



## **Salpausselän Naisvoimistelijat – Liikuntaseuralle**

### **Vastuullisuusohjelma**

Teea-Tuulikki Kärhä

Haaga-Helia ammattikorkeakoulu

Liikunnanohjaajan tutkinto

Opinnäytetyö

2024

## Tiivistelmä

<b>Tekijä(t)</b> Teea-Tuulikki Kärhä
<b>Tutkinto</b> Liikunnanohjaaja
<b>Raportin/Opinnäytetyön nimi</b> Salpausselän Naisvoimistelijat - Liikuntaseuralle Vastuullisuusohjelma
<b>Sivu- ja liitesivumäärä</b> 38 + 12
<p>Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli päivittää vastuullisuusohjelma lahtelaiselle liikuntaseuralle, Salpausselän Naisvoimistelijat ry:lle. Tässä opinnäytetyössä tarkoituksena oli kehittää käytännönläheinen vastuullisuusohjelma, joka tukee seuran vastuullisuuden pitkäjänteistä kehittämistä. Ohjelman tavoitteena oli varmistaa vastuullisuuden näkyminen seuran kaikilla toiminnan tasoilla, kuten johtokunnan toiminnassa ja ohjaajien työskentelyssä.</p> <p>Vastuullisuusohjelmassa keskityttiin sosiaalisen vastuullisuuteen, kun taas taloudellinen ja ympäristövastuu rajattiin työn ulkopuolelle.</p> <p>Vastuullisuusohjelman tietoperusta rakentui liikunta-alan erityispiirteiden, kuten kolmannen sektorin toiminnan, sekä alan lainsäädännön ja ohjaavien tahojen, kuten Suomen Valtioneuvoston ja Suomen Olympiakomitean, suositusten pohjalta. Lisäksi tarkasteltiin toimeksiantajan lajiliiton, Suomen Voimisteluliitto ry:n, vastuullisuusohjeita. Vastuullisuusohjelmassa huomio kiinnitettiin sosiaaliseen vastuuseen ja eettiseen toimintaan, jotka antoivat pohjan epäasialliseen toimintaan puuttumiselle ja tunnistamiselle. Tietoperustassa hyödynnettiin myös kestävän kehityksen ja vastuullisuuden määritelmiä. Tietoperustassa liikuntapedagogisia kehyksiä hyödynnettiin vastuullisuusohjeiden laadinnassa tukemaan laadukasta ohjaustyötä.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin osallistavan toimintatutkimuksen menetelmällä. Tiedonkeruumenetelmänä käytettiin kyselyä seuran henkilöstölle, haastattelua seuran puheenjohtajan kanssa sekä vertailuanalyysiä muiden seurojen vastuullisuusohjelmista. Tuloksena päivitettiin ohjaajien vastuullisuusohje ja laadittiin hallinnolle toimintasuunnitelma vastuullisuuden edistämiseksi. Näiden tulosten pohjalta seuralla luotiin materiaalit nettisivujen päivitykseen, tiedon saatavuuden ja toiminnan läpinäkyvyyden parantamiseksi. Toimenpiteet suunniteltiin huomioiden seuran rajalliset resurssit, ja ne pyrittiin tekemään konkreettisiksi, helposti toteutettaviksi ja seuran arkeen sopiviksi.</p> <p>Vastuullisuusohjelma tarjoaa seuralle selkeän työkalun vastuullisuustyön kehittämiseen sekä jatkuvaan arviointiin ja seurantaan. Ohjelman käyttöönotto on suunniteltu alkavaksi vuoden 2025 alussa, ja sen odotetaan toimivan pohjana seuran vastuullisuustoimien jatkokehittämiselle.</p>
<b>Asiasanat</b> Vastuullisuusohjelma, sosiaalinen vastuullisuus, seuratoiminta

# Sisällys

1	Johdanto .....	1
1.1	Taustat .....	2
1.2	Tavoitteet .....	2
1.3	Menetelmät .....	2
2	Liikunta toimintaympäristönä .....	4
2.1	Seuratoiminta .....	4
2.2	Vapaaehtoistyö liikuntaseurassa .....	5
3	Vastuullisuutta ohjaavat tahot liikunta-alalla .....	6
4	Kestävä kehitys ja vastuullisuus .....	13
5	Sosiaalinen vastuullisuus .....	15
5.1	Vastuullisuutta mittaava työkalu .....	16
5.2	Sosiaalisen vastuullisuuden mittaaminen .....	16
5.3	Liikunnan parissa kiusaaminen ja ehkäisy .....	16
6	Liikuntapedagogiikka .....	20
6.1	Vuorovaikutus ja ohjaajana toimiminen .....	20
6.2	Viestintä .....	20
6.3	Ryhmä.....	21
7	Vastuullisuusohjelman prosessi.....	23
7.1	Toimeksiantaja .....	23
7.2	Nykytila .....	23
7.3	Tarve ja kohderyhmä.....	24
7.4	Vastuullisuusohjelman rajoitteet .....	24
7.5	Vastuullisuusohjelman tavoitteet .....	25
7.6	Vastuullisuusohjelman rakenne .....	25
7.7	Vastuullisuusohjelman mittarit, aikataulu .....	26
7.8	Vastuullisuusohjelman tutkimusmenetelmät .....	26
7.9	Vastuullisuusohjelman prosessikaavio .....	29
8	Pohdinta .....	30
8.1	Tarve ja haasteet .....	30
8.2	Tutkimusmenetelmät ja tulokset .....	30
8.3	Tuotokset .....	32
8.4	Yhteenveto, jatkojalostus ja suositukset .....	33
8.5	Eettisyys ja luotettavuus .....	34
8.6	Oppiminen.....	34

Lähteet.....	35
Liitteet.....	39
Liite 1. Vastuullisuuskysely seuralle.....	39
Liite 2. Ohjaajien vastuullisuusohje, laadukkaan ohjaamisen muistilista .....	44
Liite 3. Ohjaajien vastuullisuusohje, epäasialliseen käytökseen puuttuminen .....	47
Liite 4. Johtokunnalle vastuullisuuden toimintasuunnitelma .....	49

# 1 Johdanto

Vastuullisuus voi tarkoittaa monia eri asioita, ja sen merkitys vaihtelee kontekstin mukaan. Urheilussa vastuullisuus liitetään usein eettiseen ja reiluun toimintaan, jossa huomioidaan säännöt, toiset ihmiset ja ympäristö. Yritysten ja organisaatioiden osalta vastuullisuus tarkoittaa toimintaa, joka tukee kestävästä kehitystä, minimoi ympäristöhaitat, kunnioittaa ihmisoikeuksia ja työoikeuksia, on eettisesti kestävä ja hyvin johdettua. Vastuullinen liiketoiminta tuottaa myös taloudellista ja yhteiskunnallista hyvää. Vastuullinen yritys pyrkii ratkaisemaan yhteiskunnallisia ongelmia ja edistämään luonnon ja ihmiskunnan hyvinvointia. Tällainen yritys ymmärtää roolinsa yhteiskunnassa, vaikutuksensa eri sidosryhmiin. Se toimii aktiivisesti paremman ja kestävämmän tulevaisuuden rakentamiseksi. (Rantakari 2023.)

Vastuullisuus on noussut keskeiseksi teemaksi myös liikuntapolitiikassa. Sen toteutuminen käytännössä kuitenkin kohtaa monia haasteita. Jyväskylän ammattikorkeakoulun tutkimuksessa, jossa haastateltiin 33 eri lajiliittojen ja seurojen edustajaa, ilmeni, että resurssien vähyys on yksi merkittävimmistä esteistä vastuullisuuden kehittämiseksi. Liikuntaseurojen resurssit kohdistetaan usein suoraan ydintoimintoihin, kuten harjoitusten järjestämiseen. Tällöin vastuullisuuden edistäminen, erityisesti sosiaalisen ja eettisen vastuun osalta, jäävät vähäiselle huomiolle. Vapaaehtoisuuteen perustuva toiminta tuo omat erityispiirteensä vastuullisuuden toteuttamiseen. Vapaaehtoisten käytettävissä oleva aika ja osaaminen ovat rajallisia, mikä voi vaikeuttaa esimerkiksi eettisten ohjeistusten laatimista ja noudattamista. Lisäksi liikuntaan liittyvä kilpailuhenkisyys, kunnianhimo ja tunnepitoisuus voivat osaltaan estää eettisen toiminnan kehittämistä. Eettisten kysymysten, kuten häirinnän ehkäisyn, yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon edistämisen, tulkinnat voivat myös vaihdella suuresti eri toimijoiden välillä. Tämä voi tehdä yhtenäisten käytäntöjen ja riitatilanteiden ratkaisun haastavaksi. (Oja & Lehtonen 2024.)

Tutkimuksessa korostettiin myös paikallistason merkitystä vastuullisuuden käytännön toteutuksessa. Valtakunnalliset ohjeistukset eivät aina vastaa paikallisten seurojen arkea, jossa vastuullisuus konkretisoituu esimerkiksi harrastusmaksujen määrittelyssä, joukkuejaoissa tai valmentajien asettamissa vaatimuksissa. Näiden arjen päätösten tulee olla linjassa sekä eettisten periaatteiden että seuran resurssien kanssa. (Oja & Lehtonen 2024.)

Vastuullisuuden kehittämiseksi liikuntaseuroissa tarvitaan konkreettisia toimintamalleja ja selkeitä mittareita, joiden avulla voidaan arvioida edistymistä. Paikallisten seurojen tarpeet ja olosuhteet vaihtelevat huomattavasti, joten vastuullisuutta tulisi tarkastella pienempinä osa-alueina, jotka vastaavat kunkin seuran erityispiirteitä. Konkreettisten ohjeiden ja mittareiden puuttuessa vastuullisuuden kehittäminen voi tuntua päämäärättömältä. Liikunta-alalla kaivataan yhä enemmän tietoa siitä,

miten vastuullisuuden edistämiseen tähtäävät toimenpiteet ovat jo vaikuttaneet, jotta vastuullisuustyön tavoitteet olisivat selkeästi määriteltävissä ja saavutettavissa. (Oja & Lehtonen 2024.)

Näihin vastuullisuuteen liittyvä haasteiden kokonaisuus tarjoaa taustaa Salpausselän Naisvoimistelijat ry:n vastuullisuusohjelmalle, joka keskittyy erityisesti sosiaalisen vastuun edistämiseen. Ohjelmassa pyritään vastaamaan haasteisiin, joita liikuntaseurojen arjessa kohdataan. Luomaan konkreettisia, toteutettavissa olevia toimintamalleja paikallistasolla.

### **1.1 Taustat**

Salpausselän Naisvoimistelijat ry on Lahdessa toimiva liikuntaseura, joka palvelee eri-ikäisiä paikallisia liikkujia. Seuran toimintaa ohjaavat monipuolisen kokemustaustan omaavat ohjaajat, ja johtokunta koostuu kahdeksasta vapaaehtoisesta jäsenestä. Vuoden 2024 loppuun mennessä Suomen Voimisteluliitto ry on ohjeistanut kaikkia jäsenyhdistyksiään laatimaan vastuullisuusohjelman, mikä tekee vastuullisuuden kehittämisestä ajankohtaista myös Salpausselän Naisvoimistelijat ry:ssä.

### **1.2 Tavoitteet**

Seuran tavoitteena on tehdä vastuullisuudesta konkreettinen ja näkyvä arvo, joka läpi leikkaa koko toiminnan ja tavoittaa kaikki sidosryhmät. Vaikka seura on jo ottanut askelia taloudellisen vastuullisuuden ja ympäristövastuun edistämässä, nyt huomio kohdistetaan sosiaaliseen vastuuseen. Vastuullisuusohjelman avulla seurassa pyritään luomaan yhtenäisiä toimintamalleja, parantamaan ohjaajien ja harrastajien hyvinvointia sekä varmistamaan, että toiminta on turvallista, yhdenvertaista ja eettisesti kestävää.

Ohjelman konkreettisina tuotoksina syntyvät seuran johtokunnalle suunnattu vastuullisuuden toimintasuunnitelma sekä ohjaajille tarkoitettu vastuullisuusohje. Toimintasuunnitelma tarjoaa johtokunnalle selkeän, helposti toteutettavan to do -listan, joka huomioi seuran vapaaehtoistoiminnan rajoitukset ja mahdollistaa vastuullisuustoimien toteuttamisen matalalla kynnyksellä. Ohjaajien vastuullisuusohje puolestaan sisältää käytännön ohjeita ja toimintamalleja, jotka tukevat ohjaajien hyvinvointia, auttavat ennaltaehkäisemään riskejä ja luovat turvallisen harrastusympäristön kaikille osapuolille. Näiden työkalujen avulla seura saa myös valmiin pohjan nettisivujen ja viestintämateriaalien päivittämiseen, jotta vastuullisuus näkyy entistä selkeämmin kaikille seuran sidosryhmille.

### **1.3 Menetelmät**

Vastuullisuusohjelman kehittämisessä hyödynnetään osallistavan toimintatutkimuksen menetelmää, jonka osana toteutetaan haastattelu seuran puheenjohtajan kanssa. Haastattelun avulla

kartoitetaan seuran nykyinen tilanne, asetetaan tavoitteet ja määritellään vastuullisuusohjelman rakenne ja malli. Lisäksi ohjelman tueksi toteutetaan kyselytutkimus, jolla kerätään jäsenistön näkemyksiä ja palautetta sosiaalisen vastuun kehittämiseksi sekä tarkennetaan ohjelman tavoitteita. Näin pyritään varmistamaan, että ohjelma vastaa seuran jäsenten tarpeita ja tarjoaa uusia näkökulmia vastuullisuuden edistämiseen.

## 2 Liikunta toimintaympäristönä

Liikuntaliiketoiminnan ekosysteemi eroaa muista toimialoista. Siinä yhdistyvät vahvasti yksityisen, julkisen ja kolmannen sektorin toiminta ja intressit. Julkiset toimijat, kuten kunnat, kaupungit ja valtio, tarjoavat ja rahoittavat merkittävästi liikuntapaikkoja ja -palveluita. Liikuntaseurat, eli kolmas sektori on ollut Suomessa perinteinen liikuttaja. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2014, 8.)

Yksityinen sektori tarkoittaa elinkeinoelämän toimijoita, jotka ovat yksityisessä omistuksessa – käytännössä siis yrityksiä ja yhtiöitä (Stenbacka, Mäkinen, Lämsä & Nieminen 2018, 12). Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisussa mainitaan näin: ”Opetus- ja kulttuuriministeriö vastaa liikuntapolitiikan yleisestä johdosta. Aluehallintovirastot vastaavat liikunnan aluehallinnon tehtävistä. Opetus- ja kulttuuriministeriö tekee tehtävää hoitaessaan yhteistyötä kuntien, kansalaisjärjestöjen ja muiden liikunta-alan toimijoiden kanssa. Kunnat vastaavat liikunnan olosuhteista ja yleisistä edellytyksistä asukkailleen ja tukevat muun muassa paikallista liikuntaseuratoimintaa. Myös kunnilla on yhteistyön velvoite toimialojen kesken sekä alueellisesti eri toimijoiden kanssa. Liikuntatoimintaa ja -palveluja tuottavat liikuntajärjestöt paikallisella, alueellisella ja valtakunnallisella tasolla. Yhteistyössä paikallisella tasolla on myös yksityinen sektori (liikunta-alan yritykset ja yrittäjät)”. (Backman, Hysälä, Kivelä, Norppa, Virta, & Vuolasto 2023, 19–20.)

Puhuttaessa hybridikäytännöstä, tarkoitetaan julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin toimijasuhteiden muutosta, jolloin eri sektoreiden toimijat toimivat yhteistyössä tilanteen ja ympäristön mukaan. Liikuntakulttuurissa hybridisaatio ilmenee kolmen sektorin yhteistyökäytäntöinä, seurojen merkityksen lisääntymisenä kuntien liikuntapalvelutuotannon kokonaisuutena sekä toimijoiden välisinä riippuvuussuhteina. (Itkonen 2021, 88.)

### 2.1 Seuratoiminta

Tässä opinnäytetyössä käytetään nimitystä liikuntaseura, Liikunta- ja urheilu nimityksen sijaan, sillä se kuvaa paremmin työn keskeistä aihepiiriä ja tarkasteltavaa toimintakokonaisuutta.

Seuratoiminta kuuluu kolmanteen sektoriin, jolla on suuri vaikutus liikunta-alan toimintaympäristössä. Suomen Olympiakomitea ry (Olympiakomitea) mukaan liikuntaseuratoiminnassa on mukana kolmasosa suomalaisista eri tavoin muun muassa harrastamalla, kilpailemalla, tekemällä vapaaehtoistyötä. Suomessa seuratoimintaan osallistuu eri rooleissa 1,8 miljoonaa ihmistä. (Olympiakomitea s.a.)

Valtioneuvoston julkaisussa noin 60 prosenttia 9–15-vuotiaista suomalaislapsista on mukana seuratoiminnassa, aikuisista seurojen jäseniä on 13 prosenttia. Toimivia liikuntaseuroja yhdistysrekisterissä tällä hetkellä on noin 14 000 ja kuntien tietojen mukaan toimivien liikuntaseurojen määrä on

9 000–11 000. Suomalaisissa liikuntaseuroissa on keskimäärin 359 jäsentä, puolessa liikuntaseuroista on enintään 165 jäsentä. Pienien liikuntaseurojen osuus on suuri, enintään sadan jäsenen liikuntaseuroja on 39 prosenttia, keskikokoisia noin 100–500 jäsenen seuroja on 43 prosenttia ja suuria yli 500 jäsenen seuroja on vähän alle viidennes eli 18 prosenttia. (Koski & Mäenpää 2020.)

