

Hyvää oloa
liikunnalla!

Toimintasuunnitelma 2025

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry



Sisällys

1. Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry	3
1.1. Toimintaympäristö	4
2. Toiminta vuonna 2025	6
3. Elinvoimainen seuratoiminta	7
3.1. Elinvoimainen seuratoiminta - tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit	8
3.2. Elinvoimaista seuratoimintaa tukevat hankkeet	9
4. Lisää liikettä -kokonaisuus	10
4.1. Lisää Liikettä -kokonaisuus - tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit	11
4.2. Lisää liikettä -kokonaisuutta tukevat hankkeet	12
5. Vaikuttaminen	14
6. Viestintä ja markkinointi	15
7. Hallinto	16
8. Talous	17
9. Liikkuva Päijät-Häme -ohjelma 2030	18
10. Vastuullisuus	19

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 STRATEGIAN JA 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 ohjaa 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 liikuntaa -työkalulla 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 kehittämisyksiköitä.

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).
- Päijät-Hämeen kunnissa toimivissa seuroissa on noin 50 000 jäsentä (Seuratietokanta).
- Seuroista tähtiseuroja on 23.
- 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)

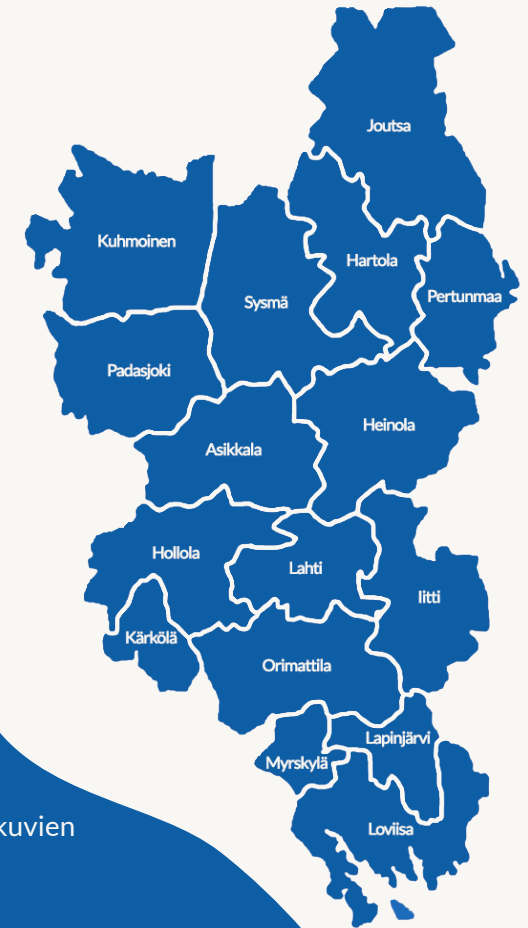
- 27% 8.-9.-luokkalaiset
- 25% lukion 1.-2. vk
- 40% ammatillisen 1.-2. vk

Terveysliikuntasuosituksen mukaan liian vähän liikkuvien osuus (TerveSuomi 2023)

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

MOVE! MITTAUKSET

Perusopetuksen 5. ja 8. Vuosiluokkien oppilaiden fyysisen toimintakyvyn Move! Mittauksissa (2022) on todettu heikko fyysinen toimintakyky yli 40%:lla päijäthämäläisissä lapsissa ja nuorissa.



Ikoni: www.svgrepo.com

Toiminnan lukuja vuodelta 2023



110

Koulutusta



1 488

Osallistujaa



240

Työllistettyä



44

Yhdistystä



250

Liikuntaneuvonnan
asiakasta



797

Asiakaskäyntiä



64

Tapahtumaa



6 284

Osallistujaa



250

Nuorta työllistettiin seuroihin
kesätoiminnan avustuksella



2 736

Kuntotestausta

Ikoniit: www.svgrepo.com

2. Toiminta vuonna 2025



Elinvoimainen seuratoiminta



Lisää liikettä -kokonaisuus



Vaikuttaminen



Viestintä ja markkinointi



Hallinto ja talous



Vastuullisuus

Ikonit: www.svgrepo.com

3. Elinvoimainen seuratoiminta

Seura- ja yhdistystoiminnan nykytila on monien haasteiden ja mahdollisuuksien leikkauspisteessä. Digitalisaatio muuttaa nopeasti seurojen toimintaympäristöä ja vaatii uusia taitoja niin johtamisessa, taloushallinnossa, markkinoinnissa kuin kentälläkin. Samalla se tarjoaa uusia mahdollisuuksia osallistumiseen ja liikunnan harrastamiseen.

