

## Päijät-Hämeen Urheilugaala 8.2.2020

Päijät-Hämeen urheiluyhteisö kokoontuu juhlistamaan 10. Urheilugaalaa sekä menneen urheiluvuoden sykähdyttävimpiä hetkiä. Hetkiä, jotka ovat syntyneet sisukkaiden urheilijoiden unelmista ja rohkeudesta. Unohtamatta tietenkään valmentajien saavutuksia sekä tärkeiden tukijoukkojen merkittävää panosta. Yhtenä iltana olemme kaikki saman katon alla!

**Gaala järjestetään lauantaina 8.2.2020 Vierumäki Resort hotellin Ballroomissa.** Gaalan etkot käynnistyvät klo 16.00 ja varsinainen ohjelma alkaa klo 17.00. Palkitsemisosuus päättyy noin klo 21.00, jonka jälkeen ilta jatkuu musiikin merkeissä.

Gaalan avaa Suomen Olympiakomitean toimitusjohtaja Mikko Salonen. Gaalan musiikkipuolesta vastaa huikea iskelmälaulaja Annika Eklund. Gaalan juontajina toimivat tunnetut radioäänät Tommy Rundgren ja Eeva Ristkari.

Urheilugaala on erinomainen paikka palkita omaa seura- ja kuntaväkeä. Gaalan lipun hinta on 85 €/henkilö. Voit myös ostaa omalle seuralle tai kunnalle kahdeksan hengen pöydän hintaan 640 €.

Osallistujille on tarjolla Lahdesta bussikuljetus 7 €/henkilö (menopaluu). Gaalaan on varattu myös majoitusmahdollisuus Vierumäki Resort hotellista edullisempaan hintaan.

Lisätietoja ja ilmoittautumiset [täältä](#). Ehdotuksia gaalassa palkittavista voi vileä tehdä [täällä](#). Lisätietoja [kustaa.ylitalo@phlu.fi](mailto:kustaa.ylitalo@phlu.fi)

## PHLU:n Joulumaa

PHLU järjestää iloisen **joulutapahtuman su 1.12.2019 klo 15-17.30 Lahden Urheilukeskuksessa**. Perinteikäs PHLU:n Joulumaa on ilmaistapahtuma ja jouluisen polun toimintapisteistä vastaa jo yli 30 toimijaa. Tänä vuonna tapahtumassa on myös Joulupuun keräyspiste. Joulupuun alle voi kuka tahansa tuoda paketin ja lahjoittaa joulumieltä jollekin lapselle. Lisätietoja [krista.pollanen@phlu.fi](mailto:krista.pollanen@phlu.fi).

## PHLU:n koulutukset ja verkostotapaamiset

### Lasten liikunta

- to 7.11. klo 17-20, [Toiminnallinen oppiminen varhaiskasvatuksessa](#), Lahti
- pe 15.11. klo 9-12, [Ilo kasvaa liikkuen - Etelä-Suomen liikuntaseminaari varhaiskasvatuksen johdolle](#), Liikuntakeskus Pajulahti
- pe 15.11. klo 13-16 [Ilo kasvaa liikkuen verkostotapaaminen varhaiskasvatuksen henkilöstölle](#), Liikuntakeskus Pajulahti

## Seuratoiminta

- ma 11.11. klo 18-20 [Hollolan kunnan yhdistysilta](#), Hollola
- ke 6.11. klo 17.30-19 [Seuratuki-info](#), Lahti
- ti 12.11. klo 17.30-20.30, [Yhdistyksen hyvä hallinto](#), Lahti
- 14.11. klo 17.30-19.30 [Nuoren urheilijan vanhenpailta](#), Lahti
- ke 4.12. klo 17.30-20.30 [Viestinnän teemailta urheiluseuroille](#), Lahti
- ke 11.12. klo 8.30-10.30, [Toiminnanjohtajien / päätoimisten seuratyöntekijöiden Joulupuuro](#), Lahti

## Seminaarit

- to-la 7.-9.11.2019, [Liikkuva koulu ja opiskelu -alueseminaari](#), Tukholma

[Kuntien liikuntatoimesta vastaavien viranhaltijoiden verkostotapaaminen ja Joululounas](#) pe 13.12. klo 9-12, Lahti

## PHLU:n koulutukset ja tapahtumat löytyvät tapahtumakalenterista [etusivulta](#).

Räätälöimme koulutuksia myös tilauksesta. Lisätietoja [krista.pollanen@phlu.fi](mailto:krista.pollanen@phlu.fi), [kustaa.ylitalo@phlu.fi](mailto:kustaa.ylitalo@phlu.fi) ja [keijo.kylanpaa@phlu.fi](mailto:keijo.kylanpaa@phlu.fi).