Liikuntaseuratoiminta muodostaa Suomen suurimman kansanliikkeen. Organisoidun liikuntatoiminnan ytimenä voidaan pitää seuratoimintaa, ilman seuratoimintaa liikuntakulttuurin menestyksellistä tulevaisuutta on vaikea kuvitella. (Itkonen 2021, 77–78.) Liikuntaseurat ovat keskeisiä liikuttajia Suomessa ja toimivat samalla tärkeinä lasten ja nuorten psykososiaalista kehitystä tukevin ympäristöinä. Olipa kyseessä yksilö- tai joukkuelaji, seuratapahtumissa lapset ja nuoret kohtaavat eri taustoista tulevia ikätovereitaan. Näiden kohtaamisten kautta he oppivat sekä toimimaan ryhmän jäsenenä että osana ryhmää, mikä edistää arjen vuorovaikutustilanteissa tarvittavien sosiaalisten taitojen kehittymistä. (Konttinen 24.5.2024.) Seurojen merkitystä suomalaisten liikuntapalveluiden tuottajana ja tarjoajana ei voi kiistää, ja niissä ympyröissä lapset ja nuoret saattavat viettää vuosia samojen seurojen kasvatteina.

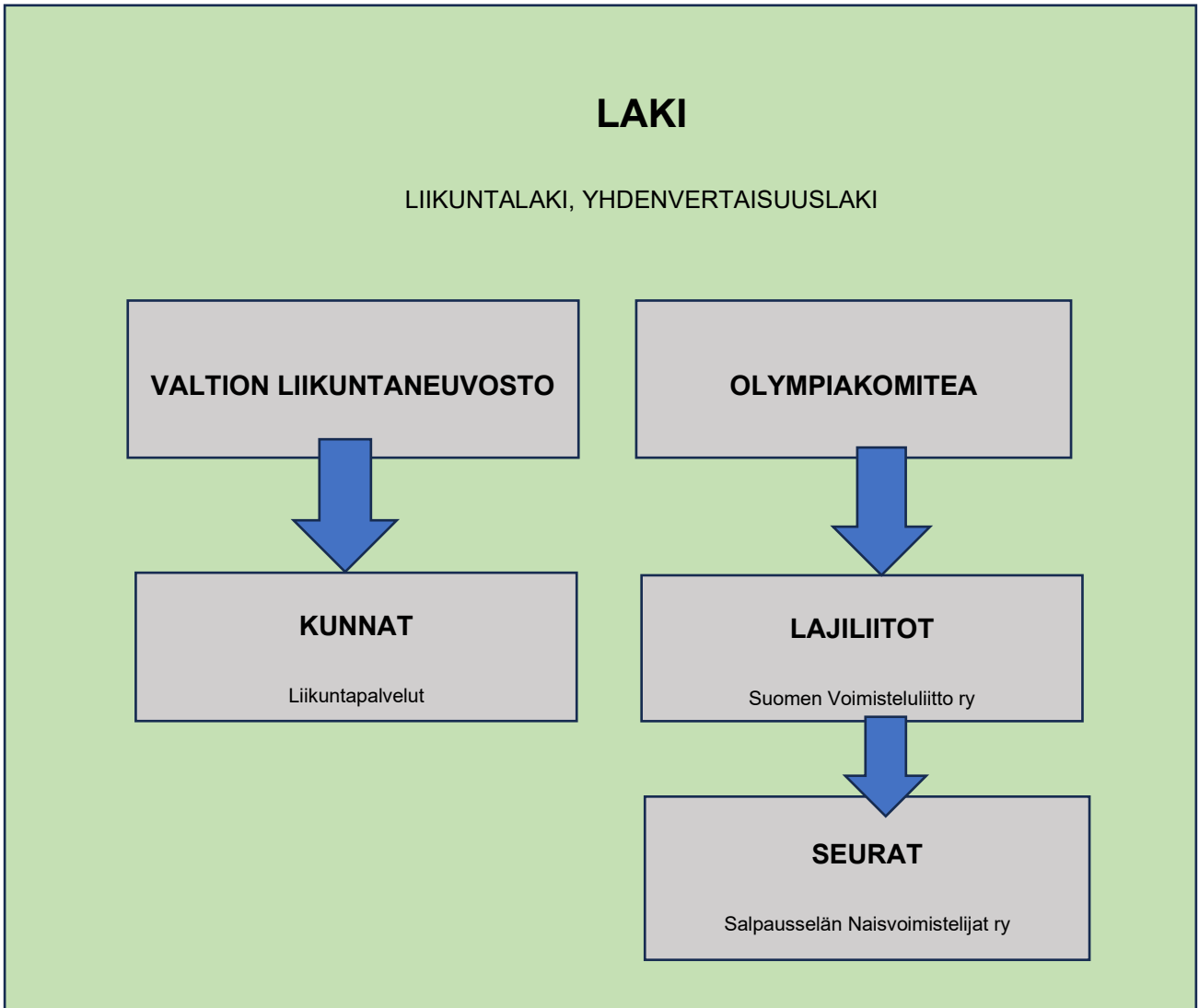
## **2.2 Vapaaehtoistyö liikuntaseurassa**

Liikuntaseuratoiminnan mahdollistaa usein vapaaehtoistyö. Liikunnan vapaaehtoistyötä tekee noin viidennes väestöstä, eli 845 000 ihmistä. Keskimäärin vapaaehtoistyötä tehdään 7,3 tuntia kuukaudessa, eli vuositasolla suomalaiset tekevät vapaaehtoistyötä noin 74 miljoonaa tuntia. Tämän työn taloudellinen arvo asettuu arviolta 0,9 ja 1,5 miljardin euron välille, riippuen laskentatavasta. Vapaaehtoistyön osuus seuroissa on siis olennainen. (Mäkinen 2018, 43; Itkonen 2021, 78.)

Seuratoiminta kehittyä ja rakenteet muuttuvat. Seuroihin on palkattu yhä enemmän henkilöitä työsuhteisiin. Vuonna 2016 joka viidennellä seuralla oli ainakin yksi päätoiminen työntekijä. Kolmas sektori on muutoksessa: perinteisesti se keskittyi tiettyjen ryhmien etujen ajamiseen ja toiminnan järjestämiseen vapaaehtoisten voimin. Nykyään kolmannen sektorin toiminta suuntautuu kuitenkin yhä enemmän palveluiden tuottamiseen, myymiseen ja työllistämiseen, joka mahdollistaa palkan maksun asiantuntijoille. (Itkonen 2021, 77–78,87.)

### 3 Vastuullisuutta ohjaavat tahot liikunta-alalla

Vastuullisuutta liikunta-alalla ohjaa useat tahot (kuva 1). Lait ja tahot ovat liikuntalaki ja yhdenvertaisuuslaki, Valtion liikuntaneuvosto, Olympiakomitea sekä Suomen Voimisteluliitto ry (Voimisteluliitto), kun kyseessä on voimistelua ja liikunta palveluita tarjoava seura.



Kuva 1. Vastuullisuutta ohjaavat lait ja tahot seuran näkökulmasta, rakenne

Eduskunnan päätöksellä määritellyt lait ovat vastuullisuustyön perusta liikunta-alalla, keskeisimpiä niistä ovat:

- ”liikuntalaki, jonka tavoitteena on tasa-arvo, yhdenvertaisuus, yhteisöllisyys, monikulttuurisuus, terveet elämäntavat sekä ympäristön kunnioittaminen sekä kestävä kehitys” (laki liikunnan oikeustoimista 390/2015)

- ”yhdenvertaisuuslaki, jonka tarkoituksena on edistää yhdenvertaisuutta ja ehkäistä syrjintää sekä tehostaa syrjinnän kohteeksi joutuneen oikeusturvaa” (laki yhdenvertaisoikeudellisista oikeustoimista 1325/2014)

Vastuullisuutta valtio tasolla ohjaa myös Valtion liikuntaneuvosto. Se on opetus- ja kulttuuriministeriön asiantuntijaelin. Sen lakisääteinen tehtävä on arvioida valtionhallinnon toimenpiteiden vaikutuksia liikunnan alueella. Neuvosto tekee aloitteita ja kehitysehdotuksia, antaa lausuntoja liikuntamäärärahojen käytöstä ja strategisesti merkittävistä liikuntaa koskevista asioista. Valtioneuvosto asettaa sen toimimaan eduskunnan toimikauden ajan. (Valtion Liikuntaneuvosto s.a.)

Vastuullisuutta ohjaavat myös muut tahot kuten Olympiakomitea. Olympiakomitea on valtakunnallinen liikuntajärjestö. Sen tehtävänä on edistää suomalaisten liikunnallista elämäntapaa, luoda mahdollisuuksia laadukkaalle ja uudistuvalla seuratoiminnalle sekä tuottaa menestystä huippu-urheilussa. (Olympiakomitea s.a.)

Olympiakomitean vastuullisuusohjelma (kuva 2) toimii vastuullisuustyön raamina ja perustana. Lajiliitot muokkaavat siitä omien lajien ja seurojen vastuullisuusohjelmia. Olympiakomitean vastuullisuusohjelma perustuu liikuntayhteisön yhteiseen vastuullisuusohjelmaan, Reilun pelin eettisiin periaatteisiin ja YK:n kestävän kehityksen tavoitteisiin. (Olympiakomitea s.a.)



Kuva 2. Urheiluyhteisön vastuullisuusohjelma (Olympiakomitea 2020)

Olympiakomitean sivuilla paljon hyödyllistä materiaalia seuratoiminnan kehittämiseen ja vastuullisuusohjelmien hyödyntämiseen, kuten tavoitteena vastuullinen seuratoiminta- ohje (kuva 3).



Kuva 3. Tavoitteena vastuullinen seuratoiminta -ohje (Olympiakomitea 2024)

Voimisteluliitto on voimistelun lajiliitto, jonka jäsenseuroissa järjestetään voimistelua. Liittotoiminta aloitti toimintansa 125 vuotta sitten, vuonna 1896. Suomen voimisteluliitossa on 323 seuraa, joissa noin 119 000 jäsentä. Se on yksi Suomen suurimmista lajiliitoista. Suomen suurin tyttöjen ja naisten liikuttaja. Liitto tarjoaa koulutusta noin 4 000 ohjaajalle, valmentajalle ja seurajohtajalle vuosittain. (Voimisteluliitto 2023.)

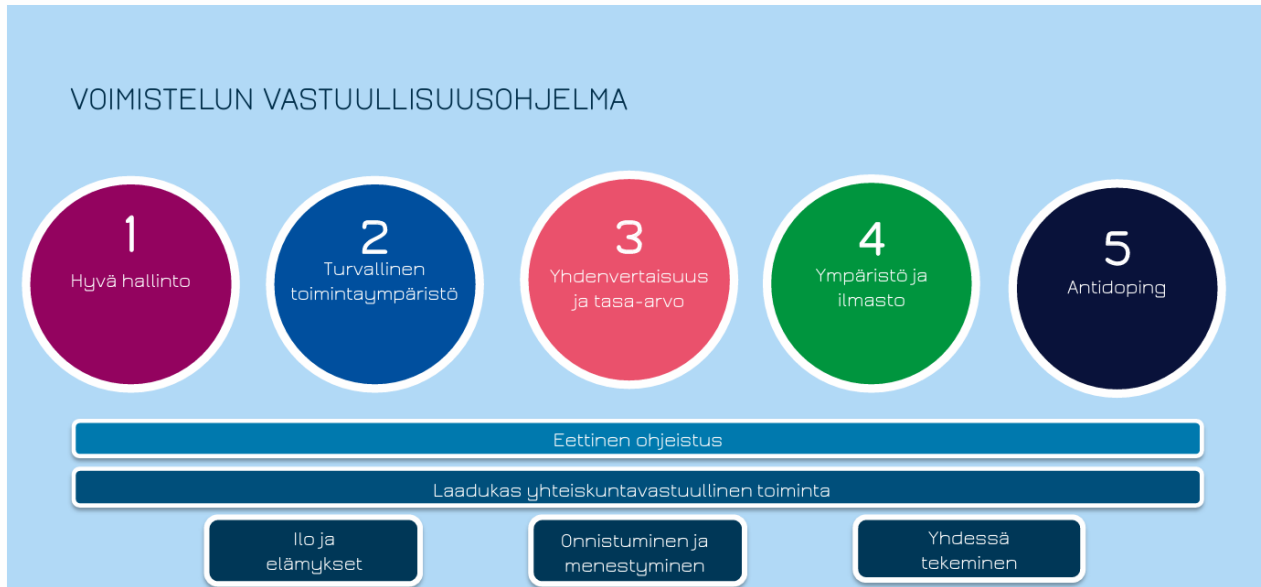
Voimisteluliitto on laatinut oman toteuttamismallin, joka perustuu yhteisiin ohjaaviin ohjelmiin ja periaatteisiin. Mallin toimintaa ohjaavat voimistelun eettiset periaatteet (kuva 4) sekä voimistelun vastuullisuusohjelma (kuva 5). (Voimisteluliitto 2023.) Salpausselän naisvoimistelijat ry:lle laadittava vastuullisuusohjelma pohjautuu pitkälti Voimisteluliiton ja Olympiakomitean ohjeistuksiin.



Kuva 4. Voimistelun eettiset periaatteet (Voimisteluliitto 2023)

”Voimisteluliiton vastuullisuusohjelma pitää sisällään viisi pääteemaa (kuva 5)

- **Hyvä hallinto**, Voimistelutoiminnan tulee olla hyvän hallintotavan mukaista läpinäkyvää, avointa ja jäsenistöään osallistavaa toimintaa.
- **Turvallinen toimintaympäristö**, voimistelussa huomioidaan jokaisen oikeus psyykkiseen, sosiaaliseen ja fyysiseen turvallisuuteen. Toiminnan sekä harjoitus- ja kilpailuolosuhteiden tulee olla turvallisia. Kun toimintaprosessimme ovat selkeitä ja mahdollisiin epäkohtiin puututaan, luo se toimintaympäristöstä turvallisen yhdessä positiivisen ilmapiirin kanssa.
- **Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo**, voimistelun yhdenvertaisuus- ja tasa-arvotyön johtoajatuk-sena toimii jokaisen tasavertainen mahdollisuus voimisteluun. Haluamme mahdollistaa voi-mistelun kaikille ja edistää tasa-arvoa liikunnan ja urheilun parissa. Voimistelu yhteisössä jokainen on arvokas omana itsenään.
- **Ympäristö ja ilmasto**, Voimistelussa kannamme vastuun ympäristöstä ja pyrimme kai-kessa toiminnassamme huomioimaan kestävän kehityksen. Suosimme lähiliikuntaa, kiinni-tämme huomiota materiaalikulttuuriin sekä huomioimme tapahtumissa ja kilpailuissa synty-vät ympäristövaikutukset.
- **Antidoping**, Voimisteluliiton tavoitteena on vaalia puhdasta urheilua sekä taata kaikille jä-senilleen oikeus reiluun ja tasavertaiseen urheiluun. Reilussa ja puhtaassa urheilussa kaikki lähtee kunnioituksesta: puhtain keinoin huipulle pyrkivä urheilija kunnioittaa toisia ur-heilijoita sekä yhteisiä sääntöjä sekä vaalii samalla omaa hyvinvointiaan.” (Voimisteluliitto 2023.)



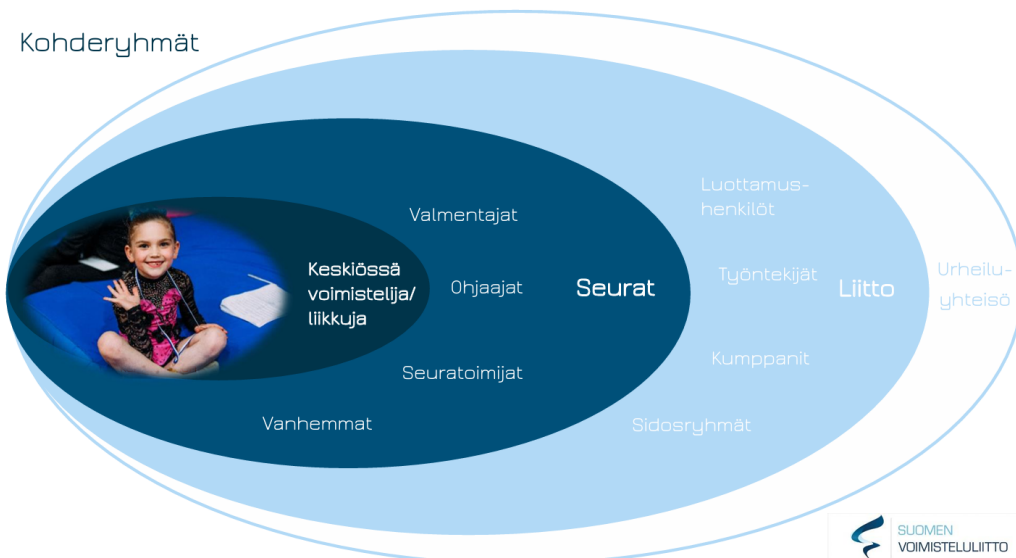
*Voimistelu liikuttaa!*



Kuva 5. Voimistelun vastuullisuusohjelma (Voimisteluliitto 2023)


Salpausselän Naisvoimistelijat ry vastuullisuusohjelma pitää sisällään Voimisteluliiton vastuullisuusohjelman mallin, josta käy ilmi seuran vastuullisuutta tukevat käytänteet. Voimisteluliiton (2023) ohjelmien ja ohjeiden keskiössä on liikkuja (kuva 6), vaikka ohjelmat kattavat useita kohderyhmiä liikkujan ympärillä.