Vastuullisuuden kysymyksissä ja haasteissa vaaditaan entistä enemmän panostusta johtamisen laatuun ennaltaehkäisevän työn korostuessa. Yhteiskunnalliset muutokset, kuten ikääntyvä väestö ja kaupungistuminen, asettavat lisää paineita toimintamalleille ja julkisten avustusten väheneminen edellyttää uudenlaisia ratkaisuja talouden ja toiminnan turvaamiseksi.

Vapaaehtoistyön merkitys on edelleen keskeinen, joskin murroksessa pitkäjänteisistä sitoumuksista lyhyempikestoisiin projektiluontoisiin tehtäviin. Se korostaakin seuratoiminnan jatkuvan kehittämisen tarvetta.

PHLU keskittyy vuonna 2025 vahvistamaan seuratoiminnan peruspilareita, ihmisiä ja yhteisöjä, tukemaan yhteistyötä sekä edistämään uudenlaisien liikuntaharrastamisen mahdollisuuksia. Yhteistyössä liikunta- ja urheiluseurojen kanssa pyrimme vastaamaan kentän tarpeeseen kehittämällä seuratoimijoiden osaamista ja luomalla uusia mahdollisuuksia harrastamiselle kaikenikäisille.

Erityisesti keskitytään tukemaan seurojen laadun kehittämistä vastuullisuuden teemoissa, ihmisten osaamista hallinnon kokonaisuuksissa, kuntayhteistyötä ja seurojen näkyvyyden vahvistamista, jotta ne voivat sopeutua muutoksiin ja säilyttää elinvoimansa myös tulevaisuudessa.



3.1. Elinvoimainen seuratoiminta - tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit

TAVOITTEET	TOIMENPITEET	MITTARIT
Seuratoiminnan laadun kehittäminen	<ul style="list-style-type: none"> Toteutetaan laadukkaita jäsenpalveluita Toteutetaan seurakehitysprosesseja ja -sparrauksia seurojen tarpeeseen Toteutetaan seuravierailut 40 seurassa Kehitetään ja korostetaan vastuullista seuratoimintaa Tuetaan ja autetaan seuroja hankeavustuksissa Tuetaan ja autetaan seuroja kuntayhteistyön tekemisessä Lisätään seuratoiminnan arvostusta ja näkyvyyttä 	<ul style="list-style-type: none"> PHLU:n liittyneiden uusien jäsenseurojen määrä PHLU:n jäsenseurojen jäsenmäärä Jäsenpalautteiden määrä Seurasparrausten määrä ja maakuntaan saadut tukieurot
Luodaan osaamisen kehittymisen polku tukemaan seuratoimijoiden kehittymistä seurahallinnon, ohjaamisen ja valmentamisen sekä muun toiminnan osalta.	<ul style="list-style-type: none"> Luodaan osaamisen kehittymisen polku tukemaan seuratoimijoiden kehittymistä seurahallinnon, ohjaamisen ja valmentamisen sekä muun toiminnan osalta Järjestetään seurahallinnon ja ohjaamisen koulutuksia avoimina ja tilauksesta Tarjotaan lisämahdollisuuksia ohjaajille ja valmentajille osaamisen lisäämiseksi PHURA-yhteistyön avulla 	<ul style="list-style-type: none"> Osaamisen polku valmis (kyllä/ei) Toteutuneiden koulutusten ja verkostotapaamisten määrä Osallistujapalautteiden laatu
Liikuntaharrastamisen mahdollisuuksien kehittäminen alueellisesti	<ul style="list-style-type: none"> Koordinoidaan Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman harrastamisen projektiryhmää ja jalkautetaan toimenpiteitä käytäntöön Levitetään tietoa harrastamisen mahdollisuuksista alueella ja tuodaan tiedoksi valtakunnallisesti toimivia malleja alueelle Tuetaan seuroja kehittämään matalan kynnyksen ja kaikille avoimen harrastamisen mahdollisuuksia Tuetaan seuroja Harrastamisen Suomen mallin järjestäjänä ja kunta- yhteistyössä Kerätään verkostoa pohtimaan uudenlaisia liikuntaharrastamisen mahdollisuuksia 	<ul style="list-style-type: none"> Seurafoorumien ja -parlamenttien määrä Harrastamisen Suomen mallissa mukana olevien seurojen määrä Uusien liikuntaharrastamisen mahdollisuuksien määrä alueella

