

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu - uutiskirje

[Lue viesti selaimessa](#)

Korona-avustukset liikunta- ja urheiluseurojen toiminnan turvaamiseksi

Opetus- ja kulttuuriministeriö on avannut liikunta- ja urheiluseurojen haettavaksi avustuksen, jolla turvataan lasten ja nuorten harraste-, kilpa- ja huippu-urheilutoimintaa koronaepidemian aikana.

Avustuksella voi kattaa tappioita ja kustannuksia, joita on syntynyt esimerkiksi toiminnan väliaikaisesta keskeytymisestä tai uudelleenjärjestelyistä sekä vuokra- ja palkkakustannuksista.

Avustusta voi hakea 1.2.–31.5.2021 aiheutuneisiin kustannuksiin.

Hakuaika päättyy 15.6.2021 klo 16.15. Päätökset avustuksista tehdään kesäkuussa.

Seuroille järjestetään hakuun liittyvät infotilaisuudet ti 8.6. klo 10-10.30 ja ke 9.6. klo 16.30-17 Teamsissa. Linkit PHLU:n sivuilla. Lisätietoja kustaa.ylitalo@phlu.fi.

Hakuohjeet ministeriön sivuilta [täältä](#).



Vuoden 2020 Urheilutekopalkinnot jaetaan

Päijät-Hämeen alueen urheilu- ja liikuntaväen perinteinen palkitsemis- ja kiittämistilaisuus Päijät-Hämeen Urheilugaala jouduttiin koronatilanteen vuoksi perumaan alkuvuodesta. Palkitsemisperinnettä jatketaan koronatilanteesta huolimatta ja **vuoden 2020 urheilutekopalkinnot jaetaan pienimuotoisessa palkitsemistilaisuudessa to 3.6.2021 klo 18-19**. Tilaisuutta voi seurata verkossa Teamsin kautta. Lisätiedot ja linkin löydät [täältä](#).

Muistattehan seuranne ansioituneita toimijoita palkitessanne PHLU:n ansiomerkit. Linkistä pääset tutustumaan ansiomerkkeihin ja ansiomerkkisääntöihin <https://www.phlu.fi/phlu/ansiomerkit/>

Vielä kevätkaudella tarjolla

- 3.6. klo 8.30-9.30 **Toiminnanjohtajien aamiaistapaaminen**, Teams
- 3.6. klo 14.30 **Työpajasarja sukupuolittietoisesta ohjauksesta urheilu- ja liikuntaseurojen toimijoille**, Teams
- 3.6. klo 18.00-19.00 **Vuoden 2020 urheilutekopalkintojen jakotilaisuus**, Teams
- 8.6. klo 10.00-10.30 **Koronahakua koskeva info**, Teams
- 9.6. klo 16.30-17.00 **Koronahakua koskeva info**, Teams
- 11.6. klo 15.00-19.00 **Päijät-Hämeen Seuraseminaari**, webinaari

Ilmoittumislinkit löytyvät [tapahtumakalenterista](#).



Ilmoittaudu nyt mukaan Päijät-Hämeen

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)

Päijät-Hämeen seuraseminaari järjestetään rajoituksista johtuen nyt webinaarina pe 11.6.2021 klo 15-19. Seminaarin teemana on seuran ja urheilijan talous ja varainhankinta.

Seminaari sisältää kaikille yhteisiä asiantuntijaluentoja sekä omat työpajat urheilijoille, valmentajille sekä seurajohtolle/taloushallinnolle.

Seminaarissa alustajina ja asiantuntijoina ovat Suomen kautta aikojen menestynein yksilötaitoluistelija Laura Lepistö, verohallinnon johtava asiantuntija Riikka Mäkinen, koripallovalmentaja ja yrittäjä Petri Selkee, Suomen Ammattivalmentajat ry:n toiminnanjohtaja Raino Nieminen ja yritys- ja järjestöelämän sekä varainhankinnan asiantuntija Ali Kangas-Hynnillä.

Seminaari on maksuton.

Katso lisätiedot ja ilmoittaudu mukaan [täältä!](#)



Lasten kesäleirit

Koronarajoitukset haastavat edelleen seuroja ja vaikuttavat myös alkavan kesän leiritoimintaan. Monet lajit ja seurat järjestävät silti leirejä eri puolilla Päijät-Hämettä kesän aikana.