Kohderyhmät



Kuva 6. Voimistelun vastuullisuusohjelma, kohderyhmät (Voimisteluliitto 2023)

Voimisteluliitto on laatinut seuroille vastuullisuusaskeleet, joiden avulla seurat saavat vastuullisuusteemat haltuun. Vastuullisuusaskeleet aloitetaan aina perustasolta (kuvat 7a ja 7b) ja riippuen seuran koosta ja kilpailuaktiivisuudesta voi seura ottaa haltuunsa myös tähtitason ja pro-tason. (Voimisteluliitto 2023.) Salpausselän Naisvoimistelijat ry:lle on laadittu ohjelma, joka kattaa perustason vastuullisuusteemat.



SUOMEN  
VOIMISTELULIITTO

---

Perustaso - Tarkistuslista

Hyvä  
hallinto

- Seuran hallitus/johtokunta tutustuu ja sitoutuu urheilun yhteisiin [reilunpelin periaatteisiin](#) sekä [voimistelun eettisiin periaatteisiin](#).
- Seuran hallitus/johtokunta tutustuu [voimistelu.fi sivujen vastuullisuusosioon](#)
- Seuran työntekijöillä on lain mukaiset [työsopimukset](#) sekä muut työsuhteeseen liittyvät asiat kunnossa
- Seuran [säännöt](#) ovat kunnossa ja ajantasaiset, seura ylläpitää jäsenluetteloa ja seuran taloushallinto on hoidettu lainmukaisesti.
- [Yhdistysrekisterin](#) tiedot ovat ajantasaiset

Turvallinen  
toiminta-  
ympäristö

- Työsuhteen/toiminnan alkaessa alaikäisten kanssa työskenteleviltä tarkastetaan ja vapaaehtoisilta suositellaan tarkastettavaksi [rikosrekisteriotteet](#)
- Seuran eri toimijoilla on pelisäännöt, joita kaikki noudattavat (voimistelijat, vapaaehtoiset, valmentajat, hallinto jne)
- Seuran hallitus/johtokunta tutustuu [Lasten voimistelun linjauksiin](#) ja [Lasten laadukkaan voimistelun materiaaleihin ja periaatteisiin](#)
- Seuran johtokunta/hallitus on tutustunut [Turvallisesti voimistelussa – materiaaliin](#).
- Seuralla on ohjeet epäasianlaisen käytöksen tilanteisiin puuttumiseen, ja ne ovat avoimesti nähtävillä seuran jäsenille. Nettisivuilla on linkitykset [Et ole yksin palveluun](#).
- Seuralla on/seura työstää vastuullisuusohjelmaa, joka sisältää vähintään vastuullisuusyhteyshenkilön tiedot, linkin Et ole yksin -palveluun ja ohjeet epäasianlaisen käytöksen tilanteisiin puuttumiseen. Tiedot ovat avoimesti jäsenistön saatavilla. Seuran toimijat ovat sitoutuneet noudattamaan ohjelmaa.

Yhden-  
vertaisuus  
ja tasa-arvo

- Seuran hallitus/johtokunta tutustuu [yhdenvertaisuus ja tasa-arvo materiaaleihin](#) sekä arvioi teemojen toteutumista omassa seurassa.

Voimistelu liikuttaa!

Suomen Voimisteluliitto | Valimotie 10 | 00380 Helsinki | [www.voimistelu.fi](http://www.voimistelu.fi)

Kuva 7a. Perustason tarkistuslista (Voimisteluliitto 2023)



Antidoping

- Seuran hallitus/johtokunta tutustuu Voimisteluliiton [antidoping-ohjelmaan](#) ja arvioi sen roolia ja vaikutuksia seuran toimintaan.



Ympäristö  
ja ilmasto

- Seuran hallitus/johtokunta tutustuu Voimistelun [ympäristöohjelmaan](#).

- Ympäristökasvatus on osa seuran toimintaa ja seuralla on ainakin yksi suositus jäsenilleen ja toimijoilleen, esimerkiksi; suositetaan pyöräilyä ja kävelyä, kierrätetään varusteita, järjestetään kimpakyytejä tai vältetään turhaa matkustamista

Kuva 7b. Perustason tarkistuslista (Voimisteluliitto 2023)

## 4 Kestävä kehitys ja vastuullisuus

Vastuullisuuden ja kestäväen kehityksen määritelmä: ”Kestävä kehitys on maailmanlaajuisesti, alueellisesti ja paikallisesti tapahtuvaa jatkuvaa ja ohjattua yhteiskunnallista muutosta, jonka päämääränä on turvata nykyisille ja tuleville sukupolville hyvät elämisen mahdollisuudet. Tämä tarkoittaa myös, että ympäristö, ihminen ja talous otetaan tasavertaisesti huomioon päätöksenteossa ja toiminnassa.” Kestävä kehitys nousi ensimmäistä kertaa esille YK:n Brundtlandin komissiossa 1987. Tämä käynnisti prosessin, joka on edennyt vuorovaikutteisesti niin valtioiden, kuntien kuin kansainvälisten toimijoiden keskuudessa. Vähitellen kestäväen kehityksen politiikka on laajentunut ja muotoutunut yhä kattavammaksi ja monipuolisemmaksi kokonaisuudeksi. (Ympäristöministeriö 2023.)

Vastuulliset toimintatavat ovat kestäviä ja tukevat yhteiskunnan hyvinvointia niin lyhyellä kuin pitkälläkin aikavälillä. Siksi yritysten ja eri toimialojen on tärkeää ennakoida tulevaa kilpailukykyään ja vahvistaa houkuttelevuuttaan työnantajina hyödyntämällä vastuullisuutta. (Työ- ja elinkeinoministeriö s.a.)

Vastuullisuus ei ole mikään uusi juttu mutta sen suosio on kasvanut jatkuvasti. Vastuullisuus on talouden isoimpia megatrendejä. Kyseessä ei ole hetken muoti-ilmiö, vaan kehityssuunta vahvistuu läpi toimialakentän. Vastuullisuuden vaikutukset näkyvät pienissä ja keskikokoisissa yrityksissä yhä konkreettisemmin kuten niiden asiakkaita niin kuluttajavalinnoissa, toimitusketjuissa, rekrytoinneissa kuten myös neuvoteltaessa rahoituksesta. (Vuorio 2024.)

Nykypäivänä yritysten asiakkaat ovat valveutuneita ja antavat yrityksen vastuullisuudelle painoarvoa, yrityksiltä vaaditaan asiakkaiden toimesta toimenpiteitä sekä yrityksen vastuuntavoitteiden riittävyyttä voidaan arvioida kriittisesti. Ei riitä, että yritys ainoastaan ilmoittaa toimivansa vastuullisesti, vaan sitoutuminen vastuullisuuteen edellyttää konkretiaa. (Kunnaala-Hyrkki 2022.) Vastuullisuustapoja on yhtä paljon kuin yrityksiäkin, ja jokaisella yrityksellä mahdollisuus valita omana, lain-säädännön sekä normiston rajoissa (Mäkelä 2019, 3).

Vastuullisen yrityksen piirteitä ovat muun muassa: toiminta kestäväällä tavalla, joka huomioi ilmaston, ympäristön ja sosiaalisen vastuun. Yritys noudattaa hyvää hallintotapaa ja pyrkii toimimaan eettisesti kaikissa liiketoimintaprosesseissaan. Se tunnistaa sidosryhmiensä odotukset ja tarpeet sekä pyrkii luomaan arvoa asiakkaille, työntekijöille ja yhteiskunnalle. Yritys investoi kestäväen kehitykseen ja innovaatioihin, jotka edistävät taloudellista menestystä, vähentävät ympäristövaikutuksia ja parantavat elämänlaatua. Lisäksi yritys raportoi ja viestii avoimesti toimintansa positiivisista ja negatiivisista vaikutuksista. (Vastuullisuusvalmennus 2024.) Millaiset valinnat ovat parhaita ympäristön, sosiaalisen vastuullisuuden ja taloudellisen toiminnan kannalta, ei yksiselitteisiä tutkimustuloksia ole olemassa (Harmaala 2012, 239). Yrityksen on hyvä pyrkiä löytämään vastuullisuutensa

osaksi sellaiset toimenpiteet ja tavoitteet, joihin se voi aidosti liiketoiminnallaan vaikuttaa (Kunnaala-Hyrkki 2022).

Valtion liikuntaneuvoston julkaisun mukaan vuonna 2015 YK:n jäsenvaltiot sopivat tavoitteista, jotka on päätetty saavuttaa vuoteen 2030 mennessä. Agenda2030 nimeä kantavan teeman tarkoituksena on edistää ihmisten hyvinvointia ja suojella ympäristöä kaikkialla maailmassa. Tavoitteiden toteutumisen päävastuu on valtioilla, mutta onnistumiseen tarvitaan myös yksityisen ja kolmannen sektorin panosta, jotta voidaan onnistua. Liikunnalla on merkitys Agenda2030 -tavoitteiden edistämiseen (kuva 8), kuten hyvä terveys (tavoite 3), sukupuolten tasa-arvo (tavoite 5), eriarvoisuuden vähentäminen (tavoite 10) ja yhteistyö ja kumppanuus (tavoite 17) ovat tavoitteita, joihin liikunnan kautta voidaan vaikuttaa, lisäksi liikuntapaikka rakentamisessa tapahtumajärjestelyissä, voidaan vaikuttaa ympäristö- ja ilmastokestävyyden edistämiseen. (Roiha, Järvelin ja Haila 2022, 19.)



Kuva 8. Kestävän kehityksen tavoitteet, Agenda 2030 (Suomen kestävän kehityksen toimikunta, 2015)

Tällä hetkellä on käynnissä kestävä liikunta tutkimus (2024 loppuun mennessä). Budjetti on vajaa 15000 € josta EAKR- ja Valtion osuus 80 %. Hanke toteutetaan lappilaisen Arctic sport-verkoston puitteissa, jonka tarkoituksena pyritään löytämään uusia kestäviä ratkaisuja alan yrityksille. Tutkimuksessa kartoitetaan Lapin alueen liikunta-alan yritysten ympäristöhaasteita ja tehdään pilottikokeiluja vihreän siirtymän tukemiseksi, mikä edistää energiaintensiivisistä malleista luopumista. Tavoitteena on tukea alan kestävää kehitystä. Sekä lisätä matalan kynnyksen liikuntamahdollisuuksia ja yritystoimintaa digiratkaisuja hyödyntäen. (KIHU 2024.)

## 5 Sosiaalinen vastuullisuus

Sosiaalinen vastuullisuus kattaa yrityksen suhteet ihmisiin ja yhteiskuntaan, keskittyen sen vaikutuspiirissä oleviin sidosryhmiin, kuten henkilöstöön, asiakkaisiin, yhteistyökumppaneihin ja paikallisyhteisöihin. Sen perustana ovat ihmisoikeudet, ja se linkittyy vahvasti työhyvinvointiin, työehtoihin, tasa-arvoon ja yhdenvertaisuuteen. Lisäksi se käsittää monimuotoisen henkilöstön tukemisen ja osallistavan työkuulttuurin edistämisen. (Elinkeinoelämän keskusliitto 2023.)

Sosiaalista vastuullisuutta voi olla vaikeampi havainnoida kuin muita vastuullisuuden osa-alueita. Kuitenkin sosiaalisen vastuun osalta suomalaiset yritykset kaikilla toimialoilla tunnistavat keskeiseksi sidosryhmäkseen henkilöstön sekä osaamisen ja työhyvinvoinnin kehittämisen. (Harmaala 2012, 240.)

Yksi tärkeä hyöty, jota vastuullisuus tuo yrityksille, on työntekijöiden tyytyväisyys. Työnantajan osoittama vastuullisuus lisää työntekijöiden hyvinvointia ja sitoutumista työhön sekä lisää tunnetta työn merkityksellisyydestä. Vastuullinen yritys on usein myös houkuttelevampi työpaikka, mikä helpottaa uusien työntekijöiden rekrytointia. (Kunnaala-Hyrkki 2022.) Parhaat osaajat hakeutuvat yrityksiin, joiden arvot vastaavat heidän omiaan ja joiden toiminta on avointa ja läpinäkyvää. Tehokas keino houkuttaa alan huipputaiteilijoita, sitouttaa henkilöstä ja lisätä työtyytyväisyyttä on vastuullisen työnantajan maine. Sosiaalinen vastuullisuus voi näkyä muun muassa yrityksen eettisissä toimintaperiaatteissa, työturvallisuuden ja työterveyden käytännöissä henkilöstön osaamisen kehittämisessä. (Elinkeinoelämän keskusliitto 2023.)

Yritysten toiminnalla on aina sekä positiivisia että negatiivisia vaikutuksia ihmisoikeuksiin, nämä vaikutukset on ymmärrettävä ja arvioitava toimialan ja oman toiminnan näkökulmasta ja vasta kun vaikutukset tunnistetaan, yritys voi kehittää toimintaansa ja vähentää kielteisiä vaikutuksia. Yritysten ihmisoikeusvaikutukset koskettavat asiakkaita ja omaa henkilöstöä, ja myös arvoketjussa työskenteleviä ihmisiä, heidän perheitään ja lähiyhteisöjään. (Bärlund & Sipilä 2023, 35–36.)

Sosiaalisen vastuun kattava arviointi sekä sen mittaaminen ja raportointi koetaan usein haastavaksi ja monimutkaiseksi. Ja sen yhteys yrityksen tulokseen voi olla vaikeasti hahmotettavissa. (Koivula 2021.) Kuntaliiton sosiaalisen kestävyys seurannassa havaittiin, ettei sosiaalisen kestävyys indikaattoreista ole yhtenäistä yleisesti hyväksyttyä listaa. Kunnat tekevät omia painotuksiaan ja valintojaan sosiaalisen kestävyys tavoitteiden suhteen. Jatkossa tarvitaan varmasti lisää keskustelua siitä, mitkä tekijät kuuluvat sosiaalisen kestävyys indikaattoreihin. Indikaattoreita valittaessa on tärkeää keskittyä ilmiöihin ja kuvaaviin mittareihin, joilla on laaja vaikutus – eli joiden parantaminen edistää useita muita sosiaalisen kestävyys osa-alueita. (Kuntaliitto 2021.)

## 5.1 Vastuullisuutta mittaava työkalu

Olympiakomitea on suunnitellut seuroille ensi vuodelle vastuullisuutta mittaavan mittariston, (kuva 9) joka voisi olla yksi sosiaalista vastuullisuutta ilmentävä työkalu (Olympiakomitea 2024).

Työkalun avulla seurat voivat mitata vastuullisuustoimien aktiivisuutta sekä luoda myös oman mallin vastaamaan seuran tarpeita ja kokoa.

Mittari	Seuranta
Vastuullisuutta / vastuullisuusohjelmaa on käsitelty hallituksessa.	Seuranta (kyllä / ei) Tavoite: Hallitus on sitoutunut vastuullisuuteen ja seuraa sen toteutumista.
Verkkokoulutusten suorittaneiden määrä (esimerkiksi Vastuullinen valmentaja, Reilusti paras ja Puhtaasti paras)	Tilastot Tavoite: Keskeiset vastuullisuuden verkkokoulutukset on suoritettu.
Osaohjelmat ympäristöön, yhdenvertaisuuteen ja tasa-arvoon sekä reiluun kilpailuun konkretisoivat vastuullisuusohjelman toteutusta.	Seuranta (kyllä / ei) Tavoite: Ohjelmia toteutetaan laadukkaasti ja toteutumista seurataan.
Toimenpiteet matkustamisen vähentämiseksi ja kestävien kulkutapojen lisäämiseksi	Kysely Tavoite: Matkustamista vähennetään ja tehdään toimenpiteitä kestävien kulkutapojen lisäämiseksi.
Yhdyshenkilöt ja toimintamallit epäasiallisen käytöksen tapauksen käsitteilyyn.	Seuranta (kyllä / ei) Tavoite: Pidämme kaikki turvassa häirinnältä ja epäasialliselta käytökseltä.

Kuva 9. Vastuullisuusohjelman mittari, suunnitelma vuodelle 2025 (Olympiakomitea 2024)

## 5.2 Sosiaalisen vastuullisuuden mittaaminen

”Sosiaalialalla sosiaalinen vastuullisuus näkyy hyvinvoinnin edistämisen työnä, tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden, turvallisuuden sekä työllisyyden ja sivistyksen toimissa. Sosiaalialalla vastuullisuutta mitataan esimerkiksi ”pahoinvointi mittareilla”. Kuntaliiton sosiaalisen vastuullisuuden indikaattoreita esimerkiksi ovat; toimeentulotukea pitkäaikaisesti saavien osuus, työkyvyttömyyseläkettä saavien osuus, terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi kokeneiden osuus 8. ja 9. luokan oppilaista, koulutuksen ulkopuolelle jääneet 17—24-vuotiaat osuus, ylipaino, osuus 8. ja 9. luokan oppilaista sekä työttömyys etenkin pitkäaikaistyöttömyys”. (Kuntaliitto 27.5.2021.)