3.2. Elinvoimaista seuratoimintaa tukevat hankkeet

AVOIMET OVET -HANKE (rahoitus)

Avoimet ovet – hanke on Suomen Paralympiakomitean koordinoima valtakunnallinen hanke, joka toteutetaan yhteistyössä 14 liikunnan aluejärjestön ja 10 lajiliiton kanssa. Hankkeen tavoitteena on saada toimintarajoitteisia henkilöitä mukaan urheiluseuroihin nykyistä enemmän.

Hanke jatkaa seuratoiminnan kehittämistä aikaisemmassa Avoimet ovet -hankkeessa syntyneen inklusiivisen seuran kehittämismallin avulla. Tukemalla kaikille avointa liikuntakulttuuria lisätään urheiluseurojen osaamista soveltavan liikunnan ja paraurheilun järjestäjinä. Hanke lisää toimintarajoitteisten henkilöiden yhdenvertaisia mahdollisuuksia osallistua seuratoimintaan liikkujina ja toimijoina. PHLU järjestää paikallisia verkostoja seuratoiminnan inklusion kehittämiseksi. Hankekausi on 1.6.2023 - 31.5.2026. Hanketta hallinnoi Suomen Paraolympiakomitea.

TYÖKYKYÄ JA OSALLISUUTTA – TYÖLLISYYSKANKE

Työkykyä ja osallisuutta -hankkeen päätavoitteena on pilotoida ja luoda toimintamalli heikoimmassa työmarkkina-asemassa olevien työ- ja toimintakyvyn kehittämiseen elintapaohjauksen ja liikuntaneuvonnan avulla. Hankkeelle haetaan rahoitusta ajalle 1.1.2025-31.12.2027.



4. Lisää liikettä -kokonaisuus

Lisää liikettä -kokonaisuuden tavoitteena on tukea toimijoita edistämään kuntalaisten aktiivista, kestävästä, osallistavaa ja liikuntasuosittelun mukaista arkea. Väestön hyvinvointia ja terveyttä edistetään liikunnan keinoin varhaiskasvatuksessa, peruskoulussa, 2. asteella, sekä työikäisten ja ikääntyneiden keskuudessa perheitä unohtamatta. Lisäksi innostetaan liikunnan ja urheilun harrastamiseen niin ohjatusti kuin omatoimisesti.

Toiminnan painopisteinä ovat alle kouluikäisten motoristen taitojen kehittäminen Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmalla, koulu- ja opiskelupäivien fyysisen aktiivisuuden tukeminen Liikkuva koulu- ja opiskelu -ohjelmilla sekä aikuisväestön työkyvyn ylläpito liikuntaneuvonnan ja Buusti360-palvelujen avulla yhteistyössä kuntien ja hyvinvointialueen kanssa. Näiden painopisteiden saavuttamista tukevat osaamisen kehittäminen, innostavat tapahtumat ja kehittämistilaisuudet, asiantunteva konsultointi sekä yhteistyön vahvistaminen. Kaikkia toimijoita tuetaan erilaisten kehittämishankkeiden ja avustusten hakemisessa sekä laadukkaiden sisältöjen rakentamisessa. Tehtävät toimenpiteet mukailevat valtakunnallisia linjauksia, Liikkuvat-kokonaisuuden tavoitteita sekä Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman painopisteitä ja linjauksia, edistäen niiden jalkauttamista käytäntöön.

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

Yhdessä kohti liikuntasuosittelun mukaista arkea, arki liikuttaa!



