestä ravitsemuksesta kiinnostuneille.

Jättipallojumpan ohjaajakoulutus

Jättipallo on monipuolinen harjoitusväline, joka sopii kaikille. Sen avulla pystytään harjoittamaan etenkin vartalon syviä lihaksia. Jättipallo on hyvä tasapainon ja vartalon hallinnan harjoitusväline. Koulutusta järjestetään tilauksesta!

Uutta koulutusta jatkuvasti ! Seuraa sivujamme: www.keski-suomenliikunta.fi

Ilmoittautumiset ja lisätietoja

Keski-Suomen Liikunta ry, terveysliikunnan kehittäjä Jari Lindroos puh: 014-339 2128, jari.lindroos@keski-suomenliikunta.fi



Kunnossa Kaiken Ikää -ohjelma

Valtakunnallinen KUNNOSSA KAIKEN IKÄÄ -ohjelma on opetusministeriön sekä sosiaali- ja terveysministeriön rahoittama liikuntahanke.

Ohjelman tavoitteena on auttaa ja kannustaa yli 40-vuotiaita säännöllisen liikuntaharrastuksen pariin ja edistää keski-ikäisten hyvinvointia, terveyttä ja toimintakykyä liikunnan avulla. KKI -ohjelma tarjoaa taloudellista tukea paikallisille toimijoille, jotka luovat ja järjestävät aloittelijoille sopivia liikuntapalveluja sekä keksivät keinoja houkutellessa liian vähän liikkuvia säännöllisen liikuntaharrastuksen pariin. Näitä hankkeita vetävät yhteistyössä esimerkiksi kunnan liikunta- ja terveystoimet, työpaikat, työterveyshuolto, liikuntaseurat ja -järjestöt, kansanterveysjärjestöt sekä erilaiset yhdistykset.

KesLi toimii Keski-Suomen maakunnassa KKI -hankkeiden koordinaattorina. Tavoitteena on rakentaa maakunnallista toimijaverkostoa ja kehittää hankkeita yhteistyössä kuntien, järjestöjen ja muiden paikallistoimijoiden kanssa. Jo olemassa olevia hankkeita KesLi tukee järjestämällä ohjaajakoulutusta, virikepäiviä ja yhteisiä tapaamisia.

KKI -ohjelma etsii edelleen uusia yhteistyökumppaneita keski-ikäisten liikkujiksi. Paikallishankkeet voivat hakea toimintaansa KKI -ohjelmalta taloudellista tukea Hankekilpailun kautta.

Hankekilpailu

Kunnossa kaiken ikää -ohjelma jakaa kaksi kertaa vuodessa taloudellista tukea paikallisille toimijoille. Avustusten viimeinen hakupäivä (postileima) on 31.3. Hanke voi saada avustusta vain kerran vuodessa.

Avustusta myönnetään hankkeille, jotka parhaiten täyttävät seuraavat kriteerit:

- Hanke aktivoi liikkumaan ison ryhmän yli 40-vuotiaita, jotka liikkuvat terveytensä kannalta liian vähän.
- Hankkeella on toimintamalli, joka houkuttelee vähän tai epäsäännöllisesti liikkuvia ihmisiä liikunnalliseen elämäntapaan.
- Hanketta järjestävät useat eri tahot, joille kohderyhmän aktivoiminen liikkumaan on yhteinen työ.
- Hankkeen avustus on korkeintaan puolet kokonaiskuluista.
- KKI -ohjelma voi myöntää avustusta myös sellaisille hankkeille, jotka tukevat KKI -toiminnan aloittamista ja tavoitteita.

Hankekilpailu on avoin kaikille tahoille. Hakulomakkeen voit tilata KKI -toimistosta, puh. (014) 260 1581 tai sähköpostitse: ulla.hakanen@likes.fi.

Keski-Suomen Liikunta ry:n jäsenyys

Keskisuomalaisilla urheilu- ja liikuntaseuroilla sekä liikuntaa toiminnassaan ylläpitävillä keskisuomalaisilla yhdistyksillä on mahdollisuus liittyä Keski-Suomen Liikunta ry:n jäseniksi vuoden 2000 alusta lähtien. Paikallistasolla toimivilla järjestöillä jäsenmaksu on 17 euroa /vuosi. Maakunnallisilla ja valtakunnallisilla järjestöillä jäsenmaksu on 83 euroa /vuosi.

