

## Toimintasuunnitelma vuodelle 2017



*Palokan Naisvoimistelijat ry*

*Ilo liikkuu Palokassa!*

<b>Seuran toiminta-ajatuksen toteuttaminen</b>	<b>2</b>
1.1. Missio	3
1.2. Arvot	3
1.3. Visio v. 2020	3
1.3.1 Haasteet ja mahdollisuudet	4
<b>2. Toiminta</b>	<b>4</b>
2.1. Lasten ja nuorten liikunta	4
2.2. Kilpatoiminta	5
2.3. Aikuisten kuntoliikunta	5
2.4. Tapahtumat	5
<b>3. Seuratoimijat</b>	<b>6</b>
3.1. Seurajohto	6
3.2. Ohjaajat ja valmentajat	6
3.5. Koulutus	6
<b>5. Viestintä ja markkinointi</b>	<b>7</b>
<b>6. Yhteistyö</b>	<b>7</b>
<b>7. Toimintaympäristö</b>	<b>8</b>
7.1. Tilat	8
7.2. Välineet ja laitteet	8
<b>8. Talous</b>	<b>8</b>

### 1. Seuran toiminta-ajatuksen toteuttaminen

”Yhdistyksen tarkoituksena on edistää jäsenistönsä keskuudessa liikuntaharrastusta siten, että mahdollisimman moni voisi harrastaa monipuolisesti liikuntaa ja voimistelua eri toiminta- ja tavoitetasoilla.”

Suomen Voimisteluliiton toimintaperiaatteita noudattaen seura pyrkii tuomaan monipuolista liikuntaa alueellamme tunnetuksi, arvostetuksi ja harrastetuksi.

#### 1.1. Missio

Tavoitteena on, että liikunta ja terveelliset elämäntavat omaksuttaisiin jo nuorena luontevaksi osaksi elämää. Jumppa on tervehkinen, monipuolinen ja mukava harrastus. Siellä on kivaa, siellä oppii erilaisia taitoja, tapaa erilaisia ihmisiä ja kunto kohoaa. Seuran toiminta-ajatuksena on turvata Palokan alueella mahdollisuus edulliseen ja monipuoliseen liikuntaharrastukseen.

Jumppaa tarjotaan kaikille iästä, sukupuolesta, kulttuurista, vakaumuksesta tai uskonnosta riippumatta.

Lasten liikunta on jaettu varhaisliikuntaan, perheliikuntaan, tanssiin, joukkue-, rytmiseen-, trampoliini- ja telinevoimisteluun, palloilun ja lajikokeiluryhmiin. Tarjolla on sekä harraste-, että harrastekilparyhmiä.

Myös aikuisille on tarjolla sekä harrasteliikuntaa, että harrastekilparyhmiä. Jumppakalenterissa on monipuolisesti sekä hengitys- ja verenkiertoelimestöä, lihaskuntoa ja vartalonhallintaa, sekä kehoa huoltavia tunteja.

#### 1.2 Arvot

Ilo, Laatu, Yhteisöllisyys ja Helposti lähestyttävyyys

### 1.3 Visio v. 2020

Palokan Naisvoimistelijat on laadukas, monipuolinen ja hyvin tunnettu seura, joka järjestää monipuolista ja edullista toimintaa kaiken ikäisille Palokan alueella. Lasten ja nuorten harrasteryhmiä on kaikilla tavoitetasoilla ja jokaisella ikäryhmällä. Seuralla on myös kilpailevia ja edustavia ryhmiä, joiden toiminta on laadukasta. Erityisryhmien toimintaa kehitetään mahdollisuuksien mukaan eri yhteistyötahojen kanssa. Aikuisten ryhmäliikunta on arvostettua, laadukasta, suosittua ja palvelee eri ikäisiä ja kuntoisia harrastajia.

Seurassa on eri toiminta-alueista vastaavat päätoimiset työntekijät, sekä palkatut, hyvin koulutetut ohjaajat. Seuratoimijoissa on kouluttajia, jotka kouluttavat sekä lasten- että aikuisten ohjaajia.

