



# Tampereen Naisvoimistelijat ry:n Toimintakäsikirja



Hyväksytty Tampereen naisvoimistelijat ry:n  
Syyskokouksessa 17.11.2021



TAMPEREEN  
NAISVOIMISTELIJAT RY

2

## Sisällysluettelo

LUKIJALLE .....	4
1 Tampereen naisvoimistelijat ry. yhdistyksenä .....	5
1.1 TNV:n perustiedot .....	5
1.2 Toiminta-ajatus .....	5
1.3 Arvot .....	5
1.4 Visio .....	6
1.5 Eettiset linjaukset .....	6
1.6 Seuran ydintoiminta .....	7
2 TNV:n toiminta-ajatus .....	8
3 Säännöt .....	8
4 Talous .....	8
4.1 Tulojen ja menojen muodostuminen .....	8
4.2 Toiminnan hinnoittelu .....	9
4.3 Talousohjesääntö .....	9
4.4 Ohjaajien, valmentajien ja toimihenkilöiden palkkausjärjestelmä .....	9
4.5 Varainhankinta .....	9
5 Organisaatio ja tehtävät .....	10
5.1 Johtokunta ja sen työskentely .....	10
5.2 Seuran toimihenkilöt .....	11
5.3 Rekrytointi .....	11
6 Seuran toiminta .....	11
6.1 Seuran toimintaan vaikuttavat lait, asetukset ja määräykset .....	11
6.2 Vuosikello .....	12
6.3 Seuran sääntömääräiset kokoukset ja niistä tiedottaminen .....	13

---

Toimintakäsikirja on päivitetty viimeksi 30.10.2021

Aihe:

Päivityksen tekijä:



TAMPEREEN  
NAISVOIMISTELIJAT RY

3

6.4 Jäsenistön oikeudet ja velvollisuudet.....	13
6.5 Kiitoskulttuuri ja yhteisöllisyyden kehittäminen seurassa .....	13
6.6 Yhteistyö muiden toimijoiden kanssa .....	14
6.7 Viestintä.....	14
6.8 Osaamisen kehittäminen.....	15
6.9 Toiminnan arviointi .....	16
6.10 Tähtiseuratoiminta ja muut toiminnan laatujärjestelmät.....	16
7 TNV:n voimistelu- ja liikuntatoiminta .....	17
7.1 Harrastajan polku.....	17
7.2 Tanssillisen voimistelun polku kohti valmennusryhmää.....	18
7.3 Tanssillisen voimistelun valmennustoiminta ja kilpaileminen.....	19
7.4 Näytös- ja esiintymistoiminta ja suurtapahtumiin osallistuminen .....	19
8 Turvallisuus ja ongelmatilanteiden ratkaisu.....	19
8.1 Toiminnan turvallisuus .....	19
8.2 Seuran ongelmanratkaisumalli ja toiminta ongelmatilanteissa.....	20

---

Toimintakäsikirja on päivitetty viimeksi 30.10.2021

Aihe:

Päivityksen tekijä:



## LUKIJALLE

Tämän käsikirjan tarkoituksena on kuvata Tampereen Naisvoimistelijat ry:n toimintaa. Toimintakäsikirjassa käsitellään mm. seuran toiminnan lähtökohtia, organisoitumista ja käytännön toimintatapoja keskeisimmiltä osin.

Toimintakäsikirjan avulla pyritään antamaan tietoa uusille toimijoille seuran toiminnasta, samalla se toimii myös jo pidempään toiminnassa mukana olleiden käsikirjana toivottavasti helpottaen heidän työtään. Toimintakäsikirja on yksi tapa kehittää seuran toimintaa entistä avoimemmaksi, selkeämmäksi ja tehokkaammaksi. Tämä on Tampereen Naisvoimistelijoiden toimintakäsikirjan ensimmäinen versio, joka julkaistaan loppuvuodesta 2021.

Toimintakäsikirjaa päivitetään tulevaisuudessa aina tarpeen vaatiessa. Tavoitteena on, että tästä julkaisusta tulee pysyvä osa seuran toimintaa.

Toivottavasti innostut tästä toimintakäsikirjasta. Tampereen Naisvoimistelijat ry on olemassa jäseniään varten!

---

Toimintakäsikirja on päivitetty viimeksi 30.10.2021

Aihe:

Päivityksen tekijä:



# 1 Tampereen naisvoimistelijat ry. yhdistyksenä

## 1.1 TNV:n perustiedot

- Tampereen Naisvoimistelijat ry, TNV
- Y-tunnus: 1088312-6
- [tnv@tampereenv.fi](mailto:tnv@tampereenv.fi)  
Seuran toimisto: Tiiliruukinkatu 12 A 21 (3. krs), 33200 Tampere
- puheenjohtaja, [pj@tampereenv.fi](mailto:pj@tampereenv.fi)
- taloudenhoitaja, [th@tampereenv.fi](mailto:th@tampereenv.fi)
- perustamisvuosi 1898
- lasten ja nuorten harrasteryhmät, tanssillinen voimistelu
- aikuisten ryhmäliikunta (jumpat)
- hydrobic (vesijumppa)
- tanssillinen voimistelu aikuisten ryhmät: perus ja edistyneet
- tanssillisen voimistelun valmennusryhmät lapset, nuoret ja aikuiset

## 1.2 Toiminta-ajatus

TNV edistää harrastajien ja kilpailijoiden suosimaa ja arvostamaa voimisteluliikuntaa. TNV tarjoaa terveyttä edistävää liikuntaa, elämyksiä, voimistelun iloa sekä mahdollisuuksia onnistua ja toimia yhdessä niin seuratyössä kuin voimisteluliikunnassakin elämänkaaren kaikissa vaiheissa.