JÄSENEDET:

1. URLInet -verkkopalvelu (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 ilmoitustaululla. Samalla palveluun tuotettu tieto saadaan näkymään kunkin järjestön omalla internet-kotisivulla. Palvelu tarjoaa myös **kotisivutilaa** jäsenhintaan 40 euroa /vuosi. Muilta vuosivuokra on 80 euroa .

Palvelun tämänhetkinen sisältö: Internetissä olevat keskisuomalaiset urheiluseurat yhteystietoineen, tulospalvelu, kilpailu- ja muut liikuntatapahtumat, jäsenjärjestöjen tiedotuspalsta, koulutuskalenteri, Liikunnan Tietotaitopörssi

2. Vuosittainen 26 euron arvoinen koulutusseteli

Koulutussetelin jäsenjärjestö voi käyttää mihin tahansa Keski-Suomen Liikunnan järjestämään koulutukseen. Esim. 3 tunnin järjestökoulutukset ovat 26 euron hintaisia.

3. Messutapahtuma Hyvän Olon Viikonloppu 30. - 31.8.2003

Tapahtuman toteuttavat Keski-Suomen Liikunta ry ja Lieveilmiöproductions Oy yhteistyössä Jyväskylän kaupungin liikuntapalvelukeskuksen kanssa. KesLin jäsenjärjestöt saavat messuosaston muita edullisemmin.

4. REKKU-jäsenrekisteriohjelma edullisemmin

Keski-Suomen Liikunnan jäsenille Rekku –jäsenrekisteriohjelma on edullisempi.

Uudet hinnat ovat Rekku junior: 75 euroa , jäsenhintaa 60 euroa , Rekku: 120 euroa, jäsenhintaa 100 euroa

5. Koulutusta, tiedotusta

Keski-Suomen Liikunta tarjoaa jäsenjärjestöilleen tiettyjä koulutuksia edullisemmin. Samoin jäsenet tulevat saamaan parempaa palvelua tiedottamisessa (mm. verkkolehti 2 viikon välein) sekä yhteisiä tapaamisia.

6. 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 urheilun päätöksentekoon sekä niihin palveluihin, mitä Keski-Suomen Liikunta tulevaisuudessa jäsenistölleen tarjoaa.

Keski-Suomen Liikunta ry:n jäsenhakemus

Yhteisömme

(täydellinen nimi ja lyhenne tekstaten)

anoo Keski-Suomen Liikunta ry:n jäsenyyttä.

_____ / _____

paikka ja aika

Allekirjoitukset

nimen selvennys

nimen selvennys

Hakijayhteisön yhteyshenkilötiedot:

Yhteisö _____

Nimi _____

Katuosoite _____

Postinumero ja -toimipaikka _____

Puhelin työ _____ koti _____

matkap _____ fax _____

e-mail _____ www-osoite _____

Jo 80 keskisuomalaista liikuntayhdistystä on liittynyt KesLin jäseneksi !

Jäsenhakemus palautetaan osoitteella:

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

Jälkkäriohjaajat hygieniosaamiskoulutuksessa

Liiku
Töihin



Keski-Suomen Liikunta järjesti yhteistyössä Jyväskylän Jälkkäri- ja Keski-Suomen TE-keskuksen kanssa vuoden vaihteessa jälkkäriohjaajille kaksi hygieniosaamiskoulutusta.

Elintarvikehygieeninen osaaminen muuttui lakisääteiseksi heinäkuussa 2001. Terveysturvallisuuslain mukaan elintarvikehuoneistossa työskentelevältä, helposti pilaantuvia elintarvikkeita käsittelevältä henkilöltä vaaditaan todiste elintarvikehygieenisestä osaamisesta.

