

Laitilan Jyskeen voimistelujaoston vastuullisuussuunnitelma

1. Hyvä hallinto

Hyvä hallinto toteutuu voimistelujaostossa

- kaikkia joukkueita kohdellaan tasapuolisesti
- kokouskäytännöt ovat asialliset
- viestintä on avointa
- vastaamme jäsenten kysymyksiin avoimesti ja rehellisesti
- taloudenpito on läpinäkyvää

Voimistelun eettiset periaatteet seurassamme ovat

- kaikki jaoston jäsenet huomioivat toisensa ja käyttäytyvät hyvin toisiaan kohtaan
- minkäänlainen nimittely, pilkkaaminen, toisesta pahaa puhuminen ja muunlainen väheksyminen ei ole hyväksyttävää
- jaoston tapahtumista ja tiedoista tiedotetaan kaikkia asianosaisia
- vanhempien kanssa tehdään tiivistä yhteistyötä; vanhempia tiedotetaan jatkuvasti ja heidän mielipiteitään kuunnellaan
- voimistelijoita pidetään ajan tasalla joukkueen asioista sekä heidän mielipiteitään tiedustellaan eri tilanteissa ikätasolle sopivalla tavalla
- jaostomme ohjaajia ja valmentajia koulutetaan säännöllisesti ja heidän koulutuspolkunsa takaa vastuullisen ja turvallisen toimintaympäristön
- joukkueilla on olemassa pelisäännöt, joita jokainen voimistelija on sitoutunut noudattamaan
- joukkueiden ryhmäytymiseen panostetaan, kun kaikki tulevat tutuksi toisilleen, vähentää se kaikenlaista kiusaamista ja syrjintää ryhmissä
- seurassamme valmentajat kehuvat ja kannustavat voimistelijoita
- otamme huomioon, että jokaisella on hyviä ja myös huonoja päiviä, ja huonompina päivinä pyrimme tukemaan voimistelijaa
- valmentajat pitävät tärkeänä, että lapset saavat onnistumisen kokemuksia kaikissa joukkueen järjestämissä tapahtumissa
- jokainen tunti suunnitellaan huolellisesti laadun takaamiseksi
- kannamme vastuun ympäristöstä ja pyrimme kaikessa toiminnassamme huomioimaan kestävän kehityksen
- kannustamme kimpapakyyteihin ja yhteisiin bussimatkoihin
- kierrätämme siistejä ja käyttökuntoisia harjoitusvaatteita ja -välineitä



Työsopimukset, rikosrekisteriotteet ja työtodistukset

- seurassamme valmentajilla on lainmukaiset työsopimukset
- rikosrekisteriote tarkistetaan, kun työsopimukset allekirjoitetaan ja valmentajille annetaan ohjeet, miten ote tilataan
- jaostolla on valmiit työtodistusohjeet, joka täytetään valmentajan niin pyytäessä

Nämä ovat tiedoston lopussa näkyvillä.

Voimistelujaoston sisäiset säännöt

- jaostolla on puheenjohtaja, sihteeri ja taloudenhoitaja, tehtäviin valitaan henkilöt aina toimintakaudeksi
- voimistelujaoston kokous järjestetään noin neljä kertaa vuodessa, tarvittaessa kokouksia pidetään useammin
- kokoukseen kutsutaan joukkueenjohtajat, rahastonhoitajat ja valmentajat
- kokouksen asialista toimitetaan osallistujille kaksi viikkoa ennen kokousta, kokouksista laaditaan pöytäkirja
- voimistelujaosto on osa Laitilan Jyskettä ja kirjanpito hoidetaan tilitoimistossa.
- jokainen joukkue toimittaa kaksi kertaa vuodessa tosineistön annettujen ohjeiden mukaisesti
- joukkueilla on omat tilit ja tileillä on kaksi käyttäjää, yleensä jaoston puheenjohtaja ja taloudenhoitaja sekä joukkueen rahastonhoitaja
- jaoston kokous päättää näytöksistä, kausimaksuista, tilinkäyttöoikeuksista, valmentajien palkoista ja koulutuksista, palkittavista, haettavista avustuksista ja suurtapahtumiin osallistumisesta

- jaoston joukkueisiin nimetään joukkueenjohtaja ja rahastonhoitaja joukkueen valitsemalla tavalla
- jaoston vastuurooleista on laadittu tehtäväkuvaukset, näitä päivitetään tarvittaessa ja toiminnan muuttuessa

Joukkue-esite

Voimistelujaosto on tehnyt joukkue-esitteen toiminnastaan. Esite jaetaan voimistelijoille ja vanhemmille tiedoksi aina syyskauden alussa sekä tarvittaessa uusille voimistelijoille. Esitettä päivitetään aina tarpeen mukaan. Liite 1.