## 5.3 Liikunnan parissa kiusaaminen ja ehkäisy

Suomen urheilun eettinen keskus (SUEK ry) on koontanut useiden eri tutkimusten tuloksia. Ne käsittelevät kiusaamista ja häirintää liikunnassa sekä puuttumisen keinoja. Häirintää ja hyväksikäyttöä

tapahtuu liikunnassa kaikkialla. Erityisesti riskivyohykkeellä ovat etenkin huippu-urheilijat, lapset ja nuoret, vammaisurheilijat sekä seksuaali- ja sukupuolivähemmistöt. Yleisin seksuaalisen häirinnän muoto liikunnassa on sanallinen häirintä, kuten häiritsevät kommentit, katseet sekä sukupuolta tai lajia halventavat huomautukset. Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL) selvityksen (n=1304) mukaan noin 2 % liikuntaa harrastavista lapsista ja nuorista on kokenut seksuaalista häirintää viimeisen vuoden aikana. (Kyllönen 2021, 20.)

Liikunnassa on erityispiirteitä, jotka lisäävät alttiutta häirinnälle. Yksi merkittävä tekijä on maskuliinisesti sukupuolittunut rakenne, joka vahvistaa seksuaalisuuteen ja sukupuoleen liittyviä stereotyyppiä. Maskuliininen, heteronormatiivinen ja hierarkkinen taustakulttuuri vaikuttaa häirinnän luonteeseen enemmän kuin mikään yksittäinen laji tai tekijä. Tähän kulttuuriin liittyy myös perinteisesti vallinnut autoritääriinen johtamistapa valmennuksessa ja organisaatiojohtamisessa. Liikunnassa tapahtuva häirintä onkin usein auktoriteettien harjoittamaa vallankäyttöä. (Kyllönen 2021, 20.)

Kiusaamista tapahtuu häirinnän tapaan, ja se on harvoin yksittäisen henkilön toiminta. Tavallisimmin kyse on ryhmäilmiöstä. Yleisimmät kiusaamisen muodot ovat verbaalinen, sosiaalinen ja fyysinen kiusaaminen, sekä myös internetin välityksellä, tyyppillinen kiusaamistilanne on ennen harjoitusten alkua pukuhuoneessa tapahtuva kiusaaminen. Kiusaajat ovat yleensä kanssaurheilijoita tai joukkueovereita. Kiusaamista tapahtuu kuitenkin myös valmentajien toimesta. Osa valmentajista käyttää henkistä väkivaltaa urheilijoihin tehokeinona osana valmennusmenetelmiään. (Kyllönen 2021, 20.)

Tutkimuksissa havaitaan, että koulumaailman kiusaamiskäytännöt saattavat vallita liikuntaharrastuksissa. Tämä on loogista, sillä koulu- ja liikuntayhteisöt koostuvat hyvin pitkälti samoista ikäluokista ja henkilöistä. Tästä syystä voidaan ymmärtää, kuinka kokonaisvaltaista kiusaaminen saattaa olla. Kiusaaminen voi olla lapselle ja nuorelle erittäin kuormittavaa, erityisesti jos sitä esiintyy useissa ympäristöissä, kuten kotona, koulussa ja liikuntaharrastuksessa. Tutkimusten mukaan liikuntaharrastukset ovat koulun ja internetin jälkeen kolmanneksi yleisin ympäristö, jossa lapset ja nuoret kokevat kiusaamista, olipa kyse henkisestä tai fyysisestä kiusaamisesta. Kiusaamismyönnteistä ilmapiiriä ruokkivat tutkimusten mukaan myös liikunnan kilpailullinen luonne, vähäinen valvonta sekä aikatauluttamaton aika. Kiusaamisen sekä häirinnän yleisyyttä on haastavaa mitata käsitteellisten haasteiden vuoksi. Viimeisimmissä kotimaisissa tutkimuksissa kiusaamisen yleisyys on vaihdellut 13–20 % välillä, lajikohtaisesti tarkasteltuna kiusaaminen koskettaa kaikenlaisia liikunnan muotoja. (Kyllönen 2021, 20.)

Häirinnän ja kiusaamisen vastainen toiminta kulttuuri lähtee arvoista (Kyllönen 2021, 26). Epäasiallisen käytöksen ymmärtämiseksi on tärkeää tunnistaa, mitä sillä tarkoitetaan. Epäasiallista käytöstä ovat esimerkiksi henkinen ja fyysinen väkivalta, laiminlyönti sekä seksuaalinen ja

sukupuoleen perustuva häirintä ja seksuaaliväkivalta. On myös tärkeää tiedostaa, että jokaisella yksilöllä on oma henkilökohtainen rajansa sille, milloin sanat tai teot alkavat tuntua häiritseviltä. (Hämeen Liikunta ja urheilu 2021.)

Monet liikuntatoimijat eivät vielä tunnista tai myönnä ongelmia, mikä voi johtua tietämättömyydestä sekä pelosta organisaation maineen heikkenemisestä. Tällaisissa tapauksissa järjestö tai seura saattaa omalla toiminnallaan luoda ilmapiirin, jossa epäasiallinen käytös jää huomaamatta, vaikeuttaa ilmoittamista tai jättää henkilökunnan koulutuksen puutteelliseksi. Joskus myös tekijä itse ei tiedosta oman toimintansa väärinkäytöksiä tai haitallisuutta. Liikuntatoiminnassa on pitkään nojattu vahvasti maskuliiniseen ja konservatiiviseen arvoperustaan niin kuin myös moni muu yhteiskunnan eri alue. Tutkimuksissa on havaittu, että liikunnassa tämä omalakinen, maskuliininen henki on kiistatta johtanut häirinnän ja kiusaamisen lisääntymiseen ja sen kohdistumiseen tiettyihin ihmisryhmiin. Vaikka ympäröivä yhteiskunta on muuttunut ja liikunta sen mukana, on työtä tehtävänä edelleen runsaasti. Yksi keskeisimmistä muutoskeinoista on kasvatus. Parhaat tulokset kiusaamisen ehkäisyssä saavutetaan panostamalla varhaiskasvatukseen ja lasten kasvattamiseen. On tärkeää sisällyttää kiusaamisen vastainen kulttuuri liikuntaharrastuksiin jo varhaisessa vaiheessa, vastaavasti kasvatuksella on keskeinen rooli myös häirinnän torjumisessa. (Kyllönen 2021, 21.)

Ennaltaehkäisyssä keskeisimmäksi asiaksi nousee selkeä johtajuus sekä sitä myöden viestintä seuroissa. On tärkeää, että häirinnän nollatoleranssi on selkeästi esillä ja sitä viestitään aktiivisesti. Seuroissa tulee olla myös selkeät, kaikkien tiedossa olevat toimintatavat häirintätapauksia varten. Ennaltaehkäisyyn kuuluvat lisäksi urheilijoiden suojaksi suunnitellut rekrytointikäytännöt, yhteiset säännöt (seura, valmentaja, lapset ja nuoret), raportointikäytännöt sekä vastuuhenkilöiden nimeäminen. (Hämeen Liikunta ja urheilu s.a.) Työnantajalla on lainsäädännön nojalla velvollisuus tarkistaa lasten kanssa työ- tai virkasuhteessa olevien henkilöiden taustat, vuoden 2014 lakimuutoksen myötä tämä tarkistus voidaan tehdä myös vapaaehtoistyöntekijöille tietyin ehdoin (Kyllönen 2021, 21). Hyvänä työkaluna ennaltaehkäisyyn seuralla toimii turvallisen seuran tarkistuslista. Turvallisen seuran tarkistuslista (kuva 10) löytyy väestöliiton ylläpitämästä et ole yksin- palvelusta, palvelusta löytyy myös kattavat ohjeet kiusaamiseen ja häirintään puuttumiselle sekä tunnistamiselle. (Väestöliitto s.a.)

## TURVALLISEN SEURAN TARKISTUSLISTA



### 1. Urheilijaa suojelevat rekryointikäytännöt

- Rikostaustatarkistukset tarkistetaan kaikilta työsuhteessa olevilta valmentajilta
- Rikostaustatarkistukset tarkistetaan vapaaehtoisilta valmentajilta.
- Jokainen työntekijä ja vapaaehtoinen perehdytetään seuran sääntöihin ja toimintatapoihin. Perehdytettyihin asioihin pyydetään kuittaus.



### 2. Yhteisiin sääntöihin sitoutuminen

- Seuran säännöt ovat ajan tasalla ja niissä huomioidaan häirintä, väkivalta ja muu epäasiallinen käytös sekä niistä seuraavat kurinpidolliset toimenpiteet.
- Seuralla on selkeät säännöt/toimintaohjeet lasten ja nuorten kanssa toimiville työntekijöille ja vapaaehtoisille.
- Harjoitusryhmissä/joukkueissa on selkeät pelisäännöt lapsille ja nuorille.



### 3. Raportointitavan ja vastuhenkilöiden nimeäminen

- Seurassa on selkeästi nimetyt henkilöt, joille voi ilmoittaa epäasiallisesta käyttäytymisestä.
- Seurassa on nimetty henkilö/henkilöt, jotka tekevät kurinpidolliset päätökset ja vastaavat tapausten selvittämisestä.
- Seura pitää esillä muita tahoja, joihin voi olla yhteydessä. Esimerkiksi lajiliitto, SUEK, Et ole yksin



Kuva 10. Turvallisen seuran tarkistuslista (Väestöliitto)

Sääntöjen asettaminen auttaa selvittämään, mikä käytös on toivottua ja mikä ei (Kyllönen 2021,21). Tilanteet tulee aina selvittää ja niitä ei saa sivuuttaa (Hämeen liikunta ja urheilu). On tärkeää, että yhteisesti sovitut säännöt tehdään selviksi kaikille, ja että yhteisössä otetaan vahva kanta kiusaamisen ja häirinnän nollatoleranssiin. Tapahtuman jälkeen tulee varmistaa, ettei vastaavaa pääse toistumaan, ja tällöin on hyvä käynnistää ennaltaehkäisevät toimet tulevaisuutta ajatellen. (Kyllönen 2021, 21.)

## 6 Liikuntapedagogiikka

Liikuntapedagogiikka kattaa sekä teoreettiset että käytännön näkökulmat liikuntaan liittyvistä ilmiöistä, joita tarkastellaan kasvatuksellisista näkökulmista. Pedagogiikkaa sovelletaan monipuolisesti eri ympäristöissä, kuten päiväkodeissa, kouluissa, liikuntaseuroissa ja vapaa-ajan harrasteryhmissä. Vaikka liikuntapedagogiikka yhdistetään usein lapsiin ja nuoriin, se on sovellettavissa koko elämänkaaren ajan, tukien yksilön fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2017, luku 1.)

### 6.1 Vuorovaikutus ja ohjaajana toimiminen

Ohjaustyössä ollaan tahtomattakin yhteydessä muihin ihmisiin, ja silloin on tärkeää tunnistaa oma roolinsa ryhmän dynamiikassa, sekä ymmärtää kuinka kehittää omia vuorovaikutustaitoja ja suhtautumista muihin.

Vuorovaikutuksessa peilisolujen aktivoituminen synnyttää sympatiaa ja empatiaa, mikä auttaa ihmistä asettumaan toisen asemaan ja ymmärtämään tämän kokemuksia. Liiallinen empatia voi kuitenkin olla haitallista, jos tunteet estävät tekemästä järkeviä ratkaisuja yksilön parhaaksi. (Arajärvi & Thesleff 2020, 154.)

Itsetuntemuksen kehittäminen tapahtuu pysähtyessä pohtimaan omia ajatuksia, tunteita, tuntemuksia ja käyttäytymistä. Keskustelu ja muiden ihmisten reaktioiden tarkastelu suhteessa omaan toimintaan kehittää myös itsetuntemusta. (Arajärvi & Thesleff 2020, 135.) Valmentajilla ja ohjaajilla on merkittävä rooli ryhmän tai joukkueen ilmapiirin rakentumisessa ja siinä, miten lapset ja nuoret viihtyvät ja kehittyvät sekä urheilijoina että ihmisinä lajin parissa. Valmentajia tukevat liikunta- ja lajiosaamisen lisäksi vuorovaikutus- ja tunnetaidot, jotka vahvistavat harrastajien sisäistä motivaatiota, koettua pätevyyttä, itsetuntemusta ja mielen hyvinvointia. (Konttinen 24.5.2024.) Kun ihminen kokee voimakkaita tunteita, tärkeintä on kuunnella ja hyväksyä se – tämä on nopein keino välttää väärinymmärryksiä. Jos neuvoja ja ratkaisuja tarjotaan liian varhain, kokija voi tuntea, että hänen tunteensa ei ole hyväksytty vaan se pitäisi korjata. (Arajärvi & Thesleff 2020, 157–158.)

### 6.2 Viestintä

Viestintää tapahtuu jatkuvasti, ja sen lainalaisuuksien ymmärtäminen auttaa kehittämään omaa kommunikointitapaa ja tulkitsemaan muiden viestintätaitoja. Viestintä voidaan jakaa sanalliseen ja sanattomaan viestintään, joista tutkimusten mukaan sanaton viestintä muodostaa jopa 50–70 % kaikesta viestinnästä – usein tiedostamattamme. Jos sanallinen ja sanaton viestintä ovat ristiriidassa, ihmiset uskovat sitä viestiä, jonka sanatonta puoli lähettää. Tässäkin asiassa itsetuntemuksen tärkeys korostuu, jotta pystymme viestimään yhtenäisesti ilman väärinymmärryksiä, jolloin

huomio kohdistuu viestin sisältöön eikä viestijän tunnetilojen tarkkailuun. Sanattomaan viestintään kuuluvat asento, eleet, ilmeet, äänenpaino ja sävy, kosketus ja pukeutuminen. (Arajärvi & Thesleff 2020, 138,140.)

Ohjaustilanteissa viestinnän tulisi olla tietoista, tavoitteellista toimintaa, jota tukevat läsnä oleva vuorovaikutus ja selkeä tiedonvälitys. Hyvä viestintä on johdonmukaista ja rehellistä – vaikeistakin asioista puhutaan suoraan ilman harhaanjohtamista. On tärkeää erottaa faktat mielipiteistä, jotta viesti ei sekoitu. Yhdestä asiasta kerrallaan puhuminen ja aiheen pitäminen rajattuna voi tuoda selkeyttä, on tärkeää varmistaa myös, että vastaanottaja saa tarvittavan määrän tietoa. Liika informaatio voi kuitenkin olla haitaksi, joten viestinnässä kannattaa huomioida vastaanottajan valmius ja kyky ymmärtää viesti sisällöltään ja esitystavaltaan. Perustelujen lisääminen voi lisätä vastaanottajan motivaatiota, kun hän ymmärtää viestin taustat ja hyödyt. Kuunteleminen on myös keskeistä viestinnässä: se voi olla pinnallista, jolloin lähinnä odotetaan omaa puheenvuoroa, tai aktiivista, jolloin keskitytään ymmärtämään ja osoittamaan kiinnostusta toisen sanomaa kohtaan. Aktiivisesta kuuntelua voi ilmentää kysymyksillä ja palautteella, jotka tukevat viestin vastaanottamista. Aktiivisen kuuntelun avulla pyritään ymmärtämään vastaanottajaa sekä viestimään, että viesti on ymmärretty ja siihen suhtaudutaan kiinnostuneesti. Aktiivinen kuuntelu nähdään myös osana empatian tuomista keskusteluun, jolloin vastaanottajalle voidaan välittää kokemus ymmärretyksi tulemisesta. (Arajärvi & Thesleff 2020, 139–150.)

Palautteen antaminen ja vastaanottaminen on osa viestintää ja se vaatii osapuolilta vuorovaikutustaitoja. Palautteessa on monia lähestymistapoja: voidaan painottaa onnistuneita asioita ja ohjata pohtimaan, mikä johti onnistumiseen ja miten tämä vie kohti tavoitetta. Toisaalta on joskus tarpeen korostaa, mikä ei mennyt hyvin, jos muutosta ei muuten saada aikaan. Tärkeää on kuitenkin säilyttää oppimiselle myönteinen ilmapiiri ja auttaa oppijaa säilyttämään itseluottamus. (Arajärvi & Thesleff 2020, 159.)

Ohjaamisen onnistumista voi olla vaikea mitata, mutta voidaan pitää vuorovaikutuksen onnistumisen mittarina, jos osallistujat uskaltavat kertoa toiveistaan, sekä esittää avoimesti kysymyksiä. Tällainen avoin toiminta johtaa myös yleensä hyvään lopputulokseen. (Arajärvi & Thesleff 2020, 151.)