Lahdessa viisi urheiluseuraa järjestää yhteistyössä PHLU:n kanssa [Lahden Liikuntaleirin](#) vuonna 2007-2012 syntyneille tytöille ja pojille kesäkuun toisella viikolla Lahden Urheilukeskuksessa.

Myös alueen urheiluopistot järjestävät lasten kesäleiritoimintaa. Seuraa aktiivisesti oman lajisi ja seurasi sekä urheiluopistojen nettisivuja ja löydä sieltä omalle lapsellesi sopiva leiri.

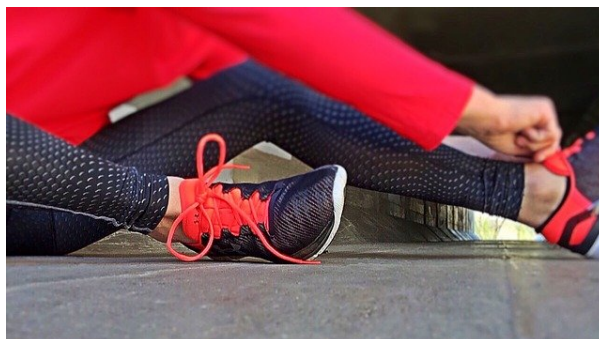


hyvinvoinnin tiekartta 2030

Päijät-Hämeen liikunnan, elämysten ja hyvinvoinnin tiekartta 2030 on julkaistu. Tiekartan visio on seuraava: Päijät-Häme on vetovoimainen ja kansainvälisesti kiinnostava liikunnan, elämysten sekä hyvinvoinnin osaamiskeskittymä ja innovaatiotoimija. Tiekartassa on esitelty yhteisesti päätetyt neljä teemaa ja niiden toimenpiteet, joiden avulla Päijät-Hämeen liikunta-, elämys- ja hyvinvointitoimintaa kehitetään vuoteen 2030 asti.

Tiekartta on toteutettu yhteistyössä Päijät-Hämeen liiton, LAB-ammattikorkeakoulun ja PHLU:n kanssa. Tiekartan rakentamisessa keskeinen rooli on ollut käyttäjillä, julkisen ja 3. sektorin toimijoilla, elinkeinoelämän edustajilla sekä koulutus ja kehittämisorganisaatioilla.

Lisätietoja [täältä](#).



Syyskauden koulutuksia ja verkostotapaamisia

- 17.8. klo 16.30-18 **Jonot mataliksi itsetunto, urheiluseurojen ohjaajille ja valmentajille**, ulkona, Lahti
- 19.8. klo 8-11 **Avaimet luontoon, aamu- ja iltapäivätoiminnan ohjaajille**, ulkona, Lahti
- 24.8. klo 16.30-18 **Jonot mataliksi itsetunto, alakoulun opettajille**, ulkona, Lahti
- 26.8. klo 14-16 **Elotanssit metsässä, varhaiskasvattajille**, ulkona, Lahti
- 31.8. klo 17-20 **Avaimet luontoon, perhepäivähoitajille**, ulkona, Lahti
- 4.9. klo 10.00-14.30 **Lasten liike -ohjaajakoulutus aloittelijoille ja nuorille ohjaajille**, Lahti
- 15.9. klo 12-15 **Liikkuva opiskelu verkostotapaaminen**, Helsinki
- 15.9. klo 18.00-20.00 **Ihmisten johtaminen ja vapaaehtoisten rekrytointi -koulutus**

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)

- 28.9. klo 9-13 **Lasten hyvinvoinnin koordinaattorit**, Helsinki
- 30.9. klo 17-20 **Lasten liike -ohjaajakoulutus kokeneille ohjaajille**
- 30.9. klo 18-20 **Seura työnantajana -koulutus**
- 2.11. klo 18-20 **Lahden seurafoorumi**, Lahti
- 7.10. klo 8.30-9.30 **Toiminnanjohtajien ja päätoimisten seuratyöntekijöiden aamiaistapaaminen**
- 7.10. klo 11-16 **Virtaa työyhteisöön! -seminaari**, Liikuntakeskus Pajulahti
- 14.10. klo 14-16 **Liikkuva varhaiskasvatus pohjoisen verkosto**, Hartola
- 18.10. klo 18-19.30 **Liikkuva varhaiskasvatus perhepäivähoitajien verkosto**, Lahti
- 21.10. klo 14-16 **Liikkuva varhaiskasvatus verkosto**, Lahti
- 11.11. klo 18-20 **Seura työnantajana -koulutus**
- 9.12. klo 8.30-10 **Toiminnanjohtajien joulupuuro**, Lahti
- 17.12. klo 9-12 **Kuntein liikuntatoimesta vastaavien viranhaltijoiden tapaaminen**

Syksyn lasten liikunnan koulutukset kampanjahintaan 20 €/hlö.

