



PÄIJÄT-HÄMEEN LIIKUNTA JA URHEILU RY

Toiminta- ja taloussuunnitelma

2024

Tekstit: Mai-Brit Salo, Arto Virtanen, Jaakko Rätty, Keijo Kylänpää, Krista Pöllänen

Stilisointi: Oskari Leppänen, Seija Systä

Taitto: Saara Rantanen

Valokuvat: PHLU:n kuvapankki (kuvaaja: Oskari Leppänen, Pepe Korteniemi), Canva Pro kuvapankki



**TOIMINNAN
PAINOPISTEET**



**ELINVOIMAINEN
SEURATOIMINTA**



**LISÄÄ LIIKETTÄ
-KOKONAISUUS**

Sisältö

Liikunnan aluejärjestöt	3
Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry	4
Toiminta 2024	5
Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelma	6
Toiminnan osa-alueet	7
Elinvoimainen seuratoiminta	8
Lisää liikettä -kokonaisuus	12
Vaikuttaminen	16
Viestintä	17
Hallinto	18
Talous	19
Vastuullisuus	20

Liikunnan aluejärjestöt

SYDÄMEN ASIANA HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN LIIKUNNAN AVULLA



LIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖT

Vaikuttaa, verkottaa, lisää osaamista ja päivittäistä liikettä.

Edistämme Liikkuvat-ohjelmien paikallista toteuttamista.

S E U R A T O I M I N T A

VARHAIS-
KASVATUS

ALA-
KOULUT

YLÄ-
KOULUT

LUKIOT
2. ASTE

KORKEA-
KOULUT
TYÖIKÄISET

IKÄ-
IHMISET



Liikunnan aluejärjestöt toimivat viidentoista paikallisen aluejärjestön voimin eri puolella Suomea. Aluejärjestöjen perustehtävänä on suomalaisten hyvinvoinnin edistäminen liikunnan ja urheilun avulla. Lisäksi tehtävänä on liikuntakulttuurin elinvoimaisuuden ja monipuolisuuden varmistaminen - erityisesti paikallisella tasolla.

Kaikki aluejärjestöt ovat laajoissa verkostoissa toimivia, itsenäisiä ja yhteiskuntavastuullisia liikunnan alueellisia asiantuntija-, palvelu- ja kehittämissyksiköitä.

Jäseniä Liikunnan aluejärjestöillä on vajaa 2600, joista pääosa on liikunta- ja urheiluseuroja.

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry on yksi viidestätoista Suomessa toimivasta liikunnan aluejärjestöstä.

Suomen Liikunnan Alueet ry on Liikunnan aluejärjestöjen palvelu- ja yhteistyöjärjestö. Sen tehtävänä on koordinoita liikunnan aluejärjestöjen yhteistä tekemistä ja toimia niiden yhteistyön kehittäjänä.

Järjestö on perustettu vuonna 2021. Sen perustajina ja jäseninä ovat kaikki 15 Suomen Liikunnan aluejärjestöä.

www.liikunnanaluejarjestot.fi

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry (PHLU) on liikunnan aluejärjestö, joka toimii alueellaan liikunnan ja urheilun kokoavana voimana, yhteistyön rakentajana, palveluiden tuottajana sekä liikunnan ja urheilun etujen ajajana yli laji-, seura- ja kuntarajojen.

Toiminnan yhteinen näky vuoteen 2030 on:
Alueellamme on liikkuvimmat ja terveimmät ihmiset.

Toiminnan missio on:
Mahdollistamme hyvää oloa liikunnalla.

Toiminnan perustana on liikkumisen ilo, yhteistyö, kumppanuus ja innostaminen.

Perustoiminta painottuu kahteen sisältöalueeseen, jotka ovat:

- Elinvoimainen seuratoiminta
- Lisää liikettä -kokonaisuus; Liikkuva varhaiskasvatus, -koulu, -opiskelu, -aikuinen sekä Ikiliikkuja.

Näiden kokonaisuuksien lisäksi PHLU vaikuttaa alueensa liikunnan ja urheilun edunvalvonta- ja olosuhdeasioissa. PHLU:ssa on vahvaa osaamista myös talous-, hanke-, työllistämis- ja olosuhdeasioissa. PHLU:n viestintä perustuu avoimeen ja totuudenmukaiseen viestintään.

Kaikessa PHLU:n toiminnassa huomioidaan tasa-arvo-, vastuullisuus-, ympäristöasiat sekä hyvä hallinto. PHLU:lla on oma vastuullisuus- ja ympäristösuunnitelma, joita arvioidaan ja päivitetään vuosittain.



Kuva 1. PHLU:n toiminta-alue

16 233 000
kuntaa asukasta

380 238
urheiluseuraa jäsentä

103 116
päiväkotia oppilaitosta

Toiminnan painopisteet 2024

PHLU:n toiminta pohjautuu Suomi Liikkeelle - hallitusohjelman linjauksiin, Opetus- ja kulttuuriministeriön ja alueiden yhteiseen tavoiteasiakirjaan, PHLU:n strategiaan ja tavoitteisiin sekä maakunnalliseen Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelmaan. Ohjelmaa on avattu jäljempänä.

Perustoiminta painottuu PHLU:n strategiaan valintoihin, jotka ovat Elinvoimainen seuratoiminta ja Lisää liikettä. Seuratoiminnan painopisteinä ovat: seuratoiminnan laadun kehittäminen, seuratoimijoiden osaamisen kehittäminen, uusien harrastustoiminnan toimintamallien ja mahdollisuuksien kehittäminen verkostotyön kautta sekä seuratoiminnan näkyvyyden ja arvostuksen lisääminen.

