

Hyvää oloa
liikunnalla!

Vuosikertomus

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry

1.1.2024-31.12.2024



Sisältö



TERVEHDYS	3
1. PÄIJÄT-HÄMEEN LIIKUNTA JA URHEILU RY	4
1.1 Toimintaympäristö	5
1.2 Toiminnan lukuja vuodelta 2024	6
2. ELINVOIMAINEN SEURATOIMINTA	7
2.1 Hankkeet seuratoiminnan tukena	10
3. LISÄÄ LIIKETTÄ -KOKONAISUUS	12
3.1 Lisää liikettä -kokonaisuutta tukevat hankkeet	20
4. VAIKUTTAMINEN	23
5. LIIKKUVA PÄIJÄT-HÄME 2030 OHJELMA	26
6. VIESTINTÄ	27
7. HALLINTO JA HENKILÖSTÖ	29
8. VASTUULLISUUS	31
9. TALOUS	32
LIITTEET	35
Koulutukset, tapahtumat ja tilaisuudet	
Toimikunnat, valiokunnat ja ohjausryhmät	
Henkilökunnan edustukset työryhmissä	
2024 palkitut	
2024 jäsenet	

PÄIJÄT-HÄMEEN LIIKUNTA JA URHEILU RY 2025

Tekstit: Mai-Brit Salo, Jaakko Rätty, Keijo Kylänpää, Heidi Mälkönen, Marjo Vänskä ja Reda Oulmane

Taitto: Roosa Pulkkinen

Valokuvat: Liikunnan aluejärjestöt -kuvapankki, Paraolympiakomitea, PHLU:n kuvapankki

Ikonit: canva.com, Canva Pro kuvapankki

Tervehdys

Vuosi 2024 oli hyvä perustoiminnan vuosi PHLU:ssa. Liikuntajärjestöihin kohdistuvat ensimmäiset leikkaukset kohdistuivat toiminta-avustukseen ja yhteiskunnallinen taloudellinen tilanne vaikutti joidenkin palveluiden myyntiin, mutta taloudellisesti ja toiminnallisesti tulos oli hyvä.

PHLU:ssa on varauduttu resursseihin kohdistuviin leikkauksiin kehittämällä omaa varainhankintaa, toimintaa ja palveluita vuosien saatossa niin, että peruspalveluita pystyttäisiin tuottamaan laadukkaasti jatkossakin. Tässä haastavassa ajassa liikunnan, toiminta- ja työkyvyn sekä hyvinvoinnin merkitys korostuvat, ja meidän on pystyttävä kehittämään toimintaamme ja palveluita tarpeiden ja kysynnän mukaan.

Toiminnallisesti PHLU:n painopisteet olivat strategian ja ministeriön asettamien tavoitteiden mukaisia. Keskiössä toiminnassa olivat elinvoimainen seuratoiminta, liikkeen lisääminen eri ikä- ja kohderyhmissä sekä vaikuttaminen ja viestintä. Toimintaan ja viestintää toteutettiin vastuullisesti päivitetyn vastuullisuusohjelman tavoitteiden mukaisesti.

Toimintaa toteutettiin yli maakunta- ja kuntarajojen yhteistyössä mm. verkostoissa ja projektiryhmissä eri toimijoiden kanssa. Yhteinen Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelma ja Suomen liikkuvien maakunta -tavoite kannustivat omalta osaltaan toimijoita yhteen samojen liikuntateemojen äärelle. Uudenlainen toimintakulttuuri ja tekemisen tavat hakevat vielä muotoaan, mutta suunta on oikea.

Liikunnan aluejärjestöt allekirjoittivat 30.9.2024 opetus- ja kulttuuriministeriön liikunnan vastualueen kanssa uuden tavoiteasiakirjan vuosille 2025–2027.

Tavoiteasiakirja on rakennettu kolmelle toiminnalliselle tavoitteelle, jotka ovat päivittäisen liikkeen lisääminen, elinvoimaisen seuratoiminnan ja liikunnan harrastamisen tukeminen sekä kuntien liikuntatoiminnan tukeminen. Asiakirjaan nostetut tavoitteet ovat olleet PHLU:n toiminnassa keskiössä jo aikaisempina vuosina. Tästä on hyvä jatkaa!

Vaikka vuosi oli toiminnallisesti hyvä perusvuosi, vuoteen mahtui ikävämpiäkin uutisia ja muutoksia. Uuden TE25 -uudistuksen takia PHLU:n työllistämistoiminta ”avaimet käteen” -mallilla päättyi 31.12.2024. TYPO-hankerahoitus ja palkkatuki yhdistysten suuntaan loppui vuoden 2025 alusta.

PHLU:n asiakkaat ovat olleet vuosien saatossa pääasiassa pitkäaikaistyöttömiä palkkatukioikeuden omaavia henkilöitä. Viimeisellä hankekaudella vuosina 2021-2024 hankkeen kautta palkattiin yhdistyksiin ja yrityksiin palkkatuella yhteensä 510 henkilöä. Työkokeilijoita oli 103.

Koko 18 -vuotisen työllistämistoiminnan aikana PHLU:n kautta on työllistetty yhteensä yli 2 000 henkilöä ja toiminnassa on ollut mukana toistasataa työllistäjäyhdistystä ja -yritystä. Palaute työllistämistoiminnasta on ollut kokonaisuudessa hyvää niin työllistetyiltä asiakkailta, urheiluseuroilta ja muilta yhdistyksiltä sekä mukana olevilta kunnilta. Haluan nyt kiittää kaikkia, jotka ovat olleet mukana tässä toiminnassa ja sen mahdollistaneet.

Erityiset kiitokset myös PHLUn hallitukselle, henkilöstölle, kouluttajille, testaaajille, asiantuntijoille ja kumppaneille. Teidän kaikkien kanssanne on ollut ilo tehdä töitä tänäkin vuonna!

Liikunnallisin terveisin Mai-Brit Salo, aluejohtaja

1. 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 kunta- ja lajirajojen.

TOIMIMME ARVOJEMME MUKAISESTI



Toimintamme yhteinen näky vuoteen 2030 alueellamme on **liikkuvimmat** ja **terveimmät** ihmiset.



Toimintamme missio on **mahdollistamme hyvää oloa liikunnalla**.



Toimintamme perustana on liikkumisen **ilo, yhteistyö, kumppanuus ja innostaminen**.

TOIMINNAN PAINOPISTEITÄ OVAT

- elinvoimainen seuratoiminta ja
- liikkeen lisääminen eri ikä- ja kohderyhmissä.

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. Toimintaa ohjaavat myös alueelta tulleet tarpeet ja toiveet.

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 liikuntatietoa -alustan avulla sekä oman toiminnan tulosten ja mittareiden seurannan kautta.



PHLU on yksi Suomessa toimivasta viidestätoista liikunnan aluejärjestöstä. Kaikki aluejärjestöt (15) ovat laajoissa verkostoissa toimivia, itsenäisiä ja yhteiskuntavastuullisia liikunnan alueellisia asiantuntija-, palvelu- ja kehittämissyksiköitä.

1.1.Toimintaympäristö

TOIMINTA-ALUE

- Toiminta-alue koostuu 16 kunnasta.
- Toiminta-alueella on 230 987 asukasta.
- Toiminnassa on mukana 240 järjestö- ja kuntajäsentä.
- Alueella on 121 päiväkotia, joista 96 % ovat mukana Liikkuvat -ohjelmassa (Seuranta-Virveli).
- Alueella on 100 perus- ja toisen asteen koulua, joista 80 % ovat mukana Liikkuvat-ohjelmassa (Seuranta-Virveli).

SEURATOIMINTA

- Toiminta-alueella on yhteensä 316 urheiluseuraa (Seuratietokanta 2023).
- Päijät-Hämeen kunnissa toimivissa seuroissa on noin 55 000 jäsentä (Seuratietokanta 2023).
- Seuroista tähtiseuroja on 25.
- Seuroista PHLU:n jäsenenä on 158 seuraa.

LIKKUMATTOMUUDEN KUSTANNUKSET

Päijät-Hämeessä liikkumattomuuden kustannukset ovat vuosittain yli 60 miljoonaa euroa ja paikallaan olon kustannukset lähes 65 miljoonaa euroa. (Valtakunnantasolla noin 4,7 miljardia euroa vuodessa).

LIKKUMINEN ERI IKÄRYHMISSÄ

Harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajallaan korkeintaan 1h viikossa (Kouluterveyskysely 2023)

- 27% 8.-9.-luokkalaisten
- 25% lukion 1.-2. vk
- 40% ammatillisen 1.-2. vk



Terveysliikuntasuosituksen mukaan liian vähän liikkuvien

osuus (TerveSuomi 2023)

- 58% 20-vuotta täyttäneet
- 53% 20-64-vuotiaat
- 66% 65-vuotta täyttäneet

MOVE! MITTAUKSET

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen 5. ja 8. vuosiluokkien oppilaiden fyysisen toimintakyvyn Move! mittauksissa (2024) on todettu heikko fyysinen toimintakyky 40.9%:lla päijäthämäläisissä lapsissa ja nuorissa. (Vuonna 2023 luku oli 42.7%).

Valtakunnallisesti vuoden 2024 Move!-mittausten mukaan fyysiseltä toimintakyvyltään mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla olevien oppilaiden osuus on 38%.

1.2. Toiminnan lukuja vuodelta 2024



82

Koulutusta



1 458

Osallistujaa



66

Tapahtumaa



4 778

Osallistujaa



79

Verkosto-
tilaisuutta



1 078

Osallistujaa



2 601

Sparraus- ja
kehittämistilaisuutta



4 266

Osallistujaa



46

Kuntotestaus-
tapahtumaa



1 722

Osallistujaa



359

Liikuntaneuvonnan
asiakasta



1 094

Asiakaskäyntiä



134

Työllistettyä



64

Yhdistystä



983 999 €

Kokonaisliikevaihto



20

Työntekijää

2. Elinvoimainen seuratoiminta

TOIMINNAN TAVOITTEET

- Seuratoiminnan laadun kehittyminen
- Seuratoimijoiden osaamisen lisääminen
- Uusien toimintamallien ja lasten harrastusmahdollisuuksien kehittäminen alueellisesti verkostotyön kautta
- Seuratoiminnan näkyvyyden ja arvostuksen lisääminen

Elinvoimainen seuratoiminta on suomalaisen liikuntakulttuurin kulmakivi. Vuonna 2024 PHLU jatkoi määrätietoista työtään tukien seuroja niiden kehityksessä, vahvistaen seuratoimijoiden osaamista ja luoden uusia toimintamalleja lasten ja nuorten liikuntamahdollisuuksien monipuolistamiseksi. Valtakunnallisesti seuratoiminnan vastuullisuus ja vaikuttavuus nousivat yhä tärkeämpään asemaan pienenevien resurssien puristuksessa, ja alueellisesti yhteistyö kuntien, seurojen ja muiden toimijoiden kanssa korostui entisestään.

Seuratoiminnan näkyvyyttä ja arvostusta nostettiin lausumalla kannanottoja sekä palkitsemalla ansioituneita seuratyöntekijöitä Päijät-Hämeen Urheilugaalassa. Elämänura-palkinnon sai Erkki Raita, Lahden Hiihtoseura. Lisäksi soveltavan liikunnan kenttä liikahti harppauksia eteenpäin saavuttaen kaikille avoimen tapahtuman kautta valtakunnallisen näkyvyyden. Hankkeiden, koulutusten ja verkostotapaamisten kautta vahvistimme yhdessä seurojen elinvoimaisuutta ja liikunnan merkitystä yhteiskunnassa. Vuosi 2024 oli askel eteenpäin kohti yhä kestävämpää ja saavutettavampaa seuratoimintaa.



SEURATOIMINNAN LAADUN KEHITTÄMINEN

Vuonna 2024 PHLU tarjosi laadukkaita jäsenpalveluita, taloushallinnon tukea sai 40 eri yhdistystä ja työllistämispalveluiden kautta seuroihin ja muihin yhdistyksiin työllistettiin 134 henkilöä, jotka helpottivat toiminnan järjestämistä. PHLU:n jäseneksi liittyi kolme uutta seuraa. Seurojen hallinnon ja johtamisen kehittämistä tuettiin verkostotapaamisissa, joissa hyödynnettiin vertaistukea. Lisäksi pienempiin sparrauksiin osallistui 187 henkilöä. Erilaisia seurakehitysprosessin osia räätälöitiin osaksi seurojen omia kokonaisvaltaisia kehittämisstrategioita. Seurojen hallinnollisia prosesseja tuettiin lisäksi tarjoamalla asiantuntijapalveluita sekä sparrausapua viikoittain arjen kehittämiseen seurahallinnon osalta.

Kannustimme seuroja tähtiseurapolulle, uusia tähtiseuroja syntyi alueelle kaksi ja kolme seuraa uudelleenauditointiin laadun takaamiseksi. PHLU viesti aktiivisesti ajankohtaisista tukimahdollisuuksista ja avusti seuroja hakuprosesseissa, mikä paransi tukihakemusten onnistumisastetta. Seurat löysivät hienosti myös valtakunnan rajojen ulkopuolelta uusia tukimahdollisuuksia. Päijät-Hämeen seurat olivat jälleen esimerkillisesti edustettuina EU-hankkeissa kotiuttaen alueelle kymmeniä tuhansia euroja. Lisäksi maaseutumaisten alueiden seurat hyötyivät jälleen Leader-rahoituksista. Seuratukea jaettiin yhteensä 15 eri seuralle kaikkineen 184t€.

