



SUOMEN LIIKUNNAN ALUEET



**Suomen Liikunnan Alueet ry:n
ja liikunnan aluejärjestöjen
kunta- ja aluevaalitavoitteet sekä
toimenpide-ehdotukset**

Kunta- ja aluevaalit käydään 13.4.2025 ensimmäistä kertaa samana päivänä. Liikunnan aluejärjestöt yhdessä yhteistyö- ja palvelujärjestönsä Suomen Liikunnan Alueet ry:n kanssa ovat asettaneet yhteiset kunta- ja aluevaalitavoitteet, joiden saavuttamiseksi ehdotetaan konkreettisia toimenpiteitä kunta- ja aluepäättäjäille liikkeen ja liikunnan edistämiseksi.

Aluejärjestöt toimittavat tavoitteet puolueiden piiritoimistoille ja sitä kautta ehdokkaiden käyttöön, tapaavat ehdokkaita sekä nostavat teemoja esiin alueelliset erityispiirteet ja tilanteet huomioiden ja kunkin alueen kannalta keskeisiä teemoja painottaen. Tavoitteet ja aluekohtaiset toimenpide-ehdotukset tuodaan uudelleen esille heti vaalien jälkeen valituille alue- ja kunnallisvaltuutetuille. Lisäksi tavoitteet toimitetaan eduskuntapuolueiden puoluetoimistoille.



KUNTAVAALIT

KUNTAVAALIT

Kunnat ovat kotitalouksien jälkeen suurin liikunnan ja urheilun rahoittaja sekä keskeinen liikkumisen ja liikunnan harrastamisen mahdollistaja. Liikuntalain 5§:n mukaan kunnan tulee järjestää liikuntapalveluja sekä terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa, tukea kansalaistoimintaa sekä rakentaa ja ylläpitää liikuntapaikkoja. Sen vuoksi on ensiarvoisen tärkeää, että uusiin valtuustoihin valitaan liikuntamyönteisiä päättäjiä.

Suomen Liikunnan Alueet ry ja liikunnan aluejärjestöt painottavat kolme kokonaisuutta liikkeen ja liikunnan edistämiseksi, joille kaikille on määritelty tavoitteet sekä ehdotettu konkreettisia toimenpiteitä.

Kokonaisuudet ovat:

- ▶ **Liikkumisen ja liikunnan edellytykset**
- ▶ **Urheiluseurojen tukeminen ja harrastamisen edistäminen**
- ▶ **Olosuhteet ja kuntien veto - ja pitovoima**

LIKKUMISEN JA LIKUNNAN EDELTYKSET

Liikkeen lisäämisen ja liikunnan harrastamisen edistämässä ensiarvoisen tärkeää on resurssien turvaaminen sekä se, että kunta edistää asiaa tavoitteellisesti ja poikkihallinnollisesti. Liikunta on sijoitus, ei kuluerä, ja liikuntaan sijoitetut eurot tuovat terveyshyötyjen (toiminta- ja työkykyisempi väestö) lisäksi säästöjä kuntatalouteen.

TAVOITTEET:

- ▶ Liikunnan rahoitus turvataan
- ▶ Liikkuminen, liikunta ja urheilu koko kunnan asiaksi
- ▶ Jokaisessa kunnassa on liikunnan viranhaltija
- ▶ Liikkumista, liikuntaa ja urheilua edistetään strategisesti ja poikkihallinnollisesti



LIKKUMISEN JA LIKUNNAN EDELLYTYKSET - TOIMENPITEET

Liikunta on sijoitus – ei kuluerä

Vaikka kunnat ovatkin suurten säästöpainneiden edessä, on tärkeää muistaa, että liikunta on sijoitus – ei kuluerä. UKK-instituutti on arvioinut, että liikkumattomuuden ja paikallaanolon aiheuttamat kokonaiskustannukset ovat Suomessa vuositasolla jopa 4,7 miljardia euroa ja niiden aiheuttamien kansansairauksien kustannukset 3,0 miljardia euroa. Liikkumattomuus lisää riskiä useille kansansairauksille, kuten tyypin 2 diabetekselle ja sydän- ja verisuonisairauksille. [Täältä](#) voit tarkistaa arvion oman alueesi tai kuntasi liikkumattomuuden ja paikallaanolon aiheuttamien kansansairauksien kustannuksista ([katso alueesi](#)). Liikunnasta ei tule säästää, sillä nuo leikkaukset tulevat tulevaisuudessa takaisin moninkertaisena kulueränä (terveys- ja työkyvyttömyysmenoina).