Lisää liikettä -kokonaisuus koostuu Liikkuva lapsuus ja -nuoruus sekä liikkuva aikuinen kokonaisuuksista. Siinä painopisteinä ovat osaamisen kehittäminen, tapahtumat ja kehittämistilaisuudet, konsultointi sekä yhteistyön edistäminen.

PHLU vie omalla alueellaan eteenpäin myös Liikkuvat ohjelmat -kokonaisuuksia ja harrastamisen edistämistä sekä tekee vahvaa vaikuttamis- ja kuntayhteistyötä.

Toimintaa tullaan toteuttamaan ja kehittämään jatkossakin erilaisten hankkeiden avulla. Isoimpana niistä on Työllisty hyvässä seurassa -työllistämishanke.

Toiminnassa näkyy vahvasti maakunnallinen kehittäminen ja uudenlainen yhteistyön tekemisen malli eri toimijoiden kanssa mm. Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman osalta.

Alueellisia ja valtakunnallisia yhteistyötahoja ovat mm. urheiluseurat, muut yhdistykset, kunnat, urheiluopistot, Päijät-Hämeen Urheiluakatemia, alueen oppilaitokset ja korkeakoulut, yritykset, Päijät-Hämeen Liitto, Päijät-Hämeen hyvinvointialue, Etelä-Suomen aluehallintovirasto, muut liikunnan aluejärjestöt, lajiliitot, Suomen Olympiakomitea, Suomen Paralympiakomitea, Liikkuvat ohjelmat - kokonaisuus ja Opetus- ja kulttuuriministeriö.

Toiminnan vaikuttavuutta arvioidaan ja seurataan valtakunnallisten liikuntaindikaattoreiden ja -mittareiden avulla mm. Rajattomasti liikuntaa -työkalulla sekä oman toiminnan tulosten ja mittareiden kautta.



Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelma



Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelma jatkaa aikaisempaa Päijät-Hämeessä tehtyä liikunnan strategiatyötä.

Tavoite- ja toimenpidekokonaisuudet ohjelmassa ovat:

- **Yksilö** – Päijäthämäläisten elämäntapana on fyysisesti aktiivinen arki.
- **Yhteisö** – Arjen yhteisöt tukevat fyysistä aktiivisuutta.
- **Järjestelmä** – Yhteinen tahtotila ja toimintatavat mahdollistavat toimivan kokonaisuuden.
- **Olosuhteet ja ympäristö** – Arjen fyysinen aktiivisuus mahdollistetaan monipuolisesti ja ekologisesti kestävästi.

Toimintaa poikkileikkaa tutkimus- ja kehittämistoiminta, arviointi, palvelumuotoilu ja viestintä.

Ohjelman toimeenpanosta vastaa Päijät-Hämeen liitto yhteistyössä PHLU:n ja muiden toimijoiden kanssa. Ohjelma on osa Päijät-Hämeen hyvinvointisuunnitelmaa.

PHLU vastaa yhdessä Päijät-Hämeen liiton kanssa ohjelman jalkauttamisesta ja toteuttamisesta ja on mukana ohjausryhmän toiminnassa.

Ohjelman päämäärä:

Kaikkien päijäthämäläisten fyysinen aktiivisuus lisääntyy ja paikallaanolo vähenee.

Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman painopisteenä vuosina 2024-2025 ovat lapset, nuoret ja lapsiperheet.

Tavoitteena on, että

- Lasten, nuorten ja lapsiperheiden fyysinen aktiivisuus lisääntyy ja
- Päijät-Häme on harrastamisen Suomen mallin edelläkävijä

Vuosina 2024-2025 ohjelman yhteiset kärjet ovat:

- Liikuntaharrastus jokaisella lapsella ja nuorella - HARRASTAMINEN
- Fyysisesti aktiivinen arki kaikkien elämäntavaksi – LIIKUNTANEUVONTA
- Aktiiviseen arkeen kannustavat kampanjat ja tapahtumat – KOKEILUKULTTUURI
- Liikkumiseen innostavat OLOSUHTEET JA YMPÄRISTÖ

Toiminnan osa-alueet

Elinvoimainen seuratoiminta



Lisää liikettä -kokonaisuus



Vaikuttaminen ja viestintä
Hallinto ja talous
Vastuullisuus



Elinvoimainen seuratoiminta

Urheiluseuratoiminnalla on merkittävä rooli suomalaisessa yhteiskunnassa. Suomen suurimmassa kansanliikkeessä on aktiivisesti mukana eri rooleissa 1,8 miljoonaa ihmistä. Vapaaehtoisten panos on korvaamaton. Heidän tekemänsä työ on edelleen taloudellisesti mittava ja sen arvon tunnustaminen on keskeistä.

Liikunta- ja urheilujärjestöt ovat yhdessä sitoutuneet kehittämään seuratoimintaa entistä elinvoimaisemmaksi ja menestyvämmäksi. PHLU näkee itsensä vahvana seurojen ja muiden sidosryhmien kumppanina ja verkostoveturina tässä työssä ja vie eteenpäin koko liikuntayhteisön tavoitteita.

Vuoden 2024 visionamme seuratoiminnassa on nostaa laatua, lisätä osaamista ja innovoida uusia toimintatapoja. Haluamme, että jäsenseuramme pystyvät tarjoamaan parasta mahdollista ohjausta, valmennusta ja toimintaa kaikille liikkujille sekä toimivat vastuullisesti hallinnon ja johtamisen osa-alueilla.

Keskiössä on seurojen kyky inspiroida jäseniään liikunnalliseen elämäntapaan läpi elämän, ottaen huomioon erilaiset ikä- ja taitotasot. Myös uudentilaisille ajatuksille on sijansa tulevaisuuden pohdinnassa, jotta elinvoimaisuus seuroissa säilyy.