## Seuratuen hakuaika lähestyy

### OKM:n seuratoiminnan paikallistukien hakuaika on auki 12.11.-17.12.2019 klo 16.15 asti.

Seuratuen infotilaisuus pidetään 6.11.2019 klo 17.30-19.00 Lahden Urheilukeskuksessa. Toinen infotilaisuus pidetään ma 11.11. Hollolassa.

Seuratoiminnan kehittämistuki on tarkoitettu lasten ja nuorten liikuntaharrastuksen lisäämiseen sekä monipuolisen organisoidun liikunnan kehittämiseen. Avustusta voivat hakea liikuntaa ja/tai urheilua järjestävät paikalliset, rekisteröityneet yhdistykset.

Avustus myönnetään saajalle harkinnanvaraisena erityisavustuksena. Pienin haettava summa on 2 500 euroa ja suurin summa 15 000 euroa. Katso tarkemmat hakuohjeet [täältä](#).

Seurakohtaiset konsultoinnit [kustaa.ylitalo@phlu.fi](mailto:kustaa.ylitalo@phlu.fi)

## Liikunnallisen elämäntavan hankehaku on auki

### OKM:n liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämisavustusten hakuaika on auki 25.10.-29.11. klo 16.15 asti.

Avustukset haetaan aluehallintovirastoista. Avustuksen päätavoitteena on lisätä väestön liikuntaa ja fyysistä aktiivisuutta Suomessa koko elämänkulussa, erityisesti vähän liikkuvien keskuudessa. Liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämisavustusten avulla toimeenpannaan Liikkuva Suomi -ohjelmaa paikallisella tasolla. Keskeisinä periaatteina ovat poikkisektoraalinen, -hallinnollinen ja -ammatillinen yhteistyö, liikunnan läpäisyperiaate suomalaisessa yhteiskunnassa sekä sukupuolten tasa-arvo ja yhdenvertaisuus.

Huom! Tämä haku ei sisällä koulu- ja opiskelupäivän liikunnallistamista. Liikkuva opiskelu -hankkeille on lukuvuodelle 2020-2021 oma avustushaku alkuvuodesta 2020.

Lisätietoja [täältä](#) sekä PHLU:sta lastenliikunta [krista.pollanen@phlu.fi](mailto:krista.pollanen@phlu.fi) tai aikuistenliikunta [keijo.kylanpaa@phlu.fi](mailto:keijo.kylanpaa@phlu.fi).

## PHLU:n syyskokous

PHLU:n sääntömääräinen **syyskokous pidetään tiistaina 26.11.2019 klo 18.00**. Valtakirjojen tarkistus ja kahvitarjoilu alkaen klo 17.30. Paikkana Ravintola Koti, Salpausselänkatu 7, 15110 Lahti, 2. krs. (Urheilu- ja messukeskus). Kokousaineistot löytyvät [täältä](#). Tervetuloa!

## Liikkuva Päijät-Häme -kiertue puolivälissä

PHLU:n toimialueen kuntiin jalkautuva Liikkuva Päijät-Häme -kiertue testasi syksyn aikana yli 700 kehonsa kunnosta kiinnostunutta alueen asukasta. Tapahtumissa on ollut mukana lukuisia paikallisten liikunta- ja hyvinvointipalveluiden tuottajia esittelemässä toimintaansa. Keväällä 2020 kiertue jatkuu heti tammikuusta alkaen. Aikataulu päivittyy loppuvuoden aikana, ja on tutustuttavissa [täällä](#).

## Hyvinvointi- ja testauspalvelut

PHLU tarjoaa monipuolisia hyvinvointi- ja testauspalveluja yrityksille ja yhteisöille. Palveluiden tarkoituksena on edistää työ- ja toimintakykyä innostavalla ja mielekkäällä tavalla. Ensi vuoden aikana toiminta laajenee urheiluseuroille ja oppilaitoksille kohdennettuihin palveluihin. Lisätietoja [täältä](#) sekä [reda.oulmane@phlu.fi](mailto:reda.oulmane@phlu.fi).