SEURATOIMIJOIDEN OSAAMISEN LISÄÄMINEN

Vuoden aikana järjestimme kattavan koulutuskokonaisuuden, joka sisälsi koulutuksia seurajohdolle, hallinnon toimijoille, valmentajille ja ohjaajille yhteensä 17. Seuratoiminnan ammattilaisia ja vapaaehtoisia tuettiin monipuolisesti sekä avoimilla että tilauskoulutuksilla. Koulutuksiin ja työpajoihin osallistui yhteensä 156 henkilöä. Koulutusten teemoja olivat muun muassa hyvä hallinto, talous ja verotus sekä verkostotapaamisissa esiinnousseet muut seuratoiminnan teemat. Koulutusyhteistyötä tehtiin aktiivisesti Päijät-Hämeen Urheiluakatemia ja alueen muiden sidosryhmien kanssa, mikä mahdollisti entistä laajemman tavoittavuuden ja ajankohtaisten aiheiden käsittelyn.

Seuratoimijoille tarjottiin lisäksi sparrausapua tukemaan heidän työtään haastavissa tilanteissa. Sparrauksiin ja kehittämistilaisuuksiin osallistui yhteensä 187 henkilöä. Osallistujapalautteet koulutusten ja sparrausten osalta olivat erinomaisen ja hyvän välillä arvosanalla 4,3 (asteikko 1-5). Käytännön vaikutuksena seurojen oma osaaminen vahvistui, mikä näkyi niiden toiminnan kehityksessä ja rohkeudessa pyytää apua haastavissa tilanteissa.

UUSIEN TOIMINTAMALLIEN JA LASTEN HARRASTUSMAHDOLLISUUKSIEN KEHITTÄMINEN

PHLU jatkoi aktiivista verkostotyötä seurojen ja kuntien välisen yhteistyön vahvistamiseksi. Järjestimme erilaisia seurafoorumeita 8 eri kunnassa yhteensä 11 tilaisuutta yhteistyössä kuntien kanssa, joissa käsiteltiin muun muassa seurojen toimintaympäristön muutoksia, rahoitusmahdollisuuksia ja muita yhteistyön paikkoja. Verkostotapaamisten ja seurafoorumien osallistujamäärät kasvoivat tavoittaen yhteensä 217 henkilöä, ja palaute oli erittäin positiivista. Tilaisuuksiin kaivattiin entisestään lisää keskustelua.

Uusia toimintamalleja kehitettiin erityisesti soveltavan liikunnan mahdollisuuksien parantamiseksi alueella. Uudenlaisella tapahtumakonseptilla tavoitettiin yli 400 toimintarajoitteista liikkujaa eri ikäluokista tarjoten kaikille avoimen tapahtuman kautta matalan kynnyksen mahdollisuuksia tulla mukaan seura- ja yhdistystoimintaan. Yhteensä 16 seuraa ja yhdistystä esitteli toimintaansa tapahtumassa.



Seurojen kanssa käytiin aktiivista dialogia seuratoiminnan tulevaisuudesta ja toimintaympäristön muutoksista. Kehittymishalukkaimmat ja innokkaimmat seurat loivat alueelle uudenlaisia toimintamalleja laajemman osallistujapohjan ja matalan kynnyksen harrastustoiminnan kentälle. Uusien toimintamallien käyttöönotto tuki alueellista kehitystä ja laajensi liikuntaharrastusten saavutettavuutta eri ikäryhmille.

PHLU oli aktiivisesti mukana Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelmakokonaisuudessa, jonka tavoitteena on edistää liikunta- ja urheilukulttuuria alueella. Seurakehittäjän vetämä harrastamisen projektiryhmä alkoi hahmottua jo olemassa olevista verkostoista ja uusien teemaryhmien rakentaminen saatiin alulle. Seuratoiminnan näkyvyyttä lisättiin monikanavaisella alueellisella ja paikallisella viestinnällä sekä erilaisilla vetoomuksilla päättäjätahojen suuntaan.

YHTEENVETO

Vuoden 2024 onnistumisia olivat erityisesti kaikille avoimen ja inklusiivisen harrastustoiminnan kehittäminen, seura-kuntayhteistyön vahvistaminen erityisesti maaseutumaisilla alueilla sekä alueellisen ja paikallisen verkostoyhteistyön syventyminen. Kehittämishaasteiksi tunnistettiin koulutusten osallistujamäärien kasvattaminen ja viestinnän parempi tavoittavuus, erityisesti uusien seuratoimijoiden ja hallitusten jäsenten suuntaan.

Kaiken kaikkiaan vuosi 2024 oli askel kohti kestävämpää, saavutettavampaa ja vaikuttavampaa seuratoimintaa. Seurojen tukeminen monipuolisilla palveluilla, verkostotyön vahvistaminen ja uusien toimintamallien käyttöönotto loivat vankan perustan tulevaisuudelle.



Seurafoorumien ja niihin osallistuneiden määrät: **11 tilaisuutta, 217 osallistujaa**

Verkostotapaamisten määrä ja niihin osallistuneiden määrä: **25 tilaisuutta, 241 osallistujaa**

Kaikille avoimeen soveltavan liikunnan tapahtumaan osallistui **yli 400 toimintarajoitteista henkilöä tukijoukkoiineen**

Ikoni: canva.com



2.1. Hankkeet seuratoiminnan tukena

HARRASTAMISEN SUOMEN MALLIN -ALUEHANKE

Etelä-Karjalan Liikunnan ja Urheilun vetämä valtakunnallinen liikunnan aluejärjestöjen hanke jatkui vuonna 2024 (-30.6) ja sen avulla kehitettiin joustavaa toimintamallia kuntien ja seurojen käyttöön. Hankkeen myötä koulupäivän aikaisen harrastamisen mallia ja oppimispolkuja rakennettiin ja edelleen kehitettiin. Erityisesti rakennettiin harrastusohjaajan koulutuspolkua nitoen yhteen jo olemassa olevia koulutuksia ja tarjoten uusia sisältöjä haastavan lapsen kohtaamiseen harrastuksessa.

Seuroille tarjottiin tukea harrastustoiminnan kehittämiseen. Kunnat ja seurat tekivät hankkeen puitteissa tiivistä yhteistyötä, mikä mahdollisti paremmin resursoitua ja saavutettavat liikuntamahdollisuudet koulupäivien yhteyteen.



AVOIMET OVET -HANKE, VOL 2

Paralympiakomitean valtakunnallinen hanke jatkoi seuratoiminnan kehittämistä inklusiivisen seuran kehittämismallin avulla. PHLU järjesti verkostoitumistilaisuuksia ja tuki seuroja soveltavan liikunnan ja paraurheilun osaamisen vahvistamisessa. Seurat saivat tukea esteettömän liikuntaharrastuksen kehittämiseen, ja verkostotapaamisissa jaettiin hyviä käytäntöjä siitä, miten toimintarajoitteisten henkilöiden osallistumista voidaan lisätä seuratoiminnassa. Kolme seuraa aloitti uuden soveltavan liikunnan ryhmän vuoden aikana ja suunnitelmia uusien ryhmien perustamiseksi loivat lisäksi useat muut yhteisöt tulevaisuuteen katsoen.



PHLU:N TYÖLLISTY HYVÄSSÄ SEURASSA -HANKE

Hankkeen viimeisellä hankekaudella 1.1.-30.6.2024 hanketta rahoittivat Hämeen TE-toimisto, Päijät-Hämeen kunnat ja työllistäjäyhdistykset maksamalla hallinnointimaksua sekä PHLU.

TE-toimiston TYPO - rahoituksen päättymisen jälkeen työllistämistoimintaa jatkettiin vuoden loppuun asti mukana olevien kuntien omarahoituksen, yhdistysten hallinnointimaksujen ja PHLU:n oman rahoituksen kautta.

Tavoitteena vuoden aikana oli työllistää 100-150 henkilöä. Toimintavuoden aikana päijät-hämläisiin urheiluseuroihin ja yhdistyksiin työllistettiin palkkatuella 112 henkilöä. Työkokeilussa yhdistyksissä oli 22 henkilöä. Määrälliset tavoitteet saavutettiin vuoden aikana.

Edellisiin vuosiin nähden määrät laskivat jonkin verran. Tähän vaikutti Hämeen TE-toimiston tekemä linjaus palkkatukityöllistämiseen. Uusia työntekijöitä oli huhtikuusta 2024 lähtien mahdollisuus palkata palkkatuella yhdistyksiin ainoastaan oppisopimuksella, vakituisiin työsuhteisiin tai osatyökykyisen tuella.

Tavoitteena oli, että toiminnassa on mukana 40-50 yhdistystä. Vuoden aikana mukana oli 64 yhdistystä ja niistä urheiluseuroja oli 43. Työllistettyjen palkkaukseen käytettiin toimintavuoden aikana noin 1,2 miljoonaa euroa.

Toiminnan tavoitteen oli, että asiakkaista 50 % pääsisi työllistämiskurssin jälkeen töihin avoimille työmarkkinoille tai koulutukseen. Toteutunut prosentti oli noin 30 %. Heikompaan jatkotyöllistämisprosenttiin vaikutti mm. vuonna 2023 voimaan tullut palkkatukilainsäädäntö, mikä ei enää mahdollistanut edelleen sijoitusta yhdistyksestä yritykseen 100 % palkkatuella. Tulokseen vaikutti myös toiminnan päättyminen.

Oppisopimusopiskeluja suoritti vuoden aikana yhteensä 14 asiakasta. Oppisopimusopiskelijoita oli Liikuntakeskus Pajulahdessa, Suomen Urheiluopistolla, Koulutuskeskus Salpauksessa ja Eerikkilän urheiluopistossa. Asiakkaiden työkuoron ja työkyvyn edistämiseksi asiakkaita ohjattiin kuntien liikuntaneuvonnan piiriin ja heille järjestettiin kuntotestitilaisuuksia, joihin osallistui 50 asiakasta.

Työllistämistiimi osallistui alueelliseen ja paikalliseen työllistämiseen liittyviin verkostoihin sekä sparrasi työllistäjäyhdistyksiä ja seuroja aktiivisesti vuoden aikana. Tulevan TE25 uudistuksen tiedettiin vaikuttavan yhdistysten työllistämismahdollisuuksiin ja siihen yritettiin vaikuttaa ja valmistautua mm. tapaamalla TE-johtoa, kunnanjohtajia, kuntapäättäjiä sekä työllisyyskoordinaattoreita. Yhdessä jäsenyhteisöjen kanssa tehtiin myös kannanotto päättäjille, jossa nostettiin esiin yhdessä huoli Päijät-Hämeen urheiluseura- ja muun yhdistystoiminnan tulevaisuudesta. Kannanoton allekirjoitti lyhyessä ajassa 40 työllistämistoiminnassa mukana ollutta yhdistystä. Kannanotto johti mm. muutosesitykseen Lahden kaupungin vuoden 2025 talousarvioon, mutta esitys ei mennyt siellä läpi.

Lahden ja Päijät-Hämeen työllisyysalueiden linjauksista palkkatuen osalta ei ollut vielä tarkkaa tietoa vuoden 2024 aikana. Muutoksia yhdistyksille myönnettävään palkkatukeen oli tulossa ja mahdollisesti se poistuisi kokonaan.

Toimintavuoden aikana valmistauduttiin toiminnan jonkinlaiseen jatkamiseen vuonna 2025 valmistelemalla ”Työkykyä ja osallisuutta” -hanke.



Työllistettyjen määrä **134**,
työllistäjäyhdistysten määrä **64**,
palkkatukiin käytetty summa **1,2 milj. euroa**.

Poimintoja asiakkaille tehdyistä kyselyistä:

97 % asiakkaista koki, että työtehtävät vastasivat odotuksia
86 % asiakkaista koki saaneensa riittävästi ohjausta hankkeen aikana työllistymiseen
67% asiakkaista sai onnistumisen kokemuksia työtehtävistä

Ikoni: canva.com



3. Lisää liikettä -kokonaisuus

TOIMINNAN TAVOITTEET

- Fyysisesti aktiivinen ja kestävä arki kaikkien elämäntavaksi
- Fyysistä aktiivisuutta tukevan harrastuksen mahdollistaminen
- Liikkumaan innostaminen
- Vaikuttaminen ja viestintä
- Liikuntaosaamisen vahvistaminen

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

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

Toiminnan painopisteinä olivat osaamisen kehittäminen, innostavat tapahtumat ja kehittämistilaisuudet, asiantunteva konsultointi sekä yhteistyön edistäminen. Kaikkia toimijoita tuettiin erilaisten kehittämishankkeiden ja avustusten hakemisessa sekä laadukkaiden sisältöjen rakentamisessa.

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

Liikuntamyönteisen toimintakulttuurin edistämistä jatkettiin tiiviissä yhteistyössä alueen varhaiskasvatusyksiköiden, koulujen, oppilaitosten,

työpaikkojen, kuntien, hyvinvointialueen, liikunnan aluejärjestöjen, valtakunnallisen Liikkuvat -kokonaisuuden, aluehallintoviranomaisten, Suomen Olympiakomitean sekä muiden keskeisten liikunta- ja verkostotoimijoiden kanssa.

Menimme yhdessä kohti liikuntasuosittelun mukaista arkea, arki liikutti!





Toteutettiin **54** koulutustilaisuutta, joissa oli **1 042** osallistujaa.

Järjestettiin **41** verkostotilaisuutta, joissa oli **556** osallistujaa.

Järjestettiin **64** tapahtumaa, joissa oli **4 101** osallistujaa.

PHLU:n toteuttamassa Lahden liikuntaneuvonnassa oli **359** asiakasta ja **1 094** asiakaskäyntiä.