Liikunta näkyy kunnan strategiassa ja hyvinvointiohjelmassa

On ensiarvoisen tärkeää, että liikkuminen, liikunta ja urheilu ovat suoraan näkyvissä kunnan strategiassa ja/tai hyvinvointiohjelmassa painopisteenä ja niiden edistämiseksi on määritetty konkreettisia toimenpiteitä. Tällä tavoin varmistetaan asian johdonmukainen edistäminen kunnassa, saadaan maksimoitua hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen hyödyt sekä minimoitua liikkumattomuuden ja paikallaanolon kustannukset. Vähän liikkuvien aktivoimiseen on kiinnitettävä erityistä huomiota. Matalan kynnyksen tapahtumat, liikunta- ja urheiluseurojen toiminta, omaehtoiseen liikuntaan innostaminen mukaan lukien 4. sektorin tarjoamat mahdollisuudet sekä byrokratian keventäminen edistävät arkiliikunnan lisäämisen tavoitteita.

LIKKUMISEN JA LIKUNNAN EDELLYTYKSET - TOIMENPITEET

Kunnassa on liikunnasta vastaava viranhaltija

Jokaisessa kunnassa tulee olla liikunnan viranhaltija, joka koordinoi ja kehittää kunnan liikuntapalveluita, edistää poikkihallinnollista yhteistyötä eri hallintokuntien kanssa kunnan sisällä sekä yhteistyötä liikuntajärjestöjen ja urheiluseurojen kanssa.

Poikkihallinnollisuus ja liikkumisojelma liikunnan edistämisen työkaluina

Liikkumisen, liikunnan ja urheilun edistäminen kunnassa tarkoittaa johtotasosta lähtien vahvaa poikkihallinnollista yhteistyötä eri hallintokuntien välillä, yhteistyötä eri liikuntatoimijoiden ja seurojen kanssa sekä yhdyspintatyötä hyvinvointialueiden kanssa. Kuntien vastuulle siirtyvien työllisyyspalvelujen järjestämisessä otetaan huomioon työnhakijoiden työkyvyn kehittäminen liikuntaneuvontaa hyödyntämällä. Kunnan, tai maakunnan, oman liikkumisojelman

laatiminen on vahvasti suositeltavaa, sillä se on tärkeä työkalu liikkeen lisäämiseksi. Liikunnan aluejärjestöt tukevat kuntia poikkihallinnollisuuden edistämässä ja liikkumisojelmien laatimisessa.

Kunta sitoutuu valtakunnallisiin liikunnan edistämisojelmiin

Kuntastrategiassa ja hyvinvointisuunnitelmassa sitoudutaan valtakunnallisiin liikunnan edistämisojelmiin eli Liikkuvat-kokonaisuuteen (Liikkuva perhe, Liikkuva varhaiskasvatus, Liikkuva koulu, Liikkuva opiskelu, Liikkuva aikuinen ja Ikiliikkuja) ja huomioidaan varhaiskasvatus, perusopetus, oppilaitokset, työelämä ja ikäihmisten kohtaamispaikat tärkeinä väylinä tavoittaa kaikki kuntalaiset ja sitä kautta edistää kuntalaisten liikkumista. Kunta hyödyntää liikunnan aluejärjestöjen tarjoamaa tukea Liikkuvat-ohjelmakokonaisuuden jalkauttamisessa.