## Taloushallinnon palveluita

PHLU tarjoaa jäsenseuroille taloushallinnon palveluita. Valittavana on yksittäisiä palveluita tai kattava kokonaisuus, jossa huolehdimme seuran koko taloushallinnosta.

Palvelut:

- kirjanpito ja tilinpäätökset
- palkkahallinto
- taloushallinnon konsultointi ja koulutukset

Kirjanpidon siirto PHLU:n hoidettavaksi käy helposti ja se kannattaa ajoittaa tilikauden alkuun. Palveluiden hinta määräytyy tehtävän työn mukaan.

Kysy lisää [tiina.ahvonen@phlu.fi](mailto:tiina.ahvonen@phlu.fi) tai [sari.hallberg@phlu.fi](mailto:sari.hallberg@phlu.fi).

## PHLU tiedottaa

PHLU tiedottaa ajankohtaisista asioita tällä kuukausitiedotteella. Varmistatthän, että tiedote tavoittaa myös teidän muut jäsenet ja toimijat. Täyttämällä [lomakkeen](#) tilaat itsellesi maksuttoman sähköisen kuukausitiedotteen, joka ilmestyy 11 kertaa vuodessa. Tiedotteessa on ajankohtaisia asioita ja uutisia liikunnasta ja urheilusta.

Muistatthän myös käydä päivittämässä uudet [yhteystiedot](#), jos tietonne muuttuu tai henkilö vaihtuu seurassanne.

## Eduskunta haastaa suomalaiset pois hissistä ja portaisiin

Tällä viikolla vietetään Valtakunnallisia Porraspäiviä. Tänä vuonna myös eduskunta on ilmoittautunut mukaan teemaviikkoon. Suomen ehkä kuuluisimpien portaiden nousijat haastavat samalla kaikki suomalaiset valitsemaan terveytensä ylläpitämiseksi portaat hissien sijaan marraskuun ensimmäisellä viikolla. Lisätietoja osoitteessa [www.porraspaivat.fi](http://www.porraspaivat.fi).

## Uusi liikkumisen suositus - kaikki liike kannattaa

Päivitetty aikuisten liikkumisen suositus nostaa liikuskelun kunniaan. Se tarkoittaa, että jo muutaman minuutin liikkumisrätkät kerrallaan ovat tärkeitä, ja kevyelläkin liikkumisella on terveyshyötyjä. Kymmenen vuotta käytössä ollut liikuntapiirakka on myös muuttunut liikkumisen suositukseksi. Lisätietoja liikuntasuosituksista löytyy [täältä](#).

## Valtion jakamalla seuratuella on onnistuttu vakiinnuttamaan palkkatyösuhteita

Palkkaustuesta näyttävät hyötyvän todennäköisimmin suuret urheiluseurat, joissa harrastajapohjat ja taloudellinen tilanne mahdollistavat palkkatyösuhteiden säilyttämisen.

Seuratukea saaneet suuret seurat pystyvät pienempiä seuroja todennäköisemmin jatkamaan palkkatyösuhteita myös palkkausavustuksen päättymisen jälkeen. Tulokset selviävät LIKES-tutkimuskeskuksessa toteutetusta tutkimuksesta. Tutkimuksessa oli mukana 166 urheiluseuraa, jotka olivat saaneet vuosina 2014-2016 valtion myöntämää seuratukea työntekijän palkkaukseen. Tutkimuksen aineisto koottiin seuroille suunnatusta kyselystä ja LIKESin seuranta-aineistosta.

Valtion jakaman seurojen palkkaustuen tavoitteena on olla alkutukena pysyvien työsuhteiden luomisessa. Seuratuen myöntöperusteissa linjataan, että urheiluseurojen tulee näyttää toteen riittävä taloustilanne, omarahoitus ja suunnitelma palkkatyösuhteen vakiinnuttamiseen. Lisätietoja LIKESin toteuttamasta tutkimuksesta löydät [täältä](#).

## Innostamme liikkumaan ja vahvistamme yhteistyötä

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.

PHLU:n henkilöstö löytyy [täältä](#), olethan yhteydessä!

Hyvää  
oloa  
Liikun-  
halla!