4.1. Lisää Liikettä –kokonaisuus - tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit

TAVOITTEET	TOIMENPITEET	MITTARIT
<p>Alle kouluikäisten liikunnan lisääminen liikuntasuosittelun mukaisesti sekä motoristen taitojen kehittäminen kasvun ja kehityksen tukemiseksi</p>	<ul style="list-style-type: none"> Tuetaan varhaiskasvatus yksiköitä Liikkuva varhaiskasvatus – ohjelmassa ja tuodaan fyysinen aktiivisuus osaksi päiväkotien arkea Lisätään alle kouluikäisten parissa toimivien osaamista tarjoamalla koulutusta, sparrausta, konsultointia ja tukea lasten liikuntaan liittyvissä asioissa Pidetään verkostoja ja työpajoja alle kouluikäisten parissa toimiville mm. varhaiskasvattajien verkosto, vauvaverkosto, lapsiperheverkosto Koordinoidaan alle kouluikäisten liikuntaneuvonnan kehittämistyötä sekä verkostoja, tuodaan liikunta/liikuntaneuvonta osaksi lasten ja perheiden arkea neuvoloissa Lisätään lasten ja perheiden liikuntaa mm. Arki liikuttaa- ja Joulumaa tapahtumat sekä kampanjat 	<ul style="list-style-type: none"> Koulutusten / kohtaamisen /sparraamisen määrä Alueen kaikki kunnat ovat mukana liikkuva varhaiskasvatus ohjelmassa Joulumaa toteutui Kampanjoiden määrä
<p>Koulu- ja opiskeluaikien liikunnan lisääminen liikuntasuosittelun mukaisesti hyvinvoinnin ja oppimiskyvyn tukemiseksi</p>	<ul style="list-style-type: none"> Kannustetaan kouluja ja oppilaitoksia mukaan Liikkuva koulu- ja Liikkuva opiskelu - ohjelmiin ja tuodaan fyysinen aktiivisuus osaksi koulu-/ opiskelupäivien arkea ja toimintakulttuuria Edistetään koulu-/opiskelupäivien aikana tapahtuvaa harrastustoimintaa yhteistyössä mm. seurojen kanssa Rakennetaan yhdessä kuntien ja hyvinvointialueen toimijoiden kanssa toimivia Movepolkuja ja tuetaan kouluterveydenhoitajia ottamaan liikunta puheeksi Lisätään nuorten parissa toimivien osaamista tarjoamalla koulutusta, sparrausta, konsultointia ja tukea nuorten liikuntaan liittyvissä asioissa Koordinoidaan koulu ja opiskeluaikien liikuntaneuvonnan kehittämistyötä sekä verkostoja, sekä jalkautetaan liikuntaneuvontaa kutsuntatilaisuuksiin 	<ul style="list-style-type: none"> Koulutusten / kohtaamisen /sparraamisen määrä Alueen kaikki kunnat ovat mukana liikkuva koulu ohjelmassa Alueen kuntien terveydenhoitajat ovat tietoisia liikuntaneuvonnasta Tavoitettujen terveydenhoitajien määrä Verkostojen määrä
<p>Aikuisväestön liikunnan lisääminen liikuntasuosittelun mukaisesti toiminta- ja työkyvyn ylläpitämiseksi</p>	<ul style="list-style-type: none"> Koordinoidaan Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelman liikuntaneuvonnan projektityötä ja maakunnallista liikuntaneuvonnan kehittämistyötä huomioiden kaikki ikä- ja kohderyhmät vahvistaen laatua osana kuntien ja hyvinvointialueiden elintapaohjausta sekä osallistuen keskeisiin muiden toimijoiden koordinoimiin verkostoihin Varmistetaan liikuntaneuvonnan jatkuvuus kunnissa yhteistyössä kuntien ja hyvinvointialueen kanssa Edistetään työpaikkojen henkilöstöliikuntaa sekä työ- ja toimintakykyä Buusti360- palvelujen avulla yhteistyössä alueellisten ja valtakunnallisten toimijoiden kanssa työyhteisöissä, kunnissa, hyvinvointialueella sekä muissa yhteisöissä Koordinoidaan alueellista henkilöstöliikunnan verkostoa sekä valtakunnallista Buusti360 -toimintaa Toteutetaan Liikkuva Päijät-Häme -kuntotestauskiertue yhteistyössä kuntien kanssa. 	<ul style="list-style-type: none"> Verkostojen määrä ja kattavuus, tilaisuuksien määrä ja osallistujamäärä Liikuntaneuvontaa antavien kuntien määrä Kehittämisprosessien, tilaisuuksien ja sparrausten määrä sekä osallistujamäärät ikä- ja kohderyhmittäin Kerätään ja arvioidaan osallistujien palautetta toiminnan ja yhteistyön laadusta Tapahtumien määrä ja osallistujamäärä