Koululaisten iltapäiväohjaajat kuuluivat myös lain piiriin, mikäli he valmistavat tai lämmittävät ruokaa, leipovat jne. Osallistuminen osoitetaan tutkinnon tai koulutuksen kautta tai suoritamalla erityinen osaamistesti. Uusilta työntekijöiltä (aloittaneet työskentelyn 1.1.2002 jälkeen) testin tai tutkinnon suorittamista vaaditaan vuoden 2003 alusta. Vanhoilta työntekijöiltä (aloittaneet työnsä ennen 1.1.2002) aikaa testin tai tutkinnon suorittamiseen on vuoden 2004 loppuun asti.

Ensimmäinen koulutus saatiin tiukasta aikataulusta huolimatta järjestettyä jo ennen joulua. Lähtökohtana oli, että tähän koulutukseen osallistuu jokaisesta jälkkäripisteestä ainakin yksi ohjaaja. Jotta kaikki ohjaajat, jotka ovat tekemisissä helposti pilaantuvien elintarvikkeiden kanssa, saavat vaadittavan koulutuksen, järjestimme toisen koulutuksen tammikuun lopulla.

Koulutuksiin osallistui yhteensä 45 ohjaajaa. Kurssilla ohjaajat saivat perustiedot mikrobiologiasta, ruokamyrkytyksistä, hygieenisistä työskentelytavoista, henkilökohtaisesta hygieniasta, puhtaanapidosta, omavalvonnasta ja lainsäädännöstä. Esimerkit hygieniatoiminnasta pyrittiin ottamaan siitä käytännöstä, miten jälkkäriohjaajat elintarvikkeita käsittelevät. Ennen 8 tunnin koulutusta, joka pidettiin kahden peräkkäisenä aamupäivänä, ohjaajat tutustuivat 50-sivuiseen materiaalipakettiin, jotta paikoin vaikeidenkin asioiden omaksuminen ja seuraaminen kurssilla olisi helpompaa. Koulutuksen päätteeksi ohjaajat osallistuivat osaamistestiin, jossa oli 40 oi-



kein/vääriin –väittämää. Hyväksyttävästi suoritettuun testiin vaadittiin 34 oikeaa vastausta. Testin jälkeen tulokset käytiin läpi niin, että jokainen sai tiedon oliko testi hyväksyttävästi suoritettu ja oliko oikeutettu saamaan hygieniosaamistodistuksen ja –passin. Yhtä lukuun ottamatta suoritti testin hyväksyttävästi. Ohjaaja, joka ei testiä saanut läpi hyväksyttävästi, on jo ilmoittautunut uuteen testiin.

Kouluttajina molemmilla kursseilla toimivat Heli Laine, suuratalousalan ammatinopettaja ja Aija Luoma, FM, solubiologi, elintarvikehygienian ja omavalvontakouluttaja.

Ohjaajat arvioivat palautteissaan opetuksen jäsentelyä ja seurattavuutta, uusia asioita ja/tai näkökulmia, sovellettavuutta omassa työssä ja aineis-

toa. Heiltä kysyttiin myös tukiko materiaali testiä ja vastasiko koulutus odotuksia. Palautteet olivat erittäin myönteisiä vaikka koulutussisältö koettiin osin melko vaikeaksi ja etukäteen materiaalin tutustuttaessa kuival-takin.

Joulukuussa pidettävän koulutuksen jälkeen osa ohjaajista taisi olla ”lievästi hygieniapaniikissa”, koska olivat tavallista tarkemmin kuuranneet jouluksi niin keittiön kaapit kuin siivouskomerot ja –välineetkin.

Hygieniosaamiskoulutus tullaan todennäköisesti jatkossa sisällyttämään ennen koulujen alkua pidettävään uusien ohjaajien perehdytyskoulutukseen.

Ruusuja koulutuksesta:

- ”Olitte onnistuneet poimimaan tärkeimmät asiat, ettei ajatukset seonneet epäolennaisen vuoksi.”
- ”Mukavaa vaihtelua työlle.”
- ”Kuivankuuloisesta asiasta oli saatu mukava, mielenkiintoinen, selkeä ja tiivis paketti.”
- ”Selkeää ja mielenkiintoista, vaikka aihe oli aika vaikea.”
- ”Hyvin tärkeä ja aiheellinen koulutus meille, jotka olemme tärkeä lenkki hygieniaketjussa.”