URHEILUSEUROJEN TUKEMINEN JA HARRASTAMISEN EDISTÄMINEN

Urheiluseurat ovat kunnan veto- ja pitovoiman sekä elinkeinotoiminnan näkökulmasta tärkeitä toimijoita. Urheiluseurat ovat monelle tärkeitä harrastamisen paikkoja, jotka luovat ihmisille hyvinvointia ja sisältöä elämään. Urheiluseurat järjestävät kilpailuja ja muita tapahtumia, jotka luovat kuntiin elämää ja elinvoimaa. Lisäksi urheiluseurat tuovat verotuloja, sekä tarjoavat vapaa-ajan palveluita ja työpaikkoja.

TAVOITTEET:

- ▶ **Jokaisessa Suomen kunnassa on elinvoimaista seuratoimintaa**
- ▶ **Seurat nähdään tärkeänä voimavarana, joiden toimintaa tuetaan ja joita kuullaan päätöksenteossa**
- ▶ **Jokaisella lapsella on aidosti mahdollisuus harrastaa liikuntaa**



URHEILUSEUROJEN TUKEMINEN JA HARRASTAMISEN EDISTÄMINEN - TOIMENPITEET

Kunta tukee urheiluseurojen toimintaa

Kunta edistää urheiluseurojen vahvasti vapaaehtoisuuteen perustuvaa toimintaa toiminta- ja tapahtuma-avustuksin, mikä on kustannustehokas tapa järjestää liikuntaa. Seurojen lasten, nuorten ja aikuisten harrastetoiminnan sekä tapahtumien osalta kunta tukee taloudellisesti maksuja ja taksoja. Salivuorojen osalta alle 18-vuotiaiden vuorojen tulee olla maksuttomia ja alle 12-vuotiaiden liikuntavuorojen tulee olla ennen klo 20.

Urheiluseuroja kuullaan ja osallistetaan kunnan päätöksenteossa

Vastuullisesti ja laadukkaasti toimivat urheiluseurat ovat kunnalle erittäin tärkeitä toimijoita. Kunnan tulee osallistaa urheiluseuroja kunnan päätöksenteossa ja kutsua vähintään kaksi kertaa vuodessa urheiluseurat koolle. Näissä seurakokouksissa kunnan edustajat keskustelevat urheiluseurojen kanssa ja kuulevat urheiluseuroja kunnan liikunta- ja urheiluasioista.

Liikunnan aluejärjestöt avustavat tarvittaessa seuraparlamentin tai vastaavan seurakokouksen järjestämisessä. Lisäksi on tärkeää, että liikunnasta vastaava lautakunta tekee aktiivista yhteistyötä urheiluseurojen kanssa.

Jokaiselle lapselle ja nuorelle aidosti mahdollisuus harrastaa liikuntaa

Taataan jokaiselle lapselle ja nuorelle mahdollisuus harrastaa liikuntaa jokaisen koulupäivän yhteydessä. Harrastamisen Suomen mallia kehitetään edelleen ja otetaan huomioon esimerkiksi koulukyyditysten vaikutus, jotta jokainen lapsi ja nuori voi osallistua harrastuksiin. Yhteistyötä urheiluseurojen kanssa jatkokehitetään alueelliset erityispiirteet huomioiden. Huomioidaan erityisen tuen tarpeessa olevien lasten ja nuorten tasavertaiset harrastusmahdollisuudet, jotta toimintamalli on aidosti yhdenvertainen.

OLOSUHTEET JA KUNTIEN VETO- JA PITOVOIMA

Kunnilla on keskeinen rooli liikkeen lisäämisen ja liikunnan olosuhteiden mahdollistajana ja turvaajana. Kuntien päätökset liikuntapaikkojen rakentamisen ja kunnostuksen tai kevyenliikenteen väylien ja luonnossa liikkumisen mahdollisuuksien kautta vaikuttavat suoraan kuntalaisten liikkumiseen ja liikunnan harrastamiseen. On tärkeää kehittää liikunnan ja liikkumisen olosuhteita keskeisenä kuntien veto- ja pitovoimatekijänä sekä liikunta- ja urheilutapahtumien järjestämisen mahdollistajana. Suositut tapahtumat lisäävät yhteisöllisyyttä ja tuovat veroeuroja kuntaan ja rahavirtoja paikallistalouteen.