4.2. Lisää liikettä –kokonaisuutta tukevat hankkeet

KYLÄLÄHTEE LIIKKEELLE –HANKE (rahoitus)

KyläLähtee Liikkeelle - hankkeen tavoitteena on lisätä perheiden liikuntatietoisuutta ja kehittää uusia toimintatapoja, jotka ovat helposti sovellettavissa osaksi perheiden arkea.

Hankkeen kautta pyritään parantamaan kokonaisvaltaista hyvinvointia, lisäämään liikunnallista aktiivisuutta ja vahvistamaan yhteisöllisyyttä. Tavoitteena on luoda kyliin aktiivisempia, tuotteliaampia ja onnellisempia perheitä. Hanke tavoittaa perheet vauvasta vaariin.

PHLU on saanut hankkeelle rahoitusta EU:n maaseuturahastosta Päijänne-Leaderin myöntämänä. Hankekausi on 1.1.2024–31.12.2025.

IKILIIKKUJILLE LISÄÄ LIIKETTÄ –HANKE (rahoitus)

Ikiliikkujille lisää liikettä – ILLI -hanke on Liikunnan aluejärjestöjen (mukana 6 aluetta) yhteinen valtakunnallinen hanke.

Kehittämistyön tavoitteena on kehittää ja pilotoida Ikiliikkujille suunnattuja liikuntapalveluja ja toimintamalleja, ammattilaisille ja vertaisille kohdennettua koulutusta, sekä olla aktiivinen toimija alueellisissa Ikiliikkuja -verkostoissa. Hankekausi on 1.5.2023 - 30.4.2026. Hanketta hallinnoi Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry.



Lisää liikettä –kokonaisuutta tukevat hankkeet

LISÄÄ LIIKETTÄ -HANKE

Lisää liikettä -hanke on Liikunnan aluejärjestöjen yhteinen valtakunnallinen hanke. Kehittämistyön tavoitteena on edistää liikuntamyönteistä toimintakulttuuria sekä fyysisen aktiivisuuden suositusten toteutumista varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja oppilaitoksissa.

Paikallistasolla tuetaan toimijoita Liikkuvat -ohjelmakokonaisuuden kehittämistyön eri vaiheissa. Lisäksi edistetään harrastamisen mahdollisuuksia koulupäivän yhteydessä.

Hankkeelle haetaan rahoitusta kaudelle 1.3.2025 - 28.2.2026. Hanketta hallinnoi Hämeen Liikunta ja Urheilu ry.

LIIKUTTAVA SUOMI -HANKE

Liikuttava Suomi -hanke on Liikunnan aluejärjestöjen yhteinen valtakunnallinen hanke. Kehittämistyön tavoitteena on työikäiseen aikuisväestöön kohdistuvan Liikkuva aikuinen -ohjelman yhdessä sovittu alueellinen toimeenpano, sekä ikäihmisten fyysisen aktiivisuuden ja liikunnan lisääminen.

Hankkeelle haetaan rahoitusta kaudelle 1.1.2025 - 31.12.2025. Hanketta hallinnoi Varsinais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry.

MELONTAREITIT KUNTOON PÄIJÄT-HÄMEESSÄ -HANKE

Melontareitit kuntoon -hankkeessa kunnostetaan muutamia alueen jokimelontareittejä.

Hankkeelle haetaan rahoitusta vuosille 2025 - 2026.