Vähän risuja:

- ”Asiat voisi kyllä esittää yksi kerrallaan esim. mikrobit, bakteerit ja virukset ensimmäisenä päivänä, hygienia ym. toisena ettei menisi sekaisin. Muuten kurssi oli ihan hyvä.”

Liiku Töihin -projekti



Liiku Töihin on TE-keskuksen rahoittama työllistämishanke, joka mahdollistaa pitkäaikaistyöttömien työllistymisen pääasiassa Jyväskylän seudun urheiluseuroihin ja koululaisten iltapäivätoimintaa järjestäviin yhdistyksiin. Pääasiallinen työllistämismuoto on yhdistelmätuki.

Projektin tavoitteena on lisätä työllistettyjen työmarkkina- ja valmiuksia tukityöllistämishankkeen aikana siten, että heillä olisi paremmat sekä fyysiset että tiedolliset valmiudet asettua työmarkkinoiden käyttöön tukijakson päätyttyä. Erilaisten toimintojen avulla myös työnantajat saavat tietoa erilaisista työllistämismuodoista sekä työllistämiseen liittyvistä vastuista ja velvollisuuksista.

Lisätiedot ja yhteydenotot:

Liiku Töihin -projekti

Työsuunnittelija Laura Viitanen p. 339 2116 tai 050-367 1521

s-posti: laura.viitanen@keski-suomenliikunta.fi internet: www.keski-suomenliikunta.fi/tyollisyys

Projektin uutisia

Sosiaalivakuutusmaksut 2003	työnantaja	työntekijä
Sotumaksu	2,964 %	
Työttömyysvakuutusmaksu		
- palkkasumma 840 940 eur saakka	0,60 %	0,20 %
- palkkasumman 840 940 eur ylitt. osalta	2,45 %	0,20 %
Ryhmähenkivakuutus noin	0,10 %	
Tapaturmavakuutus *) noin	0,4 - 4 %	
Työeläkevakuutus **) alle 50 työntekijää	16,92 %	4,60 %
TaEL	13,20 %	4,60 %

*) yleisesti ottaen keskimäärin 1,1 %, toimistotöiden osalta 0,4 %

**) keskimäärin 16,8 %

Työmarkkinatuen suuruus 1.1.2003 alkaen	eur 23,02 / päivä
Työllistämistuki 1.1.2003 alkaen	eur 19,85 / päivä
Jyväskylän kuntalisä 1.1.2003 alkaen	eur 336,00 / kk

PalkintoPaja

*mitalit·pokaalit·lautaset·plaketit
patsaat·kangasmerkit·viirit
pinssit·solmioneulat...*

Voionmaankatu 34, 40700 JYVÄSKYLÄ
Puh./fax (014) **616 890**, GSM 040 559 9680

HYVÄN OLON VIIKONLOPPU seurojen mahdollisuus näkyä ja kuulua!



MESSUTAPAHTUMA HYVÄN OLON VIIKONLOPPU 30.-31.8. 2003 paneutuu terveellisiin elämäntapoihin, liikuntaan, hyvään oloon ja hemmotteluun kahden päivän ajan. Tapahtuman toteuttavat Keski-Suomen Liikunta ry ja Lieveilmiöproductions Oy yhteistyössä Jyväskylän kaupungin liikuntapalvelukeskuksen kanssa. Yhteishankkeella pyritään edistämään Keski-Suomen liikunta- ja urheilutoimintaa. Viime vuonna tapahtumassa vieraili lähes 25 000 messuvierasta.

SEUROILLA NÄKYVÄ ROOLI TAPAHTUMASSA

Seuroille on varattu 30 messuosastoa esiintymislavan välittömästä läheisyydestä. Viime vuoden palautteiden pohjalta seurojen messuosastojen sijoittelua on parannettu. Osastoja voi varata jo nyt. Osastokartta sekä ilmoittautumiskaavake löytyy KesLin kotisivuilla www.keski-suomenliikunta.fi. **Kannattaa toimia pian sillä parhaat osastot myydään nopeasti!** Seuran yhteystiedot painetaan messuluteteloon, jos osastovaraus on tehty 20.6.2003 mennessä.