Lisäksi syksyllä on tulossa useita muitakin koulutuksia ja verkostotilaisuuksia mm. Seura-Tahko -kehittämishjelma seuroille, EA- ja Järkkäri-koulutuksia, yhdistyslakiin ja verotukseen liittyviä koulutuksia, valmentajatapaamisia sekä erilaisia muita info- ja verkostoitumistilaisuuksia.

Seurat ja muut toimijat voivat myös ehdottaa koulutusaiheita ja tilata itselleen oman räätälöidyn koulutuksen.

Ilmoittumislinkit löytyvät [tapahtumakalenterista](#).

Räätälöimme koulutuksia myös tilauksesta.

Lisätietoja: lasten liikunta krista.pollanen@phlu.fi, seuratoiminta kustaa.ylitalo@phlu.fi ja aikuisliikunta keijo.kylanpaa@phlu.fi.

Kunta-Seurafoorumeilla yhteistyö vahvistuu

Urheiluseurojen toimintaedellytysten turvaamisessa ja kuntalaisten ohjatun liikuntaharrastustoiminnan laadun varmistamisessa kuntien ja urheiluseurojen välinen yhteistyö ja vuorovaikutus on avainasemassa. Siksi alueemme kunnat järjestävät yhteistyössä PHLU:n kanssa kunta-seurafoorumeita. Tulevan syksyn seurafoorumeihin tullaan kutsumaan mukaan myös syksyllä kautensa aloittavia valtuutettuja ja lautakuntien jäseniä.

Lahdessa syksyn Kunta-Seurafoorumi järjestetään ti 2.11. klo 18-20. Muiden

Varhaiskasvatuksen Jekku-jänö seikkailee videolla

Jekku-jänö -lorukorttien kaveriksi on tehty myös video innostamaan lapsia liikkeelle! Videossa näytetään, miten turkulaisessa päiväkotinä Vilskeessä korttien avulla lähdetään metsään Jekun häntää etsimään. Klikkaa [tästä](#), lähde riemuretkelle - ensin videolla ja sitten ulos! Lorukortit voi tulostaa [täältä](#).

Arki liikuttaa -taukojumppasarjasta vinkkejä

Syksyllä käynnistyy Arki liikuttaa -taukojumppasarja Liikkuvan opiskelun tukemiseksi. Puolen tunnin maksuttomista teams vinkeistä saat ideoita oppituntien tauottamiseen. Teemat ja päivät syksyille ovat:

- 16.8. klo 15-15.30 **Lihaskuntoa luokkaan ja taukoihin**
- 6.9. klo 15-15.30 **Aivojumppaa tunneille**
- 4.10. klo 15-15.30 **Liikkuvuus on hauskaa**
- 1.11. klo 15-15.30 **Ryhti paremmaksi**
- 1.12. klo 15-15.30 **Parin kanssa liikettä päivään**

Kouluttajana toimii Kirsi Yrjölä.



Työkuntoisena ja -kykyisenä työelämään -hanke

Kevätkauden viimeiset Työkykyä Työelämään -kurssit toteutetaan Hartolassa, Sysmässä ja Heinolassa.

28.5. toteutettuun Työkuntotodistuksen käyttöönottokoulutukseen osallistui lähes 40 henkilöä. Koulutus on suunnattu pitkäaikaistyöttömien kanssa työskenteleville eri alojen ammattilaisille, ja seuraava järjestetään loppusyksyllä 2021. Ohjevideo ja materiaalit omatoimista käyttöönottoa varten löytyvät [täältä](#).



Liikkuva Päijät-Häme -kiertue

Syksyllä on tulossa huimat 13 testipäivää kunnissa! Kiertueaikatauluun voi tutustua [täällä](#), ensimmäiset tapahtumat ovat jo elokuun lopulla. Huomioimme koronan vaikutukset tilanteen edellyttämin tarkoin varotoimenpitein, joten tapahtumiin on turvallista osallistua.