5. Vaikuttaminen

TAVOITTEET	TOIMENPITEET	MITTARIT
Vahvistetaan liikunnan yhteiskunnallista asemaa ja arvostusta valtakunnallisella, maakunnallisella ja paikallisella tasolla	<ul style="list-style-type: none"> Vaikutetaan muiden valtakunnallisten liikuntajärjestöjen kanssa liikunnan asemaan ja resursseihin mm. budjettineuvotteluissa Tehdään yhteistyötä eri toimijoiden kanssa liikunnan aseman ja resursoinnin vahvistamiseksi alue/paikallistasolla ja vaikutetaan mm. kunta- ja aluevaaleissa nostamalla esiin liikunnan ja urheilun kärkiteemoja Vaikutetaan siihen, että P-H maakuntastrategiaan saadaan liikunta laajasti mukaan sporttikärjen rinnalle Vaikutetaan siihen, että P-H hyvinvointialueen toimenpidesuunnitelmiin saadaan kirjattua ennaltaehkäisevä liikunta/liikuntaneuvonta Vaikutetaan siihen, että Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelmaa toteutetaan alueella eri toimijoiden toimesta ja malli laajenee valtakunnalliseksi toimintamalliksi 	<ul style="list-style-type: none"> Liikuntatoimintaan ennakoitujen leikkausten kohtuullistaminen Kuntavaalit ja aluevaalit vaikuttamisen toteutuminen Liikunta laajemmin mukana tulevassa maakuntastrategiassa liikkumishojelman tavoitteiden toteutuminen Liikkuva Päijät-Häme ohjelman jalkautuminen
Toimitaan maakunnallisten ja paikallisten verkostojen vetureina ja osallistutaan liikuntatoiminnan kannalta tärkeisiin, eri sidosryhmien vetämiin verkostoihin	<ul style="list-style-type: none"> Toimitaan verkostojen vetureina mm. erilaisissa liikunnallisen elämäntavan, harrastamisen ja seuratoiminnan verkostoissa alueellisella ja paikallisella tasolla ja hyödynnetään niitä myös vaikuttamisen välineenä Osallistutaan tarpeen ja resurssien mukaan asiantuntijoina liikunta-, harrastus- ja seuratoiminnan edistämisen näkökulmasta eri sidosryhmien verkostoihin ja tilaisuuksiin mm. Harrastamisen Suomen malli, akatemia- ja hanketoiminta 	<ul style="list-style-type: none"> Tapaamisten ja verkostojen määrä osallistujien määrä Mukana olevien toimijoiden ja sidosryhmien määrä
Tuetaan kuntia liikuntatoiminnan toteuttamisessa	<ul style="list-style-type: none"> Vastataan kuntien liikuntatoimen viranhaltijoiden seudullisesta yhteistoiminnasta Kehitetään kuntakumppanuutta (yli kunta- ja maakuntarajojen) mahdollisten yhteisten toimintojen ja palveluiden kautta kuntien kanssa Sparrataan kuntia liikkumishojelmien laatimisessa, olosuhdesuunnitelmien teossa, hankehaussa, TEA -viisari selvityksissä jne. Vaikutetaan ja tavataan kuntapäätäjää ja viranhaltijoita liikuntaan ja urheilun liittyvissä asioissa kuntien omissa verkostoissa sekä edistetään poikkihallinnollista yhteistyötä kuntien sisällä Annetaan lausuntoja ja vaikutetaan mm. kuntien olosuhde -, tila - ja avustusasioissa Tarjotaan kunnille Rajattomasti liikuntaa - indikaattorityökalu käyttöön mm. liikuntavaikutusten arvioinnin ja seurannan tueksi 	<ul style="list-style-type: none"> Tapaamisten ja verkostojen määrä mukana olevien kuntien/toimijoiden määrä Liikkumishojelmat tai liikuntakirjaukset esim. hyvinvointisuunnitelmissa löytyy 80 % alueen kunnista Kuntien TEA viisari tulokset ja HYTE kertoimet Indikaattorityökalun käyttö lausuntojen ja kannanottojen määrä