Messuosastohinnat:

2 x 3 m osasto	Yrityshinta	337 euroa + alv
	Seurahinta	80 euroa
	KesLin jäsenseudahinta	55 euroa



LIEVELMIÖ
PRODUCTIONS



"Kielletyt lääkeaineet ja menetelmät urheilussa 2003" -vihko on ilmestynyt.

Urheilijoiden lääkintähuoltoa silmällä pitäen ei kovin olennaisia muutoksia ole listaan tehty. Kuitenkin piristeeksi aiemmin luokiteltu verisuonia supistava fenyliefriini (toiselta nimeltään metaoksedriini) on tullut kokonaan sallituksi. Siten eräiden silmätippojen, peräpuikkojen ja salvojen käyttö on mahdollista vaikka kilpailupäivinä. Muualla kuin Suomessa masennuslääkkeenä ja tupakoinnin vieroitukseen käytetty bupropioni on myös poistettu kiellettyjen aineiden listalta.

Kaljuuntumisen ehkäisyyn käytetty finasteridi on nyt myös kokonaan sallittu, eikä sitä käyttävien tarvitse enää anoa erivapautta lääkkeen käyttöön. Finasteridi-valmisteita käyttävien tulisi kuitenkin muistaa ilmoittaa käyttämänsä valmiste testitilaisuudessa.

Kiellettyjen lääkkeiden ja menetelmien jaotteluun on tehty muutoksia. KOK:n toimesta ns. antiestrogeenit on

jaoteltu omaksi lääkeyhmäkseen. Kyseisiä lääkkeitä, jotka ovat kiellettyjä ainoastaan miespuolisilta urheilijoilta, käytetään lääketieteessä lähinnä rintasyövän hoidossa. Suomalaiseen vihkoseen (Taulukko I) on merkitty myös sellaisia kehitteillä olevia ja ehkä lähiaikoina myyntiluvan saavia antiestrogeeneja, joita KOK:n luettelossa ei esiinny, mutta jotka tulkitaan kielletyiksi.



Uuteen luetteloon on merkitty ne väsyttävää ja rauhoittavaa vaikutusta omaavat lääkkeet sallituiksi, jotka aiemmin olivat joissain tarkkuutta vaativissa lajeissa kiellettyjä. Näin siksi, että kyseiset lääkeaineet ovat vähin äänin poistuneet niidenkin kv. lajiliittojen listoilta, jotka aiemmin ne kielsivät. Alkoholi, beetasalpaajat ja kanabis sen sijaan ovat edelleen kiellettyjä useissa lajeissa.

Vihkoa voi tilata numerosta (09) 3481 2020 tai sähköpostitse osoitteesta info@antidoping.fi.

Päivitetyt listat löytyvät myös osoitteesta www.antidoping.fi mistä mahdolliset muutokset tulee tarkistaa.

Onko seurasi vakuutettu SLU:n kautta?

SLU:n ja Osakeyhtiö Pohjolan sopimassa urheilun Tuplaturvavakuutuksessa mukana olevien liittojen alaisilla seuroilla on ilmainen vakuutus, joka kattaa toiminnan vastuuvakuutuksen sekä vapaaehtoistyöntekijöiden tapaturmavakuutukset.

Huhtikuun alusta lähtien sopimuksessa mukana olevien liittojen sekä niiden alaisen seurojen, piirien ja alueiden kaikki vapaaehtoiset toimijat on vakuutettu mahdollisen tapaturman ja vastuuvahinkojen varalta.

"Urheilun yhteiskunnallinen velvollisuus on osoittaa vastuuta niitä puolta miljoonaa vapaaehtoista kohtaan, jotka tekevät työtä urheilun hyväksi. Jos jotain sattuu, ainakin vakuutus on nyt kunnossa", SLU:n puheenjohtaja Carl-Olaf Homén sanoo.