Elinvoimaisen seuratoiminnan tavoitteemme vuodelle 2024 ovat seuratoiminnan laadun kehittäminen, seuratoimijoiden osaamisen lisääminen, uusien toimintamallien ja lasten harrastusmahdollisuuksien kehittäminen alueellisesti verkostotyön kautta sekä seuratoiminnan näkyvyyden ja arvostuksen lisääminen.

Tulemme toteuttamaan näitä tavoitteita tiiviissä yhteistyössä seurojen, kuntien, lajiliittojen, muiden liikunnan aluejärjestöjen, Suomen Olympiakomitean, Päijät-Hämeen Urheiluakatemian, urheiluopistojen sekä muiden liikuntatoimijoiden kanssa. Yhdessä teemme seuratoiminnasta entistä merkityksellisempää ja laadukkaampaa.

Tavoitteet

Seuratoiminnan laadun kehittyminen

Toimenpiteet

- Tarjotaan laadukkaita jäsenpalveluita, taloushallintaa ja työllistämispalveluita. Helpotetaan seurojen työtä valmistelemalla erilaisia malleja ja työkaluja ketterään toimintaan
- Kannustetaan seuroja tähtiseurapolulle, toteutetaan johdettuja seurakehitysprosesseja ja tarjotaan myös muita seurakohtaisia kehittämistyökaluja
- Kannustetaan seuroja noudattamaan urheiluyhteisön reilun pelin ihanteita ja tavoitteita sekä urheiluyhteisön vastuullisuusohjelmaa
- Tuotetaan ajankohtaista ja faktapohjaista seuroille suunnattua viestintää erilaisista seuratoiminnan tukimuodoista ja autetaan hakuprosesseissa

Mittarit

- PHLU:n liittyneiden uusien jäsenseurojen määrä
- Jäsenpalveluiden käyttäjien palautteiden laatu
- Tähtiseurojen määrä ja jäsenseurojen jäsenmäärä
- Toteutuneiden muiden kehitysprosessien määrä ja osallistujilta saatujen palautteiden laatu
- Seurakonsultaatioiden ja tukihakemusten määrä sekä myönnettyjen tukieurojen määrä

Seuratoimijoiden osaamisen lisääminen

- Järjestetään seurajohdon ja -hallinnon koulutuksia avoimina ja tilauskoulutuksina
- Järjestetään valmentaja- ja ohjaajakoulutuksia avoimina ja tilauskoulutuksina
- Jatketaan yhteistyötä Päijät-Hämeen Urheiluakatemian ja alueen urheiluopistojen kanssa alueen ohjaajien ja valmentajien sekä muiden seuratoimijoiden osaamisen lisäämiseksi ajankohtaiset aiheet huomioiden
- Tarjotaan seuratoimijoille yksittäisiä mentorointeja haastaviin tilanteisiin

- Toteutuneiden koulutusten ja niihin osallistuneiden määrä
- Yhteistyötahojen kanssa yhdessä järjestettävien koulutusten määrä
- Mentorointien määrä
- Osaamisen lisäämiseksi järjestettävien koulutusten, tapaamisten ja mentorointien osallistujien palautteiden laatu

Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit
<p>Uusien toimintamallien ja lasten harrastusmahdollisuuksien kehittäminen alueellisesti verkostotyön kautta</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mahdollistetaan nykyisten verkostojen toiminta ja edelleen kehittäminen. Verkostoissa syntyy uusia toimintamalleja alueelle, mitkä antavat uusia mahdollisuuksia seuroille, sen nykyisille ja mahdollisille uusille jäsenille • Lisätään seurojen ja kunnan välistä yhteistyötä järjestämällä seurafoorumeita jokaisessa kunnassa tai kuntaryppäässä yhdessä sopivaksi katsomalla tavalla • Kerätään samankaltaisia seuroja yhteen suunnittelemaan uudenlaista toimintaa alueelle • Kerätään kuntien, opistojen ja muiden tahojen ihmisiä yhteen yhdessä kaikkien toimialojen kesken 	<ul style="list-style-type: none"> • Verkostotapaamisten ja seurafoorumeiden määrä sekä osallistujamäärä • Verkostotapaamisten ja seurafoorumeiden osallistujapalautteiden laatu • Uusien toimintamallien määrä alueella
<p>Seuratoiminnan näkyvyyden ja arvostuksen lisääminen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Järjestetään laadukas ja näkyvä Päijät-Hämeen Urheilugaala • Pidetään yllä ketterää työryhmää harrastamisen kokonaisuudessa Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelmakokonaisuudessa • Kerätään palautteita ja tietoa liikunta- ja urheiluseurakulttuurista ja käytetään tutkimustietoa tiedolla johtamisen perusteluna 	<ul style="list-style-type: none"> • Päijät-Hämeen Urheilugaalan osallistujamäärä ja osallistujapalautteiden laatu suhteessa aiempaan • Seuratoimintaan liittyvän läpikulkuviestinnän määrä • Seuratoiminnan alueellisten onnistumisten nostojen määrä alueellisessa viestinnän kentässä

Seuratoiminnan paikallista edistämistä tukevat hankkeet

Harrastamisen Suomen mallin -aluehanke

on Liikunnan aluejärjestöjen (mukana 10 aluetta) yhteinen valtakunnallinen hanke. Hankkeen tavoitteena on edistää harrastemaisen liikunnan toteuttamista kehittämällä alueellisesti muokattava, joustava toimintamalli kuntien ja seurojen käyttöön. Yhteistyössä kuntien ja seurojen kanssa luodaan myönteistä toimintaympäristöä, kehitetään seuraorganisaatioita, seuroissa tapahtuvan harrastustoiminnan lisäämistä ja ohjaajien osaamisen lisäämistä alueellisesti. Hankekausi on 1.4.2023 - 30.6.2024. Hanketta hallinnoi Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu ry.