Arvojen toteutumista näkyy jokapäiväisessä toiminnassa. Kaikki seuratoimijat tiedostavat ja toteuttavat seuran arvoja myös käytännössä.

#### 1.3.1 Haasteet ja mahdollisuudet

Palokan naisvoimistelijoilla on mahdollisuus kehittyä edelleen yhä laadukkaammaksi ja useampia ihmisiä tavoittavaksi seuraksi. Kilpailutoiminnan kehittämällä seura voi nousta hyvin menestyväksi myös sillä saralla ja saada positiivista näkyvyyttä.

Uhkana toiminnan toteuttamiselle voi olla tilojen saatavuus ja käytettävyys. Myös lasten tilavuorojen muuttuminen maksulliseksi on uhka, joka toteutuessaan vaikuttaa radikaalisti lasten liikunnan hintoihin. Viimeistään siinä tapauksessa oman tilan vuokraaminen tulisi ajankohtaiseksi.

## 2. Toiminta

Toimintasuunnitelmassa kuvataan toiminnan tavoitteet ja kehityskohteet vuodelle 2017. Toimintakäsikirjassa kuvataan seuran perustoiminta ja toimijoiden roolit tarkemmin.

### 2.1. Lasten ja nuorten liikunta

Lasten ja nuorten toiminnan säilyttäminen laadukkaana ja monipuolisena on seuran keskeinen painopistealue. Lasten liikunnassa on seitsemän osa-aluetta: Varhaisliikunta, perheliikunta, tanssi, joukkuevoimistelu, rytminen voimistelu, trampoliinivoimistelu ja palloilu. Jokaista lajia voi harrastaa eri ikäkausina ja jatkossa tavoitteena on lisätä ryhmiä ”aukkopaikkoihin” tarpeen ja kysynnän mukaan. Lasten on mahdollista harrastaa samaa lajia tavoitteellisesti ja pidempään.

Seura tarjoaa paljon erilaisia harrastusmahdollisuuksia ja ohjaa harrastajia löytämään itselleen sopivan ryhmän.

Lapsilla on mahdollisuus myös osallistua erilaisiin tapahtumiin, mm. Stara. Ryhmillä on mahdollisuus esiintyä myös erilaisissa paikallisissa tapahtumissa ja tietenkin seuran omissa tapahtumissa ja juhlissa kauden aikana.

### 2.2. Kilpatoiminta

Kilpailutoimintaa on pyritty pikkuhiljaa kasvattamaan, jotta jokaiselle löytyisi omien tavoitteiden mukainen ryhmä. Kilpailutoimintaa on ollut joukkuevoimistelussa, tanssissa sekä tanssillisessa voimistelussa. Kilparyhmiä tulee lisää tammikuussa 2017 ja toiminta organisoinnista vastaa päätoiminen valmennuspäällikkö seuratyöntekijän rinnalla. Tavoitteena on luoda seuraan arvojemme mukainen valmennus- ja kilpailukulttuuri, sekä saada näkyvyyttä ja tunnettavuutta. Seuramme kilpailevat valmennusjoukkueet osallistuvat pääasiassa harrastekilpailuihin. Vuodelle 2017 aloitetaan kilpailutoiminta myös rytmisessä voimistelussa, koska lajiin on löytynyt innokkaita harrastajia.

### 2.3. Aikuisten kuntoliikunta

Palokan Naisvoimistelijat ry tarjoaa ajan hengen mukaista, monipuolista ja laadukasta toimintaa viikoittain eri-ikäisille ja – kuntoisille aikuisille. Monipuolisen ryhmäliikuntatarjonnan ja kuntosaliharjoittelun lisäksi aikuisliikujille tarjotaan myös erilaisia kurseja ja pienryhmätoimintaa, sekä henkilökohtaista ohjausta. Ikääntyneemmille liikujille tarjontaan lisätään senioritanssia yhteistyössä Palokan eläkkeensaajien kanssa. Senioritanssin järjestämiseen on saatu tukea Sammonkodin säätiöltä.

Kehityskohteina on toiminnan tunnettavuus ja markkinointi, sekä aikuisliikunnan imagon nostaminen seurassa.