Vapaaehtoistyön tapaturmavakuutus korvaa liittojen, alueiden, piirien ja seurojen toimeksiannosta vapaaehtoistyötä - esimerkiksi kilpailujen ja tapahtumien järjestämistä, valmennusta, koulutusta, varainhankintaa sekä luottamusmies- ja toimistotyötä tekeville sattuvia tapaturmia.

Toiminnan vastuuvakuutus puolestaan korvaa liiton tai seuran kolmannelle osapuolelle aiheuttamat henkilö- ja esinevahingot, joista vakuutettu on korvausvastuussa.

Vakuutus korvaa niin työsuhteisen kuin vakuutetun toimeksiannosta vapaaehtoistyötä tekevän aiheuttamat vahingot. Vakuutus kattaa myös järjestäjän vastuun esimerkiksi leireillä ja kilpailuissa.

Käytännössä vastuuvahingon osalta toimitaan niin, että vahinkoilmoitus lähetetään täytettynä SLU:n toimistoon (Radiokatu 20, 00093 SLU). SLU puolestaan toimittaa ilmoituksen Pohjolaan. Tapaturmavahingossa tarvitaan vahinkoilmoitus, lääkärinlausunto (E-lomake) sekä mahdollisista hampasvammoista lausunto, jossa on kustannusarvio myöhemmin mahdollisesti tehtävästä hoidosta. Myös alkuperäiset kuitit maksetuista vammaan hoitokuluista tarvitaan. Lajiliitto tai seura vahvistaa allekirjoituksellaan vahingoittuneen kuuluvan vakuutuksen piiriin.

Vakuutuksen ehtoja ja vahinkoilmoituksia saa Pohjolan konttoreista sekä osoitteesta <http://www.pohjola.fi>. Vakuutuksen esite löytyy PDF-tiedostona SLU:n www.slu.fi sivuilta osoitteesta <http://www.slu.fi/vapaaehtoistyomaateriaali> tiedostonimellä Tuplaturva.pdf. Lista vakuutuksessa mukana olevista liitoista puolestaan löytyy Word-dokumentina osoitteesta <http://www.slu.fi/vapaaehtoistyomaateriaali> tiedostonimellä lajiliitot.doc.

Vakuutusmaksut hoidetaan niin, että SLU kerää sopimuksessa mukana olevilta lajiliitoilta maksut liittojen saaman valtionavun määrään suhteutettuna ja maksaa vakuutuksen. "Tämäkin sopimus osoittaa, mikä merkitys on sillä että urheilujärjestöt toimivat yhdessä. Kokonaishinta ei ole edes kymmenesosa siitä, mitä se olisi ollut, jos kaikki liitot olisivat erikseen maksaneet vastaavan vakuutusturvan", Homén sanoo.

Vakuutuksen maksut hoidetaan siten, että SLU maksaa vakuutuksen ja perii mukana olevilta lajiliitoilta 1,7 prosenttia niiden vuoden 2001 valtionavun määrästä.

Pohjola-Yhtymän toimitusjohtaja Matti Kavetvuo pitää sopimusta yhteiskunnallisesti merkittävänä. "Tällä tuetaan etenkin terveyttä edistävää sekä lasten ja nuorten kasvua tukevaa liikuntaa", Kavetvuo sanoo. "Pohjola antaa erityistä arvoa sille, että urheiluseurat järjestävät nuorille ohjattua toimintaa, joka vähentää syrjäytymistä ja ohjaa nuorten energiaa purkautumaan muulla tavoin kuin väkivallan ja ilkeiden eri muotoina."

Lisätietoja ja Tuplaturvavakuutuksen esitteitä: Niina Majamaa, SLU, puh. (09) 3481 2065, 040 587 3402, niina.majamaa@slu.fi

PÄÄTÄ OIKEIN SLU:n Avainseurojen ja kuntien verkosto

SLU:n Avainseurojen ja kuntien verkosto on suora ajankohtaistietoa välittävä yhdysside SLU:n ja paikallisen toiminnan välillä.