Lisätietoja reda.oulmane@phlu.fi.



Buusti360 - Hyvinvointi- ja testauspalvelut

Oletko kiinnostunut kehosi kunnosta, halukas kehittämään työyhteisösi hyvinvointia tai testauttamaan joukkueesi suorituskykyä? Ota yhteyttä sopivan palvelun valikoimiseksi! Lue lisää hyvinvointi- ja testauspalveluista täältä [hyvinvointi- ja testauspalveluista täältä](#).

Lisätiedot, varaukset ja tarjouspyynnöt reda.oulmane@phlu.fi.



Virtaa Työyhteisöön! -seminaari

Työhyvinvointia Päijät-Hämeeseen! Tule kuulemaan työssä jaksamisen ja palautumisen uusimmista tuulista.

To 7.10. klo 11-16 pidettävä seminaari on suunnattu työyhteisöjen päättäjille, henkilöstövastaaville, työhyvinvoinnin edistäjille sekä hyvinvointi- ja virkistystiimeille. Puhujina ovat mm. Lahti BasketBall:n valmentaja Pieti Poikola sekä SAT-voittajayritys Kiillon Tiina Niemi. Tutustu seminaariin tarkemmin ja ilmoittaudu mukaan **täällä!** Lisätietoja reda.oulmane@phlu.fi.



Elinvoimaiset seurat luovat
elinvoimaisia kuntia
#liikuntaehdokas

Kuntavaalit 2021 - tuetaan seuratoimintaa myös tulevaisuudessa

Liikunnalla on valtava merkitys kuntalaisten hyvinvoinnille. Vaaleissa valittavat päättäjät pääsevät vaikuttamaan kuntansa liikunnan ja urheilun edistämiseen.

ovat monella tavoin riippuvaisia kunnan tuesta. Kiristynvä kuntatalous on ajanut joitakin kuntia leikkaamaan avustuksia ja korottamaan liikuntatilojen käyttömaksuja. Tämä on lyhytnäköinen kehityssuunta, sillä se rapauttaa seurojen elinvoimaa ja heikentää kuntalaisten liikuntamahdollisuuksia. Kuntien tuki liikunnalle ja seuratoiminalla on jatkossakin ensiarvoisen tärkeää.

Toimenpide-ehdotuksia kunnille:

- Laaditaan kuntaan liikuntastrategia ja olosuhdesuunnitelma yhteistyössä seurojen kanssa.
- Säilytetään liikuntaa järjestävien yhdistysten ja seurojen avustukset vähintään nykytasolla.
- Tarjotaan seuroille ja yhdistyksille maksuttomia tai ainakin edullisia liikuntatiloja alle 18 -vuotiaille.
- Kehitetään seurojen kuulemista ja osallistamista. Seuraparlamentit tai seura- ja yhdistysfoorumit on koettu vaikuttavaksi tavaksi viedä asioita eteenpäin yhteistyössä.
- Kunnan ja toimijakentän yhteistyön vahvistamiseksi nimetään kuntaan toimintaa koordinoiva taho (esim. harrastus- tai hyvinvointikoordinaattori).
- Viestitään yhdistysten ja seurojen liikuntapalveluista kunnan kanavissa.

Vaikutetaan yhdessä meille tärkeisiin liikunta asioihin!

#kuntavaalit #liikuntaehdokas

Yhteystietojen päivitys

Muistattehan päivittää seurojen yhteyshenkilöt, jos niihin tulee muutoksia.

Tietojen päivitys [täältä](#).

Tilaa uutiskirje

PHLU tiedottaa liikuntaan ja urheiluun liittyvistä ajankohtaisista asioista 11 kertaa vuodessa tämän uutiskirjeen kautta. Informoikaa oman seuranne ja organisaationne jäseniä tästä uutiskirjeestä, niin hekin pysyvät ajan tasalla liikunta-asioissa. Kirjeen voi tilata PHLU:n [verkkosivujen](#) etusivulta.



[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)

Liikunta
Liikun-
halla!



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 henkilöstön yhteystiedot löytyvät [täältä](#). Olethan yhteydessä!

[Facebook](#) • [Instagram](#) • [YouTube](#)



Voit [päivittää tietosi tästä](#) tai [poistua postituslistalta](#).

This email was sent to oskari.leppanen@phlu.fi

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

[Subscribe](#)

[Past Issues](#)

[Translate ▼](#)