Ikoni: canva.com



FYYSISESTI AKTIIVINEN JA KESTÄVÄ ARKI KAIKKIEN ELÄMÄNTAVAKSI

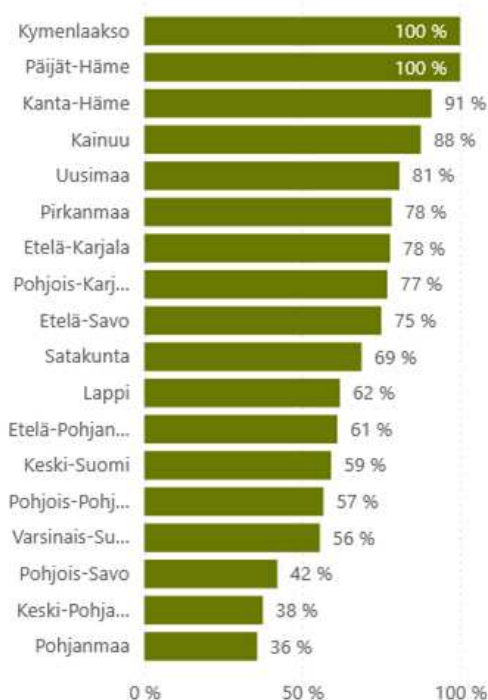
Toimintavuoden aikana vahvistettiin alueellista yhteistyötä ja kehitettiin toimintamalleja erityisesti vähän liikkuvien tukemiseksi eri ikäryhmissä. Lahdessa jatkettiin Liikkuva varhaiskasvatus -verkostoa ja perustettiin perhepäivähoidon verkosto, jotka tarjosivat kasvattajille vertaistukea ja koulutusta inklusiivisesta toiminnasta, hyvinvoinnista ja hyvistä käytännöistä. PHLU järjesti varhaiskasvatuksen verkostotilaisuuksia ja osallistui aktiivisesti Päijät-Hämeen hyvinvointiyhtymän lapsiperhe- ja vauvaverkostoihin, vahvistaen yhteistyötä järjestötoimijoiden kanssa, jotta perheille suunnatut tukitoimet integroituisivat perhekeskustoimintaan. Lisäksi liikunnan edistämiseksi tehtiin laajaa yhteistyötä koulutuksen ja verkostotyön kautta, muun muassa Liikkuva koulu -verkoston tapaamisissa yhteistyössä Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n kanssa.

Hyvinvointialueyhteistyötä jatkettiin perheliikuntaneuvonnan kehittämiseksi. Liikkuva koulu- ja Move!-hankkeet nostivat esiin kouluterveydenhoitajien keskeisen roolin liikunnan puheeksi ottamisessa, ja heidän tuekseen tuotettiin videoita ja jaettiin materiaalia, jotta liikunta tulisi luontevaksi osaksi arjen kohtaamisia. Lisäksi Arki liikuttaa -videoita ja tukimateriaaleja hyödynnettiin hyvinvointialueen digihoitopolun suunnittelussa, ja materiaalien tuotanto jatkuu yhteistyössä Päijät-Hämeen hyvinvointialueen kanssa. Alueellista liikunta- ja hyvinvointiyhteistyötä vahvistettiin myös Liikkuva Päijät-Häme 2030 -seminaarin kautta, joka järjestettiin Lahdessa ja tavoitti laajasti eri toimijoita yli kuntarajojen.



Liikuntaneuvonnan tila 2023, Liikkuva Aikuinen -ohjelma. Pylväsdiagrammi havainnollistaa liikuntaneuvonnan toteutumista valtakunnallisesti. Vuoden 2024 kartoitus ei ehtinyt ilmestyä tämän julkaisun ajankohtaan mennessä.

Liikuntaneuvontaa tarjoavien kuntien määrä maakunnittain



Liikuntaneuvonta toimi avoimena palveluna kaikille kuntalaisille, huomioiden eri ikä- ja kohderyhmät. Palveluun osallistui noin 600 alueen asukasta, yksittäisiä asiakaskäyntejä kertyi lähes 2 000. Kaikki toimialueen kunnat tarjosivat liikuntaneuvontaa, valtaosassa palvelu toteutettiin poikkihallinnollisesti ja prosessinomaisesti. Osaan kunnista liikuntaneuvonta tuotettiin ostopalveluna, esimerkiksi Lahdessa PHLU:n toteuttamana, jossa oli 359 asiakasta ja 1 094 asiakaskäyntiä.

PHLU koordinoi maakunnallista liikuntaneuvonnan kehittämistä yhteistyössä Päijät-Hämeen hyvinvointialueen ja kuntien kanssa varmistaen palvelun jatkuvuuden alueella. Hyvinvointialue tuki toimintaa pienellä kumppanuusavustuksella, vuoden aikana ohjattiin ja tuettiin paikallisia liikuntaneuvonnan toimijoita. Lisäksi kehitettiin palveluketju yhteistyötä hyvinvointialueen, kuntien ja kolmannen sektorin toimijoiden välillä. Alueen liikuntaneuvojille järjestettiin verkostotapaamisia sekä lähitilaisuuksina että etäkoulutuksina, joissa keskityttiin toiminnan kehittämiseen ja osaamisen lisäämiseen. PHLU:n asiantuntijat osallistuivat kuntien liikuntaneuvonnan kehittämistyöryhmiin, joissa edistettiin palvelun toimintaedellytyksiä. Samalla vahvistettiin liikuntaneuvonnan alueellista kehittämistyötä ja verkostoja, jotta palvelut tavoittaisivat entistä laajemmin eri väestöryhmät ja tukisivat liikunnallisen elämäntavan juurtumista osaksi arkea.

Lasten, nuorten ja perheiden palvelupolun vahvistaminen oli yksi liikuntaneuvonnan kehittämisen painopisteistä. Lahdessa toteutettiin liikuntaneuvonnan pilotti, jonka tavoitteena oli luoda selkeä ja toimiva asiakaspolku lapsille ja perheille, jotta liikunta ja hyvinvointi olisivat helposti saavutettavia ja arkeen juurtuvia. Pilotin aikana tavoitettiin 78 asiakasta, asiakaskäyntejä kertyi yhteensä 272. Toiminnassa huomioitiin myös luonto- ja kestävyysnäkökulmat osana elämäntapamuutosten neuvontaa – konkreettisena esimerkkinä luotiin planetaarista hyvinvointia tukevat Vinkkikortit.

Työikäisten ja työyhteisöjen hyvinvoinnin tukemiseksi PHLU koordinoi liikunnan aluejärjestöjen valtakunnallista Buusti360-toimintaa, joka tarjosi henkilöstöliikunnan palveluja työyhteisöille. Paikallisesti palveluja tarjottiin myös kunnille, yhdistyksille ja yksityishenkilöille, tavoitteena lisätä liikettä ja hyvinvointitietoisuutta sekä edistää terveellisiä elintapoja. Buusti360 tuotti kampanjoita, yhteistyökumppanuuksia, palvelualustoja sekä markkinointitukea, joita alueet hyödynsivät tarpeidensa mukaan. Toiminnan koordinoinnista ja kehittämisestä vastasivat PHLU:n asiantuntijat, jotka toimivat myös kehittämisryhmän vetäjinä ja viestinnän tukena. Buusti360-toiminnassa oli mukana alueen yrityksiä, kuntia, oppilaitoksia, järjestöjä, urheiluseuroja sekä hyvinvointialueen yksiköitä. Hyödynnetyimpiä palveluja olivat hyvinvointimittaukset, luennot, webinaarit, lajikokeilu- ja virkistyspäivät sekä alueellinen henkilöstöliikunnan verkosto. Näiden toimenpiteiden myötä henkilöstöliikunnan merkitys työhyvinvoinnin tukena vahvistui entisestään sekä alueellisesti että valtakunnallisesti.



FYYSISTÄ AKTIIVISUUTTA TUKEVAN HARRASTUKSEN MAHDOLLISTAMINEN

Toimintavuoden aikana edistettiin liikuntaa eri kohderyhmille järjestämällä verkostotilaisuuksia harrastekoordinaattoreille sekä kehittämällä ja toteuttamalla seuratoiminnan palveluja työikäisille ja ikääntyneille. Erityistä huomiota kiinnitettiin lasten ja nuorten harrastamisen tukemiseen koulupäivän yhteydessä, tätä varten tehtiin tiivistä yhteistyötä valtakunnallisen Harrastamisen Suomen mallin verkoston kanssa. Lasten ja nuorten aluekehittäjä toimi koulujen tukena, jotta harrastustoiminta saatiin integroitua osaksi koulupäivää sujuvasti ja saavutettavasti.

Kuntien harrastekoordinaattoreille ja harrastustoiminnasta vastaaville tarjottiin mahdollisuus osallistua valtakunnallisiin webinaareihin, joidenkin kuntien kanssa suunniteltiin ja koulutettiin ohjaajia inklusiivisen harrastustoiminnan kehittämiseksi. Harrastekaveri-mallia jaettiin yli kuntarajojen, mikä edisti lasten ja nuorten yhdenvertaisia mahdollisuuksia osallistua liikuntaan. Lisäksi tarjottiin koulutuksia ja asiantuntijatukea seuroille, jotta ne pystyivät paremmin vastaamaan eri ikäryhmien tarpeisiin ja edistämään liikunnallista elämäntapaa koko elämänsä ajan.

LIKKUMAAN INNOSTAMINEN

Toimintavuoden aikana järjestettiin useita omia tapahtumia ja osallistuttiin eri toimijoiden tilaisuuksiin Arki liikuttaa -teeman mukaisesti. Kampanjan toimintapisteet olivat mukana muun muassa Suuri Liikuntaseikkailu-, Puistoruokailu-, Päivisfudis-, Kärkölen Hyvinvointipäivä-, Hartolan yhtenäiskoulun virkistyspäivä-, Valtakunnallinen Vauvanpäivä- ja Lasten oikeuksien päivän -tapahtumissa, jotka tavoittivat tuhansia lapsiperheitä. Lisäksi kampanjamateriaaleja hyödynnettiin aktiivisen toimintaympäristön kehittämisessä perhekeskuksissa, neuvoloissa ja kauppakeskuksissa.

Arki liikuttaa -ideologiaa jalkautettiin laajasti eri tapahtumissa, ja liikunnan merkitystä nostettiin esiin niin perheiden kuin ammattilaistenkin kanssa käydyissä keskusteluissa. Perhekeskusyhteistyö jatkui osassa alueen kuntia, neuvoloihin toimitettiin tietoa perheliikuntaneuvonnasta. Päiväkotien ulkotoiminnan aktivointia jatkettiin yhteistyössä Suomen Urheiluopiston opiskelijoiden kanssa, toiminnan teemana oli perheiden liikuntaneuvonta Arki liikuttaa -perhepatteriston avulla. Opiskelijoita koulutettiin lasten ja aikuisten liikuntasuosituksiin sekä liikkumisen puheeksiottoon, he kävivät useissa päiväkodeissa liikuttamassa lapsia ja kasvattajia. Lisäksi Suomen Urheiluopiston kanssa aloitettiin yhteistyö, jossa koulutetaan oppisopimuksella liikuntaneuvoja alueelle.



Valtakunnallisesti mukaan on ilmoittautunut lähes

73 000 varhaiskasvatusikäistä lasta

17 000 varhaiskasvattajaa

yli **1 200** päiväkotia

Päijät-Hämeen alueelta Jekku-jänö seikkailuviikkoon ilmoittautui

1708 varhaiskasvatusikäistä lasta

404 varhaiskasvattajaa

31 varhaiskasvatus yksikköä



PHLU:n Joulumaa-tapahtuma järjestettiin sunnuntaina 1.12.2024, se tavoitti 1 400 kävijää. Tapahtumaan osallistui 25 toimijaa, se sai erittäin positiivista palautetta, erityisesti toiminnallisten ulkopisteiden ja aarteensetsinnän kaltaisen tapahtumarakenteen osalta. Ikäihmisten huomioiminen oli haasteellista, sillä tapahtumapäivä osui pyhäpäivälle, mikä vaikeutti yhdistysten ja kunnan toimijoiden paikalle saamista. Näin ollen ikäihmisille suunnattu toiminta jäi vähäiseksi, vaikka tapahtumassa heitä olikin mukana. Lisäksi Jekku Jänö -kampanja markkinoitiin onnistuneesti, siihen osallistui alueeltamme 1 708 varhaiskasvatusikäistä lasta, 404 varhaiskasvattajaa ja 31 varhaiskasvatusyksikköä. Näiden toimenpiteiden kautta liikunnan edistäminen vahvistui eri ikäryhmien ja perheiden keskuudessa.

Toimintavuoden aikana Liikkuva Päijät-Häme -kiertue jalkautui alueen kuntiin tarjoten maksuttomia kuntotestauksia ja liikuntaneuvontaa. Kiertueen tavoitteena oli kannustaa ihmisiä liikkumaan, huolehtimaan terveydestään ja lisätä tietoutta liikunnallisesta elämäntavasta. Osassa tapahtumia olivat mukana myös kuntien liikuntaneuvojat, jotka tukivat osallistujia henkilökohtaisella ohjauksella. Vuoden 2024 kiertueen osallistujamäärä säilyi edellisvuoden tasolla, asiakaspalautekyselyn mukaan 95 % osallistujista oli erittäin tyytyväisiä palveluun. Testauksesta saatu tieto koettiin hyödylliseksi elintapojen kehittämisessä ja ylläpitämisessä.

Kutsuntaikäisten tavoittaminen nostettiin keskeiseksi kehittämiskohteeksi, jotta nuorten fyysinen kunto ja liikunnalliset elämäntavat saataisiin osaksi liikuntaneuvontaprosessia. Liikuntaneuvonta jalkautui osaksi kutsuntatilaisuuksia, joissa tavoitettiin 1 401 nuorta. Heistä 683 vastasi fyysistä kuntoa ja liikuntakäyttäytymistä kartoittavaan kyselyyn, jonka tulokset ovat analysoitavana. Kutsuntojen yhteydessä nuorille tarjottiin tietoa liikunnan merkityksestä ja mahdollisuuksista osana hyvinvointia, mikä mahdollistaa yksilöllisen ohjauksen ja tukee heidän hyvinvointiaan niin arjessa kuin tulevaisuudessa.