Siihen kuuluu noin 400 liikunta- ja urheiluseuraa ja 60 kuntaa ympäri maata. Palvelu välittää tietoa mm. lainsäädännön muutoksista, meneillään olevista seurojen ja urheilijoiden tukihankkeista, taloushallinnon uusista vaatimuksista, oikeuslaitoksen urheiluun liittyvistä ratkaisuksista ym. seuratoimintajalle tärkeistä asioista.

Liity Avainseura -palveluverkoston.

Tarjoamme seurallasi mahdollisuuden liittyä SLU:n Avainseura-verkoston. Verkostoon liittyneitä kuntia palvelee systemaattisesti mm. lainsäädäntöön liittyvällä tiedonvälityksellä ja koulutuksella.

Verkosto toimii myös kanavana seuroista SLU:n suuntaan ja tuottaa siten edunvalvonnan tarvitsemää tietoa paikallisista ongelmista. Hinta: 65 EUR / v.

Liity SLU:n Kunta verkostoon.

Verkosto tarjoaa kunnille mahdollisuuden liittyä verkostoon. Verkostoon liittyneitä kuntia palvelee systemaattisesti mm. lainsäädäntöön liittyvällä tiedonvälityksellä ja koulutuksella. Verkosto toimii myös kanavana kunnista SLU:n suuntaan ja tuottaa edunvalvonnan tarvitsemää tietoa paikallisista ongelmista. Palvelut vuosittain: vähintään 4 palvelupakettia, osallistumisoikeus SLU:n järjestämiin lainsäädäntöä koskeviin neuvottelu- ja koulutuspäiviin erityishintaan, 3) SLU:n aihetta koskevat julkaisut erityishintaan, 4) muita ajankohtaisia asioita. Hinta 120 EUR/v.



Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

Edunvalvonnan assistentti Niina Majamaa puh.09-3481 2065 e-mail: niina.majamaa@slu.fi

Helpoin tie ajantasalla pysyvään
kotisivustoon!

www.pronetti.com

...www-sivut, sähköposti, nettimainonta ja
-kyselyt, oma verkkotunnus, tilastot ...

Kaikki mitä seura, jaokset ja joukkueet
tarvitsevat nettitiedottamisessa.

Kysy edullista seurahinnoitteluamme!

ProNetti

Suomen Mikrotyöt Oy
050 553 8502
info@pronetti.com

SERIPAINOSTAMME

**TEKSTIT
PELIASUIHIN!**

*PELINUMEROT *NIMIPAINATUKSET *LISÄMAINOKSET
*KAUKALO-JA HALLIMAINOKSET *MAINOSKYLTIT
*KAUTTAMME MYÖS PELI-JA HARJOITUSPAIDAT !!!!!



EROTU!

NUMEROINNIT
JA NIMIPAINATUKSET
MILLÄ TAHANSA
TEKSTI-TYYPILLÄ!

**Taika
Teippi**

SERIPAINO

T:mi TAIKATEIPPI
Lähteeläntie 2, 40420 JYVÄSKYLÄ
Puh. 014-264 035 Fax 014-264 037
GSM 040 741 3055



Seurojen rooli
muuttuneessa liikuntapolitiikassa

**Seurojen rooli muuttuneessa
liikuntapolitiikassa
-seminaari**

**lauantaina 8.3.2003
Messukeskus / Helsinki**

Seminaari kokoaa urheiluseurojen, la-
jiliittojen, kuntien ja yritysten liikunta-
johdon yhteiseen ajatustenvaihto- ja
asiantuntijafoorumiin. Seminaarissa
keskitytään siihen mikä on seuran tu-
levaisuus muuttuneessa liikuntapoli-
tiikassa ja millainen on tulevaisuuden
liikuntajohtajan rooli.

Koko päivän seminaarin hinta on 75 eu-
roa, sis. kahvi- ja lounastarjoilut, semi-
naarista laadittavan muistion, Kunto- ja
terveysliikuntabarometri 2003:n ja si-
sään pääsyn messuille.

Ilmoittautumiset

eeva.rasehorn@kunto.info

Lisätietoja: www.kunto.info tai järjestö-
päällikkö Matti Sorsa/ Kunto puh.
(09)4190 1102