6. Viestintä ja markkinointi

TAVOITTEET	TOIMENPITEET	MITTARIT
<p>Viestitetään ja tiedotetaan PHLU toiminnasta ja palveluista sekä muista liikuntaan ja urheiluun liittyvistä ajankohtaisista asioista erityisesti toiminnan kannalta tärkeiden sidosryhmien suuntaan</p>	<ul style="list-style-type: none"> Tiedotetaan jäsenille ja muille sidosryhmille PHLU:n toiminnasta ja palveluista eri viestintäkanavissa ja foorumeissa yleisesti ja toimialakohtaisesti kohderyhmät huomioiden Toteutetaan yhteisesti sovitut Liikkuvat -ohjelmien, Liikunnan aluejärjestön ja Suomen liikunnan alueiden yhteiset viestintätoimenpiteet Tiedotetaan ja viestitään muiden sidosryhmien viestejä sen mukaan kuin ne tukevat liikunnan ja urheilun sekä PHLU:n tavoitteita Lisätään liikunnan tietoisuutta ja arvostusta viestinnän avulla Käytetään viestinnän apuna tarvittaessa ulkopuolista asiantuntijaa Päivitetään osaamista erilaisten työkalujen ja palveluiden tehokkaaseen käyttöön Vahvistetaan PHLU:n yhteiskunnallista vaikuttamistyötä myös viestinnän keinoin Toimitaan ja viestitään vastuullisuusohjelman mukaisesti ja varaudutaan myös kriisiviestintään 	<ul style="list-style-type: none"> Viestintätoimien toteutuminen Uutiskirjeen tilaajamäärä, tiedotteiden määrä, somekanavien seuraajien määrä Palveluiden kysynnän määrä Palautekyselyt Osallistujamäärät tilaisuuksiin
<p>Markkinoidaan ja mainostetaan PHLU palveluita ja lisätään palveluiden kysyntää ja myyntiä</p>	<ul style="list-style-type: none"> Paketoidaan palvelut ja toiminnot selkeämmin myytäviin kokonaisuuksien kysyntä ja markkinat huomioiden Mainostetaan ja markkinoidaan palveluita suoraan eri kohde- ja sidosryhmille Tuotetaan palvelut laadukkaasti ja asiantuntevasti sopimusten mukaisesti 	<ul style="list-style-type: none"> Palveluiden tuotteistaminen ja myynti, seurantiedot Palautteet toteutuneesta palvelusta, asiakaskyselyt

7. Hallinto

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

Operatiivisesta toiminnasta vastaa toimihenkilöstö. Toistaiseksi voimassa olevassa työsuhteessa PHLU:ssa työskentelee kuusi henkilöä ja muut henkilöt työskentelevät erilaisissa hankkeissa tai asiantuntijatehtävissä. Henkilöstön määrä vaihtelee vuosittaisten hankkeiden määrän mukaan. Toimihenkilöiden lisäksi PHLU:ssa työskentelee erilaisissa koulutus- ja testaustehtävissä oto-työntekijöitä. Vahvan oppilaitosyhteistyön kautta harjoittelussa on vuosittain useita opiskelijoita eri oppilaitoksista. PHLU:n toimisto sijaitsee Lahden urheilukeskuksessa.

OSAAMISEN KEHITTÄMINEN

Henkilöstön ydinosaamista ovat seuratoiminta, lasten ja nuorten liikunta, aikuisten terveys- ja harrasteliikunta, henkilöstöliikunta, liikuntaneuvonta, taloushallinto, olosuhdetyö, työllistäminen, hankeosaaminen ja liikuntapolitiikka.

Henkilöstön osaamisen kehittämiseksi järjestetään yhteisiä koulutustilaisuuksia ja osallistutaan muiden tahojen järjestämiin koulutuksiin ja verkostotapaamisiin. PHLU:n oto-kouluttajien verkostoa pidetään ajan tasalla resursoimalla heidän mahdollisuuteen osallistua PHLU:n omiin koulutuksiin, valtakunnallisiin kouluttajakoulutuksiin ja kouluttajahuoltoon.

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



8. Talous

PHLU:n toiminta on taloudellisesti tällä hetkellä vakaalla pohjalla pitkäjänteisen kehittämistyön johdosta.

Toimintaa ja palveluita kehitetään ja toteutetaan suunnitelmallisesti vuosittaisten yhdessä laadittujen talousraamien puitteissa.