Toteutettiin **46 kuntotestaustapahtumaa**, joissa oli **1 722 osallistujaa**

Jalkauduttiin maakunnan kutsuntatilaisuuksiin, joissa tavoitettiin **1 401 kutsuntasuntaikäistä nuorta**

Ikoni: canva.com



**PHLU:n
Joulumaa**

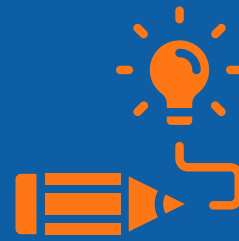


VAIKUTTAMINEN JA VIESTINTÄ

Toimintavuoden aikana tuettiin toimijoita sekä toiminnan toteuttamisessa että rahoituksen järjestämisessä, tarjoten asiantuntija-apua erityisesti aluehallintoviraston (AVI), opetus- ja kulttuuriministeriön (OKM) sekä Suomi Liikkeelle -ohjelman myöntämien kehittämisavustusten hakemisessa. Näiden avustusten tavoitteena oli kehittää ja ylläpitää alueen terveystiikunnan olosuhteita ja resursseja. AVI:n myöntämien Liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämisavustusten kautta alueen kuntiin saatiin 229 500 euroa 11 eri kehittämissankkeelle, Suomi Liikkeelle -ohjelman myöntämät Liikkuva koulu- ja Move!-hankkeiden avustukset toivat 240 000 euroa seitsemälle kehittämissankkeelle.

Lisäksi koordinoitiin ja vahvistettiin verkostoja sekä vaikutettiin keskeisissä yhteistyöverkostoissa ja yhdyspinnoissa. Kehittämis- ja ohjausryhmätyöskentelyn, hanketyön, konsultoinnin, koulutusten ja tapahtumien avulla edistettiin liikunnan asemaa osana paikallista ja alueellista hyvinvointia. Viestinnällä lisättiin tietoisuutta liikuntamahdollisuuksista, ajankohtaisista asioista sekä Liikkuvat-ohjelmakokonaisuuksien ja hankkeiden sisällöistä, tukien liikunnan saavutettavuutta eri kohderyhmille.

Viestintää toteutettiin monikanavaisesti hyödyntäen sähköisiä tiedotteita, joita lähetettiin varhaiskasvatusyksiköihin, varhaiskasvatuksen johdolle sekä tiedoksi myös sivistystoimenjohtajille. Sosiaalisen median kanavia, kuten Facebookia ja Instagramia, käytettiin aktiivisesti, PHLU:n uutiskirje toimitettiin tilaajille kuukausittain. Alueellista mediaa tavoitettiin lehdistötiedotteiden avulla. Ammattilaisten tueksi tuotettiin uusia materiaaleja ja videoita, joita voidaan hyödyntää osana arjen liikunnan edistämistä ja puheeksi ottamista eri toimintaympäristöissä. Näiden yhteistyöverkostojen ja viestinnän avulla mahdollistettiin laaja-alainen liikunnan ja hyvinvoinnin edistäminen alueella.



18 kehittämissankkeelle myönnettiin avustusta liikunnan kehittämiseen yhteensä **469 500 euroa**

Ikoni: canva.com





LIIKUNTAOSAAMISEN VAHVISTAMINEN

Toimintavuoden aikana vahvistettiin eri ikäryhmien parissa toimivien ammattilaisten osaamista järjestämällä asiantuntevien kouluttajien vetämiä työpajoja, koulutuksia, webinaareja ja seminaareja. Lisäksi tuettiin liikunta-alan opiskelijoiden yhteistyöprojekteja ja työssäoppimisjaksoja, edistään käytännönläheistä oppimista ja verkostoitumista. Esimerkiksi varhaiskasvattajien ja koulujen henkilöstön osaamista kehitettiin muun muassa Liikuntaa pienissä tiloissa -koulutuksilla, Move! Puheista teoksi, Menikö tunteisiin ja Tour de Opiskelu -webinaareilla sekä Hyvää liikkeellä! -seminaarilla, joka toteutettiin yhteistyössä liikunnan aluejärjestöjen ja Etelä-Suomen aluehallintoviraston kanssa. Näillä toimenpiteillä tuettiin ammattilaisten kehittymistä ja liikunnallisen elämäntavan edistämistä eri ikäryhmien keskuudessa.

YHTEENVETO

Toimintavuoden aikana asetetut tavoitteet toteutuivat laajasti, liikuntamyönteisen toimintakulttuurin vahvistamiseksi tehtiin vaikuttavaa työtä eri kohderyhmien ja toimintaympäristöjen parissa. Monipuoliset toimenpiteet liikunnan edistämiseksi, neuvontapalvelujen vakiinnuttaminen sekä verkostoyhteistyön tiivistäminen tukivat alueellista ja valtakunnallista liikuntapolitiikkaa. Käytetyt seurantamittarit osoittivat, että liikunnan saavutettavuus parani ja eri ikäryhmille suunnatut toimenpiteet tukivat liikunnallisen elämäntavan juurtumista.

Vaikka tulokset olivat positiivisia, kehittämiskohteita tunnistettiin. Ikääntyneiden liikunnallisen aktiivisuuden tukemisessa tarvitaan kohdennettuja toimenpiteitä, kutsuntaikäisten liikuntaneuvontaa voidaan vahvistaa tarjoamalla kohdennettuja toimenpiteitä. Liikuntaneuvonnan ja palvelupolkujen vakiinnuttaminen osaksi pysyviä rakenteita edellyttää tiiviimpää yhteistyötä koulujen, terveydenhuollon ja kuntien kanssa. Lisäksi tiedonkeruuta ja vaikuttavuuden arviointia on tarpeen kehittää, jotta toiminnan vaikutuksia voidaan seurata systemaattisemmin. Viestinnän saavutettavuutta tulee parantaa, jotta liikuntatoiminta tavoittaa myös ne, jotka eivät vielä ole aktiivisesti mukana.

Kokonaisuudessaan toimintavuosi onnistui merkittävästi edistämään liikunnallista elämäntapaa ja luomaan kestäviä toimintamalleja eri kohderyhmille. Jatkossa panostetaan pysyvien rakenteiden luomiseen, liikuntaneuvonnan kehittämiseen ja liikuntamyönteisen toimintakulttuurin syventämiseen, jotta liikunnan edistäminen tavoittaa entistä laajemmin kaikki väestöryhmät.

Menimme yhdessä kohti liikuntasuosittelun mukaista arkea – arki liikutti!

3.1 Lisää liikettä - kokonaisuutta tukevat hankkeet

LISÄÄ LIIKETTÄ -HANKE

Hankkeen päämääränä on edistää liikuntamyönteisen toimintakulttuurin sekä fyysisen aktiivisuuden suositusten toteutumista varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja oppilaitoksissa. Toimijoita ja kuntia tuettiin Liikkuvat kokonaisuuden -kehittämistyön eri vaiheissa. Lisäksi edistettiin harrastamisen mahdollisuuksia koulupäivän yhteydessä. Hanke on valtakunnallinen Liikunnan aluejärjestöjen yhteishanke. PHLU toimii hankkeessa osatoteuttajana, hankekausi oli 1.3.2024-28.2.2025.

Toimintavuoden aikana vaikutettiin varhaiskasvatuksen, koulujen ja oppilaitosten liikunnalliseen toimintakulttuuriin monipuolisin toimenpitein. Hanke tarjosi asiantuntevaa tukea ja konsultointia toimijoille, järjestettiin kehittämistilaisuuksia, vahvistettiin alueellista yhteistyötä ja verkostoja sekä koulutettiin henkilöstöä liikunnan ja fyysisen aktiivisuuden edistämiseksi. Lisäksi tuotettiin materiaaleja ja viestinnällisiä sisältöjä, jotka tukivat liikunnallisen elämäntavan vahvistamista oppimisympäristöissä.

**LISÄÄ
LIIKETTÄ**
Liikunnan aluejärjestöt



Toimintavuoden painopisteinä olivat liikuntasuosituksen jalkauttaminen, varhaiskasvatuksen ja koulujen henkilöstön osaamisen kehittäminen sekä liikunnallisten oppimisympäristöjen ja koulupäivän aikaisten harrastusmahdollisuuksien edistäminen. Hankkeen toimenpiteet perustuivat valtakunnallisiin linjauksiin, Liikkuvat-kokonaisuuden tavoitteisiin sekä maakunnalliseen Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelmaan, ne tukivat pitkäjänteisesti liikunnallisen toimintakulttuurin juurruttamista varhaiskasvatukseen, peruskouluihin ja oppilaitoksiin.

LIKUTTAVA SUOMI -HANKE

Liikkuvaan aikuisväestöön ja ikääntyneiden fyysisen aktiivisuuden edistämiseen suunnattu kehittämishanke oli liikunnan aluejärjestöjen yhteinen valtakunnallinen hanke. Hankkeen tavoitteena oli työikäiseen aikuisväestöön kohdistuvan Liikkuva aikuinen -ohjelman alueellinen toimeenpano sekä ikääntyneiden liikunnan lisääminen. Hankekausi oli 1.1.2024-31.12.2024.

Toimintavuoden aikana edistettiin PHLU:n toimialueen aikuisväestön hyvinvointia ja terveyttä liikumisen mahdollisuuksiin vaikuttamalla. Hankkeen avulla tarjottiin asiantuntevaa konsultointia, järjestimme kehittämistilaisuuksia, edistimme yhteistyötä, kehitimme osaamista kouluttamalla, loimme ja ylläpidimme verkostoja sekä tuotimme palveluja alueen asukkaille, ammattilaisille ja työyhteisöille.

Toimintavuoden painopisteinä olivat liikuntaneuvonnan kehittäminen ja toteuttaminen sekä työyhteisölle suunnattujen palveluiden kehittäminen ja toteuttaminen. Lisäksi kehitimme aikuisväestön harrastamisen edellytyksiä sekä edistimme liikunnan asemaa eri organisaatioissa. Tehtävät toimenpiteet mukailivat valtakunnallisia linjauksia, Liikkuvat-kokonaisuuden tavoitteita sekä maakunnallisen Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman painopisteitä ja linjauksia.



IKILIIKKUJILLE LISÄÄ LIKETTÄ – ILLI -HANKE

Ikiliikkuville suunnattu kehittämishanke on liikunnan aluejärjestöjen yhteinen valtakunnallinen hanke), jossa on mukana kuusi aluetta. PHLU toimii hankkeessa osatoteuttajana, hankekausi on 1.5.2023 - 31.5.2025.

Toimintavuoden aikana luotiin ja pilotoitiin 65 vuotta täyttäneille suunnattuja liikuntapalveluja ja toimintamalleja, tarjottiin koulutusta ammattilaisille ja vertaisohjaajille sekä vahvistettiin alueellisia Ikiliikkuja-verkostoja. Ikääntyneiden liikunnallista aktiivisuutta edistettiin osana alueellisia strategioita sekä kuntien ja yhteisöjen toimintaa tarjoamalla konsultointia ja tukea hankeasioissa. Toimijaverkostoissa hyödynnettiin olemassa olevia rakenteita, jaettiin hyviä käytäntöjä sekä kehitettiin uusia toimintamalleja, koulutuksia, liikuntaryhmiä ja tapahtumia. Lisäksi kehitettiin ja toteutettiin ikääntyneiden liikuntaneuvontaa, mikä laajensi ikääntyneiden neuvontapalveluiden tavoitavuutta ja tuki heidän hyvinvointiaan.

Toimintavuoden aikana PHLU oli osatoteuttajana järjestämässä 38 ikääntyneille kohdennettua tapahtumaa, joissa tavoitettiin yhteensä 1 795 ikiliikkuja. Ikääntyneitä osallistui laajasti myös liikuntaneuvontaan, liikuntaryhmiin ja kuntomittauksiin. Hankkeen aikana vahvistettiin alueellisia verkostoja ja lisättiin ikääntyneiden liikuntamahdollisuuksia. Päijät-Hämeessä toteutetut tapahtumat ja neuvontapalvelut edistivät laajasti ikääntyneiden liikunnallista aktiivisuutta ja hyvinvointia, luoden pitkäjänteisiä edellytyksiä heidän fyysisen toimintakykynsä tukemiselle.

#KyläLähteeLiikkeelle

KYLÄLÄHTEE LIIKKEELLE -HANKE

KyläLähtee Liikkeelle -hanke on PHLU:n hallinnoima kehittämishanke, jonka tavoitteena on edistää perheiden hyvinvointia ja liikunnallista aktiivisuutta. Hankerahoitus tulee Päijänne-Leaderiltä, joka on osa EU:n maaseuturahoitusta, hankekausi on 1.1.2024-31.12.2025.

Toimintavuoden aikana lisättiin perheiden tietoisuutta liikunnasta, kehitettiin kyläyhteisöissä uusia liikunnallisia toimintamalleja ja vahvistettiin yhteisöllisyyttä. Toimintaa tuotiin näkyväksi kylissä, tapahtumissa ja erilaisissa kohtaamisissa, joissa levitettiin liikuntatietoutta ja kannustettiin perheitä aktiiviseen elämäntapaan.

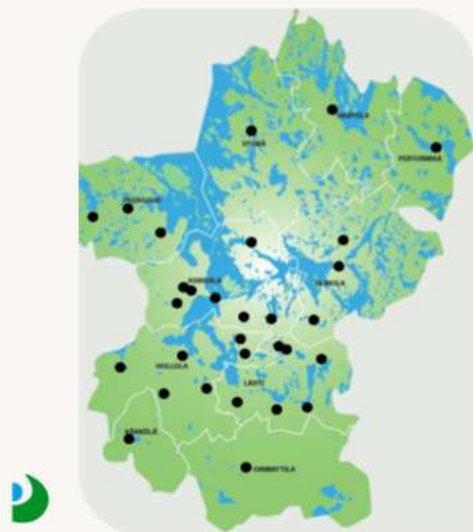
Tapahtumia ja kampanjoita oli yhteensä 19 ja niitä järjestettiin eri kylissä, joissa tavoitettiin noin 760 lasta ja 580 aikuista. Hanke lisäsi perheiden liikuntamahdollisuuksia esimerkiksi kyläolympialaisten, vapaa-ajan perheliikuntavuorojen sekä kesällä 2024 järjestetyn Mennään metsään -haasteen kautta, joka kannusti päiväkoteja retkeilemään luonnossa. Syksyllä toteutettiin myös laaja perheiden liikuntakampanja, johon osallistui 20 kylää, jossa kirjattiin yhteensä 2 414 liikuntasuoritusta. Digitaalisia mahdollisuuksia mm. QR-koodeja, saavutettavia blogitekstejä hyödynnettiin liikuntakampanjoissa ja hankeviestinnässä.