2. Turvallinen toimintaympäristö

Turvallisen toimintaympäristön takaaminen voimistelujaostossa

- jokaisella voimistelijalla on harjoituksissa voimassa oleva jumppaturva- vakuutus ja kisoissa pitää olla lisenssin kanssa ostettu vakuutus tai oma tapaturmavakuutus
- valmentajat koulutautuvat ja ylläpitävät osaamistaan tehtävänsä Voimisteluliiton koulutuksissa
- EA- koulutetut valmentajat ja EA-varusteet mukana harjoituksissa
- alaikäisten valmentajien treeneissä aina täysi-ikäinen valvoja paikalla
- kiusaamiseen ja epäasialliseen käytökseen puututaan
- yhteisöllisyyttä ryhmässä edistetään ja katsotaan, ettei kukaan jäisi ulkopuolelle
- ohjaajat huomioivat kaikkia voimistelijoita tasapuolisesti
- lasten harrastetunnit on suunniteltu ikätasoisesti
- voimistelujaostossa pyritään tekemään säännöllisesti palautekysely

Lasten voimistelun linjaukset pohjana

- turvallinen harjoitusilmapiiri ja toimintaympäristö toteutuu valmentajien ammattitaidolla, turvallisella ja kannustavalla ilmapiirillä sekä oikeilla välineillä ja tiloilla
- lapsella on mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa
- harrastuksessa huomioidaan liikunnan ilo monipuolisella ja innostavalla harjoittelulla sekä liikunnallinen elämäntapa, jossa huomioidaan terveyshyödyt sekä kaikenlainen hyvinvointi
- monipuolinen ja leikkisä urheilukulttuuri lapselle
- lapsen hyvinvointi ja terveys on harjoittelussa etusijalla
- harjoittelu on monipuolista ja painotetaan turvalliseen harjoitusympäristöön
- kiinnitetään myös huomiota yhteisöllisyyteen ja ryhmähengen luomiseen.

Lasten laadukas voimistelu voimistelujaostossa

- harjoitteluun oppiminen lähtee usein käyntiin rutiinien oppimisesta kuten harjoituksiin valmistautumisesta
- meidän seurassamme lasten voimistelu on monipuolista ja tehokasta sekä se tuo onnistumisen kokemuksia niin voimistelijalle kuin valmentajalleen, kun lapsi oppii harjoittelemaan, hän innostuu oppimaan lisää ja kehittymään.
- leikki on osa lapsilähtöistä toimintaa ja sillä on tärkeä merkitys lapsen kehityksessä, leikki kasvattaa toimimaan sosiaalisesti ja opettaa niin sääntöjen noudattamista kuin liikuntataitoja, treeneihin sisällytetään leikkiä ja eri lajitaitoja harjoitellaan myös leikkien avulla.
- voimisteluharrastuksessa on tärkeää tulla toisten ihmisten kanssa toimeen, sekä ottamaan toiset ihmiset huomioon, treenaamme usein ryhmissä tai pareittain, jotta sosiaaliset taidot kehittyvät liikuntataitojen lisäksi.
- kehittymisen ”kolmio” koostuu levosta, ravinnosta sekä riittävästä liikunnasta, kaikkien kouluikäisten tulee liikkua vähintään 1-2 tuntia päivässä, tuodaan tietoa ja otetaan liikuntasuosituksot huomioon harjoittelussa
- voimisteluharrastuksen avulla oppii tuntemaan ja kunnioittamaan kehoaan sekä toisten tunteita
- kannustavalla ja ikätasoon sopivalla valmennuksella voidaan luoda edellytyksiä kasvulle ja kehitykselle, seurassamme kaikilla liikkujilla on oikeus voimistella laadukkaasti ikätasonsa mukaisesti
- lasten voimistelu tulee olla suunniteltua, jotta se olisi tehokasta, tavoitteellista sekä kehittävää
- tunneilla pitää olla selkeä rakenne, jossa on rutiininomaista toimintaa
- lapsille turvallisuutta tuo toiminta, jossa on säännöt ja heille sopiva rytmi, huolehdimme tuntien suunnittelusta, jotta toiminta olisi turvallista ja tehokasta
- voimistelijat imevät itseensä asioita, joita tehdään treenisalilla, meidän vastuullamme on huolehtia, miten puhutaan ja käyttäydytään lasten läsnä ollessa, kaikki tekeminen vaikuttaa heidän tekemisiinsä
- joka treenin aikana on tärkeää kohdata kaikki ainakin kerran, ohjaajien vastuulla on toivottaa lapsi tervetulleeksi ja saada hänelle olo, että hänet on huomattu
- voimistelujaostossa on käytössä loppupiiri, loppurivi tai tunnin aloitus, joissa jokainen lapsi kohdataan
- harrastustoimintaan kuuluu yhteisöllisyys sekä ryhmän yhteinen toiminta, kaikilla valmentajilla on vastuu siitä, että lapsia kohdellaan tasa-arvoisesti ja ryhmässä toimitaan sääntöjen mukaisesti
- valmentajien vastuulla on, että kaikki lapset saavat harjoituksissa onnistumisen kokemuksia, kaikki huomioidaan ja kysytään päivän kuulumisia, huolehditaan, ettei kukaan joudu kiusaamisen kohteeksi



