

LIKKUVAA SYKSYÄ

Katseet kääntyvät pikkuhiljaa syksyä kohti helteisen kesän jälkeen. Hyvinvoinnista huolehtiminen korostuu entisestään arjessamme, niin aikuisten kuin nuortenkin kohdalla. Liikunta-asioissa pyrimme olemaan edelleen hyvä kumppani ja apu sinne kentälle, teidän tarpeidenne mukaan. Tässä alla muutama syksyn tilaisuus tiedoksi, toivottavasti innostutte mukaan 😊

Syksyn toiminnoissamme on huomioitu vallitseva koronatilanne, ja tilaisuudet toteutetaan pääsääntöisesti etänä, ulkosalla, pienryhmissä tai työyhteisökohtaisesti, huolehtien meidän kaikkien turvallisuudesta.

Uutta buugia liikkuva koulu toimintaan

Uutta buugia pureutuu juuri teidän koulunne liikkuvaan arkeen ja toimii Liikkuvan koulun buustaajana! Hyödynnäme työkaluna nykytilan arviota. Sen avulla pääsemme kiinni, mitkä käytänteet ovat juurtuneet koulunne toimintaan ja mitkä osa-alueet kaipaavat kehittämistä ja uusia ideoita. Koko työyhteisölle suunnattu työpaja on pääosin toiminnallinen ja kouluille maksuton.

Hyödynnä myös muita koulutuksiamme. Olisiko aika kouluttaa koulunne uudet välkkärit ja saada vauhtia välituntiliikuntaan? Ja syksyllä on myös avoimia koulutuksia seuraavasti:

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

Nämä lasten liikunnan koulutukset ovat kampanjahinnalla 20 €/hlö. Ilmoittautuminen ja lisätiedot www.phlu.fi

Lasten liikunnan hyvinvoinnin koordinaattoreiden verkosto

28.9. klo 9-13 alueellinen verkostotapaaminen, Olympiastadion, Helsinki
Etelä-Suomen (ESLU) ja Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu (PHLU) järjestävät yhteistyössä alueellisen kuntatapaamisen kouluikäisten lasten kanssa toimiville kuntakoordinaattoreille (liikkuva koulu, kerho, harraste ja apip-toiminta).

Aamupäivän ohjelmassa on

- * Etelä-Suomen aluehallintoviraston terveiset, suunnittelija Jukka Moilanen
- * Liikkuvien ohjelmien terveiset, yhteyspäällikkö Kirsi Naukkarinen Liikkuva koulu -ohjelmasta
- * Case Nurmijärvi, yhteistyö harrastamisen edistämiseksi järjestötoimijoiden kanssa sekä liikkuvan koulun tila kunnassa
- * Tutustumiskierros uusittuun olympiastadioniin

Yhteinen tilaisuus päätetään lounaaseen. Ilmoittautuminen 21.9. mennessä [tästä](#).

TIEDOTE
5.8.2021

Liikkuva koulu -ohjelman webinaarit

24.8. klo 15–16 Liikkuvaa matikkaa
30.9. klo 12-15 Liikkuva ja oppiva yhteisö -virtuaalitapahtuma
10.11. klo 14.45–16.00 Liikkuva yläkoulu

Katso lisää ja ilmoittaudu mukaan [tästä](#).

Valtakunnallista Harrastusviikkoa vietetään 6.-12.9.2021

Tänä vuonna neljättä kertaa järjestettävä Harrastusviikko nivoutuu luontevasti osaksi Harrastamisen Suomen mallin mukaista toimintaa ja starttaa syksyn harrastuskauden. Mikä sen parempi tapa esitellä paikallisia harrastusmahdollisuuksia kuin tuoda ne Harrastusviikolla lasten ja nuorten kokeiltavaksi kouluille.

Uutta on harrastamisen teemapäivät: liikunta- ja olympiapäivää vietetään Suomessa ensimmäistä kertaa maanantaina 6.9.2021. Katso lisää [tästä](#).

Harrastamisen Suomen mallilla liikuntasuosituksat käytäntöön

Liikunnan aluejärjestöt järjestävät aiheesta maksuttoman webinaarin 14.9.2021 klo 13.00–15.00 Tutustu ohjelmaan [tästä](#) ja ilmoittaudu mukaan 7.9. mennessä, puhujana mm. UKK-instituutin johtaja Tommi Vasankari.

Virtaa työyhteisöön -seminaari

7.10.2021 klo 11-16 VIRTAA TYÖYHTEISÖÖN -seminaari esimiehille ja henkilöstöjohtajille Liikuntakeskus Pajulahdessa. Aiheina työssä jaksaminen ja palautuminen, katso lisää liitteestä.

Tarjoamme tukea, apua ja tsemppausta paikallisen liikkuva koulu, harrastetoiminnan ja apitoiminnan liikkeen turvaamiseksi. Osa palveluistamme on edelleen maksuttomia kuten verkostotapaamiset ja yksiköiden sparraus. Lisäksi tarjoamme koulutusta ja hyvinvoinnin palveluja niin ohjaajille, opettajille, oppilaille kuin esimiehille.

Tsemppiä syksyyn ja ollaan yhteydessä!

Viestin jakelu alueemme alakoulujen rehtorit, kuntien kerho- ja harrastekoordinaattorit

Liikunnallisin terveisin

Krista

Krista Pöllänen, lasten ja nuorten liikunnan aluekehittäjä
050 543 5934, krista.pollanen@phlu.fi