## 1.3 Arvot

<b>Erilaisuus voimavarana:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• kaikki mukaan</li><li>• erilaiset uudet mielipiteet ovat voimavara</li><li>• kaikkia kuunnellaan</li></ul>	<b>Ihmisläheisyys:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• TNV on olemassa jäseniä varten</li><li>• matalan kynnyksen osallistuminen</li><li>• ei taitovaatimuksia</li></ul>
<b>Muutosvalmius:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• jatkuva kehittäminen</li><li>• kuunnellaan asiakaspalautteita ja otetaan huomioon toimintaa suunniteltaessa</li><li>• uudistetaan ja uudistutaan</li></ul>	<b>Sosiaalisuus:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• toiminta on kaikille kiinnostuneille avointa</li><li>• kutsutaan mukaan seuran toimintaan</li><li>• pidetään yhteyttä ja tavataan</li></ul>

---

Toimintakäsikirja on päivitetty viimeksi 30.10.2021

Aihe:

Päivityksen tekijä:



TAMPEREEN  
NAISVOIMISTELIJAT RY

6

Talkoohenki:	Vapaaehtoisuus:
<ul style="list-style-type: none"><li>• yhdessä tekemisestä voimaa</li><li>• antamalla saa paljon aikaa</li><li>• kiva tehdä yhdessä</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ilo tehdä</li><li>• hyvä tunnelma</li><li>• kaikilla mahdollisuus vaikuttaa</li></ul>

## 1.4 Visio

TNV:n tavoitteena on, että viiden vuoden kuluttua seura palaa ennen koronaa olevaksi vireäksi seuraksi, jossa on enemmän voimistelijoita ja vapaaehtoisia. Ihmisläheinen, ei yritysmäinen markkinahenkinen toimija. Monipuolista tarjontaa, myös matalalla kynnyksellä. Seura tarjoaa monipuolista harrasteliikuntaa ja tanssillisen voimistelun ryhmiä kaikenikäisille. Tanssillisessa voimistelussa on myös valmennusryhmiä eri ikäisille. Tuntitarjonta rakentuu asiakaspalautteita kuunnellen.

## 1.5 Eettiset linjaukset

TNV:ssä noudatetaan Reilun pelin periaatteita ja vastuullisuutta:
1. Jokaisen tasavertainen mahdollisuus liikuntaan ja urheiluun: - TNV:n toiminta on tarkoitettu kaikille, ikään tai sukupuoleen katsomatta - helppo tulla mukaan ja avoin toiminta (nähtävillä ja saatavilla) - avoimuus palautteelle - edulliset hinnat
2. Vastuu kasvatuksesta: - TNV tunnistaa ja kantaa vastuunsa kasvatuksesta. Mahdollisiin ongelmiin, kiistatilanteisiin tai kurinpidollisiin asioihin puututaan, epäasiallista käytöstä ei suvaita - yhdyshenkilöt ja johtokunta tukevat nuoria ohjaajia ja valmentajia työssään - seura tukee ohjaajien, apuohjaajien, valmentajien ja toimihenkilöiden osaamisen kehittymistä
3. Terveysturvallisuuden ja hyvinvoinnin edistäminen: - TNV tarjoaa monipuolista ja harkittuja ryhmäliikuntatunteja, myös matalan kynnyksen tunteja - seurassa toimintaa suunnitellaan pitkäjänteisesti asiakaspalautteita kuunnellen - ohjausta ja valmennusta toteuttavat koulutetut ohjaajat - seuran toiminnasta vastaa osaava johtokunta

---

Toimintakäsikirja on päivitetty viimeksi 30.10.2021

Aihe:

Päivityksen tekijä:



4. Rehellisyys ja oikeudenmukaisuus:

- TNV:n toiminta on avointa ja läpinäkyvää. Kaikki kiinnostuneet ovat tervetulleita mukaan toimintaan
- seuran varallisuutta käytetään liikkujien hyväksi tasapuolisuutta noudattaen, talousasiat on hoidettu hyvin lakia noudattaen, tilinpäätös esitellään kevätkokouksessa jäsenille vuosittain
- seura toimii pääosin vapaaehtoistyönä, taloudellinen voitontavoittelu ei ole ensisijaista eikä kenenkään henkilökohtainen taloudellinen hyöty ole mahdollista

5. Luonnon kunnioittaminen ja kestäväan kehitykseen pyrkiminen:

- seuran hankinnat tehdään harkitusti ja pidemmällä tähtäimellä, kertakäyttöisiä tuotteita pyritään välttämään
- tapahtumiin tai kilpailuihin lähdetään mieluiten yhteis- tai kimppakyydeillä
- vapaaehtoisohjalta toiminen karsii turhan työn
- TNV:ssä on tärkeää tiedon keskinäinen jakaminen ja perimätiedon siirto toimijalta toiselle

## 1.6 Seuran ydintoiminta

TNV edistää harrastajien ja kilpailijoiden suosimaa ja arvostamaa voimisteluliikuntaa. TNV tarjoaa terveyttä edistävää liikuntaa, elämyksiä, voimistelun iloa sekä mahdollisuuksia onnistua ja toimia yhdessä niin seuratyössä kuin voimisteluliikunnassakin elämänkaaren kaikissa vaiheissa.

TNV:n toiminta on tarkoitettu kaikille ikään tai sukupuoleen katsomatta. Seuran järjestämät liikuntamuodot ovat:

- Lasten ja nuorten liikunta: monipuolinen liikunta
- Aikuisliikunta: monipuolinen terveyttä edistävä liikunta
- Tanssillinen voimistelu; harrasteliikunta lapsille, nuorille ja aikuisille sekä valmennusryhmät lapsille, suorille ja aikuisille.

TNV:n toimintaympäristöjä ovat Tampereen koulujen liikuntasalit, Tampereen stadion, Soutukeskus Hatanpää ja Varalan urheiluopisto, Koulukadun kenttä ja Härmälänrannan puisto.

Toiminta toteutuu ympäri vuoden vahvistettujen toimintasuunnitelmien mukaisesti.



Toiminnassa erityisen huomattavaa ja arvostettavaa:

TNV:ssä toimii aktiivinen Uskollisuuden kiltä (tilastonumero 56), seura järjestää 5 suosittua Hydrobic -tuntia/ viikko, seuran toiminta organisoituu vapaaehtoisvoimin, TNVn on Tampereen seudulla kesäjumpan uranuurtaja, jumppaa on järjestetty jo 36 vuoden ajan.

## 2 TNV:n toiminta-ajatus

TNV:n toiminta-ajatus (missio):

TNV edistää harrastajien ja kilpailijoiden suosimaa ja arvostamaa voimisteluliikuntaa. TNV tarjoaa terveyttä edistävää liikuntaa, elämyksiä, voimistelun iloa sekä mahdollisuuksia onnistua ja toimia yhdessä niin seuratyössä kuin voimisteluliikunnassakin elämänkaaren kaikissa vaiheissa.