### **6.3 Ryhmä**

Ryhmä on ihmisjoukko, jolla on yhteinen päämäärä tai tavoite. Ryhmät, joihin kuulutaan vaikuttavat koko ajan ajatteluun, tulkintoihin ja toimintaan. Positiivisia vaikutuksia, jota ryhmässä toimiminen voi tuottaa ovat itsetuntemisen lisääntyminen, vuorovaikutustaitojen sekä suvaitsevaisuuden lisääminen, ryhmä voi myös tarjota vertaistukea ja kokemuksia yhteenkuuluvuudesta. (Arajärvi &

Thesleff 2020, 226.) Toisaalta ryhmässä toiminen voi aiheuttaa kiusaamista tai syrjintää niin kuin SUEK:in (luku 5.3) teettämässä raportissa kävi ilmi.

Ryhmän dynamiikka, ryhmän koko, roolit, valtasuhteet, normit, ryhmään mukautuminen vaikuttavat ryhmän toimintaan. Ryhmän tavoitteiden tulisi palvella yksilöiden tarpeita ja yksilöiden omien tavoitteiden tulee olla linjassa ryhmän tavoitteiden kanssa. (Arajärvi & Thesleff 2020, 226.)

## 7 Vastuullisuusohjelman prosessi

Vastuullisuusustyö on jatkuva prosessi, ja vastuullisuusaskeleet on hyvä ottaa osaksi esimerkiksi seuran vuosittaista vastuullisuusohjelman läpikäyntiä ja kehittämistä. Näin voidaan taata, että vastuullisuusohjelma siirtyy käytännössä osaksi seura- ja voimistelutoiminnan arkea. (Voimisteluliitto, s.a.).

Vastuullisuussuunnitelman laajuuden vuoksi, vastuullisuusohjelmaa rajattiin sosiaalisen vastuullisuuden ja eettisen toiminnan näkökulmista. Niiden tarkastelulle oli johtokunnassa havaittu tarve, sekä niiden kehittäminen oli toiminnan kehittämisen kannalta tärkeää. Taloudellinen vastuun ja ympäristövastuu jäivät kohdennetun tarkastelun ulkopuolelle. Taloudellisen sekä ympäristövastuun osalta seuralla oli jo useita hyviä käytänteitä, jotka eivät vaadi välitöntä kehittämistä.

### 7.1 Toimeksiantaja

Salpausselän Naisvoimistelijat ry sai alkunsa Terijoella Karjalassa vuonna 1912. Yhdistys on liikuntaseura, joka tarjoaa monenlaisia ryhmäliikuntatunteja. Nykyään seura liikuttaa noin 400 henkilöä. (Salpausselän Naisvoimistelijat ry, s.a.) Seurassa toimii johtokunta, jossa on kahdeksan jäsentä sekä kymmenen ohjaajaa, joista osa on lastenryhmien ohjaajia ja itsekin alaikäisiä. Seuran johtokunta toimii vapaaehtoisvoimin, ja ohjaajat ovat tuntipalkkalaisia. Seuran johtokunnasta osa on ollut mukana seuran toiminnassa useita vuosia mutta esimerkiksi puheenjohtaja on vaihtunut useasti viime vuosina.

Salpausselän Naisvoimistelijat ry tarjoaa lapsille ja aikuisille harrastetason voimistelua sekä tanssia. Kaikki seuran tunnit pidetään Lahden koululla, Mäkikatsomossa tai Lahden mieskuoron tiloissa.

Vastuullisuusohjelmalla vastataan seuran tarpeisiin, ohjaajien ja johtokunnan työkalujen kehittämiseen sekä verkkosivujen päivitykseen. Näillä mahdollistetaan yhteisön paremman viestinnän ja informaation jakaminen.

### 7.2 Nykytila

Vastuullisuusohjelman kehittäminen alkoi nykytilan kartoittamisesta ja siitä, mitä hyviä käytänteitä seuralla jo on vastuullisessa toiminnassa.

Salpausselän Naisvoimistelijat ry:n sosiaalista vastuullisuutta tukee kaikille avoin seura, jossa kaikenikäisille, sukupuolesta ja etnisestä taustasta riippumatta löytyy liikuntamuotoja. Seura myös tarjoaa ohjaajilleen mahdollisuuden kouluttautua, mikä tukee ohjaajien ammattitaidon kehittymistä ja parantaa heidän kykyään ohjata laadukkaasti. Koulutusten kautta ohjaajat voivat kehittää

toimintaansa kohti eettisempiä valintoja, jotka näkyvät ohjauksessa ja vuorovaikutuksessa. Koulutusten myötä ohjaajat voivat myös tuoda seuralle arvokasta tietoa sekä kehitysehdotuksia. Salpausselän Naisvoimistelijat ry:n palvelut ovat edullisia, mikä lisää myös vähävaraisten mahdollisuutta osallistua toimintaan.

### **7.3 Tarve ja kohderyhmä**

Salpausselän Naisvoimistelijat ry:llä ei ole aiemmin ollut vastuullisuusohjelmaa, mutta tarve sen luomiselle on noussut esiin seuran johtokunnan aloitteesta. Nykytilan kartoitus aloitettiin yhdessä puheenjohtajan kanssa, pohtimalla, millainen vastuullisuusohjelma palvelisi parhaiten seuran tarpeita. Alusta asti oli selvää, että muutosprosessien tulee olla selkeitä ja konkreettisesti toteutettavissa, erityisesti huomioiden seuran rajalliset resurssit.

Ohjelman tarkoituksena oli tuoda vastuullisuus esille seuratoiminnan kaikilla osa-alueilla ja juurruttaa vastuulliset toimintatavat osaksi päätöksentekoa, viestintää ja seuran arkea. Johtokunnan on tärkeää seurata vastuullisuustoimien kehittymistä ja pysyä ajan tasalla alan uusista vastuullisuusohjeistuksista. Vaikka seuran ei tarvitse olla vastuullisuustyön edelläkävijä, sen tulee pysyä ajan tasalla vastuullisuustavoitteista.

Tämä opinnäytetyönä toteutettu vastuullisuusohjelma keskittyi erityisesti sosiaalisen vastuullisuuden kehittämiseen. Ohjelman avulla pyrittiin luomaan konkreettisia toimintamalleja, jotka näkyvät seuran kaikilla tasoilla sekä sen sidosryhmissä. Vastuullisuusohjelman tarpeena oli luoda ohjaajien vastuullisuusohje sekä hallinnolle vastuullisuuden toimintasuunnitelma sekä seuran nettisivuille vastuullisuusohjelma, jotta voidaan laajasti palvella kaikkia sidosryhmiä.

Vastuullisuusohjelman ensisijaisena kohderyhmänä ovat seuran jäsenet, kuten työntekijät, ohjaajat, vapaaehtoiset ja asiakkaat. Ohjelma hyödyttää välillisesti myös tulevia jäseniä sekä paikallista yhteisöä, sillä vastuullisuustoimien vaikutukset ulottuvat seuran jäsenistön kautta laajemmin.

### **7.4 Vastuullisuusohjelman rajoitteet**

Liikuntaseuroissa, joissa toimitaan pääasiassa vapaaehtoisvoimin, voi olla vaikeuksia löytää riittävästi aikaa ja työvoimaa vastuullisuusohjelman toteuttamiseen. Vapaaehtoiset voivat kuormittua muiden tehtäviensä ohella, mikä voi haastaa vastuullisuustyön sujuvuutta.

Vastuullisuustyö voi kohdata vastarintaa, erityisesti silloin, kun sitä voidaan kokea ylimääräiseksi työksi tai resurssien tuhlaamiseksi. Jatkuvuuden kannalta se voi heikentää mahdollisuuksia toteuttaa. Vastuullisuustoimien onnistuminen edellyttää kaikkien sidosryhmien sitoutumista, jotta siitä saadaan monitasoinen ja vastuullisuus välittyy myös toiminnan tasolle.

Vastuullisuusohjelman vaikutusten mittaaminen voidaan kokea haasteelliseksi. Sosiaalisten vastuullisuuden mittaaminen vaatii selkeitä mittareita, joita voi olla haastavaa määritellä. Sosiaalisen vastuullisuuden kehittäminen voi luoda turvallisempaa liikkumisympäristöä seuran jäsenille, mutta sen saaminen näkyväksi mittaamalla voi olla haasteellista ainakin lyhyemmällä aikavälillä.

### **7.5 Vastuullisuusohjelman tavoitteet**

Vastuullisuusohjelman tuli olla toteuttamiskelpoinen, joten seuran resurssit oli huomioitava sen suunnitellessa. Vastuullisuusohjelmassa painotettiin käytännöllisyyttä, jotta ohjelma ei jää kaukaiseksi vaikeasti tavoiteltavaksi ohjeeksi, joka ei muutu konkretiaksi.

Vastuullisuusohjelmassa tärkeää oli, että suunnitelmat olisivat pitkäjänteisiä eivätkä vain kertaluontoisia. Seuralle luotiin edellytykset jatkaa vastuullisuustoimien kehittämistä myös tämän suunnitelman jälkeen, sekä mahdollisuus jatkojalostaa suunnitelmaa ajan tasaiseksi ja ottaa huomioon muut vastuullisuusnäkökulmat.

Tämän opinnäytetyönä syntyvän vastuullisuusohjelman painotus oli sosiaalisessa vastuullisuudessa mutta tulevaisuudessa vastuullisuustyön on otettava huomioon myös muut vastuullisuuden osa-alueet koska vastuullisuus on kokonaisuus, jonka osat vaikuttavat toisiinsa.

Tämän vastuullisuusohjelman päätavoitteena oli luoda vastuullisuuskäytänteitä seuran eri tasoille.

### **7.6 Vastuullisuusohjelman rakenne**

Vastuullisuusohjelma rakentui kahdesta konkreettisesta työstä. Johtokunnalle laadittiin vastuullisuuden toimintasuunnitelma ja seuran ohjaajille vastuullisuusohje sekä seuralle päivittämään myös nettisivut. Nettisivujen päivitys perustuu ohjelman sisältöön, mutta niiden ulkoasun suunnittelusta vastaa seura itse, eikä se kuulu tämän vastuullisuusohjelman toteutukseen.

Ohjaajan vastuullisuusohjeeseen sisällytettiin konkreettisia toimia, joiden avulla ohjaaja osaa ja pystyy puuttumaan tunneilla tapahtuvaan epäasialliseen toimintaan sekä luomaan ympäristön, joka tukee tasa-arvoa, yhdenvertaisuutta ja yhteisöllisyyttä. Oppaan tarkoitus on myös antaa ohjaajille eväät ennaltaehkäistä syrjintää sekä havainnoida ja puuttua mahdollisiin syrjimistilanteisiin. Ohjaajia informoidaan seuran toimintatavoista- ja malleista, kuinka prosessi etenee, kun seurassa kohdataan epäasiallista käytöstä. Oppaassa hyödynnettiin lähdetietoja vuorovaikutustaidoista, kuten viestinnän, tunnetaitojen, ryhmädynamiikan ymmärryksestä.

Vastuullisuuden toimintasuunnitelma johtokunnalle. Tarkoitus on tarjota selkeä ja jatkuva suunnitelma, joka ohjaa johtokunnan toimintaa, keskeiset teemat:

- Toiminnan suunnittelu ja arviointi: Vastuullisuustoimien määrittely sekä tulosten seuranta.

- Viestintä: Ajankohtaisen ja tehokkaan sisäisen ja ulkoisen viestinnän kehittäminen.
- Vastuullisuuden ylläpito: Johtokunnan vastuullisuustiedon päivittäminen ja suunnitelman ajantasaisena pitäminen.
- Vastuunjako: Selkeiden vastuualueiden määrittely toiminnan jalkauttamiseksi ja johdonmukaisuuden varmistamiseksi.
- Henkilöstön hyvinvointikyselyt: Säännölliset kyselyt ohjaajien ja vapaaehtoisten tyytyväisyyden kartoittamiseksi, sekä tulosten analysointi.
- Nettisivujen päivitys: Ajantasaisen vastuullisuusmateriaalin ylläpitäminen seuran verkkosivuilla.
- Voimisteluliiton ohjeiden seuraaminen: Johtokunnan vastuullisuustiedon päivitys liiton suositusten mukaisesti.

Johtokunta on harkinnut siirtyvänsä kahden kokouksen vuosimalliin, ja toimintasuunnitelma on tehty sitä silmällä pitäen. Suunnitelmaan voidaan muokata seuran tarpeisiin sopiviksi.

### **7.7 Vastuullisuusohjelman mittarit, aikataulu**

Sosiaalisen vastuullisuuden mittareina seuralla toimii Olympiakomitean sosiaalista vastuullisuutta mittaava malli, joka muokattu seuralle sopivaksi. Mittareita ovat vastuullisuusohjelman päivitys, vastuullisuus askeleiden läpikäynti johtokunnassa sekä henkilöstön ja henkilökunnan tyytyväisyyden mittaaminen ja tulosten vertailu.

Vastuullisuusohjelma valmistuu vuoden 2024 lopulla ja voidaan ottaa seuralle käyttöön saman tien. Vastuullisuusohjelman tuodaan seuran toimintaan pienin askelin, koska ohjelmassa on eri osa-alueita, joita voidaan työstää eri tahdissa, sekä seuran resurssit huomioidaan. Esimerkiksi johtokunnan vastuullisuuden toimintasuunnitelman osa-alueita voidaan työstää vuoden aikana, kun taas syksyllä jaettavat ohjelmaoppaat on tulostettava ohjaajien tapaamispäivään mennessä.

### **7.8 Vastuullisuusohjelman tutkimusmenetelmät**

Osallistavaa toimintatutkimusta mahdollista tehdä määrällisin tehdä kuin laadullisinkin menetelmin tai yhdistelemällä niitä. Erilaisia haastatteluja käytetään usein tiedonkeruumenetelminä, johtuen siitä, että tapaustutkimus liittyy yleensä ihmisen toiminnan tutkimiseen. (Ojasalo, Moilanen & Ritäsalo 2015, 57.)

Tutkimusmenetelmiä ovat määrällinen ja laadullinen menetelmä. Määrällistä eli kvantitatiivista menetelmää käytetään yleensä lomakekyselynä ja se analysoidaan tilastollisin menetelmin. Laadullisia eli kvalitatiivisia menetelmiä ovat teema-, avoin ja ryhmähaastattelu, jolloin halutaan hankkia paljon tietoa ja ymmärtää ilmiöitä paremmin. Tutkimuksellisessa kehittämistyössä menetelmien

välinen raja hämärtyy, ja menetelmät ovat välinearvon roolissa, auttamassa parhaisiin käytänteisiin. (Ojasalo ym. 2015, 106–107.)

Haastattelu sopii hyvin moniin kehittämistehtäviin, sillä saadaan nopeasti syvällistä tietoa kohteesta. Avoimessa haastattelussa, haastattelija ja haastateltava keskustelevat yleisesti haastatteluaiheesta tai ongelmasta. Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset on laadittu etukäteen mutta niiden paikkaa voidaan vaihtaa sekä jättää kysymättä, sekä kysyä mieleen juolahtavia kysymyksiä. (Ojasalo ym. 2015, 107,110.)

Haastattelut toteutettiin seuran puheenjohtajan kanssa puolistrukturoidun haastattelun menetelmällä, jossa pääteemat olivat selvät mutta haastattelu eteni vastausten mukaan. Haastattelussa käytiin läpi vastuullisuus näkemyksiä, johtokunnan vastuullisuus tilannetta ja ajantasaisuutta. Lisäksi pohdittiin vastuullisuusohjelman toteuttamistapoja sekä projektin aikataulutusta. Puheenjohtajalle laadittiin vastuullisuusohjelmapiirros, joka toimitettiin myös koko johtokunnan kommentoitavaksi. Johtokunnan palautteesta ilmeni, että vastuullisuusteema vaati laajaa päivittämistä eri osaluilla. Haastatteluiden pohjalta päätettiin päivittää ohjaajien vastuullisuusohje ja luoda seuran hallinnolle vastuullisuuden näkökulmasta to do -mallinen toimintasuunnitelma.

Tiedonkeruu menetelmänä kysely on nopea ja helppo, ne on helppo tilastoida mutta niiden heikkoutena pidetään niiden pinnallisuutta (Ojasalo ym. 2015, 123). Tässä opinnäytetyössä empiirisenä osana käytin kyselytutkimusta, jonka lähetin koko seuran henkilökunnalle. Kyselyssä käytettiin sekä suljettuja että avoimia kysymyksiä. Kysely pyrittiin pitämään yksinkertaisena ja helppona, jotta kynnyks vastaukseen olisi matala, seura on pieni (alle 20 henkilöä) ja seurassa työskentelee myös useita nuoria ohjaajia, joiden toivottiin myös vastaavan kyselyyn. Seuran henkilökunnan vastuullisuusnäkemyksiä ja tukitoimien tarpeellisuutta selvitettiin kyselyn avulla, ja avointa palautetta kerättiin, joka on seuran toiminnassa uutta.