Avoimet ovet -hanke

on Suomen Paralympiakomitean koordinoima valtakunnallinen hanke, joka toteutetaan yhteistyössä 14 liikunnan aluejärjestön ja 10 lajiliiton kanssa. Hankkeen tavoitteena on saada toimintarajoitteisia henkilöitä mukaan urheiluseuroihin nykyistä enemmän. Hanke jatkaa seuratoiminnan kehittämistä aikaisemmassa Avoimet ovet -hankkeessa syntyneen inklusiivisen seuran kehittämismallin avulla. Tukemalla kaikille avointa liikuntakulttuuria lisätään urheiluseurojen osaamista soveltavan liikunnan ja paraurheilun järjestäjinä. Hanke lisää toimintarajoitteisten henkilöiden yhdenvertaisia mahdollisuuksia osallistua seuratoimintaan liikkujina ja toimijoina. PHLU järjestää paikallisia verkostoja seuratoiminnan inklusion kehittämiseksi. Hankekausi on 1.6.2023 - 31.5.2026.

Työllisty hyvässä seurassa -hanke

Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit
<p>Tuetaan yhdistystoimintaa tuomalla hankkeen avulla siihen resursseja/työvoimaa</p>	<ul style="list-style-type: none">• Edistetään yhdistysten toimintaa työllistämällä palkkatuki- ja työkokeiluasiakkaita• Hoidetaan palkanmaksu ja muut työnantajamaksut seurojen antamalla valtakirjalla seurojen työllistämistileiltä• Koulutetaan seuroja toimimaan työnantajina ja innostetaan uusia seuroja palvelun piiriin	<ul style="list-style-type: none">• Työllistetään toimintavuoden aikana 100-150 palkkatukiasiakasta/työkokeilijaa yhdistyksiin• Työllistettyjä samanaikaisesti 60-90• Toiminnassa mukana noin 40-45 yhdistystä• Uusia yhdistyksiä 3-5
<p>Parannetaan työttömien työmarkkinavalmiuksia ja edistetään työllistymistä</p> <p>Edistetään asiakkaiden toiminta- ja työkykyä tarjoamalla tietoa terveellisistä elämäntavoista</p>	<ul style="list-style-type: none">• Hoidetaan yksilövalmennus laadukkaasti• Edistetään asiakkaiden ammattitaitoa koulutuksen avulla (oppisopimuskoulutus, näyttötutkinnot, lyhytkurssit ym.)• Kehitetään asiakkaiden digitaito- ja valmiuksia• Tuetaan asiakkaiden jatkopolutusta yrityksiin ja ylläpidetään yritysverkostoa.• Ohjataan asiakkaita liikuntaneuvonnan piiriin ja järjestetään kuntotestitilaisuuksia• Järjestetään virkistys- ja liikuntaretkiä ryhmäytymisen ja verkostoitumisen tukemiseksi	<ul style="list-style-type: none">• Avoimille työmarkkinoille, palkkatukityöhön tai opiskelemaan 50% hankkeessa työllistetyistä asiakkaista• Oppisopimusopiskelijoita 15-20, lyhytkursseihin osallistumisia 70• Digitaitovalmennuspaketti käyty läpi kaikkien asiakkaiden kanssa• Liikuntaneuvontaan on osallistunut 30 asiakasta• Kuntotestaukseen on osallistunut 60 asiakasta
<p>Valmistaudutaan toteuttamaan PHLU:n työllisyystoimintaa TE25 uudistuksen tavoitteiden mukaisesti</p> <p>Vaikutetaan ja toimitaan paikallisissa verkostoissa yhdistystyöllistämisen edistämiseksi</p> <p>Vaikutetaan paikalliseen TE25 uudistuksen valmisteluun, jotta yhdistykset työllistäjinä huomioitaisiin hyvin uudistuksen suunnittelussa</p>	<ul style="list-style-type: none">• Pidetään yhteyttä TE25 uudistuksen alueellisiin valmistelijoihin ja poliittisiin päättäjiin, jotta yhdistykset työllistäjinä huomioidaan uudistuksessa• Suunnitellaan oman työllistämistoiminnan jatkoa TE25 uudistuksen tavoitteiden ja rahoitusmahdollisuuksien mukaisesti.• Hankehakemus on jätetty mahdolliselle rahoittajalle• Osallistutaan alueen työllisyysverkostojen toimintaan• Pidetään aktiivisesti yhteyttä kuntien työllisyystoimijoihin ja muihin työllisyysshankeisiin	<ul style="list-style-type: none">• Hankerahoitus vuosille 2025-2027 on myönnetty• Hankkeessa mukana olevien kuntien työllisyystoimen henkilöstöntapaamisia vähintään kaksi kertaa vuodessa• TE25 valmistelijoiden ja alueen poliittisten päättäjien tapaamisia riittävästi• Työllisyystoimijoiden verkostotapaamisia 10-15 krt



Lisää liikettä -kokonaisuus

Lisää liikettä -kokonaisuuden tavoitteena on tukea toimijoita edistämään kuntalaisten aktiivista, kestävästä, osallistavaa ja liikuntasuosittelun mukaista arkea.