## 3 Säännöt

TNV:llä on toimintaa ohjaavat toimintasäännöt, jotka on tarkistettu, ja ne on nähtävissä seuran www-sivuilla <https://www.tampereennv.fi/seura/uutiset/saannot/>. PRH:ssa ovat nimekirjoittajien oikeudet ajan tasalla.

## 4 Talous

### 4.1 Tulojen ja menojen muodostuminen

TNV:n toiminnasta on tavoitteena saada tuottoa sen verran, että kaikki kulut saadaan katettua. Seura ei ole liikeyritys, jonka tavoitteena on tehdä voittoa. TNV:n vuosittaisessa syyskokouksessa päätetään jäsenmaksun suuruus ja kausimaksut seuraavalle vuodelle.

Kustannukset pysyvät maltillisina, koska seuralla ei ole päätoimisia työntekijöitä, ohjaajat ja valmentajat saavat palkkion toteutuneista tunneista. Johtokunnan jäsenet ja muut toimihenkilöt tekevät vapaaehtoistyötä, kokouspalkkioita tai muita etuuksia ei makseta.

Tilakustannuksia hallitaan käyttämällä edullisia Tampereen kaupungin liikuntasaleja, ulkokenttiä tai puistoja, Varalan Urheiluopiston allasosastoa ja Hatanpään Soutukeskusta sekä Tampereen stadionin tiloja, joita varataan ja perutaan tarpeen mukaan ja niistä maksetaan vain käytön mukaan.

---

Toimintakäsikirja on päivitetty viimeksi 30.10.2021

Aihe:

Päivityksen tekijä:





## 4.2 Toiminnan hinnoittelu

TNV:n kausimaksujen hinnoitteluperusteena on, että kausimaksuilla tulee kattaa kaikki toiminnasta aiheutuvat kustannukset. Tuntien ohjaajat saavat palkan pitämistään tunneista, ja tiloista esim. allasosastosta maksetaan vuokraa käytön mukaisesti. Lisäksi on pakollisia hallinnollisia kustannuksia mm. palkkahallinnon palvelut ja atk -ohjelmat. Toiminnasta on jäätävä sen verran tuottoa, että saadaan katettua myös yllättäviä menoja. TNV:ssä työ tehdään pääosin vapaaehtoistyönä, kokouspalkkioita tai muita etuisuuksia ei makseta.

Valmennusryhmiin kuuluvat voimistelijat maksavat maksun kausittaisen ohjelman mukaisesti. Valmennusmaksun suuruuteen vaikuttavat mm. harjoituskertojen lukumäärä ja erityisasiantuntijoiden käyttö valmennuksessa.

TNV:n hinnasto on verkkosivuilla nähtävissä [Hinnasto | Tampereen Naisvoimistelijat ry \( tampereennv.fi\)](#) ja perumisehdot ovat myös nähtävissä sivuilla [Perumisehdot | Tampereen Naisvoimistelijat ry \( tampereennv.fi\)](#).

## 4.3 Talousohjesääntö

TNV:n talouden hoidosta vastaa johtokunta. TNV:llä on ajantasainen talousohjesääntö, ja nimetty taloudenhoitaja. Seuran talous- ja maksuasioihin liittyvissä asioissa voit olla yhteydessä taloudenhoitajaan [th@ tampereennv.fi](mailto:th@ tampereennv.fi) tai puheenjohtajaan, [pj@ tampereennv.fi](mailto:pj@ tampereennv.fi). Vastuutehtäviä hoitavien henkilöiden nimet ja yhteystiedot löytyvät seuran www-sivuilta [Yhteystiedot | Tampereen Naisvoimistelijat ry \( tampereennv.fi\)](#).

## 4.4 Ohjaajien, valmentajien ja toimihenkilöiden palkkausjärjestelmä

Ohjaaja/valmentaja saa ohjaustyöstään ohjauspalkkion, joka perustuu koulutukseen ja ohjauskokemukseen. Koulutuksen ja ohjauskokemuksen karttuessa palkkio suurenee.

Johtokunnan jäsenet, toimihenkilöt ja muut toimijat tekevät vapaaehtoistyötä.

Palkkahallinnon palvelut ostetaan ulkopuoliselta yrittäjältä (tuntihinnoittelu).

## 4.5 Varainhankinta

Kohdennettua varainhankintaa ovat tehneet lähinnä joukkueet/ryhmät esim. tuotemyynnillä, kahviota pitämällä näytöksen yhteydessä, arpajaisilla tai pitämällä kirpputoria.

Varainhankinnan periaatteet ja toimintatavat on sovittu yhdessä joukkueiden vanhempainiltojen yhteydessä tai muiden kokousten yhteydessä. Sponsoreita ei ole systemaattisesti hankittu systemaattisesti, mutta ajoittain niitä on ollut.



Tampereen kaupungin vuosittain anottava toiminta-avustus ja erillinen projektituki ovat merkittävä tuki seuralle. Härmälänrannan asukasyhdistys on ostanut TNV:ltä useampana vuonna kesäjumppaa, jonka se tarjoaa jäsenilleen, myös muut kuin asukasyhdistyksen jäsenet voivat osallistua erillistä maksua vastaan.

## 5 Organisaatio ja tehtävät

### 5.1 Johtokunta ja sen työskentely

TNV:n toimintaa ja taloutta hoitaa johtokunta, johon kuuluu kahdeksi toimintavuodeksi valittu puheenjohtaja ja kahdeksi toimintavuodeksi valitut neljä (4) jäsentä sekä kaksi (2) varajäsentä. Johtokunnan jäsenistä ja varajäsenistä puolet on erovuorossa vuosittain.

Johtokunnan tehtävänä on erityisesti:

- 1 Toteuttaa seuran kokouksen päätökset
- 2 Johtaa ja kehittää seuran toimintaa
- 3 Valita tarvittavat jaostot, valiokunnat ja työryhmät sekä niiden puheenjohtajat
- 4 Vastata seuran taloudesta
- 5 Pitää jäsenluetteloa
- 6 Tehdä seuran toimintakertomus ja tilinpäätös
- 7 Tehdä toiminta- ja taloussuunnitelma seuraavaa toimintavuotta varten
- 8 Hoitaa seuran tiedotustoiminta
- 9 Hyväksyä ja erottaa jäsenet sekä päättää jäseniä koskevista kurinpitotoimista
- 10 Valita ja erottaa seuran palkatut toimihenkilöt sekä sopia heidän eduistaan
- 11 Päättää seuran ansiomerkkien myöntämisestä ja muiden kunnia- ja ansiomerkkien esittämisestä
- 12 Ryhtyä muihin toimenpiteisiin, joita seuran etu vaatii
- 13 Luovuttaa tilit tilintarkastajille tarkastettavaksi vähintään kolme viikkoa ennen kevätkokousta.