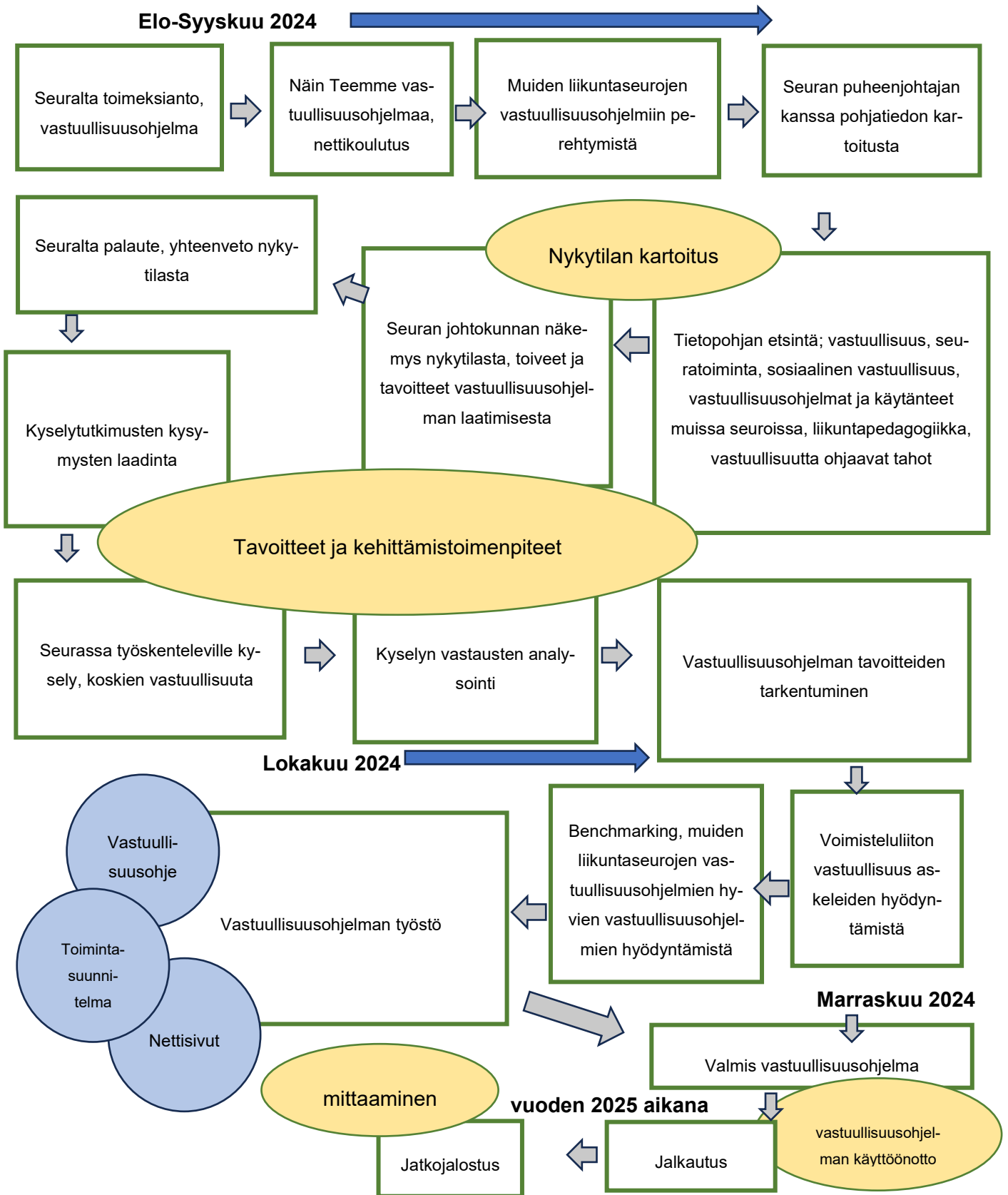
Sähköisen tiedonkeruun etu on edullisuus, nopeus ja vaivattomuus. Sähköisten kyselyiden helppouden myötä on niiden käyttö räjähtänyt kasvuun eikä ihmiset jaksakaan enää vastata kyselyihin. (Ojasalo ym. 2015, 130–131.) Seuralle kysely toteutettiin sähköisesti Google Forms kyselynä, josta tehtiin seuran henkilöstön WhatsApp palvelimella. Kyselyyn vastattiin anonymisti eikä minkäänlaisia henkilö-, sukupuoli-, ikätietoja kerätty. Kyselyn tietoja käytettiin vain tämän vastuullisuusohjelman tekoon.

Saatekirje on erittäin tärkeä dokumentti kyselytutkimuksen kannalta. Saatekirjeen avulla vastaaja näkee mistä tutkimuksessa on kysymys ja tekee päätöksen vastaako tutkimukseen. (Ojasalo ym. 2015, 135.) Saatekirjeen tarkoituksena on herättää vastaajan halu vastata kyselyyn, antaa tietoa kyselystä sekä mahdollisesti perustella kyselyn hyödyt. Kyselyn pohjustettiin saatekirjeellä, jonka

tarkoituksena oli selvittää vastaajille kyselyn taustoja, kyselyn tarpeellisuutta, kyselyn tekijän, kyselytulosten vastausten anonymiteetin säilymisestä sekä etukäteiskiitokset. Vielä viimeisenä vastauspäivänä laitoin muistutusviestin vastaamismahdollisuudesta.

Benchmarking, vertailuanalyysi on menetelmä, jonka lähtökohtana on kiinnostus, kuinka muut toimivat ja menestyvät. Vertailukohteena voivat olla esimerkiksi muut organisaatiot ja kilpailijat. Vertailuanalyysin hyötynä on oman toiminnan tason selkeytyminen sekä toisten innovointien tiedostaminen kiihdyttäen omaa kehitystä. (Ojasalo ym. 2015, 188.) Vertailuanalyysia toteutettiin monen seuran nettisivujen kautta, se tarjoaa erilaisia näkemyksiä vastuullisuusohjelman toteuttamisesta. Tarkastelun alla oli etenkin voimisteluseurat, jotta tavoitteet olisivat mahdollisimman saman suuntaiset. Suunnitelmia oli yhtä monta kuin seurojakin, mutta vastuullisuusohjelmissa toistettiin usein Olympiakomitean sekä Voimisteluliiton ohjelmien malleja. Malleissa esiin nousi hyvän hallinnon, turvallisen toimintaympäristön, yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon, ympäristön ja ilmaston sekä antidopingin kasaavia käytänteitä, sekä seuran sääntöjä sekä kiusaamisen, häirinnän ja syrjinnän ennaltaehkäisyn sekä puuttumisen malleja. Myös liikunnanaluejärjestöt kuten Päijät-Hämeen Liikunta ja urheilu sekä Hämeen liikunta ja urheilu tarjosi kattavia vastuullisuusohjelma malleja, joita hyödynnettiin tämän vastuullisuusohjelman rakentamisessa. Myös lajiliitot järjestävät seuroille maksuttomia koulutuksia vastuullisuusohjelmien tekoa varten sekä päivittävät omia vastuullisuusohjelmia aktiivisesti, jotka tarjoavat tietoa vastuullisuusohjelmien tekoon laajasti.

7.9 Vastuullisuusohjelman prosessikaavio



Kuva 11. Vastuullisuusohjelman prosessikaavio

## 8 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää Salpausselän Naisvoimistelijat ry:lle vastuullisuusohjelma, joka vastaisi seuran tarpeita. Ja toimisi samalla käytännön ohjeena seuran vastuullisuustyön kehittämisessä. Ohjelman luominen oli ajankohtaista, sillä Suomen Voimisteluliitto ohjeisti kaikkia jäsenseurojaan laatimaan vastuullisuusohjelman vuoden 2024 mennessä. Lisäksi erilaiset tutkimukset vahvistivat ohjelman tarpeellisuuden.

Tässä opinnäytetyössä vastuullisuutta tarkasteltiin erityisesti liikunta-alan näkökulmasta. Liikunta-alalla vastuullisuuden merkitys on tunnistettu, mutta konkreettiset toimet vastuullisuuden kehittämiseksi usein jäänyt vähemmälle huomiolle, vaikka alaa ohjaavat useat lait ja ohjeistukset. Vastuullisuuden toteuttaminen ei kuitenkaan aina ole helppoa, vaikka se olisi yksi yhdistyksen arvoista, jota halutaan tuoda näkyviin. Kehittäminen ja vastuullisuustyö vaatii usein resursseja, joita kaikilla yrityksillä ei ole riittävästi. Kuitenkin vastuullisuutta voidaan ilmentää monin eri tavoin, jokainen yritys omalla tavallaan, resurssit huomioiden.

### 8.1 Tarve ja haasteet

Salpausselän Naisvoimistelijat ry:n toimintaympäristö kartoitettiin vastuullisuusohjelman pohjaksi. Seura on pieni kolmannen sektorin toimija, joka saa ohjausta niin Olympiakomitealta kuin Voimisteluliitolta. Toiminnan keskiössä ovat vapaaehtoiset, jotka mahdollistavat monipuolisen liikuntatarjonnan eri ikäryhmille. Vapaaehtoistyö tuo mukanaan myös haasteita: resurssit ovat rajalliset, ja työ määrä voi ylittää vapaaehtoisten alkuperäiset odotukset. Kyselytutkimuksen tulokset myös osoittivat, että osa vapaaehtoisista koki työnsä ajoittain kuormittavaksi, mikä korostaa tarvetta selkeille toimintamalleille ja tuelle.

Yksi työn merkittävimmistä haasteista oli sosiaalisen vastuullisuuden mittaamiseen liittyvän tutkimustiedon puute erityisesti pienissä liikuntaseuroissa. Suuryrityksillä on usein käytössään omat vastuullisuusraportoinnin työkalunsa, mutta nämä eivät sovellu suoraan pienille seuroille. Seuralle suositellaan mittaamisen työkaluksi Olympiakomitean vastuullisuusmittaristoa (kuva 9, s.16), jotta myös seura konkreettisesti huomaa millaisia vastuullisuustekoja jo tehdään, ja mitkä vaatisivat tarkastelua enemmän. Seura voi myös Sosiaalisen vastuullisuuden mittaamisessa voidaan hyödyntää tietojen päivittämisaktiivisuutta vastuullisuusohjelman mukaisesti.

### 8.2 Tutkimusmenetelmät ja tulokset

Tämän opinnäytetyön tutkimusmenetelminä käytin useita erilaisia menetelmiä, kuten nettikoulutusta, vertailuanalyysiä, haastattelumenetelmää sekä kyselytutkimusta.

Vastuullisuusohjelman teon aloitin Voimisteluliiton vastuullisuusohjelma nettikoulutuksella, joka alusti ohjelman tekoon. Voimisteluliiton vastuullisuusaskelissa on erilaisia tasoja riippuen seuran koosta ja kilpailuaktiivisuudesta. Koulutuksen avulla hahmoteltiin seuralle sopiva taso. Koulutuksessa painotettiin myös vastuullisuusohjelman jatkuvuutta ja sidosryhmien läpileikkaavuutta.

Vertailuanalyysi tarjosi arvokasta näkökulmaa muiden voimisteluseurojen ja liikunta-alan organisaatioiden vastuullisuusohjelmista ja toteuttamismuodoista. Vertailuanalyysi auttoi selkeyttämään seuran oman toiminnan tasoa ja toi esiin ideoita vastuullisuuden kehittämiseksi, kuten vastuullisuusaskeleiden perustason tarkistuslistan läpikäyntiä. Sekä vastuullisuusohjelman visuaalista toteutusta nettisivujen päivittämistä ajatellen. Sekä erilaisten palveluiden esiin nostamista kuten väestöliiton ylläpitämästä et ole yksin- palvelusta, josta löytyy yhteydenotto mahdollisuus kiusaamisen ja häirinnän uhreille sekä ohjeet puuttua ja tunnistaa kiusaaminen ja häirintä. Vertailuanalyysin kohteina olivat Olympiakomitea ja Voimisteluliitto, aluejärjestöt kuten Päijät-Hämeen liikunta ja urheilu ry, Hämeen liikunta ja urheilu ry sekä useat muut voimisteluseurat. Vertailuanalyysissä korostuivat hyvän hallinnon, turvallisen toimintaympäristön, yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon, ympäristövastuun sekä antidopingin periaatteet ja toteuttamistavat. Aluejärjestöt ja lajiliitot myös tarjoaa runsaasti hyödynnettäviä koulutuksia ja materiaaleja vastuullisuusohjelmien työstöön.

Yhtenä tutkimusmenetelmänä käytin haastattelua. Haastattelu toteutettiin seuran puheenjohtajan kanssa puolistrukturoidun haastattelun menetelmällä, jossa pääteemat olivat selvät mutta haastattelu eteni vastausten mukaan. Haastattelussa käytiin läpi vastuullisuus näkemyksiä, johtokunnan vastuullisuus tilannetta ja ajantasaisuutta. Lisäksi pohdittiin vastuullisuusohjelman toteuttamistapoja sekä projektin aikataulutusta. Haastattelun pohjalta puheenjohtajalle laadittiin vastuullisuusohjelmapohja, joka toimitettiin myös koko johtokunnan kommentoitavaksi. Johtokunnan palautteesta ilmeni, että vastuullisuusteema vaatii laajaa päivittämistä eri osa-alueilla.

Käytin myös kyselytutkimusta kartoittamaan vastuullisuusohjelman tarvetta. Kyselytutkimus osoittautui tehokkaaksi tavaksi kartoittaa Salpausselän Naisvoimistelijat ry:n henkilöstön näkemyksiä vastuullisuudesta ja siihen liittyvistä tukitoimien tarpeista. Kysely suunniteltiin yksinkertaiseksi ja helposti lähestyttäväksi, jolla pyrin madaltamaan vastauskynnystä erityisesti seuran pienessä henkilöstöryhmässä, jossa työskentelee myös nuoria ohjaajia. Avoimen palautteen kerääminen oli seuran toiminnassa uutta, ja se tarjosi arvokasta tietoa vastuullisuusohjelman kehittämiseksi. Kysely hyödynnettiin sähköistä tiedonkeruuta, joten toteutettiin Google Forms -alustalla, ja se jaettiin henkilöstölle WhatsAppin kautta, mikä tavoitti vastaajat tehokkaasti. Vastaajien anonymiteetin varmistaminen oli keskeistä, jotta palautteesta saatiin mahdollisimman rehellistä ja kattavaa. Saatekirjeellä oli keskeinen rooli kyselyyn vastaamisen aktivoimisessa. Se antoi vastaajille selkeän kuvan

kyselyn tarkoituksesta, taustoista ja hyödyistä sekä vakuutti tietojen luottamuksellisesta käsitte-lystä. Myös viime hetken muistutusviesti lisäsi vastausaktiivisuutta.

Kysely tehtiin henkilöstölle eli 15 henkilölle. Kyselyn kysymyksiä oli viisi ja lisäksi vapaan sanan mahdollisuus. Avoimia kysymyksiä oli kaksi. Kyselyn kaikkiin kysymyksiin ei ollut pakko vastata. Vastausmäärä vaihteli kysymyksen mukaan neljästä kahdeksaan. Kaikkiin kyselyn kysymyksiin vastattiin. Kyselyn mukaan Voimisteluliiton vastuullisuusohjeet olivat tuttuja ja ajan tasalla 14,3 %, ovat tuttuja mutta ei ajan tasalla 28,6 %, ovat käsitteenä tuttuja esimerkiksi sosiaalisen median kautta 42,9 %, eivät lainkaan 14,3 %. Seuran vastuullisuuden näkymisen vaikutuksen asiakkaan ostopäätökseen uskoi 62,5 % vastaajista. Koulutusmahdollisuuksista ja seuran säännöistä oli tietoisia 66 % vastaajista. Vastuullisuuden arvo seurassa näkyi neljän vastaajan mielestä hyvinvoinnin tuottamisena, puheessa, markkinoinnissa sekä turvallisen toimintaympäristön luomisena omalla toiminnalla, vastanneista 33 % mukaan arvo ei näy seuran toiminnassa. Kysyttäessä oliko seurassa ilmennyt epäasiallisuutta ja millaisiin asioihin seurassa toivottaisiin tukea. Saatiin neljä vastausta, joissa ilmeni, ettei epäasiallisuutta ollut ilmennyt mutta vastaajat toivoivat ohjaajille ohjetta yhtenäisten toimintamallien tiedostamiseksi, sekä yleisesti selvempää toimintakulttuuria, joka on läpinäkyvää myös muille seuran sidosryhmille. Vapaassa palautteessa toivottiin, että ohjaajien koulutuksiin panostettaisiin aiempaa enemmän. Vapaaehtoistoiminnassa toivottiin roolien selvempää ja hienojakoisempaa mallia, jotta mukana olevat eivät kuormittuisi liiallisten työtehtävien alle. Myös yhteistyötä muiden sidosryhmien kanssa toivottiin enemmän, kuten liiton, kaupungin ja muiden seurojen kanssa. Ymmärrettiin myös, että seuran toiminnanohjaus perustuu vapaaehtoisuuteen, jolloin toiminta ei ole aina johdonmukaista ja viestintä ei ole aina oikea-aikaista ja selkeää.

Kysely antoi arvokasta tietoa seuran toiminnasta ja vapaaehtoisten näkemyksistä. Kyselytutkimuksen avulla vahvistettiin aiemmin esiin tulleita haasteita, kuten vapaaehtoisten työn kuormittavuus, ja tunnistettiin kehittämistarpeita ohjaajien tukemisessa. Anonyymit avoimet palautteet toivat esiin seuran jäsenten ja työntekijöiden kokemuksia sekä näkemyksiä, jotka muutoin olisivat saattaneet jäädä saamatta. Tämä osallistava lähestymistapa loi vastuullisuusohjelmalle pohjaa. Henkilöstön osallistaminen voi myös lisätä sitoutumista sen toteuttamiseen.