TAVOITTEET:

- ▶ Kunnilla on pitkän aikavälin liikuntapaikkasuunnitelmat
- ▶ Liikuntapaikkojen kunnosta ja saatavuudesta huolehditaan säästöistä huolimatta
- ▶ Lähiliikuntapaikat turvataan



OLOSUHTEET JA KUNTIEN VETO- JA PITOVOIMA - TOIMENPITEET

Kunta laatii liikuntapaikkasuunnitelman

Kunnalla on pidemmän aikavälin liikunnan ja urheilun olosuhde- / liikuntapaikkasuunnitelma, jonka tekemiseen on osallistettu eri käyttäjäryhmät ja huomioitu liikunta- ja urheilutapahtumien tarpeet. Vaikka taloudellinen tilanne olisi haastava, on tärkeää, että kunta huolehtii liikuntapaikkojen turvallisuudesta ja saatavuudesta kuntalaisten liikkumisen ja terveyden edistämiseksi. [Kuntaliiton Kuntalaistutkimuksessa \(2024\)](#) liikuntapalvelut ovat kuntalaisten yleisimmin mainitsemien tärkeimpien kuntapalveluiden joukossa sijalla 2. Saavutettavat liikuntapaikat ja liikkumismahdollisuudet ovatkin keskeinen kunnan veto- ja pitovoimatekijä, ja niillä on monelle kuntalaiselle ratkaiseva merkitys asuinpaikkavalinnassa.

Lähiliikuntapaikat on turvattava - Koulujen lakkautusten vaikutus lähiliikuntapaikkaan ja arkiliikkumiseen

Koulujen lähiliikuntapaikkojen saatavuus on turvattava. Mahdolliset koulujen sulkemiset vievät usein alueelta pois lähiliikuntapaikan. Koulujen lakkautukset vähentävät myös arkiliikunnan määrää, sillä pidentyvät koulumatkat vähentävät jalan tai pyörällä tehtyjä koulumatkoja ja lisäävät istumisen määrää koulukyyditysten takia.

Liikunta ja urheilu ovat kunnan veto- ja pitovoimatekijä

[Valtakunnallisen Kansalaispulssi \(2024\)](#) tutkimuksen mukaan ”väestön liian vähäinen liikunta on merkittävä yhteiskunnallinen haaste”. Kunnilla on mahdollisuudet vastata tähän haasteeseen. Liikuntamahdollisuudet ja urheilu huomioidaan kuntien toiminnassa ja markkinointiviestinnässä merkittävinä veto- ja pitovoima- sekä viihtyvyystekijöinä. Aktiiviset urheiluseurat ja liikuntatapahtumat nähdään kunnan strategisina kumppaneina.

Liikkuva Päijät-Häme 2030 –ohjelma

Päijät-Hämeessä on laadittu poikkihallinnollinen Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelma. Ohjelman päämääränä on kaikkien päijäthämäläisten fyysisen aktiivisuuden lisääntyminen ja paikallaanolon väheneminen.

Vastuu päijäthämäläisten liikkumisen edistämisestä kuuluu kunnille, hyvinvointialueelle, seuroille ja järjestöille, työpaikoille, yrityksille, kouluille ja oppilaitoksille, päätöksentekijöille sekä monille muille toimijoille.

Ohjelma toteuttaa kansallisia tavoitteita ja jatkaa Päijät-Hämeessä tehtyä kehittämistyötä asukkaiden fyysisen aktiivisuuden ja liikunnan lisäämiseksi. Ohjelma on myös osa Päijät-Hämeen hyvinvointisuunnitelman toimeenpanoa.