(TNVn toimintasääntö § 14)



## 5.2 Seuran toimihenkilöt

TNV:llä on sihteeri ja taloudenhoitaja, jotka tekevät vapaaehtoistyötä. Heille voidaan maksaa kulukorvauksia. Johtokunta valitsee järjestäytymiskokouksessa (vuoden ensimmäinen) taloudenhoitajan ja sihteerin.

## 5.3 Rekrytointi

Tampereen Naisvoimistelijoiden toiminta on avointa kaikille seuratoiminnasta ja voimistelusta kiinnostuneille, toiminta toteutuu pääosin vapaaehtoisvoimin. TNV ottaa mielellään vastaan ja saa vuosittain useita avoimia hakemuksia ohjaus- tai valmennustehtävistä kiinnostuneilta. Seuran toiminnasta, ohjauksesta tai valmennuksesta kiinnostuneet voivat olla yhteydessä [tnv@tampereennv.fi](mailto:tnv@tampereennv.fi). TNV:ssä käytämme myös [mol.fi-palvelua](mailto:mol.fi-palvelua) rekrytointitarpeen mukaisesti, lisäksi rekrytoinnissa auttavat seuran ohjaajien ja toimijoiden omat verkostot.

## 6 Seuran toiminta

### 6.1 Seuran toimintaan vaikuttavat lait, asetukset ja määräykset

TNV:n toimintaan vaikuttaa moni laki, asetus ja määräys. Luvussa toimintakäsikirjan 3 esitetyt seuran säännöt on laadittu ja tarkistettu voimassa olevan lainsäädännön mukaisiksi. Seuran toimintaa koskevaa lainsäädäntöä on tässä tuotu esiin keskeisimmiltä osin, linkeistä löytyy lisätietoa asiasta.

**Suomen perustuslaki**, jonka mukaan mm. jokaisella suomalaisella on oikeus elämään, henkilökohtaiseen vapauteen ja koskemattomuuteen sekä kokoontumis- ja yhdistymisvapaus [Suomen perustuslaki 731/1999 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX®](#)

Yhdistyslaki, jossa on kuvattu mm. jäsenyyteen, päätöksentekoon, seuran hallintoon ja tilintarkastukseen liittyviä asioita [Yhdistyslaki 503/1989 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX®](#)

TNV on Voimisteluliiton jäsen: seuralla on oikeus osallistua liiton päätöksentekoon yhdistyslain mukaisesti sekä saada liiton jäsenseuroille suunnattuja etuja, palveluita ja hyötyjä. Voimisteluliiton jäsenenä seuralle kuuluu myös tiettyjä velvoitteita [Hallinto ja jäsenyys \(voimistelu.fi\)](#). TNV noudattaa tanssillisen voimistelun kilpailun sääntöjä. [Säännöt\\_tanssillisen voimistelun kilpailu.pdf](#)



TAMPEREEN  
NAISVOIMISTELIJAT RY

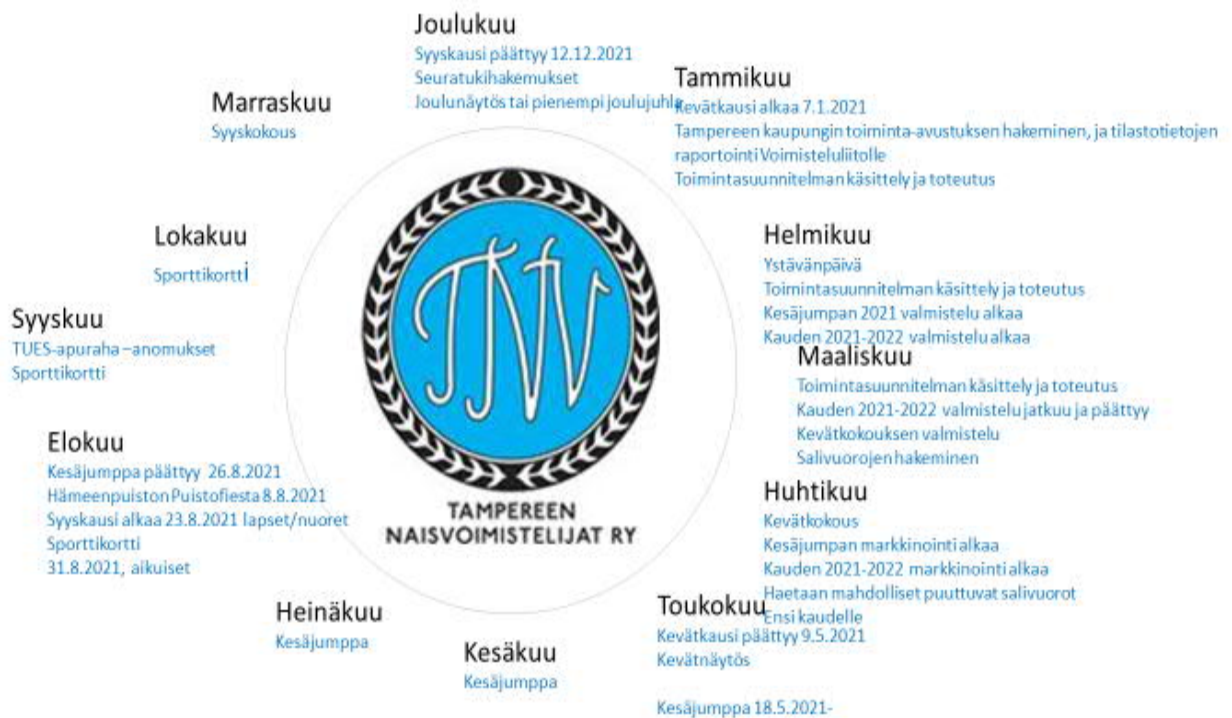
12

Lisäksi TNV:n toimintaan vaikuttavat mm. AVI:n ja Tampereen kaupungin määräykset ja ohjeet sekä HLU:n ja TUES:n jäsenyyteen liittyvät asiat.