Toimintavuoden aikana kyläyhteisöihin juurrutettiin liikunnallista elämäntapaa ja vahvistettiin perheiden osallistumista paikalliseen toimintaan. Blogikirjoituksia ja materiaaleja julkaistiin PHLU:n verkkosivuilla ja niiden saavutettavuus varmistettiin myös kuunneltavina versioina. Lisäksi hanke edisti vastuullisuutta hyödyntämällä kierrätysmateriaaleja tapahtumissa lahjoittamalla yli 1 000 Finlandia-hiihdolta ylimääräiseksi jäänyttä kilpailuliiviä kylien toimintoihin ja liikuntatapahtumiin. Hankkeen toimenpiteet loivat pitkäjänteisiä edellytyksiä perheiden hyvinvoinnin ja yhteisöllisyyden vahvistamiselle Päijänne-Leaderin alueella.

Hanke luvuiksi 1.1.2024-31.12.2024

- ~750 lasta mukana liikunnan riemussa!
- ~550 aikuista liikkumassa yhdessä lasten kanssa!
- 10 kuntaa ja 27 kylää eli koko Päijänne-Leader -alue!
- 19 tapahtumaa täynnä iloa, energiaa ja yhteisöllisyyttä!
- 2414 syksyn kampanjan kautta kirjattua liikuntasuoritusta

#KyläLähteeLiikkeelle



4. Vaikuttaminen

TOIMINNAN 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

LIIKUNNAN ASEMAN JA ARVOSTUKSEN VAHVISTAMINEN

Liikunnan ja urheilun yhteiskunnallisen aseman vahvistaminen ja liikuntapolitiikan toteuttaminen vaativat niin valtakunnallisella kuin paikallisella tasolla vahvaa yhteistyötä eri liikuntajärjestöjen ja liikunnasta vastaavien sidosryhmien ja -toimijoiden osalta. Valtakunnallisesti liikunnan ja urheilunedunvalvonta- ja vaikuttamistyötä suunniteltiin ja toteutettiin yhteistyössä Suomen liikunnan alueiden, Liikunnan aluejärjestöjen, Suomen Olympiakomitean ja muiden valtakunnallisten liikuntajärjestöjen kanssa.

Vaikuttamistyössä asialistoilla olivat mm. liikunnan ja urheilun resursseihin kohdistuviin leikkauksiin vaikuttaminen. Liikuntayhteisöt tekivät oman kannanoton Olympiakomitean johdolla "Liikuntayhteisöltä tiukka viesti kehysriiheen: leikkaukset uhkaavat romahduttaa liikunnan edistämisen". Kannoton lisäksi teemaan nostettiin esiin #Ei leikata liikunta -nostoilla ja vaikuttamalla suoraan päättäjiin. Liikunta ja urheiluyhteisön tavoitteita



OLYMPIAKOMITEA JA
SUOMEN LIIKUNNAN
ALUEET



kevään 2025 vaaleihin valmisteltiin myös yhdessä. Suomen Liikunnan alueet ry ja Liikunnan aluejärjestöt tekivät oman kannanoton keväällä Olympiakomitean käynnistämästä liikuntarakenteiden selvitystyöstä ja ottivat kantaa siihen, että selvitystyössä olisi hyvä kuulla muitakin kuin vain Olympiakomitean jäseniä. Kannanotossa tuotiin esiin myös se näkökulma, että tulevaisuudessakin rahanjakorooli tulisi olla opetus- ja kulttuuriministeriön tehtävä. Suomen Liikunnan alueet ja Liikunnan aluejärjestöt tekivät myös avoimen kirje päättäjille, jonka aiheena oli kännykkäkielto ja kännykän käytön rajoittaminen koskemaan myös välitunteja.

Maakunnallisella ja paikallisella tasolla liikunta nostettiin yhdessä esiin Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman tavoitteiden ja toiminnan kautta mm. ensimmäisessä Liikkuva Päijät-Häme seminaarissa 6.11.2024.

Liikuntaseurojen ja järjestön roolia nostettiin esiin TE25 uudistuksen yhteydessä, sillä palkkatukeen kohdentuvat leikkaukset kohdistuivat suoraan järjestöihin. Asiasta tehtiin kannanotto yhdessä työllistäjäjärjestöjen kanssa. Paikallista vaikuttamista tehtiin paljon suoraan kuntatasolla tapaamalla alueen kunnanjohtajia, kunta- ja aluepäättäjiä, hyvinvointialueen johtoa sekä HYTE-toimijoita ja päättäjiä.

VERKOSTOTOIMINTA JA YHTEISTYÖ

PHLU on ollut edustettuna valtakunnallisissa, alueellisissa ja paikallisissa työryhmissä ja verkostoissa sekä toiminut itse verkostojen vetäjänä. Verkostot ovat olleet hyvä toimintatapa edistää liikuntakulttuuria ja viedä liikunta-asioita käytäntöön niin PHLU:n oman toiminnan kuin alueellisten ja valtakunnallisten linjausten osalta. Vuoden aikana toimittiin kaikkiaan 57 verkostossa. PHLU oli koollekutsuja 17 verkostossa, joissa sisältöinä olivat mm. seuratoiminta, kuntayhteistyö, varhaiskasvatus, harrastaminen, olosuhdeasiat ja liikuntaneuvonta.

PHLU on vastannut kuntien liikuntatoimesta vastaavien viranhaltijoiden seudullisesta yhteistoiminnasta sekä kuntien välisen yhteistyön kehittämisestä yhteisten tapaamisten ja kuntakierrosten kautta ("kuntarypästapaamiset" Heinolassa, Kärkölässä, Sysmässä ja Padasjoella). Toimintaa on kehitetty Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman tavoitteiden suunnassa yhdessä Päijät-Hämeen liiton koordinaattorin kanssa. Yhteisenä vahva teemana näissä on ollut liikkumisohjelman jalkauttaminen ja kuntien liikkumisohjelmat/-suunnitelmat.

PHLU henkilökunta on vastannut Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelmassa harrastamisen, liikuntaneuvonnan ja olosuhdetyön kehittämisestä ja toteuttamisesta. PHLU:n edustajat ovat olleet mukana myös ohjelman ohjausryhmätoiminnassa, ns. työnyrkissä sekä TKI-toiminnassa.



Liikkuvien ohjelmien eri kehittämis- ja verkostoyhteistyöstä on tehty paljon yhteisten valtakunnallisten tavoitteiden kanssa linjassa niin varhaiskasvatuksen, koulun, opiskelun kuin aikuisliikunnan osalta. PHLU on vastannut maakunnallisesti seura- ja harrastetoiminnan kehittämisestä yhteistyössä seurojen, kuntien ja muiden toimijoiden kanssa. Hyvinvointialueen HYTE – toiminnan osalta yhteistyö on ollut lähes viikoittaista mm. liikuntaneuvonnan kehittämisen osalta.

Alueellista olosuhdetyötä on tehty tiiviissä yhteistyössä Päijät-Hämeen liiton, kuntien ja opistojen kanssa. Liiton kanssa järjestettiin olosuhdeteemaan liittyen kaksi yhteistä tilaisuutta Kävely-, pyöräily- ja luontoliikuntaolosuhteet -webinaari 7.5.2024 ja Liikuntaolosuhteiden kehittäminen Päijät-Hämeessä-seminaari 12.12.2024. PHLU edustaja on ollut mukana Etelä-Suomen Aluehallintoviraston (AVI) liikuntaneuvostossa. Järjestöyhteistyön osalta PHLU edustaja on ollut mukana järjestöneuvottelukunnassa ja yhdistysfoorumissa sekä kumppanuusverkostoissa.

TIEDOLLA JOHTAMINEN JA KEHITTÄMISTOIMINTA

PHLU on pyrkinyt omalla toiminnallaan tukemaan kuntia hyvinvointijohtamisessa eri tiedolla johtamisen seuranta- ja indikaattorityökalujen avulla. Rajattomasti liikuntaa -indikaattorityökalu on ollut kaikkien kuntien ja toimijoiden käytössä kunnille maksutta. Työkalun käyttömaksusta on vastannut PHLU. Kuntien on ohjattu käyttämään Virveli-tietokantaa sekä panostamaan HYTE-indikaattorien seurantaan sekä TEAvisari työkalun hyödyntämiseen. Hyvinvointialueen ja kuntien omat hyvinvointiraportit ja kyselyt ovat myös olleet erittäin hyviä työkaluja toiminnan vaikuttavuuden arviointiin ja toiminnan suunnitteluun niin kunnissa kuin PHLU:ssa. Seuroja ja kuntia on kannustettu toiminnan kehittämiseen mm. erilaisten kehittämisavustusten ja hanketukien kautta tiedottamalla ja konsultoimalla mm. niiden suunnittelussa.

Kuntien TEAvisari tulokset 2024

Pisteet	Päijät-Hämeen maakunta	Koko maa
Liikunta	74	69
Sitoutuminen	72	66
Johtaminen	64	61
Seuranta ja tarveanalyysi	74	72
Voimavarat	63	58
Osallisuus	91	80
Muut ydintoiminnot	80	79



5.



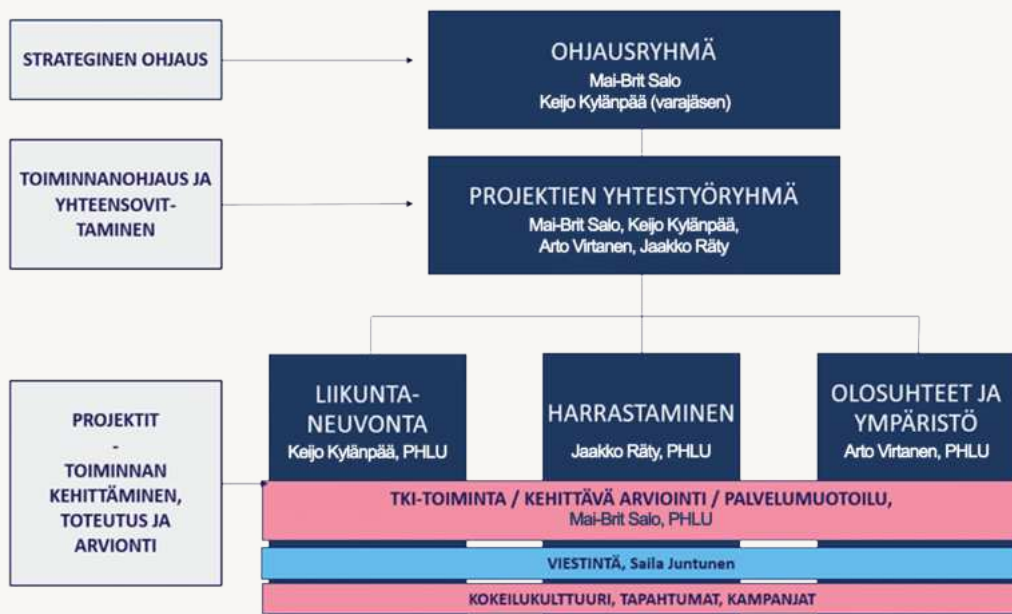
Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelma

Ohjelman päämääränä on, että kaikkien päijäthämäläisten fyysinen aktiivisuus lisääntyy ja paikallaanolo vähenee.

Ohjelma on osa Päijät-Hämeen hyvinvointisuunnitelman toimeenpanoa.

Ohjelman painopiste vuosille 2023-2025 on lapset, nuoret ja lapsiperheet.

PHLU on vahvasti mukana ohjelman kehittämisessä ja toteuttamisessa. PHLU toimijat ovat vastanneet harrastamisen, liikuntaneuvonnan ja olosuhdetyön projektitoiminnasta sekä olleet mukana myös ohjaus-, kehittämis- ja TKI-ryhmissä. Ohjelman toteutuksesta vastaa Päijät-Hämeen liitto.



6. Viestintä

TOIMINNAN TAVOITTEET

- PHLU:n brändin, toiminnan ja palveluiden tunnettavuuden lisääminen alueellisesti
- Toiminnan ja palveluiden, joiden viitekehys tulee PHLU:n ulkopuolelta, tunnettavuuden lisääntyminen
- Liikuntamyönteisen ilmapiirin edistäminen
- Viestinnän saavutettavuuden parantaminen

Viestinnän tavoitteena on strategisten valintojen, tavoitteiden ja palvelutarjonnan tukeminen sekä liikunnan arvotuksen ja liikunta myönteisen ilmapiirin lisääminen. Viestintä perustuu avoimeen, ajankohtaiseen ja totuuden mukaiseen vastuulliseen viestintään.

VIESTINNÄN TOIMENPITEITÄ

PHLU viesti säännöllisesti omasta toiminnastaan, tapahtumistaan sekä palveluistaan. Viestintää jäsenille ja muille sidosryhmille toiminnasta ja palveluista tehtiin eri viestintäkanavissa ja foorumeissa. Kuukausitiedote lähetettiin 11 kertaan vuodessa ja siinä tiedotettiin ajankohtaisia koulutuksista, verkostotapaamista, hankehauista, kampanjoista, tapahtumista ja tilaisuuksista sekä muista liikunnan ajankohtaisista asioista. Uutiskirjeessä käytettiin MailChimp-joukko-viestintäalustaa.

Kuukausitiedotteen lisäksi tehtiin aktiivista toimialakohtaista viestintää suoraan seurojen, varhaiskasvattajien, koulujen, oppilaitosten, kuntien liikuntatoimen, työyhteisöjen ja muiden järjestöjen

suuntaan osalle heistä kuukausittain. Tästä sidosryhmäviestinnästä vastasi jokainen toimialavastaava omien verkostojen ja yhteyshenkilöiden kautta. Näin viestinnän saavutettavuutta koitettiin lisätä kohdentamalla sitä suoraan oikeille sidosryhmille.