Väestön hyvinvointia ja terveyttä edistetään liikunnan keinoin varhaiskasvatuksessa, peruskoulussa, 2. asteella, sekä työikäisten ja ikääntyneiden keskuudessa perheitä unohtamatta. Lisäksi innostetaan liikunnan ja urheilun harrastamiseen niin ohjatusti kuin omatoimisesti.

Toiminnan painopisteitä ovat osaamisen kehittäminen, innostavat tapahtumat ja kehittämistilaisuudet, asiantunteva konsultointi sekä yhteistyön edistäminen. Kaikkia toimijoita tuetaan erilaisten kehittämishankkeiden ja avustusten hakemisessa sekä laadukkaiden sisältöjen rakentamisessa.

Tehtävät toimenpiteet mukailevat valtakunnallisia linjauksia, Liikkuvat-kokonaisuuden tavoitteita sekä Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman painopisteitä ja linjauksia.

Liikuntamyönteisen toimintakulttuurin edistämistä jatketaan tiiviissä yhteistyössä alueen varhaiskasvatusyksiköiden, koulujen, oppilaitosten, työpaikkojen, kuntien, hyvinvointialueen, liikunnan aluejärjestöjen, valtakunnallisen Liikkuvat -kokonaisuuden, aluehallintoviranomaisten, Suomen Olympiakomitean sekä muiden keskeisten liikunta- ja verkostotoimijoiden kanssa.

Yhdessä kohti liikuntasuosittelun mukaista arkea, arki liikuttaa!

Tavoitteet

Fyysisesti aktiivinen ja kestävä arki kaikkien elämäntavaksi

Toimenpiteet

- Toteutetaan säännöllisesti verkostotilaisuuksia varhaiskasvatukseen, kouluun ja opiskeluun, henkilöstön työhyvinvointi huomioiden
- Vahvistetaan alueellista yhteistyötä kehittämistilaisuuksin huomioiden erityisesti vähän liikkuviin kohdistuvat toimenpiteet yhteistyössä neuvola, koulu- ja opiskeluterveydenhuollon kanssa
- Sparrataan liikuntamyönteisen toimintakulttuurin kehittämisprosesseissa yksiköitä ja kuntia (teemoina mm. motoriset perustaidot, liikuntaneuvonta, liikunnallinen välituntitoiminta, move! mittaustulosten hyödyntäminen)
- Osallistutaan aktiivisesti yhteistyötahojen verkostoihin
- Lisätään liikuntatietoisuutta viestinnän keinoin
- Turvataan liikuntaneuvonnan jatkuvuus kunnissa yhteistyössä kuntien ja hyvinvointialueen kanssa
- Kehitetään liikuntaneuvontatoimintaa kaikki ikä- ja kohderyhmät huomioiden, painottaen kuitenkin lasten, nuorten ja perheiden toimintaa
- Koordinoidaan alueellista liikuntaneuvonnan kehittämistyötä ja verkostoa
- Kehitetään henkilöstöliikuntatoimintaa yhteistyössä alueellisten ja valtakunnallisten toimijoiden kanssa
- Edistetään työ- ja toimintakyvyä Buusti360 -palvelutuotannon avulla työyhteisöille, kunnille, hyvinvointialueelle ja hankkeille
- Koordinoidaan alueellista henkilöstöliikunnan verkostoa, sekä valtakunnallista Buusti360 -toimintaa

Mittarit

- Verkostotilaisuuksien määrä ja osallistujamäärä
- Kehittämistilaisuuksien ja sparrauksien määrä ja osallistujamäärä
- Liikuntaneuvonnan asiakasmäärä, järjestettävien liikuntaryhmien ja ryhmissä liikkuvien määrä
- Seurantavirvelin kautta Liikkuvat kokonaisuudessa olevien yksiköiden ja nykytilan arviointien määrä sekä arvioinnista nousevat sisällöt

Fyysistä aktiivisuutta tukevan harrastuksen mahdollistaminen

- Toteutetaan säännöllisesti verkostotilaisuuksia harrastekoordinaattoreille
- Edistetään lasten ja nuorten harrastamista koulupäivän yhteydessä
- Kehitetään ja toteutetaan seuratoiminnan palveluja työikäisten ja ikääntyneiden suuntaan mm. koulutusten avulla

- Verkosto- ja kehittämistilaisuuksien määrä ja osallistujien määrä
- Yhteistyökuntien ja -urheiluseurojen määrä

Tavoitteet

Liikkumaan innostaminen

Toimenpiteet

- Järjestetään liikunnan iloa tuottava kampanja ja erilaisia tapahtumia yhteistyössä kuntien, työyhteisöjen, järjestöjen, urheiluseurojen ja muiden toimijoiden kanssa
 - PHLU:n Joulumaa tapahtuma yhteistyössä lapsiperhe toimijoiden kanssa, huomioiden myös ikäihmiset
 - Alueellinen Arki liikuttaa - kampanja
- Hyödynnetään Arki liikuttaa - materiaaleja aktiivisen toimintaympäristön kehittämiseksi alueen perhekeskuksiin, neuvoloihin, kauppakeskuksiin
- Toteutetaan Liikkuva Päijät-Häme - testikiertue
- Jalkaudutaan osaksi kutsuntoja liikuntaneuvonnan kanssa

Mittarit

- Tapahtumien ja kampanjoiden määrä
- Tapahtumiin ja kampanjoihin osallistuvien määrä

Vaikuttaminen ja viestintä

- Tuetaan toimijoita rahoituksen järjestämisessä
- Vaikutetaan keskeisissä verkostoissa ja yhdyspinnoissa
- Viestitään liikuntamahdollisuuksista ja ajankohtaisista asioista
- Viestitään Liikkuvat ohjelmakokonaisuuksien, sekä hankkeiden sisällöistä
- Tuetaan toimijoita toiminnan toteuttamisessa ja rahoituksen järjestämisessä
- Koordinoidaan tarvittavia verkostoja, sekä vaikutetaan keskeisissä verkostoissa ja yhdyspinnoissa

