



# #ukiliikkuu

## Liikuntapalveluiden seuratiedote 4/2023

### AVUSTUKSET

Seurojen ja hyvinvointi- ja vapaa-aikalautakunnan työryhmän kanssa yhteistyössä on tehty muutoksia avustuksiin. Muutokset astuvat voimaan vuoden 2024 alusta. Uudistetut avustusohjeet julkaistaan alkuvuodesta 2024. Muutoksia ovat mm. perustusavustuksen hakuaika siirtyy syksylle ja tapahtuma-avustusten suunnitelmia ei tarvitse enää lähettää alkuvuodesta, vaan avustus haetaan toteutuneiden tapahtumien mukaan (sama koskee myös nuorten ohjaaja-avustusta).

### TILAVARAUSJÄRJESTELMÄ

Tiedoksi jo nyt, että tilavarausjärjestelmä Julius poistuu kevään 2024 jälkeen. Uusi ohjelma otetaan käyttöön alkukesästä 2024. Tiedotamme tästä lisää seuraavassa seurakirjeessä.

### PÄIHDEPELISÄÄNNÖT

Uudenkaupungin urheiluseurojen sekä muun seuratoiminnan arvoihin kuuluvat terveellisten elämäntapojen edistäminen sekä kannustaminen päihdeettömyyteen ja savuttomuuteen.

<https://uusikaupunki.fi/fi/paihdepelisaannot>

#### **Huom! Jaettavien liikunta-avustusten saamisen ehtona:**

- Seurat ovat tutustuneet päihdepelisääntöihin.
- Seurat tiedottavat vuosittain seuran toiminnassa mukana olevia.
- Seurojen nettisivuilta löytyvät päihdepelisäännöt.
- Lähettäkää seurassanne päihdepelisäännöt tiedoksi huoltajille, vaikka WhatsAppilla ja otsikolla: päihdeettömät pelikentät.

#### **Seurat hyväksyvät nämä ehdot lähettämällä sähköpostia:**

nuoriso.liikunta@uusikaupunki.fi

Nettisivuilla on lista niistä seuroista, mitkä ovat hyväksyneet säännöt.



# #ukiliikkuu

## KAUPUNGIN RAVITSEMUSSUUNNITELMA

Seuroille on lähtenyt tietoa kaupungin ravitsemussuunnitelmasta.

Tässä vielä tärkeimmät nostot:

- Huolehdittehan, että buffetissa on myös terveellinen vaihtoehto tarjolla.
- Lapset ja nuoret tarvitsevat ohjausta terveellisen ravitsemuksen suhteen.
- Seurassa olisi hyvä linjata selkeästi, että pelaajien herkuttelu tapahtuu vasta pelien jälkeen.
- Pelipäivinä syödään jaksamista ja keskittymistä tukevia ruokia.

Tästä linkistä löydät kaupungin ravitsemussuunnitelman:

<https://uusikaupunki.fi/fi/strategiat-ja-ohjelmat>

## RAJATTOMASTI LIIKUNTA - KOULUTUKSET

Yksi tärkeä osa yhteistyötä on kumppanuusverkoston

mahdollistamat Rajattomasti liikuntaa seurakoulutukset urheiluseuroissa toimiville henkilöille. LiikUn toteuttamat laadukkaat ohjaaja-, valmentaja- ja seuratoimijan koulutukset ovat yhteistyökuntien rekisteröityjen urheilu- ja liikuntaseurojen henkilöille maksuttomia.

Tästä linkistä koulutustarjontaan:

<https://www.liiku.fi/seuratoiminta/seurakoulutukset/rajattomasti-liikuntaa/>

Kiitos kuluneesta vuodesta ja liikunnallista vuotta 2024!

### ***jouluterveisin liikuntapalvelut***

Liikuntapalvelujen vastaava Taru Joutsa-Huutola  
Palvelusihteeri Outi Soininen



  
**UUDENKAUPUNGIN  
LIIKUNTAPALVELUT**