PHLU:ssa talouden suunnittelua, seuranta ja raportointia kehitetään koko ajan niin, että se on ajantasaista ja ennakoivaa. Tulevien vuosien osalta myös liikunnan rahoitukseen mahdollisesti kohdistuviin leikkauksiin on pyritty varautumaan ja ne on tiedostettu. Lisätoimenpiteitä talouden ja toiminnan osalta tehdään tarvittaessa vuodelle 2026 vuoden 2025 aikana.

Vuoden 2025 talousarvio pohjautuu 210 000 euron valtion toiminta- avustukseen. Talousarvio täsmäytetään alkuvuodesta, kun avustus- ja hankepäätökset vahvistuvat.

PÄIJÄT-HÄMEEN LIIKUNTA JA URHEILU RY

VARAINHANKINTA	2025
TUOTOT	439 458,00
KULUT	
Palkat	-529 900,00
Henkilösivukulut	-125 801,01
Henkilöstökulut yhteensä	-655 701,01
Tilavuokrat	-54 521,00
Ulkoiset palvelut	-14 700,00
Matkakulut	-46 700,00
Koulutuskulut	-24 100,00
Materiaali- ja Markkinointikulut	-27 050,00
Käyttö- ja ylläpitokulut	-40 600,00
Tapahtumakulut	-16 100,00
Muut toimintakulut	-31 850,00
VARAINHANKINTA KULUT	-911 322,01
VARAINHANKINTA	-471 864,01
VARAINHANKINTA	
TUOTOT	14 600,00
KULUT	-500,00
VARAINHANKINTA	-457 764,01
RAHOITUSKULUT	-50,00
YLEISAVUSTUKSET	439 671,00
Yhteensä	-18 143,01

9. Liikkuva Päijät-Häme -ohjelma 2030

Päijät-Hämeessä on tartuttu alueen asukkaiden liian vähäisen liikkumisen, liiallisen paikallaanolon sekä eri ikäryhmien fyysisen toimintakyvyn heikkenemisen haasteeseen liikkumisohjelman muodossa.

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 liikkumisohjelma kokoaa yhteen liikkumisen edistämistyötä tekeviä ja se on aktiivisessa käytössä koko Päijät-Hämeessä.

Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelma on hyväksytty maakuntahallituksessa 13.3.2023 ja se on lähetetty hyväksyttäväksi Päijät-Hämeen kuntiin sekä hyvinvointialueelle.

PHLU vastaa omalta osaltaan ohjelman toteuttamisesta ja jalkauttamisesta vuonna 2025. PHLU:n asiantuntijat koordinoivat liikuntaneuvonnan sekä harrastamisen kehittämistyötä ja ovat mukana edustettuina ohjausryhmässä, olosuhdetyöryhmässä sekä TKI -ryhmässä.



10. Vastuullisuus

PHLU:n vastuullisuusohjelma ja ympäristösuunnitelma on arvioitu ja päivitetty vuoden 2024 aikana yhdeksi vastuullisuusohjelmaksi.

PHLU:N PÄIVITETYN VASTUULLISUUSOHJELMAN PÄÄTEEMAT:

- Hyvä hallintotapa
- Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo
- Turvallinen toimintaympäristö sekä
- Ympäristö ja ilmasto

Toimintavuoden 2025 aikana vastuullisuusohjelman tavoitteita jalkautetaan toimintaan poikkileikkaavasti niin perustoiminnan, koulutusten kuin tapahtumien osalta.

PHLU haluaa omalla toiminnallaan ja esimerkillä kannustaa liikunta- ja urheiluseuroja kehittämään toimintaansa eettisesti ja vastuullisesti. Tavoitteena on, että kaikilla on tasavertainen mahdollisuus osallistua liikuntaa ja urheilutoimintaa turvallisessa toimintaympäristössä.

Vastuullisuustyötä ohjaavat PHLU:n missio, arvot ja strategia.

PHLU:n päivitetty ja hyväksytty vastuullisuusohjelma löytyy osoitteesta www.phlu.fi



Hyvää oloa
liikunnalla!



Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry

www.phlu.fi

Urheilukeskus
Salpausselänkatu 8
15110 Lahti