Tavoitteena on, että liikkumishjelma kokoaa yhteen liikkumisen edistämistyötä tekeviä, ja että se on aktiivisessa käytössä koko Päijät-Hämeessä.

Tutustu [Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelmaan!](#)



TAVOITTEET:

- ▶ **Liikunta on mukana kuntien strategioissa**
- ▶ **Päijät-Hämeen kunnissa on liikkumisen edistämisen tavoitteet liikkumishjelmassa tai vastaavassa ja liikunta osa kuntien poikkihallinnollista toimintaa**
- ▶ **Päijäthämäläisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden fyysinen aktiivisuus lisääntyy**
- ▶ **Päijät-Häme on harrastamisen Suomen -mallin edelläkävijä**



ALUEVAALIT

ALUEVAALIT

Hyvinvointialueiden ja kuntien yhteistyössä painopiste on edistää hyvinvointia ja terveyttä. Liikkumattomuuden ja paikallaanolon aiheuttamien kansansairauksien kustannukset kohdistuvat erityisesti hyvinvointialueille kasvavina menoina. Toisaalta liikunta on tutkitusti edullinen hoito- ja ehkäisykeino useimpiin kansansairauksiin. Hyvinvointialueiden tulee huomioida liikkeen ja liikunnan edistäminen keskeisenä kuntouttavana, terveyttä edistävänä ja sairauksia ennalta ehkäisevänä toimenpiteenä. Liikunnan ja liikkumisen edistämisen kannalta tärkeintä on löytää yhteiset tavoitteet ja toimintatavat kuntien ja hyvinvointialueiden yhteistyölle hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi.

Suomen Liikunnan Alueet ry ja liikunnan aluejärjestöt painottavat liikkeen ja liikunnan edistämiseksi kahta kokonaisuutta, joille on määritelty tavoitteet sekä ehdotettu konkreettisia toimenpiteitä.

Kokonaisuudet ovat:

- ▶ **Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen ja liikkeen ja liikunnan lisääminen osana hyte -työtä**
- ▶ **Järjestöyhteistyön hyödyntäminen ja liikuntaa edistävien järjestöjen tukeminen**

HYVINVOINNIN JA TERVEYDEN EDISTÄMINEN JA LIIKKEEN JA LIIKUNNAN LISÄÄMINEN OSANA HYTE-TYÖTÄ

TAVOITTEET:

- ▶ Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on hyvinvointialueen strateginen painopiste ja liikkeen lisääminen sekä liikkumattomuuden torjunta ovat keskeinen osa tätä hyte -työtä
- ▶ On selkeytettävä hyvinvointialueiden ja kuntien yhdyspinta liikkeen lisäämiseksi ja liikkumattomuuden torjumiseksi



HYVINVOINNIN JA TERVEYDEN EDISTÄMINEN JA LIIKKEEN JA LIIKUNNAN LISÄÄMINEN OSANA HYTE -TYÖTÄ - TOIMENPITEET

Turvataan hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyö omana yksikkönään. Liikkeen ja liikunnan lisääminen on sisällytetty hyte-työhön strategisesti ja systemaattisesti

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyö on hyvinvointialueella omana erityisenä vastuutehtävänä ja liikunta on hyvinvointialueella keskeinen osa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä sekä kirjattu suoraan strategiaan. Liikkeen ja liikunnan edistämiseksi on määritelty konkreettisia toimenpiteitä. Liikkuminen ja ulkoilu otetaan kiinteäksi osaksi hoitotyötä.

Hyvinvointialue ja kunnat määrittelevät yhteiset tavoitteet liikkeen lisäämiseksi ja liikkumattomuuden torjumiseksi sekä tapaavat säännöllisesti yhdyspintatyön kehittämiseksi

Hyvinvointialueiden ja sen kuntien liikunnan ja liikkeen lisäämisestä vastaavat toimihenkilöt tapaavat säännöllisesti ja tekevät yhteistyötä yhteisillä tavoitteilla liikkeen ja liikunnan edistämiseksi ja liikkumattomuuden torjumiseksi. Täten varmistetaan, ettei tekemiseen tule katvealueita ja hyvinvointialueen ja kuntien toimet tukevat toisiaan. Toimiva liikuntaneuvonnan palveluketjun rakentaminen ja liikuntaan kannustaminen elintapaohjauksen keinoin vaativat selkää työn ja vastuunjako. Yhteistyössä tulee tunnistaa potentiaaliset soveltavan liikunnan asiakkaat ja luoda heille palveluketju kuntoutuksesta liikuntaan.