Viestintää toteutettiin myös aktiivisesti sosiaalisen median, lehdistötiedotteiden, kannanottojen jne. kautta. Viestintä- ja markkinointikanavana PHLU käytti pääasiassa verkkosivujaan, sähköpostia, Facebook, Instagram ja YouTube -alustoja. Somealustoilla oli noin 2100 seuraajaa ja kuukausitiedotetilajia oli noin 540. Vuonna 2024 maakunnallisella tasolla viestintää toteutettiin vuoden aikana paljon myös yhteistyössä Liikkuva Päijät 2030 -ohjelman ja sidosryhmien kanssa.

Viestintäyhteistyötä tehtiin viime vuoden tapaan muiden Liikunnan aluejärjestöjen, Suomen Liikunnan alueen, Olympiakomitean, Paralympiakomitean, Liikkuvat-kokonaisuuden, lajiliittojen, Etelä-Suomen aluehallintoviraston, kuntien ja muiden sidosryhmien kanssa.

PHLU:N BRÄNDIN, TOIMINNAN JA PALVELUIDEN TUNNETTAVUUDEN LISÄÄMINEN ALUEELLISESTI

Isoin viestinnällinen uudistus vuoden aikana oli PHLU:n visuaalisen ilmeen ja graafisen ohjeiston suunnittelu-, kehitys- ja viimeistely- ja jalkautustyö. Graafinen ilme ja ohjeisto uudistettiin kokonaisuudessaan. Uuden ilmeen saivat digitaaliset aineistot, sosiaalisen median julkaisupohjat, profiilikuvat, banneri, kotisivut, painettavat ja printattavat aineistot, messutarvikkeet, mallipohjat, valokuvat, rollupit, sähköpostiallekirjoitukset, painatustukset jne.



Uuden graafisen ilmeen päivitystyön aikana tarkennettiin myös internet-sivujen kontrastit sekä saavutettavuusdirektiivien mukaiset asiat kuntoon. Visuaalisen ilmeen uudistus jalkautettiin käytäntöön vuoden aikana suunnitelman mukaisesti ja sen osalta pidettiin henkilöstölle käyttöönotto koulutusta jne. Graafisen ilmeen päivityksestä vastasi PHLU:lle viideksi kuukaudeksi palkattu graafinen suunnittelija Roosa Pulkkinen.

Uusi päivitetty ilme on saanut hyvää palautetta niin henkilöstöltä kuin sidosryhmiltä. Uudet valmiit aineistot ja pohjat esim. Canvassa ovat helpottaneet viestintää kokonaisuudessaan. PHLU:ssa viestintään ja markkinointia tehdään oman työn ohessa ilman omaa palkattua viestinnän ammattilaista. Ulkopuolista osaamista ja asiantuntijoita hyödynnetään toiminnan kehittämisessä ja toteutuksessa aina tarvittaessa. Saadaanko näillä toimenpiteillä lisättyä PHLU:n tunnettavuutta, sitä pystytään arvioimaan vähän myöhemmin, mutta yhtenäistä ilmettä ja sen käyttöä se on ainakin lisännyt.

LIIKUNTAMYÖNTEISEN ILMAPIIRIN EDISTÄMINEN

PHLU:n tapahtumien ja mm. KyläLähtee liikkeelle - hankkeen kampanjoiden, blogien ja videoiden kautta on nostettu esiin myönteistä liikuntakulttuuria ja ilmapiiriä sekä kannustettu kuntalaisia ja eri toimijoita mukaan ja liikkumaan. Seurojen ja muiden toimijoiden alueellisia onnistumisia, tekoja ja tarinoita on myös nostettu esiin eri viestintäkanavissa.

PHLU:ssa vastuu viestinnän toteuttamisesta on kuulunut koko henkilöstön vastuulle. Ulkopuolista osaamista viestinnässä on hyödynnetty Päijät-Hämeen Urheilugaalassa.

7. Hallinto ja henkilöstö

PHLU:n ylintä päätösvaltaa käyttää varsinainen kokous keväällä ja syksyllä.

Kevätkokous pidettiin 18.4.2024 Lahden Urheilukeskuksessa. Kokouksessa oli edustettuina 11 jäsenyhdistystä. Kokouksessa hyväksyttiin vuoden 2024 vuosikertomus ja tilinpäätös, kuultiin tilintarkastajan ja toiminnantarkastajan lausunnot, myönnettiin vastuuvapaus hallitukselle sekä muille vastuuvollisille sekä asetettiin ehdollepanotoimikunta valmistelemaan järjestön syyskokouksen henkilövalintoja. Kokouksen puheenjohtajana toimi Anna Degerman, Lahden Tenniskerho ry.

Syyskokous pidettiin 28.11.2024 Ravintola Kodissa. Kokouksessa oli edustettuina 13 jäsenyhdistystä. Kokouksessa vahvistettiin vuoden 2024 toiminta- ja taloussuunnitelma, päätettiin jäsenmaksusta ja valittiin hallituksen jäsenet erovuoroisten tilalle kaudeksi 2025-2026.

PHLU:n hallituksen 1. varapuheenjohtajaksi valittiin jatkamaan Marja-Leena Tiainen, Liikuntakeskus Pajulahti. Hallituksen jäsenenä jatkokaudelle valittiin jatkamaan Rinna Ikola-Norrbacka, Asikkalan kunta ja Risto Salonen, Lahden FK ry. Uutena jäsenenä hallitukseen valittiin Urpo Karjalainen, FC Lahti ry.

Hallituksessa jatkavat puheenjohtaja Jussi-Matti Salmela, Junior Pelicans ry, 2. varapuheenjohtaja Ilkka Kaarna, Lahden golf ry, Niina Pautola-Mol, Päijät-Hämeen Liitto, Niina Varjo, Heinolan kaupunki ja Jukka Tiikkaja, Suomen Urheiluopisto.

Tilintarkastajiksi valittiin Katja Kousa-Kaartti (KHT) ja toiminnantarkastajaksi Eero Laitinen. Kokouksen puheenjohtajana toimi Petri Louko, Lahden Vasama ry.

HALLITUS VUONNA 2024

Salmela Jussi-Matti puheenjohtaja, Junior-Pelicans ry

Tiainen Marja-Leena 1. varapuheenjohtaja, Liikuntakeskus Pajulahti

Kaarna Ilkka 2. varapuheenjohtaja, Lahden Golf ry

Ikola-Norrbacka Rinna, Asikkalan kunta

Poutala-Mol Niina, Päijät-Hämeen liitto

Salminen Tarja, Lahden Mailaveikot ry

Salonen Risto, Lahden FK ry

Tiikkaja Jukka, Suomen Urheiluopisto

Varjo Niina, Heinolan kaupunki

Salo Mai-Brit sihteerä, PHLU ry

Varsinaisten kokousten päätösten täytäntöön panijana toimi PHLU:n hallitus. Hallituksen jäsenet osallistuivat aktiivisesti kokouksiin ja toiminnan kehittämiseen. Toiminta-vuoden aikana hallituksella oli yhteensä kuusi kokousta.



SUOMEN LIIKUNNAN ALUEET

Suomen Liikunnan Alueet ry on Liikunnan aluejärjestöjen palvelu- ja yhteistyöjärjestö. Sen tehtävänä on koordinoida liikunnan aluejärjestöjen yhteistä tekemistä ja toimia yhteistyön kehittäjänä. Yksi tärkeimmistä teemoista Suomen Liikunnan Alueet ry:llä on vaikuttaminen liikunnan ja urheilun rahoitukseen. Järjestön perustajina ja jäsenenä ovat Suomen viisitoista alueellista Liikunnan aluejärjestöä. Järjestön pääsihteerinä toimii Pekkola Heidi.

HENKILÖSTÖ VUONNA 2024

Ahvonon Tiina taloussihteeri

Hallberg Sari taloussihteeri

Kylänpää Keijo aikuisliikunnan kehittäjä

Mälkönen Heidi KyläLähtee Liikkeelle -hankepääällikkö (1.1.-31.3.2024) ja lasten- ja nuorten liikunnan kehittäjä (1.4.2024 alkaen)

Pöllänen Krista lasten- ja nuorten liikunnan kehittäjä (29.2.2024 asti)

Räty Jaakko seurakehittäjä

Salo Mai-Brit aluejohtaja

Määräaikaiset hanke- ja asiantuntijatehtävät

Brandt Sohvi liikuntaneuvoja

Harinen Veera hanketyöntekijä, Buusti360 -palvelut (osa-aikainen)

Heimola Markku yksilövalmentaja, Työllisty hyvässä seurassa -hanke

Jäntti Risto yksilövalmentaja, Työllisty hyvässä seurassa -hanke

Kämäräinen Helena hankeasiantuntija, Lisää liikettä liikuntaneuvonnasta -hanke

Leppänen Oskari IT- ja toimistovastaava (osa-aikainen)

Oulmane Reda Buusti360 -koordinaattori, Buusti360 -palvelut (osa-aikainen)

Pulkkinen Roosa graafinen suunnittelija (osa-aikainen, 15.4.-14.9.2024)

Pullinen Marja projektisihteeri, Työllisty hyvässä seurassa -hanke

Sinkkonen Jukka yksilövalmentaja, Työllisty hyvässä seurassa -hanke, (31.1.2024 asti)

Vainikka Frans liikuntaneuvoja ja kuntotestaaaja (osa-aikainen, 31.7.2024 asti)

Virtanen Arto projektipääällikkö, Työllisty hyvässä seurassa -hanke (osa-aikainen)

Vänskä Marjo KyläLähtee Liikkeelle -hankepääällikkö (1.4.2024 alkaen)



Lasten liikunnan oto-kouluttajina ja -asiantuntijoina ovat toimineet Liisa Ruuda, Eeva Kanerva-Loehr, Leila Santero, Tiia Bucovschi, Satu Karjunen, Susanna, Väkeväinen, Juulia Koskinen ja Miia Lindström.

Seuratoiminnan oto-kouluttajina ovat toimineet Laura Härkönen, Eeva Kanerva-Loehr, Timo Komonen, Teppo Laine, Miia Lindström, Liisa Ruuda, Leila Santero ja Mikko Suhonen.

Aikuisliikunnan keikkatyöntekijöinä testaus- ja muissa tapahtumissa ovat olleet Harri Lehtinen, Teijo Reinikka, Teea Kärhä, Jenny Tynkkynen, Jarmo Kujanpää, Emilia Vienonen, Roope Kuosmanen, Hanna Kolari, Hanna Moisio ja Juulia Koskinen.

PHLU tekee vahvaa yhteistyötä alueen oppilaitosten kanssa, toimintavuoden aikana PHLU:ssa harjoitteli useita opiskelijoita erilaisten projektien kautta. Työharjoittelussa ovat olleet Haaga-Helia AMK:sta Hanna Moisio, Hanna-Mari Hukka ja Juulia Koskinen; Suomen Urheiluopistosta Lumi-Kukka Lahdelma ja Martta Myllys; Laurea AMK:sta Nelli Pohjonen; sekä LAB AMK:sta Marko Kallioinen.

8. Vastuullisuus

VASTUULLISUUSOHJELMA 2025-2028

PHLU vastuullisuusohjelma 2021-2024 ja ympäristösuunnitelma 2023-2024 arvioitiin ja päivitettiin vuoden 2024 aikana. Ohjelmat on yhdistetty arvioinnin ja päivityksen aikana yhdeksi vastuullisuusohjelmaksi vuosille 2025-2028. Ohjelman tavoitteena on tukea PHLU:n strategisia päämääriä edistämällä vastuullista toimintaa liikunnan ja urheilun saralla.

PHLU haluaa tarjota kestävää, saavutettavaa ja turvallista toimintaa. PHLU haluaa omalla toiminnallaan ja esimerkiksi myös kannustaa liikunta- ja urheiluseuroja kehittämään toimintaansa vastuullisesti. Tavoitteena on, että kaikilla on tasavertainen mahdollisuus osallistua liikunta- ja urheilutoimintaa turallisessa toimintaympäristössä.

Vastuullisuusohjelma sisältää selkeät tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit, jotka ovat määritelty edellisen suunnitelman arvioinnin yhteydessä.

Vastuullisuusohjelman toteutuksesta ja jalkauttamisesta toiminnan tasolle vastaa aluejohtaja yhdessä henkilöstön kanssa.

Päivitetty vastuullisuusohjelma 2025-2028 on käsitelty ja hyväksytty PHLU:n hallituksessa 5.11.2024 ja PHLU:n syyskokouksessa 28.11.2024.

Vastuullisuus
on osa kaikkea toimintaamme!

OHJELMAN SISÄLLÖT

Hyvä
hallintotapa

Turvallinen
toiminta-
ympäristö

Yhden-
vertaisuus
ja tasa-arvo

Ympäristö
ja ilmasto

Vastuullisuusohjelmaan
[tästä linkistä](#) tai skannaa
QR-koodi



REILU PELI – URHEILUYHTEISÖN EETTISET PERIAATTEET

YK:N KESTÄVÄN KEHITYKSEN TAVOITTEET 2030



9. Talous

Taloudellisesti vuosi oli budjetoitua parempi. Tilikauden tulos oli 31 955,40 euroa ylijäämäinen. Toiminnan tuotot koostuivat varsinaisen toiminnan tuotoista, varainhankinnasta, hankeavustuksista sekä valtion toiminta-avustuksesta.