### **8.3 Tuotokset**

Tunnistetut haasteet huomioiden kehitettiin Salpausselän Naisvoimistelijat ry:lle oma vastuullisuuden toimintasuunnitelma, joka sisältää konkreettisia ja helposti toteutettavia toimenpiteitä sosiaalisen vastuullisuuden kehittämiseksi. Toimintasuunnitelma pitää sisällään johtokunnalla to do -tyylinen listauksen tehtävistä asioista. Ajanjaksona suunnitelmassa ovat kevät, syksy sekä läpi vuoden hoidettavat asiat. Toimintasuunnitelma myötä seuralle suositellaan vastuullisuusvastaavaa, joka on

henkilö, joka huolehtii, että toimenpiteet tehdään johtokunnassa ajallaan. Toimenpiteitä on myös vastuullisuusohjelman ajan tasalla pitäminen vuosittain, vastuullisuusviestintä sidosryhmille, kyse-lyiden luonti, lähettäminen ja analysointi. Sekä toimii yhteyshenkilönä mahdollisten epäasiallisten käytöksen ilmi tullessa. Sosiaalisen vastuullisuuden mittaamisena voidaan hyödyntää tietojen päivittämisaktiivisuutta vastuullisuusohjelman mukaisesti.

Toisena keskeisenä tuotoksena työssä syntyi ohjaajien vastuullisuusohje, joka tukee ohjaajia turvallisen ja yhdenvertaisen toimintaympäristön luomisessa. Tämä ohje on suunniteltu auttamaan ohjaajia tunnistamaan ja puuttumaan epäasialliseen käytökseen, vaikka seurassa ei ole ilmennyt kiusaamis- tai häirintätapauksia. Ennaltaehkäisevien toimintamallien luominen on tärkeä osa seuran vastuullisuusohjelmaa, sillä se vähentää riskiä, että tällaisia tilanteita syntyy. Sekä kannustaa ohjaajia puuttumaan mahdollisiin ongelmiin matalalla kynnyksellä. Vastuullisuusohjeessa annetaan selkeät ohjeet epäasiallisen käytöksen tunnistamiseen ja siihen puuttumiseen. Tavoitteena on tarjota ohjaajille käytännön työkaluja, jotka auttavat heitä toimimaan oikein epäselvissä tilanteissa ja luomaan ilmapiirin, jossa kaikki osallistujat voivat tuntea olonsa turvalliseksi. Ohjeet sisältävät myös vinkkejä siitä, miten ohjaaja voi vaikuttaa ryhmädynamiikkaan omalla toiminnallaan. Ohjaajan rooli ryhmän turvallisuuden ja ilmapiirin luomisessa on keskeinen, sillä ohjaajan asenteet ja käytös vaikuttavat merkittävästi siihen, miten osallistujat kokevat ryhmädynamiikan ja itse liikuntatunnin. Ohjaajan toiminnalla on suora vaikutus osallistujien itsetuntoon ja ryhmässä viihtymiseen. Hyvin toimiva ryhmädynamiikka voi lisätä osallistujien motivaatiota ja tukea heidän hyvinvointiaan. Vastuullisuusohjeen avulla ohjaajat saavat selkeitä suuntaviivoja siitä, kuinka heidän tulee toimia epäasiallisen käytöksen tai huonon ryhmädynamiikan suhteen, ja samalla varmistetaan, että kaikkien osallistujien kokemus on turvallinen ja yhdenvertainen.

#### **8.4 Yhteenveto, jatkojalostus ja suositukset**

Vastuullisuusohjelma tarjoaa seuralle konkreettisen työkalun toiminnan ohjaamiseen, aikatauluttamiseen ja sisäiseen sekä ulkoiseen viestintään. Ohjelman osat, kuten ohjaajien vastuullisuusohje ja johtokunnan toimintasuunnitelma, on suunniteltu helppokäyttöisiksi ja käytännönläheisiksi. Ohjelman käyttöönotto mahdollistaa vastuullisuustoimien näkyvyyden myös ulkopuolisille sidosryhmille ja tukee seuran viestintää esimerkiksi verkkosivuilla.

Ohjelmaa voidaan jatkossa laajentaa huomioimaan ympäristö- ja talousvastuun teemat, kuten kierätys ja taloudellinen läpinäkyvyys. Lisäksi toimintasuunnitelmaa voisi hyödyntää seuran toiminnan suunnittelussa laajemmin, ja digitaalisten viestintäpalveluiden, kuten Teamsin, käyttöönotto voisi tehostaa vastuullisuustoimenpiteiden seuranta ja viestintää.

Vastuullisuusohjelman rakentaminen oli monivaiheinen prosessi, jossa ohjelman rakenne ja sisältö muotoutuivat useaan kertaan. Tämä aiheutti ajoittain aikatauluhaasteita ja resurssien ylimääräistä käyttöä. Jatkossa tarkempi aikataulutusta ja selkeämpi toteutuksen suunnittelu voisivat tehostaa prosessia.

## 8.5 Eettisyys ja luotettavuus

Vastuullisuusohjelman kyselytutkimuksen ja haastatteluiden eettisyys huomioitiin säilyttämällä vastaajien anonymiteetti ja varmistamalla vapaaehtoisuus. Kyselyssä ei kysytty mitään ylimääräistä, vain tarkoituksen mukaisia kysymyksiä tavoitteiden kannalta. Kyselyssä ei myöskään kerätty mitään henkilötietoja, jotka voisivat vaarantaa anonymiteettiä. Työn luotettavuus perustuu huolellisesti valittuun aineistoon ja alan keskeisiin lähteisiin, kuten Voimisteluliiton ja Olympiakomitean vastuullisuusohjelmiin.

## 8.6 Oppiminen

Opinnäytetyöprosessi tarjosi monipuolisia mahdollisuuksia kehittää ammatillisia taitoja, erityisesti projektinhallinnan, tiedonhaun sekä vastuullisuusteemojen käytännön soveltamisen osalta liikuntaseuran kontekstissa. Projektin hallinta edellytti aikataulutusta, tavoitteiden asettamista ja jatkuvaa reflektointia etenemmekö tavoitteita kohti. Projektin hallinta auttoi kehittämään taitoja suunnitella, organisoida ja toteuttaa kehityshanke.

Tiedonhakuprosessi oli olennainen osa työskentelyä, sillä vastuullisuuden kehittäminen vaati ajankohtaisten tutkimusten ja käytäntöjen hyödyntämistä. Erityisesti muiden urheiluseurojen vastuullisuuskäytänteiden analysointi sekä alan kirjallisuuden tutkiminen auttoivat luomaan ohjelman, joka on sekä ajantasainen että sovellettavissa seuran omiin tarpeisiin. Tämä vaihe opetti kriittistä tiedon arviointia ja valikoimista käytäntöön soveltuvaksi.

Kokonaisuudessaan opinnäytetyöprosessi vahvisti ymmärrystä siitä, miten vastuullisuutta voidaan kehittää käytännön tasolla liikuntaseurassa. Prosessi opetti myös, kuinka tärkeää on kuunnella ja osallistaa organisaation eri toimijoita, jotta kehitysohjelma vastaa aidosti heidän tarpeisiinsa ja tavoitteisiinsa. Ohjelman kehittäminen ei ollut vain tekninen prosessi, vaan myös ihmisten kohtaamista ja vuorovaikutusta.

## Lähteet

Arajärvi, P. & Thesleff, P. 2020. Suorituskyvyn psykologia. 1.painos. VK-Kustannus.

Backman, J., Hyssälä, L., Kivelä, A., Norppa, L., Virta, S., & Vuolasto, J. 2023. Kulttuurin ja liikunnan hyvinvointivaikutukset osaksi päätöksenteko- ja ohjausjärjestelmää. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja: 2023:16. Luettavissa: [Kulttuurin ja liikunnan hyvinvointivaikutukset osaksi päätöksenteko- ja ohjausjärjestelmää](#). Luettu 20.10.2024.

Bärlund, A. & Sipilä, K. 2023. Vastuullinen hallituksen jäsen. 1. painos. Kauppakamari.

Elinkeinoelämän keskusliitto, 2023. Mitä tarkoittaa sosiaalinen vastuullisuus. Luettavissa: [Mitä tarkoittaa sosiaalinen vastuullisuus? - Elinkeinoelämän keskusliitto](#) Luettu 20.10.2024.

Harmaala, Minna-Maari & Jallinoja, Niina. 2012. Yritysvastuu ja menestyvä liiketoiminta. 1. painos. Sanoma Pro. Helsinki. E-kirja. Luettu: 10.11.2024.

Hämeen Liikunta ja urheilu. 2021. Häirintävapaa urheilu -koulutuksesta työkaluja omaan seuratoimintaan. Hämeen liikunnanaluejärjestö. Luettavissa: [Häirintävapaa urheilu -koulutuksesta työkaluja omaan seuratoimintaan - Hämeen Liikunta ja Urheilu ry](#) Luettu 30.10.2024.

Itkonen, H. 2021. Liikkumisen sosiologia. Vastapaino. Tampere.

Jaakkola, T., Liukkonen J. & Sääkslahti A. 2017. Liikuntapedagogiikka. Uudistettu painos. PS-Kustannus. E-kirja. Luettu 20.10.2024.

KIHU, 2024. Kestävä urheilu- ja liikuntahanke. Luettavissa: [KESTÄVÄ URHEILU JA LIIKUNTA: YRITYSTEN JA SEUROJEN HAASTEIDEN PAIKANTAMINEN JA PILOTOINTI - Suomalaisen urheilun TKI-Verkosto](#) Luettu 26.10.2024.

Koivula, K. 2021. Vastuullisuuskeskustelussa sosiaalisen vastuun roolia korostettava. Luettavissa: [Vastuullisuuskeskustelussa sosiaalisen vastuun roolia on korostettava - Liikkeenjohdon ja asiantuntijoiden koulutus | Aalto EE](#) Luettu 22.10.2024.

Konttinen, N. 24.5.2024. Urheiluseurojen rooli lasten ja nuorten psykososiaalisen kasvun tukijana on merkittävä. Luettavissa: [Urheiluseurojen rooli lasten ja nuorten psykososiaalisen kasvun tukijana on merkittävä - KIHU](#) Luettu 25.10.2024.

Koski, P. & Mäenpää, P. 2020. Turun yliopisto. Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat – tilanne, muutokset ja tulevaisuus. Raporttitiivistelmä. Luettavissa: [Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat.pdf](#). Luettu 20.10.2024.

- Kunnaala-Hyrkki, Vappu. 2022. Vastuullisuuskin voi tuottaa lisäarvoa. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. Luettavissa: [Vastuullisuuskin voi tuottaa lisäarvoa | READ Xamk](#) Luettu 10.11.2024.
- Kuntaliitto, 2021. Sosiaalisen kestävyden indikaattorit. Luettavissa: [Sosiaalisen kestävyden indikaattorit](#) Luettu 25.10.2024.
- Kyllönen, M. 2021. Vaikeneminen ei ole vaihtoehto: Katsaus häirintää ja kiusaamista käsittelevään tutkimustietoon liikunnan ja urheilun näkökulmasta. Suomen urheilun eettinen keskus SUEK ry. Vantaa. Luettavissa: [vaikeneminen\\_ei\\_ole\\_vaihtoehto.pdf](#) Luettu 23.10.2024.
- Laki, liikuntalaki. 10.4.2015/390. Luettavissa: [Liikuntalaki390/2015 - Säädökset alkuperäisinä - FINLEX®](#) Luettu 10.10.2024.
- Laki yhdenvertaisuudesta. 30.12.2014/1325. Luettavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141325> Luettu 10.10.2024.
- Mäkelä, T. 2019. Vastuullisuusjulkaisu. Elinkeinoelämänkeskusliitto. Luettavissa: [EK\\_Vastuullisuusjulkaisu\\_final\\_net\\_11.9.2019.pdf](#) Luettu 23.10.2024.
- Mäkinen, J. 2018. Aikuisväestön liikunnan harrastaminen, vapaaehtoistyö ja osallistuminen 2018. KIHUn julkaisusarja, nro 67. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. Luettavissa: [2019\\_jar\\_aikuisvest\\_sel71\\_85829.pdf](#) Luettu 20.10.2024.
- Niskanen, S. 2024. Salpausselän Naisvoimistelijat ry. Seuran säännöt, vastuullisuusohjelman tavoitteet ja toimintatavat. Haastattelu. Lahti.
- Ojasalo, K., Moilanen, T., & Ritalahti, J. 2015. Kehittämistyön menetelmät: uudenlaista osaamista liiketoimintaan (3.–4. painos). Sanoma Pro Oy. E-kirja. Luettu: 2.10.2024.
- Olympiakomitea. 2024. Malli seuroille ongelmatilanteen ratkaisua varten. Luettavissa: [Vastuullisuus](#) Luettu 29.10.2024.
- Olympiakomitea. 2024. Luonnos vastuullisuusohjelma. Luettavissa: [Vastuullisuus: Luonnos urheiluyhteison vastuullisuusohjelma 2025](#) Luettu 29.10.2024.
- Olympiakomitea s.a. Urheiluseuratoiminta. Luettavissa: [Urheiluseuratoiminta - Olympiakumppaniksi](#) Luettu 26.10.2024.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2023. Pienet seurat ovat tärkeä osa liikunnan ja urheilun kansalais-toimintaa. Luettavissa: [Selvitys: Pienet seurat ovat tärkeä osa liikunnan ja urheilun kansalaistoimintaa - Valtioneuvosto](#). Luettu 11.10.2024.

Rantakari, R. 2023. Mitä on vastuullisuus? Luettavissa: [Mitä on vastuullisuus? - Excellence Finland](#)  
Luettu 27.11.2024

Roiha, U., Järvelin, A-M., ja Haila, K. 2022. Kestävä kehitys valtion liikuntaa ja urheilua edistävissä toimenpiteissä. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2022:1. Luettavissa: [Kestava-kehitys-valtion-liikuntaa-ja-urheilua-edistavissa-toimenpiteissa-loppuraportti.pdf](#) Luettu 25.10.2024.

Salpausselän Naisvoimistelijat Ry. 2024. Seurainfo. Luettavissa: <https://www.salpausselannaisvoimistelijat.net/seurainfo>. Luettu: 1.11.2024.

Stenbacka, W., Mäkinen, J., Lämsä, J., & Nieminen, M. 2018. Liikunnan ja urheilun julkinen tuki ja rakenteet Suomessa. KIHUn julkaisusarja, nro 62. Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus (KIHU). Luettavissa: [2018\\_ste\\_liikunnan\\_j\\_sel99\\_27365.pdf \(kihu.fi\)](#) Luettu 11.10.2024.

Suomen kestävän kehityksen toimikunta. s.a. Agenda 2030 toimintaohjelma. Luettavissa: [Agenda2030 -toimintaohjelma | Kestävä kehitys](#) Luettu 22.10.2024.

Suomen Voimisteluliitto. 2024. Koulutuskalenteri: Vastuullisuus. Luettavissa: <https://voimisteluliitto.etaika.fi/Koulutuskalenteri-julkinen#/tutustu?modid=1866&q=vastuullisuus&id=4326>. Luettu: 10.8.2024.

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2014. Liikuntaliiketoiminnan ekosysteemin muutokset. TEM raportteja 20/2014. Luettavissa: [untitled](#) Luettu: 10.11.2024.

Työ- ja elinkeinoministeriö s.a. Vastuullisuuden indikaattorit. Luettavissa: [https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiB8fvWrreJAxXwEBAlHWg1NewQFnoECBYQAw&url=https%3A%2F%2Ftem.fi%2Fdocuments%2F1410877%2F2864722%2FYritysvastuun%2Braportoinnin%2Bensi%2Baskeleet\\_260917.docx&usq=AOvVaw07sdodstrPckRfBgvaBaNh&opi=89978449](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiB8fvWrreJAxXwEBAlHWg1NewQFnoECBYQAw&url=https%3A%2F%2Ftem.fi%2Fdocuments%2F1410877%2F2864722%2FYritysvastuun%2Braportoinnin%2Bensi%2Baskeleet_260917.docx&usq=AOvVaw07sdodstrPckRfBgvaBaNh&opi=89978449) Luettu: 15.10.2024.

Vuorio, P. 2024. Vastuullisuudesta kilpailuetua pk-sektorille. Elinkeinoelämän keskusliitto. Luettavissa: <https://ek.fi/tavoitteemme/vastuullisuus/vastuullisuudesta-kilpailuetua-pk-sektorille/>. Luettu: 10. lokakuuta 2024.

Väestöliitto s.a. Et ole yksin - tukipalvelut ja apua vanhemmuuteen. Väestöliitto. Luettavissa: [Etusivu - Et ole yksin palvelu työskentelee turvallisen urheilun edestä](#) Luettu 1.10.2024.

Väestöliitto s.a. Turvallisen seuran tarkistuslista. Luettavissa: [checklist\\_seuroille\\_a4.pdf](#)  
29.10.2024.

Yle. 2024. Tutkimushankkeen tulokset eettisyys ja vastuullisuus urheiluseurassa. Luettavissa: Miksi eettisyys ja vastuullisuus ovat urheilussa ongelmia? Tuore tutkimushanke valottaa syitä | Urheilu | Yle. Luettu 23.11.2024.