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen sekä liikkeen ja liikunnan lisääminen osana hyte-työtä

Liikunta ja terveelliset elintavat ovat keskeisiä hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja terveyden edistämässä. Näillä toimenpiteillä vahvistetaan liikunta- ja elintapaneuvonnan palveluketjuja, hyödynnetään liikuntaa sairauksien ehkäisyssä, hoidossa ja kuntoutuksessa sekä tarjotaan tukea eniten apua tarvitseville. Erityisen tärkeää on tunnistaa riskiryhmiin kuuluvat ja liian vähän liikkuvat henkilöt, joiden hyvinvointia parannetaan kohdennetuilla interventioilla.

[Rajattomasti Liikuntatietoa -alusta](#) tukee tätä tavoitetta hyödyntämällä informaatiokehittämistä ja tiedolla johtamista. Alustan avulla kerätään ja jaetaan ajankohtaista tietoa liikunnan nykytilasta, mikä mahdollistaa tietoon perustuvan päätöksenteon kunnissa ja muissa toimijoissa. Lisäksi alusta tukee vaikuttavuuden arviointia ja uusien toimintamallien kehittämistä eri väestöryhmien liikkumisen edistämiseksi.

Yhdessä nämä lähestymistavat mahdollistavat liikunnan saavutettavuuden ja hyvinvointihyötyjen tarjoamisen kaikille, erityisesti niille, jotka eivät ole mukana perinteisessä seuratoiminnassa.

TAVOITTEET:

- ▶ **Liikunta on mukana maakunnallisessa ja kuntakohtaisissa hyvinvointisuunnitelmissa**
- ▶ **Varmistetaan liikunta - ja elintapaneuvonnan palveluketjun toimivuus eri ikä - ja kohderyhmien osalta yhteistyössä kuntien, hyvinvointialueen ja järjestöjen kanssa.**
- ▶ **Käytetään puheeksiottoa ja liikuntaa hyte-työssä osana sairauksien ehkäisyä, hoitoa ja kuntoutusta**
- ▶ **Tunnistetaan liikunta - ja toimintakyvyltään heikentyneet, riskiryhmiin kuuluvat ja erityistä tukea tarvitsevat ja terveytensä kannalta liian vähän liikkuvat asiakkaat ja toteutetaan tarvittavat interventiot**
- ▶ **Hyödynnetään vaikuttavia preventiivisiä toimintamalleja tehokkaasti sekä kehitetään ja innovoidaan uusia toimintamalleja**

JÄRJESTÖYHTEISTYÖN HYÖDYNTÄMINEN JA JÄRJESTÖJEN TUKEMINEN

TAVOITTEET:

- ▶ Liikuntajärjestöt ja seurat nähdään tärkeänä resurssina ja yhteistyökumppanina hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä



JÄRJESTÖYHTEISTYÖN HYÖDYNTÄMINEN JA JÄRJESTÖJEN TUKEMINEN - TOIMENPITEET

Järjestöavustuksilla tuetaan liikuntajärjestöjä, seuroja ja muita liikuntatoimijoita hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi

Liikkeen ja liikunnan lisääminen sekä liikkumattomuuden torjunta nähdään keskeisenä osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä. Tätä tavoitetta toteuttavia liikuntajärjestöjä, seuroja ja muita liikuntatoimijoita tuetaan järjestöavustuksin.