Turvallisesti voimistelussa- periaatteet

- joukkueet tekevät pelisäännöt aina kauden aluksi ja jokainen voimistelija sitoutuu noudattamaan laadittuja sääntöjä
- myös jaosto on laatinut omat säännöt voimistelujaostolle, jota kaikki seuratoimijat, valmentajat ja voimistelijat noudattavat
- haluamme huolehtia, että kaikilla on hyvä olla, meillä on nollatoleranssi kiusaamiselle ja kaikilla on oikeus kunnioittavaan kohteluun
- seuramme kaikessa toiminnassa sitoudutaan urheilun eettisiin periaatteisiin
- valmentajilta tarkastetaan rikosrekisteriotteet

- mikäli koet epäasiallista käytöstä, etkä koe pystyväsi ilmoittamaan suoraan tälle henkilölle asiasta, kerro jollekin turvalliseksi kokemillesi henkilölle, näin asiaan voidaan puuttua
- valmentajat ja muut seuratoimijat ovat lasten ja nuorten tukena ja turvana ja näyttävät esimerkkiä käytöksellään

Et ole yksin- palvelu ja ohjeet epäasiallisen käytöksen tilanteisiin puuttumiseen

- soita +358 503 025 942, avoinna ma klo 12–14
- chattaa www.etoyleyksi.fi ti-ke 15–17.30 ja to 14–16
- jätä viesti kirjelaatikkoon tai varaa soittoaika
- soittaa voi urheilua harrastavat alle 18-vuotiaat lapset ja nuoret sekä aikuiset ja jo urheiluharrastuksen lopettaneet henkilöt sekä urheiluseuran toimihenkilöt ja nuorten parissa työskentelevät ammattilaiset
- Et ole yksin- palvelu on Väestöliiton ja suomalaisen urheilun yhteishanke, jota on rahoittanut opetus- ja kulttuuriministeriö ja suojelijana on toiminut vuosina 2018–2024 presidentti Sauli Niinistö
- Voit ottaa yhteyttä jos:
Sinua on kiusattu tai haukuttu.
Sinulle on vihjailtu, vitsailtu tai ehdotettu niin, että tunnet olosi epämiellyttäväksi.
Rajojasi ei ole kunnioitettu.
Sinua kohtaan on käytetty väkivaltaa.
Sinua on painostettu käyttämään päihteitä.
Sinulla on epämiellyttävä tai pelokas olo harrastuksessasi.
Olet epävarma siitä, onko sinua kohtaan toimittu väärin ja haluaisit jutella jonkun kanssa.

Vanhemman rooli, jos lapsesi kokee epäasiallista käytöstä urheilussa

Juttele lapsen kanssa.
Ota yhteyttä lapsen valmentajaan.
Seuran tulee kuulla kaikkia osapuolia.

Vanhemman rooli ennaltaehkäisyssä

Valitse turvallinen seura.
Ole tukena harrastuksessa: kiinnostu, kannusta ja kuuntele.
Tue lapsen itsemääräämisoikeutta; lapsen oikeudet, psyykinen ja fyysinen koskemattomuus, harrastukseen kuuluva koskeminen ja suojaikärajat.
Opeta turvataitoja.

Epäasialliseen käytökseen puuttumisen malli voimistelijaostossa

1. Ennaltaehkäisy: tietoisuuden lisääminen ja joukkueiden pelisäännöt, avoimuus kaikessa toiminnassa, turvataitokasvatus ja rikosrekisteriotteiden tarkistaminen.
2. Puheeksi ottaminen: tilanteen nopea käsittely ja nollatoleranssi.
3. Sovittelu: jos tilanne pitkittyy, niin asia käsitellään et ole yksin- vastuuhenkilön (Iisa Leino) ja vastuutiimin (Iisa Leino, Evastina Hurme-Vuorela ja Eeva Korte-Hemmilä) kanssa, jos asia ei ratkea voimistelijaostossa, niin voidaan ottaa sovitteluun mukaan Jyskeen puheenjohtaja.
4. Kirjallinen raportti sovittelusta.
5. Jatkotoimenpiteet: jos ongelma ei ole ratkaistavissa sovittelulla, niin sitten edetään jatkotoimenpiteisiin; Voimisteluliitto, lastensuojelu, et ole yksin- palvelu ja poliisi.

