

Lauttasaaren Kisa-Siskot ry, Vastuullisuussuunnitelma toimintakausille 2026-2027

Päivitetty 2.4.2026

1. Lähtökohdat ja toiminnan tarkoitus

Lauttasaaren Kisa-Siskot ry on harrasteliikuntaa tarjoava voimisteluseura, jonka tavoitteena on edistää jäsentensä fyysistä hyvinvointia, toimintakykyä ja yhteisöllisyyttä. Seura tarjoaa matalan kynnyksen liikuntatunteja Lauttasaaren eri ikäisille naisille kokonaisvaltaista hyvinvointia tukevalla tavalla.

Seuran toiminta ei sisällä kilpailutoimintaa. Toiminnan painopiste on kuntovoimistelussa ja ohjatussa ryhmäliikunnassa, jossa huomioidaan osallistujien erilaiset taustat, tarpeet ja fyysiset edellytykset.

Seura on Suomen Voimisteluliiton jäsenseura ja noudattaa soveltuvin osin Voimisteluliiton vastuullisuuslinjauksia. Vastuullisuustyö perustuu liikunnan eettisiin arvoihin, tasa-arvoon, yhdenvertaisuuteen, reiluun peliin ja kestävään kehitykseen.

2. Vastuullisuus seuran hallinnossa (Hyvä hallinto)

Lauttasaaren Kisa-Siskot ry:n vastuullisuustyö pohjautuu Suomen Voimisteluliiton vastuullisuusaskeleiden perustason, joka on tarkoitettu harraste- ja ryhmäliikuntaseuroille. Seura on tietoisesti valinnut perustason ohjeistuksen toimintaansa parhaiten vastaavaksi ja määritellyt vastuullisuussuunnitelmansa sekä siihen liittyvät toimenpiteet kyseisten ohjeiden pohjalta.

Johtokunnan vastuu:

- Vastuullisuustyötä johtaa seuran johtokunta.
- Johtokunta vastaa suunnitelman ylläpidosta, seurannasta ja kehittämisestä.
- Vastuullisuuteen liittyvät asiat käsitellään säännöllisesti osana seuran toimintasuunnittelua.

Perehtyminen ja sitoutuminen:

- Seuran johtokunta on perehtynyt Voimisteluliiton vastuullisuusaskeleiden perustason hyvän hallinnon materiaaleihin ja sitoutuu noudattamaan niitä seuran toiminnassa.

Johtokunta on tutustunut ja sitoutunut:

- urheilun yhteisiin Reilun pelin periaatteisiin
- voimistelun eettisiin periaatteisiin

Johtokunta on tutustunut:

- Vastuullinen voimistelu – Suomen Voimisteluliiton vastuullisuusohjelmaan
- Voimistelu.fi-sivuston vastuullisuusosioon

Seuran hallinto on avointa, läpinäkyvää ja yhdistyslain mukaista. Päätöksenteossa ja taloudenpidossa huomioidaan vastuullisuus ja jäsenten yhdenvertainen kohtelu.

3. Matalan kynnyksen ja saavutettava toiminta

Seuran toiminnan keskiössä on saavutettavuus ja yhdenvertaisuus.

Jumppatunnit on rakennettu soveltuviksi eri ikäisille ja eri kuntoisille osallistujille, siten että sekä nuoret että eläkeläiset voivat osallistua turvallisesti omia rajojaan kunnioittaen.

Ohjaajat tarjoavat tarvittaessa eri tasoisia liikemalleja ja kannustavat osallistujia kuuntelemaan omaa kehoaan.

Seura käyttää julkisia liikuntatiloja, kuten koulujen jumppasaleja, eri puolilla Lauttasaarta. Tämä mahdollistaa osallistumisen eri puolilla saarta asuville, lyhentää liikkumismatkoja, tukee alueellista tasa-arvoa ja toimintojen saavutettavuutta.

4. Turvallinen ja hyvinvoiva toimintaympäristö

Lauttasaaren Kisa-Siskot ry sitoutuu tarjoamaan fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen liikuntaympäristön.

Kiusaamiseen, häirintään ja epäasialliseen käytökseen puututaan viipymättä. Ohjaajilta edellytetään asiallista, kunnioittavaa ja osallistujia kannustavaa toimintatapaa. Tuntien suunnittelussa huomioidaan turvallisuus, kuormituksen hallinta ja palautuminen. Tarvittaessa seura ohjaa jäseniä suomalaisen urheiluyhteisön tukipalveluiden piiriin.

5. Ympäristövastuu ja kestävä toiminta

Seura huomioi ympäristövastuun toimintansa mittakaava huomioiden ja arjen käytännöissä. Osallistujia kannustetaan saapumaan jumppiin kävellen tai pyöräillen, kun se on mahdollista. Yhteisiä jumppavarusteita käytetään koko niiden elinkaaren ajan. Käytöstä poistuvat varusteet kierrätetään tai hyödynnetään uudelleen mahdollisimman monipuolisesti. Sähköinen viestintä on ensisijainen tiedotuskanava.

6. Yhteisöllisyys ja osallisuus

Yhteisöllisyys on keskeinen osa seuran toimintaa ja vastuullisuutta. Seura järjestää yhteisöllisyyttä edistävää toimintaa, kuten kevät- ja pikkujoulutilaisuuden, joissa jäsenet voivat tutustua toisiinsa vapaamuotoisesti ja luoda kontakteja liikunnan ulkopuolella.

Seura järjestää tarvittaessa kerran vuodessa puolisoille ja läheisille suunnatun liikuntatunnin, jonka kautta seuran toimintaan voivat tutustua myös jäsenten läheiset. Seura osallistuu aktiivisesti Lauttasaaren yhteisöllisyyden rakentamiseen olemalla mukana alueen tapahtumissa ja liikuntapäivissä yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa.

7. Seuranta ja kehittäminen

Vastuullisuussuunnitelma on osa seuran vuosittaista toimintasuunnittelua. Johtokunta seuraa vastuullisuustoimenpiteiden toteutumista ja arvioi kehittämistarpeita. Suunnitelmaa päivitetään tarvittaessa vastaamaan seuran toiminnan muutoksia ja kehittymistä.

Tämä vastuullisuussuunnitelma kuvaa Lauttasaaren Kisa-Siskot ry:n arvot, toimintatavat ja vastuut vastuullisena, matalan kynnyksen ja yhteisöllisyyden liikuntaseurana.