## 6.2 Vuosikello

TNV:n toiminnassa on säännöllisessä käytössä vuosikello, joka laaditaan edellisen vuoden lopussa tai heti vuoden alussa. Vuosikelloa päivitetään vuoden aikana.

# TNV:n toiminnan vuosikello 2021



---

Toimintakäsikirja on päivitetty viimeksi 30.10.2021

Aihe:

Päivityksen tekijä:



### 6.3 Seuran sääntömääräiset kokoukset ja niistä tiedottaminen

TNV pitää vuosittain kaksi varsinaista kokousta, joista kevätkokous pidetään helmi - huhtikuussa ja syyskokous loka - joulukuussa. Kokouksen paikan ja tarkemman ajan määrää johtokunta. Kutsu varsinaiseen ja ylimääräiseen seuran kokoukseen on julkaistava vähintään seitsemän (7) päivää ennen kokousta lehti-ilmoituksella.

### 6.4 Jäsenistön oikeudet ja velvollisuudet

Seuran varsinaiseksi jäseneksi voi johtokunta hyväksyä henkilön, joka sitoutuu noudattamaan seuran sääntöjä ja päätöksiä. Seuran jäsenet maksavat jäsenmaksun, jonka suuruus päätetään seuran syyskokouksessa. Kannattavaksi jäseneksi voi seuran johtokunta hyväksyä yksityisen henkilön tai oikeuskelpoisen yhteisön, joka tukee seuran toimintaa suorittamalla vuotuisen tai kertakaikkisen kannattajajäsenmaksun. Kannattavalla jäsenellä on puhe- mutta ei äänioikeutta seuran kokouksissa.

Kunniajäseneksi voidaan johtokunnan esityksestä seuran kokouksen päätöksellä kutsua henkilö, joka on erittäin merkittävästi edistänyt seuran toimintaa. Kunniajäsenen arvo on elinikäinen. Kunniapuheenjohtajaksi voidaan seuran kokouksen päätöksellä kutsua seuran puheenjohtajana ansiokkaasti toiminut henkilö. Kunniapuheenjohtajan arvo on elinikäinen.

### 6.5 Kiitoskulttuuri ja yhteisöllisyyden kehittäminen seurassa

TNV kiittää ja arvostaa kaikkien toimijoiden tekemää työtä. Kiitos sanotaan sanallisesti tai kirjallisesti. Jäseniä kiitetään kuluneesta kaudesta ja toivotetaan tervetulleeksi uudelle kaudelle. Seura on järjestänyt seuran ohjaajille, valmentajille ja vapaaehtoisille ruokailun kerran vuodessa, lisäksi on seurapäivä kerran vuodessa. Seura hakee aktiivisesti tarjolla olevia apurahoja ansiotuneille toimijoille vuosittain esim. TUES -apurahat valmentajille ja pitkän linjan seuratyöläisille.

TNV myöntää ansiomerkkejä ja kunniakirjoja, myöntämisestä päättää johtokunta. TNV:n ansiomerkit ovat numeroituja, kun merkin haltija kuolee, merkin mukana on ohje, missä vainajan omaisia pyydetään palauttamaan ansiomerkki seuralle. Merkki lähtee seuraavalla ansiotuneelle saajalle.



## 6.6 Yhteistyö muiden toimijoiden kanssa

TNV tekee yhteistyötä toimimalla aktiivisesti seuraverkostossa, ja muissa seuran toimintaa liittyvissä verkostoissa. Yhteisiä tapahtumatoteutuksia on vuosittain esim. Aikuisen Naisen jumppapäivä on toteutettu yhteistyössä Kangasalan Naisvoimistelijoiden kanssa jo vuosia. TNV:n osallistujia on ollut mukana esim. yhteisissä kenttäohjelmien harjoituksissa Kangasalan Naisvoimistelijoiden, Hämeen Naisvoimistelijoiden ja Tampereen Jumppatiimin kesken esim. Suomi Gymnaestrada, World Gymnaestrada, Golden Age.

Lähimmät organisaatioyhteistyökumppanit ovat: Tampereen kaupunki (liikuntapalvelut), Voimisteluliitto, Varalan urheiluopisto, Tampereen Urheilun edistämisseätiö (TUES), Hämeen Liikunta ja Urheilu (HLU), Härmälänrannan asukasyhdistys.

## 6.7 Viestintä

TNV on kaikille toiminnasta kiinnostuneille ihmisille avoin. Seura pyrkii avoimeen viestintään ja mahdollisuuteen ottaa matalalla kynnyksellä yhteyttä. Seuran sivuilla on palaute/tiedustelulomake, minkä on helppo ottaa yhteyttä tai antaa palautetta <https://www.tampereennv.fi/yhteystiedot/>

TNV:ssä käytetään erilaisia viestintäkanavia: www-sivut <https://www.tampereennv.fi/>, Facebook <https://www.facebook.com/tampereennaisvoimistelijat> ja Instagram <https://www.instagram.com/tampereennv/?hl=fi>.

Hoika -järjestelmän kautta kulkevat kaikkia jäseniä ja toimijoita koskevat viestit tai viestit ryhmittäin esim. lasten ryhmien huoltajille. Jäsenistöä, jotka eivät käytä sähköpostia tiedotetaan kirjeitse tai puhelimitse. Voimistelujoukkueilla on käytössä joukkuekohtaisia Instagrameja ja TikTokia. Whatsappia käyttävät viestinnässä mm. voimistelujoukkueet, vanhemmat, ohjaajat ja aikuisliikunnan vastuhenkilöt.

Seura viestii toiminnastaan lehtimainoksilla noin 2x vuodessa, lisäksi vuosittain on painatettu 1-2 esitelehtistä eri tapahtumiin. Toiminnasta ilmoitellaan myös paperimainoksilla (kausikalenteri), joita laitetaan esim. kauppojen ilmoitustauluille tai hyvinvointikeskuksiin

Johtokunnan jäsenten nimet ja sähköpostit löytyvät seuran sivuilta. Vaikka TNV:ssä ei ole päätoimista tai osa-aikaista työntekijää, asiakkaiden viesteihin vastataan lähes päivittäin, vastaamista tekevät puheenjohtaja, taloudenhoitaja, lasten ja nuorten sekä aikuisliikunnan vastuhenkilöt.