Ympäristöministeriö. 2023. Luettavissa: Mitä on kestävä kehitys? - Ympäristöministeriö Luettu 21.10.2024.

## Liitteet

### Liite 1. Vastuullisuuskysely seuralle

# Salpausselän naisvoimistelijat, seurassa työskenteleville kysely

Kysely vastuullisuusohjelman pohjaksi.  
Tarkoituksena kartoittaa seurassa  
työskentelevien vastuullisuus näkemyksiä,  
hyvinvointia sekä kehitystoiveita

Näkyykö vastuullisuus-arvo seurassa? Kertoisitko vähintään yhden konkreettisen esimerkin

Oma vastauksesi

---

Uskotko seuran vastuullisuus-arvon näkymisen vaikuttavan mahdollisen asiakkaan ostopäätökseen?

- Kyllä
- Ei

Kuinka tuttuja Suomen  
Voimisteluliiton vastuullisuus  
linjaukset ovat sinulle?

- Ei lainkaan
- Jonkin verran, lukenut kun vastaan  
tullut, esim. somessa
- Ovat tuttuja mutta eivät ole ajan  
tasalla
- Olen hyvin tietoinen ja ajan tasalla  
linjauksista

Tämä kysymys vain seuran liikuntatuntien ohjaajille. Onko tunneilla ilmennyt tilanteita joihin kaipaisit tukea tai selkeää toimintamallia? Kertoisitko millaisia.

Oma vastauksesi

---

Onko seuran säännöt ja toimintamallit sinulle tuttuja? Oletko tietoinen koulutus mahdollisuuksista?

- Kyllä
- Ei

## Vapaa sana

Haluatko sanoa jotain mitä kyselyssä ei kysytty, nyt on mahdollisuus vaikuttaa joten kerro mitä mielessä.

Oma vastauksesi

---

Kiitos vastauksista ja mukavaa syksyä :)



## **Liite 2. Ohjaajien vastuullisuusohje, laadukkaan ohjaamisen muistilista**

### **Ohjaajan muistilista, laadukkaan ohjaamisen periaatteet**

**Itsetuntemus ja roolin tunnistaminen:** Ohjaajien on tärkeää kehittää itsetuntemustaan pohtimalla omia ajatuksia, tunteita ja käyttäytymistä, tämä parantaa vuorovaikutustaitoja ja ryhmän ohjaamista. Lisäksi ohjaajien tulisi tunnistaa oma roolinsa ryhmän dynamiikassa ja ymmärtää, miten heidän oma käytöksensä vaikuttaa ryhmän ilmapiiriin ja toimintaan.

**Positiivinen oppimisympäristö:** Ohjaajien tulisi pyrkiä luomaan ympäristö, jossa osallistujat kokevat onnistumisia ja tuntevat olonsa turvalliseksi ilmaista ajatuksiaan ja kysymyksiään. Viestinnän johdonmukaisuus, eleiden ja ilmeiden käyttö sekä sanavalinnat voivat edistää tätä tavoitetta. On tärkeää huomioida jokainen osallistuja tasapuolisesti ja huomioida yksilölliset erot ohjauksessa.

Keinoja luoda positiivinen oppimisympäristö:

- Negatiivista tai arvostelevaa sävyä tulisi välttää.
- Avoimet käsieleet viestivät avoimuudesta ja herättävät luottamusta (Ristittyjä käsiä olisi hyvä välttää, sillä ne voivat viestiä sulkeutuneisuutta)
- Ohjeiden tulisi olla selkeitä ja lyhyitä "Vedä lapaluut yhteen ja pidä selkä suorana – juuri noin!" yksi kerrallaan.
- Yrittämistä tulisi kiittää, vaikka lopputulos ei olisi täydellinen.
- Sovituista pelisäännöistä tulisi pitää kiinni ja olla johdonmukainen
- Jokaisen osallistujan suoritus tulisi huomioida vuorollaan ja henkilökohtaista palautetta antaa mahdollisuuksien mukaan.

**Tavoitteellinen viestintä ja vastuullinen palautteenanto:** Viestinnän tulisi olla tietoista ja tavoitteellista, mikä tarkoittaa, että ohjaajien tulisi esittää selkeitä viestejä ja pitää huolta siitä, sanallinen ja sanaton viestintä eivät saa olla ristiriidassa. Palautteen antamisen tulee olla rakentavaa, keskittyen sekä onnistumisiin että kehitysalueisiin, pitäen samalla huolta oppijan myönteisestä itsetunnona. Palautetta tulisi antaa prosessista lopputuloksen sijaan.

- Konkreettiset kehitysehdotukset positiivisuuden kautta, "huomasin, että yritit pitää hyvän ryhdin koko liikkeen ajan. Seuraavaksi voisit keskittyä vielä hieman käsien asentoon."
- Edistymisen ja prosessin huomioiminen voi motivoida osallistujia, "olet selvästi panostanut liikkeen hallintaan, hienoa työtä! Seuraavaksi keskitytään vähän enemmän liikkeen aloitus-asentoon."
- Hyvän vahvistaminen, "Katsopa, miten hyvässä tasapainossa olet koko liikkeen ajan. Erinomaista työtä!"

**Aktivointi ja kuuntelu:** Aktiivinen kuuntelu on keskeinen osa viestintää. Osallistujia tulisi kuunnella tarkasti, esittää harkittuja kysymyksiä ja antaa palautetta, joka tukee avointa vuorovaikutusta.

- Avoimien kysymysten käyttö voi auttaa ymmärtämään osallistujien ja toistamalla kuuleman voidaan varmistaa yhteisymmärrys, "eli tarkoitatko, että liike tuntui hankalalta ranteissa? Katsotaanpa, miten voimme muokata sitä." "Onko jokin osa liikkeestä, joka tuntuu haastavalta?" "Mikä sinusta tuntuu tänään parhaalta harjoituksessa?"
- Kuuntelun osoittaminen katsomalla silmiin tai esimerkiksi nyökkäämällä tai sanomalla "ymmärrän" sekä keskeyttämisen ja kiirehtimisen välttämiseksi edistää luottamusta.
- Luottamuksellisen ilmapiirin luominen vuorovaikutuksen keinoin; "jos jokin liike tuntuu liian vaikealta tai epämuikavalta, kerro vain rohkeasti.
- Luottamuksen osoituksiin, kuten ongelman jakamiseen, tulisi kiittää, näin madalletaan kynnystä kertoa asioista toistekin.
- Vuorovaikutuksen avulla voidaan kannustaa aktivoimaan osallistujia itse ratkaisemaan pieniä ongelmia, "mitä ajattelet, voisiko liikkeen tekeminen polviasennossa helpottaa tunnetta ranteessa?"

**Ryhmän dynamiikka:** Ryhmän koko, roolit ja valtasuhteet vaikuttavat sen toimintaan. Ohjaajien tulisi tunnistaa nämä tekijät ja ymmärtää niiden merkitys ryhmän tavoitteiden saavuttamisessa ja yksilöiden hyvinvoinnissa. Ryhmän vuorovaikutusta havainnoimalla voidaan tunnistaa mahdollisia ongelmia varhaisessa vaiheessa. Erilaisten persoonallisuuksien havainnointi (aktiiviset, dominoivat, hiljaisemmat), auttaa ohjaamaan yksilöitä eri tavoin, sekä haastaa ohjaajaa luomaan tasapuolisen tuen ja huomion. On myös tärkeää havainnoida herkästi, jos joku vaikuttaa tuntevan olonsa epämuikavaksi tai jäävän ulkopuoliseksi.

- Selkeiden sääntöjen ja käytäntöjen asettaminen voi tukea ryhmän toimintaa.
- Voimakkaiden persoonien vaikutusta tulisi tasapainottaa niin, että jokainen saa mahdollisuuden osallistua, "pidetään huolta, että jokainen saa tilaisuuden jakaa ajatuksensa, aloitetaan vuorotellen."
- Ryhmän jäsenten kunnioittaminen ja turvallisen ilmapiirin ylläpitäminen ovat keskeisiä tavoitteita, "kukin tekee harjoitukset omalla tasollaan, ja jokainen yritys on yhtä arvokas."

**Vertais- ja tukiverkostot:** Ryhmä voi tarjota merkittävää vertaistukea ja yhteisöllisyyttä. Ohjaajien tulisi korostaa näitä hyötyjä ja luoda rutiineja, jotka tukevat yhteisöllisyyttä ja vuorovaikutusta, jossa osallistujat tukevat ja kannustavat toisiaan.

- Yhteisten alku- ja loppuverryttelyjen yhteydessä voidaan esimerkiksi järjestää fiiliskierrokset.
- Ryhmä- tai parityöskentelyn hyödyntäminen voi lisätä yhteishenkeä.
- Yhteisöllisyyden edistämiseksi osallistujia voidaan rohkaista kannustamaan toisiaan.

- Kerrotaan yhteistyön hyödyistä; "Yhdessä tekeminen antaa meille mahdollisuuden oppia toisiltamme, tukea toisiamme ja saavuttaa tavoitteet tehokkaammin."
- "Kiitetään yhdessä ryhmän panosta tänään! Jokainen teki hienoa työtä."

**Yksilön tarpeet vs. ryhmän tavoitteet:** Ohjaajien on tärkeää huomioida yksilöiden tarpeet samalla, kun ryhmän tavoitteet pyritään saavuttamaan. Tavoitteet tulisi olla linjassa yksilöiden henkilökohtaisten tavoitteiden kanssa.

- Vaihtoehtoisia harjoitteita voidaan tarjota, jotta jokainen voi osallistua omalla taitotasollaan.
- Palautetta voidaan antaa osallistujan tarpeiden mukaan, jollekin voi antaa lisää haastetta ja toiselle henkilökohtaista palautetta havainnoidakseen omaa suoritustaan paremmin
- Selitä, miten yksilölliset tavoitteet liittyvät ryhmän harjoitusten kokonaisuuteen, esimerkiksi näillä harjoituksilla tuetaan myös liikkuvuuden kehittymistä yksilötasolla.

Ohjaamisen muistilistassa on hyödynnetty kirjaa: Arajärvi, P.& Thesleff, P. 2020. Suorituskyvyn psykologia. VK-Kustannus. 1.painos

### **Liite 3. Ohjaajien vastuullisuusohje, epäasialliseen käytökseen puuttuminen**

#### **Epäasialliseen käytökseen puuttuminen**

Urheilu ja liikuntapaikat ovat kolmanneksi yleisin paikka, jossa nuoret ja lapset kokevat epäasiallista käytöstä. Jotta käytökseen voi puuttua on se ensin tunnistettava

#### **Epäasiallinen käytös määritelmiä**

Henkinen väkivalta, fyysinen väkivalta, laiminlyönti, seksuaalinen ja sukupuoleen perustuva häirintä sekä seksuaaliväkivalta. Lisäksi on hyvä tiedostaa se, että jokaisella yksilöllä on oma henkilökohtainen rajansa, milloin kukin kokee toiminnan tai sanat häiritsevänsä.

#### **Epäasialliseen käytökseen puuttuminen**

Aina pitää puuttua, jos epäillään tai havaitaan häirintää. Tärkeää on kuunnella ja selvittää tilanne, sitä ei saa ohittaa. Tärkeää on myös tapahtuneen jälkeen pyrkiä varmistamaan, ettei tilanne toistu, myöhemminkään.

#### **Turvallisen tilan luominen ja toimintaohjeet ohjaustilanteisiin:**

1. Kuinka ohjaaja voi omalla toiminnallaan luoda turvallisen tilan tunnilla?
  - Ohjaaja tuo selkeästi esille, että kaikenlaiseen kiusaamiseen tai häirintään puututaan ja ohjaajalle voi kertoa, jos kokee kiusaamista tai näkee toisia kiusattavan. Kerrotaan pelisäännöt selkeästi ja pidetään sovituista asioista kiinni.
2. Miten valmentajan, urheilijan, vanhemman tai muun toimihenkilön tulee toimia saatuaan tietoonsa tai joutuessaan itse häirityksi tai kiusatuksi?
  - Saadessaan tietää epäasiallisesta käytöksestä otetaan yhteyttä seuran vastuullisuushenkilöön. Vakavimmissa tapauksissa on syytä ottaa yhteyttä suoraan viranomaisiin.
3. Miten tapausta aletaan selvittää?
  - Nimetyt vastuuhenkilöt tai -henkilö hankkivat tietoa tapauksesta häirinnän tai kiusaamisen kohteeksi joutuneelta sekä sivullisia urheilijoilta, valmentajilta ja toimihenkilöiltä. Tilanne ratkaistaan yhteistyössä eri osapuolten kesken tai tarvittaessa vietään asiaa eteenpäin. Jos kyseessä on työntekijäasia, vastuu hänen sanktioinnistaan on esimiehellä.
4. Miten toimitaan, jos seuranta osoittaa epäasiallisen käytöksen jatkuvan edelleen?

- Jos tilanne ei ole muuttunut, otetaan käyttöön sovittu seuraamus seurassa, asiasta ilmoitetaan tekijän vanhemmille tai esimiehelle. Vanhemmat voidaan kutsua paikan päälle palaveriin.

5. Miten häirintä- tai kiusaamistapauksien ilmi tulemista seuroissa ja järjestöissä edistetään? Miten tapauksista kertominen tehdään urheilijoille helpommaksi?

- Urheilijoita rohkaistaan kertomaan kaltoinkohtelustaan seuran vastuuhenkilöille tai valmentajille. Olennaisia tekijöitä tässä yhteydessä ovat nimetyt vastuuhenkilöt ja mahdollisimman matalan kynnyksen ilmianto- ja valitusmahdollisuudet.

Toimintaohjeiden lähteenä on käytetty mukailien Kyllönen, M. 2021. Vaikeneminen ei ole vaihtoehto: Katsaus häirintää ja kiusaamista käsittelevään tutkimustietoon liikunnan ja urheilun näkökulmasta. Suomen urheilun eettinen keskus SUEK ry. Vantaa. Luettavissa: [vaikeneminen\\_ei\\_ole\\_vaihtoehto.pdf](#)

#### **Liite 4. Johtokunnalle vastuullisuuden toimintasuunnitelma**

### **Toimintasuunnitelma (Kevät / Syksy) 2025**

#### **Jatkuvat**

- Kirjanpito ohjaajien käymistä koulutuksista
- Viestintä ohjaajille
- Viestintä seuran sisällä lukukauden asioista (mahdollisista muutoksista, henkilöstön muutokset)
- Nettisivujen päivittäminen ajan tasalle
  - säännöt
  - nettisivut
  - seuran hallitusrakenne

#### **Kevät (ennen kauden loppua)**

- Vastuullisuusvastaavan valinta, huolehtii tämän suunnitelman toteutumisesta sekä toimii yhdyshenkilönä, mikäli epäasiallista käytöstä seurassa ilmenee

#### **Kuluneen vuoden yhteenveto**

- Palautteen kerääminen liikuntaryhmiltä,
  - palautekyselyn teko Hoika-palvelun kautta
  - tulosten analysointi
  - tavoitteiden asettaminen, kehityskohteet lukuvuodelle
- Työtyytyväisyyskysely seuran jäseniltä,
  - palautekyselyn teko Google Forms- ohjelmalla
  - tulosten analysointi,
  - tavoitteiden asettaminen, kehityskohteet lukuvuodelle
- Yhteenveto kuluneesta lukuvuodesta, vastuullisuus tavoitteiden saavuttaminen, analysointi (vastuullisuuden näkökulmat huomioiden; sosiaalinen, taloudellinen sekä ympäristövastuu)
- Viestintä ohjaajille, lukuvuoden yhteenveto

#### **Seuraavan kauden suunnittelu**

- Seuraavan lukuvuoden suunnittelu
  - tavoitteiden asettelu

- mittareiden valinta (liite 6)

## **Syksy (ennen kauden alkua)**

Koulutusmaidollisuuksien tarjoaminen ohjaajille PHLU:n & Voimisteluliiton koulutukset

- Viestintä
- Kirjanpito käydyistä koulutuksista

Turvallisen seuran ja tilan malli

- Seuran johtokunta materiaalin läpikäynti (liite 1)
  - Turvallisen seuran tarkistuslistan läpikäynti
  - Turvallisen tilan luominen
- Ohjaajille, ohjaajaohje (liite 2)
  - ajantasaisuus,
  - materiaalin tulostus
  - jalkautus seuran syksyn ohjaajakokouksessa
- Vastuullisuusviestintä muille sidosryhmille; muille seuran jäsenille, lasten vanhemmille, nettisivujen päivitys (liitteet 3,4)
  - Kiusaamiseen ja häirintään puuttuminen ja ennaltaehkäisy-toimintamalli,
  - Et ole yksin- palvelu
- Vastuullisuus tietojen ajantasaisuus
  - vastuullisuusvastaava käy Suomen Voimisteluliiton sivujen vastuullisuus sivujen materiaalia läpi
  - seuran jäsenten/hallituksen informoiminen muutoksista

Vastuullisuusohjelman läpi käynti seuraavalle lukuvuodelle (keskeisimmät teemat 2025; läpinäkyvyys ja sosiaalinen vastuullisuus)

- valitaan jokin teema, jota lähdetään kehittämään

Vastuullisuusaskelien tarkistuslistan läpikäyminen (liite 5)

- johtokunta, erillinen liite