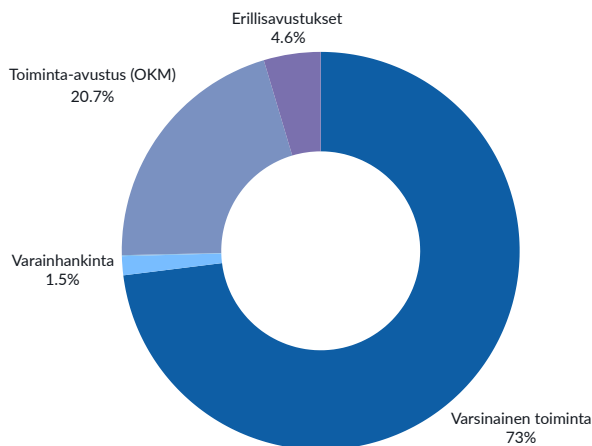
Vuonna 2024 valtion toiminta-avustus laski kaikilla liikuntajärjestöillä. PHLU:lla avustus laski 210 000 eurosta 204 000 euroon. Toiminta-avustus on kokonaistuotosta 20,7 %.

Toiminnan kulut koostuivat edellisten vuosien tapaa pääasiassa henkilöstökuluista. Henkilöstökuluista OKM:n toiminta-avustuksella katettiin noin 5 henkilön palkkakulut. Loput palkkakuluista katettiin oman varainhankinnan ja hankkeiden kautta.

Oman henkilöstön lisäksi PHLU:ssa maksettiin palkkoja työllisyys Hankkeen kautta palkatuille työntekijöille seurojen antaman valtakirjan avulla yhteensä 112 henkilölle.

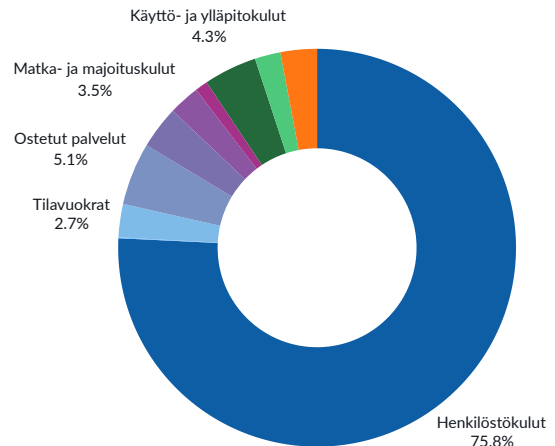
PHLU:n taloutta seurataan tarkasti ja ennakkolaskelmien pohjalta muutoksia toimintaa tehdään tarvittaessa kesken vuotta. Tavoitteena on, että taloustilanne säilyy edelleen vakaana ja hyvänä. Talouden osalta ollaan varauduttu myös mahdollisiin uusiin liikunnan rahoituksen leikkauksiin.

TUOTOT



Varsinainen toiminta	718 617,00	73,03 %
Varainhankinta	15 105,00	1,54 %
Rahoitustuotot	800,00	0,08 %
Toiminta-avustus (OKM)	204 000,00	20,73 %
Erillisavustukset	45 477,00	4,62 %
	983 999,00	100,00 %

KULUT



Henkilöstökulut	721 338,00	75,77 %
Poistot	685,00	0,07 %
Tilavuokrat	25 789,00	2,71 %
Ostetut palvelut	48 254,00	5,07 %
Matka- ja majoituskulut	33 021,00	3,47 %
Koulutuskulut	23 957,00	2,52 %
Materiaali- ja markkinointikulut	9 828,00	1,03 %
Käyttö- ja ylläpitokulut	41 143,00	4,32 %
Tapahtumakulut	19 867,00	2,09 %
Muut toiminnan kulut	28 161,00	2,96 %
Varainhankinnan kulut	0,00	0,00 %
Rahoituskulut	1,00	0,00 %
	952 044,00	100,00 %

T U L O S L A S K E L M A

VARSINAINEN TOIMINTA

Tuotot	718 617,85	620 236,02
Henkilöstökulut	-721 337,86	-813 994,99
Poistot	-685,00	-913,33
Muut kulut	-230 021,37	-213 862,37
Kulut yhteensä	-952 044,23	-1 028 770,69

Tuotto-/Kulujäämä	-233 426,38	-408 534,67
-------------------	-------------	-------------

VARAINHANKINTA

Tuotot	15 105,00	13 130,00
--------	-----------	-----------

Tuotto-/Kulujäämä	-218 321,38	-395 404,67
-------------------	-------------	-------------

SIJOITUS- JA RAHOITUSTOIMINTA

Tuotot	800,00	1 000,00
Kulut	-0,34	-10,29

Tuotto-/Kulujäämä	-217 521,72	-394 414,96
-------------------	-------------	-------------

Omatoiminen tuotto-/kulujäämä	-217 521,72	-394 414,96
-------------------------------	-------------	-------------

YLEISAVUSTUKSET	249 477,12	411 147,94
-----------------	------------	------------

TILIKAUDEN TULOS	31 955,40	16 732,98
------------------	-----------	-----------

TILIKAUDEN YLIJÄÄMÄ (ALIJÄÄMÄ)	31 955,40	16 732,98
--------------------------------	-----------	-----------

TASE

VASTAAVA

PYSYVÄT VASTAAVAT

Aineelliset hyödykkeet	2 054,98	2 739,98
Sijoitukset	521,38	521,38

PYSYVÄT VASTAAVAT YHTEENSÄ	2 576,36	3 261,36
----------------------------	----------	----------

VAIHTUVAT VASTAAVAT

Pitkäaikaiset saamiset

Siirtosaamiset	352,80	352,80
Pitkäaikaiset saamiset yhteensä	352,80	352,80

Lyhytaikaiset saamiset

Myyntisaamiset	72 412,51	40 061,56
Siirtosaamiset	313 441,92	200 745,11
Lyhytaikaiset saamiset yhteensä	385 854,43	240 806,67
Rahat ja pankkisaamiset	467 266,31	605 982,96

VAIHTUVAT VASTAAVAT YHTEENSÄ	853 473,54	847 142,43
------------------------------	------------	------------

VASTAAVA YHTEENSÄ	856 049,90	850 403,79
-------------------	------------	------------

VASTATTAVA

OMA PÄÄOMA

Edellisten tilikausien voitto (tappio)	647 840,00	631 107,02
Tilikauden voitto (tappio)	31 955,40	16 732,98

OMA PÄÄOMA YHTEENSÄ	679 795,40	647 840,00
---------------------	------------	------------

VIERAS PÄÄOMA

Lyhytaikainen

Saadut ennakot	3 770,85	0,00
Ostovelat	40 548,68	95 742,24
Siirtovelat	107 762,77	81 675,94
Muut velat	24 172,20	25 145,61
Lyhytaikaiset velat yhteensä	176 254,50	202 563,79

VIERAS PÄÄOMA YHTEENSÄ	176 254,50	202 563,79
------------------------	------------	------------

VASTATTAVA YHTEENSÄ	856 049,90	850 403,79
---------------------	------------	------------

Liitteet

Koulutukset, tapahtumat ja tilaisuudet

	Lasten liikunta		Aikuisliikunta		Seuratoiminta		Yhteensä	
	Tilaisuudet	Osallistujat	Tilaisuudet	Osallistujat	Tilaisuudet	Osallistujat	Tilaisuudet	Osallistujat
Koulutukset	29	503	18	378	28	416	75	1 297
Sparraukset ja kehittämissilaisuudet	34	494	551	1 675	2 016	2 097	2 601	4 266
Seminaarit ja webinaarit	2	56	5	105	0	0	7	161
Tapahtumat	24	3 625	40	476	2	677	66	4 778
Verkostotapaamiset	7	106	34	450	38	522	79	1 078

Toimikunnat, valiokunnat ja ohjausryhmät

EHDOLEPANOTOIMIKUNTA

Kaarna Ilkka, Lahden Golf ry, pj
Juha Hertsi, Päijät-Hämeen liitto
Erkki Kilpinen Nastolan Metsästysseura
Petri Korteniemi Lahden Purjehdusseura
Jorma Roine Lahden Työväen Hiihtäjät
Mai-Brit Salo PHLU, sihteeri
Järjestövaliokunta
Erkki Kilpinen Nastolan Metsästysseura, pj.
Urpo Lampinen FC Kuusysi
Jukka Leivo Suomen Urheiluopisto
Jouko Valkonen Orimattilan Jymy
Arto Virtanen, PHLU, sihteeri
Päijät-Hämeen Urheilugaala 2024, palkitsemisraati
Jaana Jokinen, Liikuntakeskus Pajulahti
Jukka Tiikkaja, Suomen Urheiluopisto
Arto Virtanen, PHLU
Johanna Ylinen, Päijät-Hämeen Urheiluakatemia
Jaakko Rätty, PHLU, esittelijä ja sihteeri

TYÖLLISTY HYVÄSSÄ SEURASSA -HANKE, OHJAUSRYHMÄ

Jasmina Lebnaoui, Lahden kaupunki, pj
Petri Korteniemi, Lahden Purjehdusseura, varapj.
Tero Auvinen, Heinolan kaupunki
Maksim Gladostsuk, Inspis Lahti ry
Olli Haapasalo, TE-toimisto
Sirkku Hilden, Lahden kaupunki
Jimi Koskinen, Lahti Basketball Juniorit
Susanna Rahikkala, Kärkölän kunta
Petri Sallinen, Liikuntakeskus Pajulahti
Mai-Brit Salo, PHLU
Risto Salonen, Lahden FK
Tommi Leppäinen, Inspis Lahti ry, esittelijä
Arto Virtanen, PHLU, esittelijä ja sihteeri

LIIKKUVA PÄIJÄT-HÄME 2030 -OHJELMAN OLOSUHTEET JA YMPÄRISTÖ PROJEKTIRYHMÄ

Arto Virtanen, PHLU, vastuuhenkilö
Aliisa Heinäaro, Lahden kaupunki
Juha Hertsi, Päijät-Hämeen liitto
Esko Ihamäki, Kolmen Kampuksen Urheiluopisto
Saila Juntunen, Päijät-Hämeen liitto
Maria Kaikkonen, Heinolan kaupunki
Juhani Karstila, Suomen urheiluopisto
Matti Kettunen, Asikkalan kunta
Tero Kuorikoski, Kolmen Kampuksen Urheiluopisto /
Pajulahti Paavo Leinonen, Vierumäen Infra Oy
Aleksi Nyström, Lahden kaupunki
Marju Prass, Lahden yliopistokampus
Marko Ruti, Kolmen Kampuksen Urheiluopisto
Iiris Salomaa, Päijät-Hämeen hyvinvointialue
Aki Tiihonen, Asikkalan kunta
Jukka Tiikkaja, Suomen Urheiluopisto

Henkilökunnan edustukset työryhmissä

MAI-BRIT SALO

ACTIVE ID -hankkeen jäsen
Innovation Factory- Päijät-Häme Health, Sport & Wellbeing -hankkeen ohjausryhmän jäsen
Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman ohjausryhmän jäsen
Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman TKI -projektiryhmän jäsen
Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman yhteistyöryhmän jäsen
Liikunnan aluejärjestöjen aluejohtajien, kunta- ja koulutustyöryhmien jäsen
Liikunnan aluejärjestöjen Liikuttava Suomi -hankkeen ohjausryhmän puheenjohtaja
Liikuttava Suomi -hankkeen kehittämisryhmän puheenjohtaja
Päijät-Hämeen yhdistysfoorumin jäsen
Päijät-Hämeen järjestöneuvottelukunnan jäsen
Päijät-Hämeen kumppanuusfoorumin jäsen
Päijät-Hämeen järjestöjen toimintaedellytysten työryhmän jäsen
Päijät-Hämeen seudullisen kehittämistyöryhmän jäsen
Seudullisen kuntien liikuntatoimesta vastaavien viranhaltijoiden työryhmän puheenjohtaja
STEP UP -hankkeen ohjausryhmän jäsen
Työllisty hyvässä seurassa- työllistämishankkeen ohjausryhmän jäsen
Valtakunnallisen liikuntaneuvonnan asiantuntijafoorumin jäsen
ÄES Sport -kärkiröhmän jäsen

HEIDI MÄLKÖNEN

Lahden kaupungin, perusopetuspalveluiden ja liikuntapalveluiden yhteishankkeen: Vaikuttava Move!- polku Lahes -ohjausryhmän jäsen

Liikkuva koulu ja Move! -polku verkoston vetäjä
Lisää liikettä -hankkeen koulu ja harrastaminen asiantuntijaryhmän jäsen
Lisää liikettä -hankkeen opiskelu asiantuntijaryhmän jäsen
Liikkuva varhaiskasvatus perhepäivähoitajille - verkoston vetäjä
Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman valtakunnallisen kehittämisverkoston Vanhempiin vaikuttamisen ryhmän jäsen
Liikkuva varhaiskasvatus -verkoston vetäjä
Orimattilan kaupungin Move- hankkeen ohjausryhmän jäsen
Perheliikuntaneuvonnan asiantuntijafoorumin jäsen
Päijät-Hämeen Lapsiperheyhdistyksien verkoston jäsen
Päijät-Hämeen vauvaverkoston jäsen

MARJO VÄNSKÄ

Päijänne-Leaderin ja kyläverkoston jäsen

JAAKKO RÄTY

Alueellisen osaamisen kehittämisen verkoston jäsen
Avoimet ovet -hankkeen alueellisen verkoston vetäjä
Lahden Seuraparlamentin asiantuntijajäsen
Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman harrastamisen projektityöryhmän vetäjä
Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman yhteistyöryhmän jäsen
Päijät-Hämeen Urheiluakatemia johtoryhmän jäsen
Toiminnanjohtajaverkoston vetäjä
Valtakunnallisen seurakehittäjäverkoston jäsen
Valtakunnallisen valmentaja- ja koulutusosaamisen verkoston jäsen