Kohtele muita niin kuin haluaisit itseäsi kohdeltavan!

3. Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo

Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo toteutuvat voimistelijaostossa

- uusiin ryhmiin ilmoittautuminen aukeaa kaikille yhtä aikaa
- voimistelun kausimaksut pyritään pitämään kohtuullisina
- keräämme tarpeen mukaan myös yhdessä varoja toimintaan erilaisilla varainhankintatavoilla
- joukkueita kasvatetaan myös seurassa yhteisöllisyyteen erilaisten varainhankintakampanjoiden muodossa sekä tapahtumia järjestettäessä
- kevätnäytökset ovat avoimia tilaisuuksia, kaikki seuran voimistelijat pääsevät esiintymään ja kaikki halukkaat pääsevät katsomaan.



Ympäristöohjelma

Voimistelujoukossa huomioidaan ympäristö ja ilmasto

- mahdollisuuksien mukaan voimisteluasujen kierrättäminen joukkueiden välillä
- on perustettu seuran sisäinen wa-kirpputori ryhmä käytetyille voimisteluvarusteille
- kimpakyytien suosiminen kilpailu- ja koulutusmatkoilla
- kesävoimistelukoulu pidetään mahdollisuuksien mukaan ulkona
- viestintä ja laskutus toimii sähköisesti

Tavoitteet saavutetaan

- aloitetaan pienistä teoista
- luodaan uusia, ympäristövastuullisia käytäntöjä
- ympäristövastuullisuus on pysyvä, toimintaa ohjaava arvo
- kasvatamme lajimme parissa toimivia lapsia ja nuoria arvostamaan ympäristöä myös harrastuksen näkökulmasta
- luodaan mahdollisuuksia tehdä ympäristövastuullisia valintoja
- kannustetaan ympäristötyön tekemisessä

Antidoping

- antidopingtoiminta pyrkii mahdollistamaan urheilijoille turvallisen sekä reilun kilpailun, sillä kiellettyjen aineiden ja menetelmien käyttö voi aiheuttaa monia terveysriskejä

- voimistelijan on tärkeä olla tietoinen mitkä aineista ovat kiellettyjä ja mitkä eivät
- vanhemmat voimistelijat toimivat esimerkkinä nuoremmille ja heidän on edistettävä reilua peliä ja puhdasta urheilua omalla käytöksellään
- voimistelijan vastuu on varmistaa, ettei itse käytä kiellettyjä aineita, esim. lääkkeissä tai ravinnossa
- jos voimistelija havaitsee dopingrikkomuksia, siitä on heti kerrottava luotettavalle aikuiselle
- dopingin estämiseksi on tärkeää olla tietoisia antidoping- säännöistä ja käytännöistä
- on tärkeä luoda voimisteliijoille turvallinen ympäristö, jossa he voivat avoimesti keskustella mieltä painavista asioista
- voimisteliijoille tulisi korostaa reilun pelin periaatteita, kuten kunnioitusta vastustajia kohtaan, urheilun eettisiä arvoja ja reilua kilpailua, näin voimistelijat saavat käsityksen, ettei doping ole hyväksyttävää, vaan parhaan suorituksen saa harjoittelemalla sekä luottamalla omiin kykyihinsä
- doping-toiminnan ehkäiseminen on tärkeä osa urheilun reiluutta ja eettisyyttä
- Laitilan Jyskeen voimistelujaostossa urheillaan puhtaasti käyttämättä kiellettyjä aineita ja menetelmiä, seura vastustaa kaikenlaista dopingaineiden käyttöä.



ARVOMME



Vastuullisesti

- Minun vastuuni
- Meidän vastuumme
- Yhteisön vastuu



Rohkeasti

- Itsensä voittaminen
- Tavoitteiden saavuttaminen
- Into kehittyä ja olla edelläkävijä



Yhdessä

- Ilo, innostus ja inspiraatio
- Ylpeys meistä
- Yhteistyön ilmapiiri



Arvostaen

- Kaikkien hyväksyminen
- Yhdenvertaisuus
- Toisten kunnioittaminen