- Liikunnallisen elämäntavan avustusta saavien kuntien määrä
- Verkostojen määrä
- Viestintätoimenpiteiden määrä
- Rajattomasti liikuntaa palvelun mittaristo

Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit
<p>Liikuntaosaamisen vahvistaminen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lisätään lasten ja nuorten parissa toimivien osaamista asiantuntevien kouluttajien avulla järjestämällä laadukkaita ja ajankohtaisia työpajoja, koulutuksia, webinaareja ja seminaareja • Mahdollistetaan liikunta-alan opiskelijoiden yhteistyöprojektit ja työssäoppimisjaksot • Lisätään työikäisten ja ikääntyneiden parissa toimivien osaamista tarjoamalla laadukkaita ja ajankohtaisia työpajoja, koulutuksia, seminaareja ja webinaareja 	<ul style="list-style-type: none"> • Koulutustilaisuuksien ja osallistujien määrä • Yhteistyöprojektien ja opiskelijoiden määrä

Liikkuvat-kokonaisuuden paikallista edistämistä tukevat hankkeet

Lisää liikettä -hanke on Liikunnan aluejärjestöjen yhteinen valtakunnallinen hanke. Kehittämistyön tavoitteena on edistää liikuntamyönteistä toimintakulttuuria sekä fyysisen aktiivisuuden suositusten toteutumista varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja oppilaitoksissa. Paikallistasolla tuetaan toimijoita Liikkuvat -ohjelmakokonaisuuden kehittämistyön eri vaiheissa. Lisäksi edistetään harrastamisen mahdollisuuksia koulupäivän yhteydessä. Hankekausi on 1.3.2024 - 28.2.2025. Hanketta hallinnoi Hämeen Liikunta ja Urheilu ry.

Liikuttava Suomi -hanke on Liikunnan aluejärjestöjen yhteinen valtakunnallinen hanke. Kehittämistyön tavoitteena on työikäiseen aikuisväestöön kohdistuvan Liikkuva aikuinen -ohjelman yhdessä sovittu alueellinen toimeenpano, sekä ikäihmisten fyysisen aktiivisuuden ja liikunnan lisääminen. Hankekausi on 1.1.2024 - 31.12.2024. Hanketta hallinnoi Varsinais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry.

Ikiliikkuville lisää liikettä – ILLI -hanke on Liikunnan aluejärjestöjen (mukana 6 aluetta) yhteinen valtakunnallinen hanke. Kehittämistyön tavoitteena on kehittää ja pilotoida ikiliikkuville suunnattuja liikuntapalveluja ja toimintamalleja, ammattilaisille ja vertaisille kohdennettua koulutusta, sekä olla aktiivinen toimija alueellisissa Ikiliikkuja -verkostoissa. Hankekausi on 1.5.2023 - 30.4.2025. Hanketta hallinnoi Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry.

Vaikuttaminen

Tavoitteet

Vahvistetaan liikunnan yhteiskunnallista asemaa ja arvostusta valtakunnallisella, maakunnallisella ja paikallisella tasolla.

Organisoidaan ja osallistutaan alueellisesti ja valtakunnallisesti liikkumisen kannalta merkittäviin verkostoihin.

Kannustetaan ja tuetaan kuntia ja muita toimijoita mm. hanke-, HYTE- ja vaikuttamistyössä ja sen seurannassa ja arvioinnissa.

Toimenpiteet

- Vaikutetaan yhdessä muiden liikuntajärjestöjen kanssa hallitusohjelmaan ja liikunnan resursseihin mm. budjettineuvotteluissa
- Ollaan mukana valtakunnallisissa vaikuttamisverkostoissa ja -foorumeissa
- Tehdään tiivistä yhteistyötä eri toimijoiden kanssa liikunnan aseman ja resursoinnin vahvistamiseksi alue/paikkallistasolla
- Vaikutetaan siihen, että kuntien ja maakunnan strategioihin saadaan liikunta- ja liikkumishjelma vahvasti esille
- Tuodaan liikunta- ja HYTE -työn vaikuttavuutta esiin kuntien päätöksenteossa ja nostetaan liikunta vahvasti mukaan kuntien poikkihallinnollisiin työryhmiin
- Vaikutetaan omilla toimenpiteillä siihen, että Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelmaa toteutetaan kaikissa kunnissa

- Vastataan kuntien liikuntatoimen viranhaltijoiden seudullisesta yhteistoiminnasta sekä Liikkuvien ohjelmien eri kehittämis- ja verkostoyhteistyöstä
- Vastataan omalta osaltamme maakunnallisesti seura- ja harrastetoiminnan kehittämisestä yhteistyössä seurojen, kuntien ja muiden toimijoiden kanssa
- Vastataan alueellisen olosuhdetyön kehittämisestä yhteistyössä P-H liiton, kuntien ja opistojen kanssa
- Jatketaan tiivistä yhteistyötä Päijät-Hämeen hyvinvointialueen ja muiden sidosryhmien kanssa HYTE-työn toteutuksen osalta
- Tuodaan asiantuntemusta liikunnan kannalta tärkeisiin foorumeihin ja osallistutaan mm. AVI:n liikuntaneuvoston ja järjestöneuvottelukunnantointaan