Seuran vuosittainen toimintasuunnitelma on TNV:n [www-sivuilla](http://www.sivuilla) kaikkien luettavissa, <https://www.tampereenv.fi/seura/uutiset/toimintasuunnitelma-2018/>. Syys- ja kevätkokouksista tiedotetaan lehti-ilmoituksella Aamulehdessä (liitteenä aikaisempi kokousilmoitus), ja Facebookissa sekä seuran [www-sivuilla](http://www.sivuilla). Tavoitteena on innostaa uusia toimijoita mukaan seuran toimintaan.

Eri ryhmät/joukkueet kertovat toiminnastaan kuvin ja lyhyin tiedottein esim. osallistuminen tapahtumiin tai kilpailuihin. Näitä lyhyitä tiedotteita julkaistaan seuran Facebookissa, [www-sivuilla](http://www.sivuilla) tai Instagramissa.

TNV:n johtokunnalla on ollut tahtotilana, että meillä olisi viestinnästä ja markkinoinnista vastaava toimija, mutta siihen ei ole pysyvää ratkaisua löydetty. TNV:llä on viestinnän ja markkinoinnin suunnitelma, minkä suunnassa toimintaa toteutetaan vuosittain.

Viestintää ja markkinointia arjen tasolla hoitavat: puheenjohtaja, lasten ja nuorten sekä aikuisliikunnan vastuuhenkilöt, taloudenhoitaja ja sekä joukkueiden valmentajat.

Viestintää esim. [www-sivuja](http://www.sivuilla) on kehitetty edelleen ja parannettu saadun palautteen perusteella. Parilla seuratoimijalla on päivitysoikeudet sivuille, joten saadaan nopeasti lisättyä tai korjattua tietoja esim. jos jumppatunnin teema on muuttunut.

Sivuilta löytyy monta tärkeää asiaa seuran toiminnan kannalta, tietoa maksuista ja maksutavoista jne. ja TNV:lle on erittäin merkittävä asia, että sivut ovat kunnossa, koska seuralla ei ole osa-aikaista tai päätoimista työntekijää, joka vastaisi puhelimeen tai chattiin.

Edellä mainittu palaute/yhteydenottolomake on erittäin tärkeä, ja sen ovat ihmiset hyvin löytäneetkin.

TNV:ssä edellytetään asiallista viestintää, ja tarvittaessa epäkohtiin puututaan.

## 6.8 Osaamisen kehittäminen

Toimijoiden osaamisen kehittäminen on osa seuran toimintaa ja vuosittaista toimintasuunnitelmaa. Osaamisen kehittämisen kustannuksiin varataan rahaa seuraavan vuoden talousarviota tehtäessä. Seuran kaikille ohjaajille ja valmentajille markkinoidaan koulutuksia kausittain. Voimisteluliiton koulutuskalenteri, se on tärkein työväline ja osaamisen hankkimiskanava. Lasten ja nuorten ohjaajat sekä valmentajat etenevät koulutuspoluilla (Voimisteluliiton koulutukset esim. Voimistelun ohjaaja startti jne.). Johtokunta myöntää osaamisen kehittämiseen taloudellisen tuen ohjaajan/valmentajan vapaamuotoisesta hakemuksesta.



TAMPEREEN  
NAISVOIMISTELIJAT RY

16

Uusilta ohjaajilta edellytetään pääsääntöisesti alan kouluttautumista ennen ohjauksien tai valmennusten aloittamista tai ainakin sovittua kouluttautumissuunnitelmaa. Uudet ohjaajat näyttävät koulutukseen ja muuhun osaamisen hankkimiseen liittyvät todistukset rekrytointin yhteydessä, antavat näytetunnin tai osoittavat muuten osaamisensa. Ohjaajista tai valmentajista on monella jokin liikunta-alan tai fysioterapeutin tutkinto.

## 6.9 Toiminnan arviointi

TNV on olemassa jäseniään varten, ja kaikki toiminnasta saatava palaute on erittäin tärkeää, jotta toimintaa voidaan kehittää eteenpäin. TNV:llä on suunnitelma palautteen keräämisestä vuosittain jäseniltä. Lisäksi palautetta voi antaa yhteydenotto/ palautelomakkeen kautta <https://www.tampereenv.fi/yhteystiedot/>. Tuntien yhteydessä ohjaajat kysyvät itse tai saavat palautetta tai sitä saa seuran vastuuhenkilö.

## 6.10 Tähtiseuratoiminta ja muut toiminnan laatujärjestelmät

TNV:n johtokunta päätti syksyllä 2019 hakeutua Tähtiseuraprosessiin mukaan seuran toiminnan edelleen kehittämiseksi. TNV on toiminut yli 120 vuotta, asiakaslähtöisyys ja vapaaehtoisuus ovat olleet aina seuran toiminnan keskiössä. Vapaaehtoisuuden periaatteesta huolimatta ei laadusta ole vuosien varrella haluttu tinkiä, vaan siihen on aina tähdätty käytössä olevin voimin ja resurssein.

Tähtiseuraprosessi tuo osaltaan vielä enemmän näkyväksi TNV:n toimintaa.

### TNV:n toiminnan laadun kulmakivet:

vapaaehtoiset seuran toiminnasta innostuneet ihmiset
koulutetut ohjaajat
seuran säännöt
vuosittaiset toimintasuunnitelmat
toimintakäsikirja
talousohjesääntö
vuosittainen toimintakertomus ja vuosikello
tilinpäätös
vastuuhenkilöiden tehtäväkuvaukset
erillinen ohje johtokunnan tehtävistä ja vastuusta.
toiminnan kehittäminen kysymällä säännöllistä palautetta jäseniltä
mahdollisuus 24/7 palautteenantoon palautelomakkeen kautta
<a href="https://www.tampereenv.fi/yhteystiedot">https://www.tampereenv.fi/yhteystiedot</a>
johtokunta arvioi omaa toimintaansa säännöllisesti

---

Toimintakäsikirja on päivitetty viimeksi 30.10.2021

Aihe:

Päivityksen tekijä:





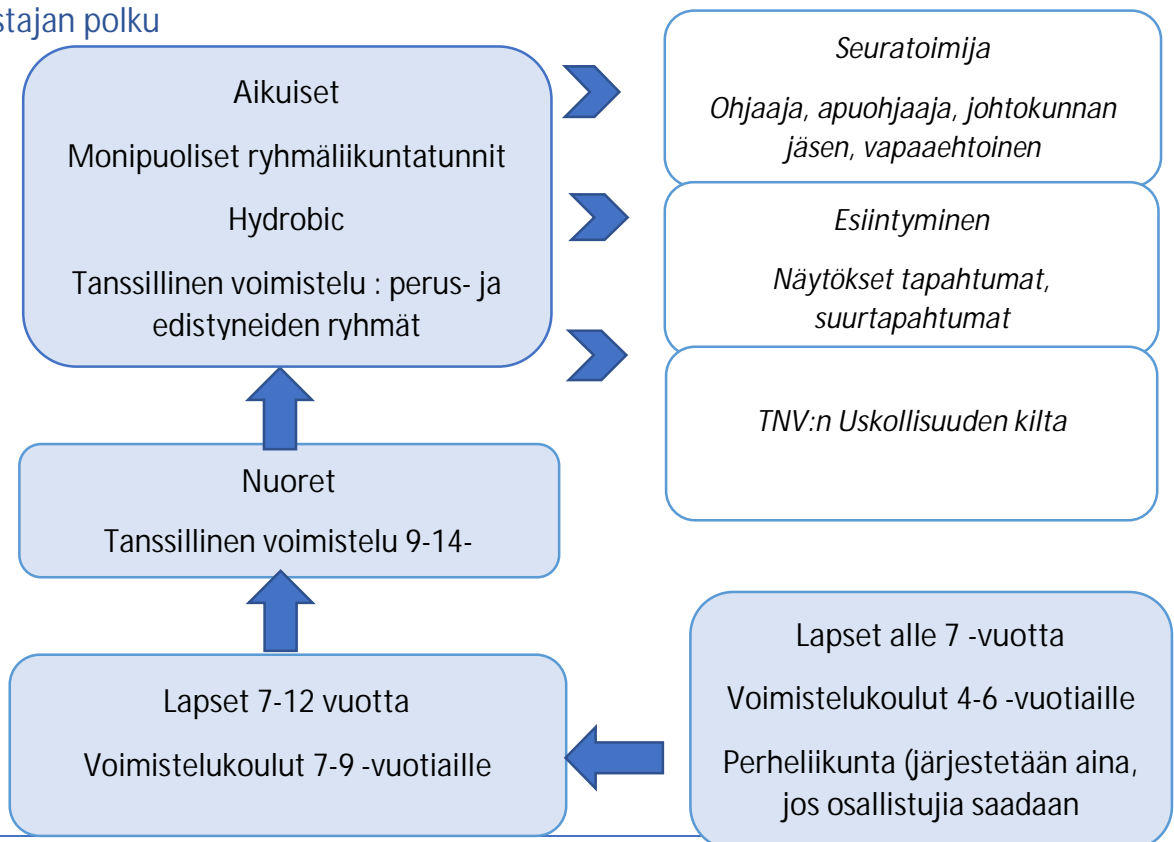
## 7 TNV:n voimistelu- ja liikuntatoiminta

TNV:n voimistelu- ja liikuntatoiminta on suunnitelmallista ja eteenpäin katsovaa. Työryhmät laativat toimintasuunnitelmansa vuosittain: aikuisliikunta, lapset ja nuoret sis. tanssillisen voimistelun, valmennusryhmät.

Suunniteltu ja tavoitteellinen toiminta sisältävät tiivistetysti seuraavaa:

- |   |  |
|---|--|
| 1 | Toiminnan sisällön kokonaissuunnittelu <ul style="list-style-type: none"><li>aikuisliikunnan vastaava+ aikuisliikunnan työryhmä</li><li>lasten- ja nuorten vastaavaa ja tanssillisen voimistelun työryhmät</li><li>valmennusryhmien toimintasuunnitelmat</li></ul> |
| 2 | Ohjaajien ja valmentajien rekrytointi ja toimintaympäristön suunnittelu (salivuorojen ja muiden tilojen varaaminen)  |
| 3 | Ohjaajien ja valmentajien omat tarkemmat kausi- ja tuntisuunnitelmat   |
| 4 | Taloussuunnittelu ja markkinointi yhdessä johtokunnan kanssa   |

### 7.1 Harrastajan polku



Toimintakäsikirja on päivitetty viimeksi 30.10.2021

Aihe:

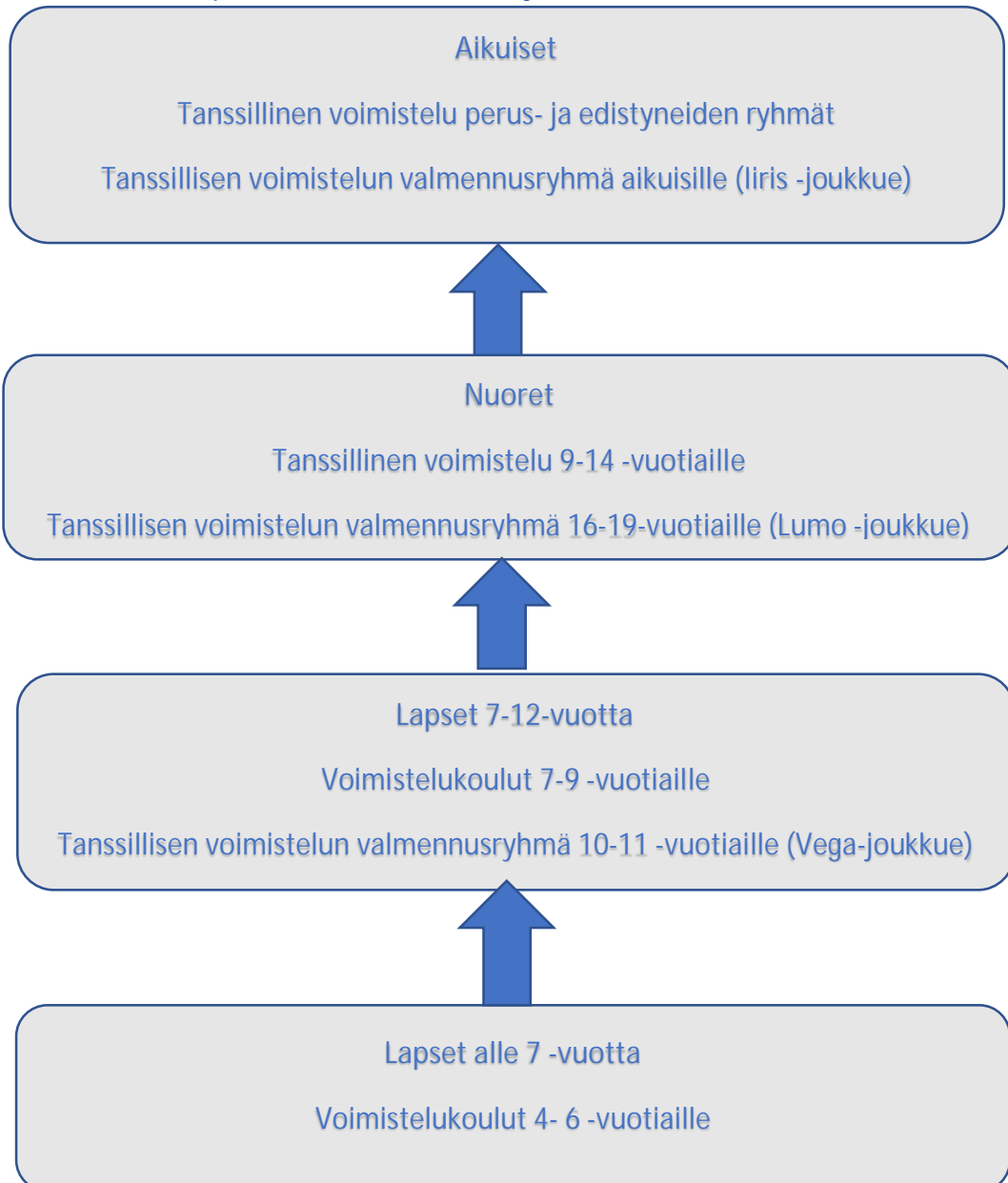
Päivityksen tekijä:



TAMPEREEN  
NAISVOIMISTELIJAT RY

18

## 7.2 Tanssillisen voimistelun polku kohti valmennusryhmää



---

Toimintakäsikirja on päivitetty viimeksi 30.10.2021

Aihe:

Päivityksen tekijä:



### 7.3 Tanssillisen voimistelun valmennustoiminta ja kilpaileminen

TNV:n tanssillisen voimistelun valmennustoiminta kuvataan kausittain joukkueiden toimintasuunnitelmissa. Kilpailevat joukkueet osallistuvat Voimisteluliiton valtakunnallisiin kilpailuihin ja cup-kilpailuihin. Joukkueet noudattavat Voimisteluliiton tanssillisen voimistelun kilpailusääntöjä [Säännöt\\_tanssillisen voimistelun kilpailu.pdf](#).

Kilpailutoimintaan mukaan lähteviltä edellytetään sitoutumista tavoitteelliseen harjoitteluun ja kilpailutoimintaan osallistumista vähintään koko kaudeksi. Toiminnan painopisteinä ovat terveys, hyvinvointi ja yhdessä tekeminen. Lasten ja nuorten valmennusryhmissä myös perheiden tuki ja osallistuminen valmennusryhmien toimintaan on välttämätöntä esim. joukkueenjohtajan tai talousvastaavan tehtävissä.

TNV:ssä on kahdella henkilöllä tanssillisen voimistelun tuomarikoulutus, tuomarit osallistuvat kilpatoimintaan kausittain. TNV osallistuu kilpailujen järjestämiseen käytettävissä olevien resurssien mukaisesti.

### 7.4 Näytös- ja esiintymistoiminta ja suur tapahtumiin osallistuminen

TNV:n tavoitteena on järjestää kausittain näytös tai jokin pienempi esiintymistapahtuma. Näytöksissä esiintyvät eri ikäiset harrastajat, esiintyvät ryhmät ja valmennusryhmät.

TNV järjestää jäsenilleen mahdollisuuden osallistua kansallisiin ja kansainvälisiin voimistelun suur tapahtumiin esim. Golden Age, Suomi Gymnaestrada ja World Gymnaestrada.

## 8 Turvallisuus ja ongelmatilanteiden ratkaisu

### 8.1 Toiminnan turvallisuus

TNV:n toiminnassa kiinnitetään huomiota ennaltaehkäisyyn, jotta tapaturmia tai muita turvallisuuden vaarantavia tilanteita ei satu. Jokaisella seuran toimijalla ja toimintaan osallistuvalla on oma vastuunsa asiasta. Ohjaajat ja valmentajat varmistavat harjoitteiden turvallisuuden ja osallistujat toimivat turvallisuus huomioiden.

Noudatamme huolellisuutta ja toimimme vastuullisesti tilojen käytössä. TNV:n tunnit ovat Tampereen kaupungin, Varalan urheiluopiston ja Takon Soutajien tiloissa, mutta myös ulkona jumpataan etenkin kesällä. Puutteista tiloissa tulee ilmoittaa liikuntapalveluihin, akuutissa tapauksessa soitto numeroon 112 tai vartijalle. TNV järjesti ohjaajilleen ja toimihenkilöille ea-kurssin 2018, ja uuden kurssin tarvetta on tarkoitus selvittää 2021 syksyllä. Koronapandemiaan liittyviä turvaohjeita noudatetaan Avi:n ja Tampereen koronanyrkin linjausten mukaisesti.



TAMPEREEN  
NAISVOIMISTELIJAT RY

20

## 8.2 Seuran ongelmanratkaisumalli ja toiminta ongelmatilanteissa

TNV:ssä ongelmiin etsitään ratkaisua viipymättä. Kiusaamiseen, syrjintään tai muuhun epäasialliseen käytökseen on nollatoleranssi. Lähtökohtaisesti asioiden selvittäminen tapahtuu niiden ihmisten kesken, joita asia koskee. Johtokunta tukee ja ottaa kantaa tarvittaessa, nuorten ohjaajien, valmentajien ja voimistelijoiden tukemiseen kiinnitetään erityishuomiota.

Ikävätkin asiat saadaan yleensä menemään hyvään suuntaan, kun selvittely aloitetaan. Toiminnan edelleen kehittämisen kannalta on tärkeää ottaa opiksi haasteellisista tilanteista, kuunnella eri osapuolia ja palautteita tarkasti. Ihmisistä huolen pitämisen näkökulma tulee olla kaikessa tekemisessä mukana.

---

Toimintakäsikirja on päivitetty viimeksi 30.10.2021

Aihe:

Päivityksen tekijä: