



## Seuran toimintaohjeet

Luisteljoille, huollolle ja valmentajille:

- Noudata yhteisiä sääntöjä, niin kaikki viihtyvät paremmin. Kaikilla on vastuu koko porukan viihtyvyydestä.
- Tervehdi joukkuekavereita, valmentajia ja vanhempia. Kohtele seurakavereita ja kilpakumppaneita reilusti ja ystävällisesti.
- Kannusta ja arvosta toisia! Iloitse toistenkin onnistumisista!
- Keskustele avoimesti, rakentavasti ja toisia kunnioittaen, jos jokin asia painaa mieltä.
- Älä kiusaa! Puutu toisten kiusaamiseen. Kaikki kiusaaminen (fyysinen, sanallinen, yksin jättäminen) on kielletty.
- Kuuntele ja noudata valmentajien, joukkueenjohtajan ja huoltajien ohjeita.
- Ole paikalla sovitusti ja tarvittavien varusteiden kanssa.
- Huolehdi kopin avaimesta.
- Huolehdi omista varusteista. Älä roskaa!
- Nuku, lepää, syö ja juo riittävästi, jotta jaksat harjoituksissa.
- Älä tule sairaana harjoituksiin!
- Ole hyvä esimerkki.
- Nauti luistelusta ja anna sen näkyä iloisena ilmeenä!

Vanhemmille:

- Kannusta, kuljeta, kustanna!
- Huolehdi luistelijan levosta ja ravinnosta ja siitä, että lapsi treenaa terveenä.
  - Sairastamisen jälkeen on oltava ainakin yksi oireeton vuorokausi ennen kuin palataan treeneihin.
  - Kuumeeton, pieni nuha tai kevyt yskä ei estä harjoittelua, jos olo on muuten hyvä.
- Kunnioita toisen työtä, anna työrauha!
- Luo joukkue-/seurahenkeä kotona ja seuran tilaisuuksissa!
- Keskustele avoimesti, rakentavasti ja toisia kunnioittaen, jos jokin asia painaa mieltä.
- Osallistu ja vaikuta seuratoimintaan!

Alkoholin käyttö ja tupakointi seuran toiminnassa on kielletty.

Jotta seuramme olisi kaikille osapuolille mahdollisimman mukava toimintaympäristö, kannustamme tuomaan mieltä painavat asiat ja esim. mahdollisen kiusaamisen esiin joukkueenjohdolle tai seuran hallituksen jäsenille suullisesti kertoen, hallituksen sähköpostiin [rjtaiturit@gmail.com](mailto:rjtaiturit@gmail.com) tai seuran nettisivulla olevan palautekohdan kautta.