KEIJO KYLÄNPÄÄ

ACTIVE ID -hankkeen kehittämistyöryhmän jäsen
Hämeen Ikiliikkuja -oppimisverkoston jäsen
Ikiliikkuville lisää liikettä ILLI -hankkeen
kehittämistyöryhmän jäsen
Kokemusliikunnalla ja harrastuskokeiluilla työkykyä -
hankkeen ohjausryhmän jäsen
Lahden liikuntaneuvonnan kuntatyöryhmän jäsen
Liikuttava Suomi -hankkeen liikuntaneuvonnan
kehittämistyöryhmän jäsen
Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman
liikuntaneuvonnan projektityöryhmän vetäjä
Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman ohjausryhmän
varajäsen
Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman
yhteistyöryhmän jäsen
Muistot liikkeeksi -hankkeen ohjausryhmän jäsen
Orimattilan kaupungin Move! -hankkeen
ohjausryhmän varajäsen
Päijät-Hämeen ikääntyneiden liikuntaneuvonnan
verkoston jäsen
Päijät-Hämeen liikuntaneuvonnan verkoston vetäjä
Päijät-Hämeen perheliikuntaneuvonnan verkoston
vetäjä
Päijät-Hämeen Ravitsemusterveyden edistämisen
työryhmän jäsen
Päijät-Hämeen yhdistysfoorumin varajäsen
Rauli ha(II)ussa -hankkeen ohjausryhmän jäsen
SOTELI -hankkeen ohjausryhmän puheenjohtaja
STEP UP -hankkeen ohjausryhmän jäsen
Valtakunnallisen liikuntaneuvonnan
kehittämiskofoorumin jäsen

REDA OULMANE

Buusti360 valtakunnallisen työryhmän jäsen
Päijät-Hämeen Henkilöstöliikunnan verkoston vetäjä
Suomen Aktiivisin Työpaikka -ohjausryhmän jäsen
Valtakunnallisen Henkilöstöliikunnan verkoston vetäjä

HELENA KÄMÄRÄINEN

Lahden liikuntaneuvonnan kuntatyöryhmän jäsen
Päijät-Hämeen perheliikuntaneuvonnan verkoston
vetäjä

SOHVI BRANDT

Lahden Liikuntaneuvonnan kuntatyöryhmän vetäjä

VEERA HARINEN

Buusti360 valtakunnallinen tiedottaja
Liikunnan Alueiden viestinnän työryhmän jäsen

ARTO VIRTANEN

Etelä-Suomen AVI-liikuntaneuvoston jäsen
Lahden FK:n hallituksen jäsen
Lahden työllisyysverkosto
Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman
olosuhdetyöryhmän pj, ja valmistelija
Sysmän työllisyysverkosto
Työllisty hyvässä seurassa -hankkeen ohjausryhmän
esittelijä ja sihteeri

MARKKU HEIMOLA

Hollolan työllisyysverkosto
litin työllisyysverkosto
Lahden työllisyysverkosto
Orimattilan työllisyysverkosto

RISTO JÄNTTI

Asikkalan työllisyysverkosto
Heinolan työllisyysverkosto
Kärkölan työllisyysverkosto
Lahden työllisyysverkosto

2024 palkitut

GAALA 17.2.2024

PÄÄKATEGORIAT

ELÄMÄNURA

Erkki Raita, Lahden Hiihtoseura

VUODEN URHEILIJA

Sami Pajari

VUODEN VALMENTAJA

Olli Muotka, Lahden Hiihtoseura

VUODEN PARAURHEILIJA

Toivo Laiho & Roope Tervonen, Lahden
Purjehdusseura

VUODEN LUPAAVA NUORI URHEILIJA

Ella Sahuri, Lahti Basketball juniorit (kasvattiseura
YMCA Heinola)
Joonas Kumpulainen, Orimattilan Jymy

VUODEN URHEILUSEURA

Lahden Ahkera

VUODEN JOUKKUE

Lahden Pelicans

VUODEN LIIKUNTA- JA URHEILUTEKO

Salpausselän kisat 100 vuotta

LISÄPALKINTOLUOKAT

Vuoden akatemiaurheilija (Päijät-Hämeen
Urheiluakatemia)
Ilona Mononen, Lahden Ahkera

Harrastaminen koulupäivän yhteydessä (Liikkuva koulu
& Suomen Olympiakomitea)
Vesikansa Giants

Vuoden taustavoima, Veikkauksen Jokeri
Jake Ropponen, Lahden Kortteliliiga

Maakunnan Aktiivisin Työpaikka (Buusti 360)
Koulutuskeskus Salpaus

Tähtiseura, kannustusstipendit (Suomen
Olympiakomitea)

Salpis (Gasum)

Viipurin Reipas (Onnenpantti)

Elämäntyöpalkinto, Jääkiekkoliiton Hämeen alue
Tapani Alenius, Junior-Pelicans
Urheiluseurojen yhteistyön edistäjä

ERIKOISPALKINNOT

#mailapelielämää (Lahden Tenniskerho, LMC & Lahti-
Sulkkis)

Parajudon eteen tehty työ
Ilkka Valtasaari, Lahden Judoseura

Urheilutapahtumien taustavoima
Visit Lahti | Lahden seutu - Lahti Region Oy

Kunnioitus vapaaehtoistyölle seurassa
Jouko Järvinen, Orimattilan Jymy

KUNTIEN PALKINNOT

Asikkala: **Vesivehmaan Vire ry**
Hartola: **Kristiina Harjula**
Heinola: **Heinolan Moottorikerho**
Hollola: **Hollolan liikuntapalvelut**
Iitti: **Eläkeliitto, Iitin yhdistys**
Kärkölä: **Piitu Tourunen**
Orimattila: **Niinikosken kyläyhdistys**
Padasjoki: **Padasjoen Yritys ry:n jalkapallojaosto**
Sysmä: **Sysmän Eläkkeensaajat ry, virkistys- ja
kerhotoiminta**

OKM:N ANSIOMERKIT

KULTAINEN ANSIORISTI

Karinkanta Jari, Lahti, Puolustusvoimien urheilukoulu

ANSIORISTI

Ahola Arto, Lahti, Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry

ANSIOMITALI KULLATUIN RISTEIN

Harjula Janne, Lahti, Lahden Ahkera ry

Häkkinen Henri, Hollola, Upseerien Ampumayhdistys ry

Leiramo Paavo, Lahti, Suomen Palloliitto ry

ANSIOMITALI

Hallaranta Ari-Pekka, Orimattila, Puolustusvoimien urheilukoulu

Nättinen Niko Jukka, Lahti, Puolustusvoimien urheilukoulu

KUNNON KUNTALAINEN

Tuomo Orasmaa, Heinola

Outi Hartikainen, Kärkölä

Edit Ahlgren, Lapinjärvi

2024 jäsenet

Ammattiyhdistysten jalkapallo ry
Artjärven Ahjo ry
Asikkalan 4H-yhdistys
Asikkalan Ampumaseura ry
Asikkalan kunta
Asikkalan Raikas ry
Asikkalan Taido ry
Asikkalan Voimistelu ry
Bandy Boys -88 ry
CC Tailwind ry
Celestial Stars Cheer Team ry
Enonsaari ry
FC Kuusysi ry
FC Lahti ry
FC Loviisa ry
FC Reipas ry
Finland Motorsport Club ry
Hälvälän Ampumaurheilukeskus ry
Hämeen Laskuvarjourheilijat ry
Harjulan Setlementti ry
Hartolan Golfklubi ry
Hartolan kunta
Hartolan Latu ry
Hartolan NMKY ry
Hartolan Voima ry
HC Giants ry
HC-Team ry
Heinolan Ampujat ry
Heinolan Isku ry
Heinolan kaupunki
Heinolan Kiekko ry
Heinolan kirkonkylän kyläyhdistys ry
Heinolan KK:n Kisa ry
Heinolan Latu ry
Heinolan Moottorikerho ry
Heinolan NMKY / YMCA ry
Heinolan Pursiseura ry
Heinolan Taitoluistelijat ry

Heinolan Tanssikerho ry
Heinolan Verkkopalloilijat -36 ry
Heinolan Voimisteluseura ry
Herralan Hukat ry
Herralan Urheilijat ry
Hetki ry
Holjutai ry
Hollolan kunta
Hollolan Nasta ry
Hollolan Ratsastajat ry
Hollolan Urheilijat -46 ry
Hollolan Voimistelu ry
Iitin Golfseura ry
Iitin Käsityöläiset ry
Iitin kunta
Iitin Pyrintö ry
Inspis Lahti ry
Itä-Hämeen Rasti ry
Järvelän Jäppärä ry
Jenga Team ry
Joutsan kunta
Joutsan Pommi ry
Junior-Pelicans ry
Jyränkölän Setlementti ry
Kalkkisten Kataja
Kärkölen Kisa-Veikot ry
Kärkölen kunta
Kärkölen Riistamiehet ry
Kärkölen Työttömät ry
Kaukalopallo Lahti ry
Kausalan Yritys ry
Kiekkoreipas ry
Kimmo-Volley ry
Kosken Dynamo ry
Koski-Seura ry
Kuhmoisten Kumu ry
Kuhmoisten kunta
Lacrosse Lahti ry

Lahden Ahkera ry	LahtiSport35+
Lahden Ampumaseura ry	Lahti-Sulkkis ry
Lahden Avantouimarit ry	Laitialan Luja ry
Lahden FK ry	Lammin Säkiä ry
Lahden Frisbee Club ry	Lapinjärven kunta
Lahden Gentai ry	Lappilan kyläyhdistys ry
Lahden Golf ry	LASB edustus ry
Lahden Hiihtoseura ry	LCS Panthers ry
Lahden Ilmasilta ry	Liikuntakeskus Pajulahti ry
Lahden Jääkiekkotuomarit ry	Lords of Disc Golf ry
Lahden Judoseura ry	Loviisan kaupunki
Lahden Kaleva ry	Loviisan Seudun Judoseura Arashi ry
Lahden Karate ry	Meloja ry
Lahden kaupunki	Messilä Golf ry
Lahden Kendoseura Shi Ken Kai ry	Mukkulan Riento ry
Lahden Kortteliliiga ry	Myrskylän kunta
Lahden Laaki ry	Myrskylän Myrsky ry
Lahden Mailaveikot ry	Nastola Minton ry
Lahden Naisvoimistelijat ry	Nastolan Metsästysampujat ry
Lahden Piirin Hiihto ry	Nastolan Naseva ry
Lahden Pingviinit ry	Nastolan Nopsa ry
Lahden Pöytätenniseura ry	Nastolan Terä ry
Lahden Purjehdusseura ry	Nicks Dancing ry
Lahden Pyöräilijät ry	Nuorisotoiminnan Tuki ry
Lahden Radioamatöörikerho ry	Orimattila Disc Club ry
Lahden Ratsastajat ry	Orimattilan Ampumaratayhdistys ry
Lahden Reipas ry	Orimattilan Judoseura ry
Lahden Reumayhdistys ry	Orimattilan Jymy ry
Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry	Orimattilan Karate ry
Lahden Seudun Urheilutoimittajat ry	Orimattilan kaupunki
Lahden Seudun Yleisurheilu ry	Orimattilan Moottorikerho ry
Lahden Sugata ry	Orimattilan Pedot ry
Lahden Suunnistajat -37 ry	Orimattilan Seudun Urheiluampujat ry
Lahden Taekwondo Hwang ry	Padasjoen kunta
Lahden Taijklubi ry	Padasjoen Urheiluampujat ry
Lahden Taitoluistelijat ry	Padasjoen Yritys ry
Lahden Tenniskerho ry	Padel Lahti ry
Lahden Työväen Hiihtäjät ry	Päijät-Hämeen Ilmailuyhdistys ry
Lahden Uimaseura ry	Päijät-Hämeen Näkövammaiset ry
Lahden Vasama ry	Päijät-Hämeen Paintball ry
Lahden Verkkopalloseura ry	Päijät-Hämeen Salibandyseura Hollola ry
Lahti Basketball Juniorit ry	Päijät-Hämeen Salibandyseura ry
Lahti Ringette ry	Päijät-Hämeen Sosiaali- ja terveysturva ry
Lahti Yuko Aikikai ry	Päijät-Hämeen Suunnistus ry

Päijät-Hämeen Urheiluakatemia ry
Päijät-Rasti ry
Parkour Akatemia
Pelicans
Pelicans 2000 Hollola ry
Pertunmaan kunta
Pertunmaan Ponnistajat ry
Pinna Skateboarding ry
Porlammin Pyry ry
Rastivarsat ry
Reippaan Naiset ry
Renshinkan Lahti ry
Ride Salpaus ry
Royal Cycling Team ry
Ruuhijärven nuorisoseura ry
SAL:n Hämeen aluejaosto ry
Salpausselän Naisvoimistelijat ry
Salpis ry
SB Heinola ry
Shorinjiryu Renshinkan Heinola ry
Sigma Jiu-Jitsu ry
Suomen Liikunnan Ammattilaiset ry
Suomen Luterilainen Evankeliumiyhdistys / Lahden paikallisosasto
Suomen Ratsastajainliitto Hämeen alue
Suomen Urheiluopisto
Sysmän kunta
Sysmän Sisu ry
Sysmän Voimistelijat ry
Sysmän Yrittäjät ry
Tiirismaan Latu ry
Triathlon Club Heinola
Tuunaa Duuni ry
Union Plaani ry
Urheiluseura Hollolan Toverit ry
Vääksyn Olkkari ry
Valkon Vire ry
Vartiomäki-Pääsinniemen kyläyhdistys ry
Vesikansan Urheilijat -78 ry
Vesisamoilijat ry
Vesivehmaan Vire ry
VesiVeijarit ry
ViaDia Asikkala ry
Vierumäen Golfseura ry

Vierumäen Jytinä ry
Viipurin Reipas ry
Villähteen Nuorisoseura ry
Voimistelu- ja Urheiluseura Lahden Taimi ry
Voimistelu- ja urheiluseura Lappilan Nousu
Vuolencosken kyläyhdistys ry
Yritys- ja Kotiapu ry



Hyvää oloa
liikunnalla!

Päijät-Hämeen Urheilu ja Liikunta ry

Urheilukeskus
Salpausselänkatu 8
15110 Lahti
Y-tunnus 1097026-2