Liikuntajärjestöt ovat hyvinvointialueiden kumppaneita

Liikkeen ja liikunnan lisääminen sekä liikkumattomuuden torjunta ovat keskeinen osa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä ja tämän varmistamiseksi liikuntajärjestöjen tulee olla mukana hyvinvointialueen järjestöneuvottelukunnissa, suunnittelemassa ja tuottamassa palveluja sekä toteuttamassa yhteistyössä kehittämishankkeita.

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry, PHLU

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry (PHLU) on yksi 15 Suomessa toimivasta liikunnan aluejärjestöstä.

Toimimme alueellamme liikunnan ja urheilun kokoavana voimana, yhteistyön rakentajana, palveluiden tuottajana sekä liikunnan ja urheilun etujen ajajana ja asiantuntijana yli kunta-, laji- ja toimialarajojen paikallisella, alueellisella ja valtakunnallisella tasolla.

Jäseniä toiminnassamme on mukana 240. Jäsenistö koostuu alueemme urheiluseuroista, kunnista sekä muista järjestöistä ja sidosryhmistä.

Toiminta-alueemme kunnat ovat Asikkala, Hartola, Heinola, Hollola, Iitti, Joutsa, Kuhmoinen, Kärkölä, Lahti, Lapinjärvi, Loviisa, Myrskylä, Orimattila, Padasjoki ja Sysmä. Asukkaita toiminta-alueella on yhteensä noin 235 400.



Perustoimintamme painottuu kahteen sisältöalueeseen, jotka ovat **elinvoimainen seuratoiminta** ja **liikkeen lisääminen** eri ikä- ja kohderyhmissä.

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



Tehdään Päijät-Hämeestä yhdessä Suomen liikkuvin maakunta 2030 - ole yhteydessä!

**Hyvää oloa
liikunnalla!**

**Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry, www.phlu.fi
Urheilukeskus, Salpausselänkatu 8, 15110 LAHTI**

15 liikunnan aluejärjestöä toimivat koko Suomessa yli laji- ja kuntarajojen. Aluejärjestöjen perustehtävänä on päivittäisen liikkeen lisääminen, elinvoimaisen seuratoiminnan ja kuntien liikuntatoiminnan tukeminen. Vaikuttamistyöllä aluejärjestöt yhdessä Suomen Liikunnan Alueet ry:n kanssa edistävät liikunnan edellytyksiä. Ole rohkeasti yhteydessä lähimpään liikunnan aluejärjestöön tai Suomen Liikunnan Alueet ry:een vaaliteemoista!

suomenliikunnanalueet.fi/kunta-ja-aluevaalit-2025/

Suomen Liikunnan Alueet ry, suomenliikunnanalueet.fi

Liikunnan aluejärjestöt

- 1 Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu ry, eklu.fi
- 2 Etelä-Savon Liikunta ry, esliikunta.fi
- 3 Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, eslu.fi
- 4 Hämeen Liikunta ja Urheilu ry, hlu.fi
- 5 Kainuun Liikunta ry, kainuunliikunta.fi
- 6 Keski-Pohjanmaan Liikunta ry, kepli.fi
- 7 Keski-Suomen Liikunta ry, kesli.fi
- 8 Kymenlaakson Liikunta ry, kymli.fi
- 9 Lapin Liikunta ry, lapinliikunta.com
- 10 Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, liiku.fi
- 11 Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry, plu.fi
- 12 Pohjois-Karjalan Liikunta ry, pokali.fi
- 13 Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry, popli.fi
- 14 Pohjois-Savon Liikunta ry, pohjois-savonliikunta.fi
- 15 Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry, phlu.fi



Liity liikuntayhteisön [#liikuntaehdokas](#)-kampanjaan

Suomen Liikunnan Alueet ry ja liikunnan aluejärjestöt kannustavat kunta- ja aluevaaliehdokkaita liittymään liikunta- ja urheiluyhteisön yhteiseen [#liikuntaehdokas](#) -kampanjaan.

Allekirjoita liikuntaehdokkaan teesit ja sitoudu liikunnan edistämistyöhön!