- Tarjotaan Rajattomasti liikuntaa -työkalu käyttöön toiminnan suunnittelun ja arvioinnin tueksi
- Kannustetaan kuntia liikuntavaikutusten ennakoarviointiin
- Kannustetaan ja autetaan kuntia HYTE-kerroin ja indikaattori työssä
- Kannustetaan ja autetaan kuntia ja seuroja eri hankkeiden hakemisessa
- Tuotetaan liikunnan vaikuttamistyön tueksi aineistoa ja ollaan tarvittaessa asiantuntijoina mukana työssä

Mittarit

- Liikunnan rahoitus säilyy vähintään nykyisellä tasolla
- Miten liikunta näkyy maakunnan ja kuntien strategioissa
- Liikkumishjelman tavoitteiden toteutuminen

- PHLU:n vetämien verkostojen ja tapaamisten määrä ja niiden vaikuttavuus
- Osallistuminen muiden toimijoiden vetämiin verkostoihin, missä mukana
- Alueelle ohjautuvien olosuhdehankkeiden määrä/rahoitus
- Sidosryhmäyhteistyön laajuus ja vaikuttavuus
- Sparrausten ja tapaamisten määrä

- Rajattomasti liikuntaa työkalu on käytössä toiminnan suunnittelussa ja arvioinnissa PHLU:n ja muiden toimijoiden keskuudessa
- Alueen kuntien tulokset Hyte-kertoimen ja indikaattorien osalta nousevat.
- Alueelle saadun hankerahoituksen määrä.

Viestintä

Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit
PHLU:n brändin, toiminnan ja palveluiden tunnettavuuden lisääminen alueellisesti	<ul style="list-style-type: none">Viestitään jäsenille ja muille sidosryhmille PHLU:n toiminnasta ja palveluista eri viestintäkanavissa ja foorumeissaToteutetaan PHLU:n yleisen viestinnän lisäksi toimialakohtaista viestintää eri sidosryhmille säännöllisestiToteutetaan yhteisesti sovitut Liikkuvat ohjelmat -kokonaisuuksien sekä Liikunnan aluejärjestöjen viestintätoimenpiteetOtetaan käyttöön PHLU:n uusi graafinen ilme ja ohjeistus asteittain aikataulun mukaan vuoden 2024 aikana	<ul style="list-style-type: none">PHLU:n palvelujen tunnettavuus jäsenistön ja eri kohderyhmien keskuudessa / kyselyPalveluiden käytön määräUutiskirjeen tilaajamääräSosiaalisen median tilaajien seuraajamäärätVerkkosivujen vierilumäärät ja keskiarvoinen vierailuaika
Toiminnan ja palveluiden, joiden viitekehys tulee PHLU:n ulkopuolelta, tunnettavuuden lisääntyminen	<ul style="list-style-type: none">Toteutetaan yhteisesti sovittujen ulkoapäin tulevien ohjelmien, hankkeiden ja yhteistyöorganisaatioiden viestintätoimenpiteetViestitään ja tiedotetaan myös muista liikunnan ja urheilun ajankohtaisista asioista mm. valtakunnallista hankehauista	<ul style="list-style-type: none">Tiedotteiden määräKyseessä olevien ohjelmien kautta toteutettujen tapahtumien kävijämäärät
Edistetään liikuntamyönteistä ilmapiiriä	<ul style="list-style-type: none">Tuodaan uudenlaisen kokeilukulttuurin, kampanjoiden ja tapahtumien kautta myönteistä liikuntakulttuuria ja ilmapiiriä esiin ja aktivoidaan kuntalaisia ja eri toimijoita mukaanNostetaan esille alueellisia onnistumisia, tekoja ja tarinoita eri viestintäkanavissaTuetaan toimialojen ja hankkeiden tavoitteiden saavuttamista viestinnällisin keinoin	<ul style="list-style-type: none">Kampanjoiden ja tapahtumien osallistujamäärät
Parannetaan viestinnän saavutettavuutta	<ul style="list-style-type: none">Uuden graafisen ilmeen jalkautuksen myötä tarkennetaan mm. internet-sivujen kontrastit	<ul style="list-style-type: none">Digitaalinen näkyvyys ja materiaalit ovat saavutettavuusdirektiivien mukaiset

Hallinto

Toiminnan pohjana ovat hyvän hallinnon periaatteet ja toimintaa ohjaa PHLU:n säännöt ja strategia. Ylintä päätösvaltaa PHLU:ssa käyttää jäsenistön edustajista koostuva varsinainen kokous keväällä ja syksyllä. Hallituksen muodostavat syyskokouksessa kahdeksi kalenterivuodeksi valittu puheenjohtaja ja kahdeksan hallituksen jäsentä. Toiminnan strategiset tavoitteet ja vuosittaiset toiminnan ja talouden painopisteet määrittelee hallitus.

Operatiivisesta toiminnasta vastaa toimihenkilöstö. Toistaiseksi voimassa olevassa työsuhteessa PHLU:ssa työskentelee kuusi henkilöä, muut henkilöt työskentelevät erilaisissa hankkeissa ja asiantuntijatehtävissä. Henkilöstön määrä vaihtelee vuosittaisten hankkeiden määrän mukaan. Tällä hetkellä PHLU:ssa työskentelee 20 työntekijää. Toimihenkilöiden lisäksi PHLU:ssa työskentelee erilaisissa koulutus- ja sparraustehtävissä oto-työntekijöitä. Vahvan oppilaitosyhteistyön kautta harjoittelussa on vuosittain useita opiskelijoita.

Henkilöstön ydinosamista ovat seuratoiminta, lasten ja nuorten liikunta, aikuisten terveys- ja harrasteliikunta, henkilöstöliikunta, liikuntaneuvonta, taloushallinto, olosuhdetyö, työllistäminen, hankeosaaminen ja liikuntapolitiikka. Henkilöstön osaamisen kehittämiseksi järjestetään yhteisiä koulutustilaisuuksia ja osallistutaan muiden tahojen järjestämiin koulutuksiin. PHLU:n oto-kouluttajaverkosta pidetään ajan tasalla resursoimalla kouluttajien mahdollisuuden osallistua PHLU:n omiin koulutuksiin, valtakunnallisiin kouluttajakoulutuksiin ja kouluttajahuoltoon.

PHLU:n tavoitteena on olla edelleen vetovoimainen ja pidetty työpaikka. Henkilöstön hyvinvointiin ja osaamiseen panostetaan mm. hybridityömallilla, koulutuspäivillä, yhteisillä virkistys- ja liikuntapäivillä, viikoittaisilla liikuntatunneilla sekä liikunta- ja lounaseteillä.

PHLU:n toimisto palvelee asiakkaitaan Lahden Urheilukeskuksessa.



Talous

PHLU:n toiminta on taloudellisesti hyvällä ja vakaalla pohjalla pitkäjänteisen kehittämistyön tuloksena.

Toimintaa ja palveluita on kehitetty ja toteutettu jo useamman vuoden ajan suunnitelmallisesti yhdessä laadittujen talousraamien ja strategian puitteissa. Talouden suunnittelua, seuranta ja raportointia kehitetään koko ajan niin, että se on ajantasaista ja ennakoivaa.

PHLU:n talousarvio pohjautuu 230 000 euron valtion toiminta-avustukseen. Talousarvio täsmäytetään alkuvuodesta, kun avustus- ja hankepäätökset vahvistuvat. Viime vuosina valtion toiminta-avustus on noin 20 % PHLU:n toiminnasta.

PHLU:n taloushallinnon palvelut tuotetaan tällä hetkellä pääsääntöisesti Emce -taloushallinto-ohjelmalla sähköisesti. PHLU tarjoaa taloushallinnon palveluita myös jäsenistölle ja asiakkaita on tällä hetkellä yli 40.



Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry

Varsinainen toiminta	2024
TUOTOT	553 867,78
KULUT	
Palkat	-578 847,00
Henkilösivukulut	-136 628,26
Henkilöstökulut yhteensä	-715 475,26
Tilavuokrat	-31 063,00
Matkakulut	-31 432,00
Koulutuskulut	-25 300,00
Materiaali- ja Markkinointikulut	-38 322,00
Käyttö- ja ylläpitokulut	-38 950,00
Tapahtumakulut	-17 000,00
Muut toimintakulut	-30 580,00
VARSAINAISEN TOIM.KULUT	-928 122,26
VARSAINAINEN TOIMINTA	-374 254,48
VARAINHANKINTA	
Tuotot	14 600,00
Kulut	-500,00
RAHOITUSTUOTOT/KULUT	
Tuotot	
kulut	-50,00
Yleisavustukset	309 200,00
YHTEENSÄ	-51 004,48

Vastuullisuus

PHLU:n vastuullisuusohjelma koostuu neljästä teemasta, jotka ovat:

Hyvä hallinto

”Toimintamme on tasapuolista, vastuullista ja avointa.”

Turvallinen toimintaympäristö

”Liikunta ja urheilu tuottaa kaikille myönteisiä kokemuksia ja hyvää oloa.”

Yhdenvertaisuus, tasa-arvo ja eettisyys

”Kaikki ovat tervetulleita mukaan toimintaamme ja liikunta kuuluu kaikille.”

Ympäristö, ilmasto ja kestävä kehitys

”Ympäristöön, ilmastoon ja kestäväan kehitykseen liittyvät vallinnat ja teot ovat meille tärkeitä.”

Vastuullisen toiminnan osalta vuonna 2024 painopisteenä PHLU:ssa on kestävä kehitys. Kestävän kehityksen osalta toimintaa arvioidaan, suunnitellaan ja toteutetaan eri toimenpidekokonaisuuksien kautta. Toiminnan suunnittelussa hyödynnetään mm. Luontoaskel terveyteen -ohjelmaa sekä Lahden kaupungin ”kestävä ja hyvinvoiva lahtelainen” -toimintamalleja. Työ siitä miten kestävä kehitys voisi näkyä mm. liikuntaneuvonnassa on jo käynnistynyt.

Kestävä kehitys - teeman lisäksi viemme vahvasti eteenpäin myös Vastuullinen seuratoiminta -ohjelman tavoitteita ja toimenpiteitä. PHLU:n toiminnassa vastuullisuus on arjessa mukana.

PHLU:ssa on vastuullisuusohjelman lisäksi myös ympäristösuunnitelma, joka integroidaan jatkossa osaksi vastuullisuusohjelmaa. PHLU sitoutuu ottamaan huomioon ympäristöasiat esimerkiksi tavalla omassa toiminnassaan, ja hankinnoissa sekä jäsenistölle ja asiakkaille tekemässään työssä.

Ohjelmien toteutuksesta vastaa aluejohtaja ja niitä toteutetaan yhdessä henkilöstön ja hallituksen kanssa. Ohjelmien toteutumista seurataan ja arvioidaan vuosittain ja niitä päivitetään aina tarpeen vaatiessa arvioinnin yhteydessä.

Ohjelmat löytyvät osoitteesta www.phlu.fi.

Päijät-Hämeen Urheilu ja Liikunta ry
Urheilukeskus
Salpausselänkatu 8
15110 Lahti
Y-tunnus 1097026-2
www.phlu.fi

Hyvää
oloa
liikun-
nalla!



Päijät-Hämeen
LIIKUNTA JA URHEILU