### 2.4 Tapahtumat

Seuran imagoa ja yhteisöllisyyttä kohotetaan järjestämällä erityistoimintaa ja tapahtumia. Perinteisiä, vuosittain toistuvia tapahtumia ovat kauden alussa järjestettävät Syys- ja TalviStartit, joissa on esitellän tulevan kauden tarjontaa. Kauden päättyessä järjestetään kevät/joulujuhla.

Tavoitteena on järjestää myös uusia, maksullisia tapahtumia, joilla voidaan saada tuloja kustannusten paikkaamiseen. Stara ja Lumo ovat Voimisteluliiton tapahtumia, joita järjestetään mahdollisuuksien mukaan. Myös aikuisliikunnassa on tarkoitus järjestää tapahtuma, jolla saataisiin tuloja ja myös markkinoitua toimintaa, koulutettua ohjaajia ja jaettua ideoita.

Leirejä järjestetään koulujen loma-aikoina eri ikäisille lapsille.

### 3. Seuratoimijat

#### 3.1 Seurajohto

Johtokunta toimii vapaaehtoistyön pohjalta, kulut kuitenkin korvataan. Johtokuntaa pyritään kouluttamaan seurajohtamisen erilaisilla kursseilla ja johtamispäivillä. Näin johtokunta pysyy jatkuvasti ajan tasalla yhdistystoimintaan liittyvistä asioista. Jotta vaativa johtokuntatyö ei muodostuisi pelkäksi painolastiksi, tullaan aktiivisten seuratoimijoiden jaksamista ja joustamista palkitsemaan ja innostamaan. Johtokuntalaisilla on omat vastualueensa, joiden osalta he tekevät yhteistyötä seuratyöntekijöiden kanssa.

Seuran päätoimiset työntekijät toiminnanjohtaja, seuratyöntekijä ja valmennuspäällikkö vastaavat osa-alueidensa toiminnasta yhdessä johtokunnan toimialavastaavien kanssa. Puheenjohtaja toimii toiminnanjohtajan ja seuratyöntekijän esimiehenä ja he taas rekrytoivat, perehdyttävät ja ovat yhteydessä tuntiopettajien/valmentajien ja apuopettajien kanssa kukin omalla osa-alueellaan.

#### 3.2 Ohjaajat ja valmentajat

Ohjaajia ja valmentajia on suuri joukko ja tavoitteena on, että jokainen seuramme "käyntikorttina" toimiva ohjaaja tietää seuramme toimintatavat ja kulttuurin, on sitoutunut toimintaan ja tuntee kuuluvansa seuramme yhteisöön.

### 4. Koulutus

Jokaisella seuramme ohjaajalla on oltava riittävä pohjakoulutus. Koulutuksista pidetään kirjaa ja jokaisen koulutuspolku suunnitellaan omien vahvuuksien ja tavoitteiden mukaisesti. Ohjaajille kustannetaan koulutuksia tarpeen ja harkinnan mukaan. Koulutusten kustantaminen velvoittaa ohjaajaa sitoutumaan vähintään vuodeksi eteenpäin. Koulutusta järjestetään myös yhteistyössä naapuriseurojen kanssa ja seuran sisäisenä koulutuksena.

Seuratoimijoita koulutetaan jatkuvasti ja entistä enemmän panostetaan seuran sisäiseen koulutukseen, koska seurassamme on omasta takaa sekä lasten liikunnan- että aikuisliikunnan

kouluttajat ja paljon tietotaitoa, jota halutaan jakaa. Tällä tavalla lisätään myös seuran yhteisöllisyyttä.

Yhteistyötä seurajohdon ja ohjaajien välillä pidetään yllä yhteisten ohjaajapalaverien, koulutusten ja virkistysiltojen avulla. Seuran sisäistä koulutusta järjestetään vähintään kerran kaudessa ja naapuriseurojen kanssa tehdään koulutusyhteistyötä.

Apuohjaajarinki kokoontuu säännöllisesti ja se tukee nuoria ohjaajia uran alussa.

### 5. Viestintä ja markkinointi

Vuoden tavoiteena on tehostaa ja lisätä monipuolista ja kattavaa, kohderyhmän tavoittavaa markkinointia. Markkinointi- ja viestintäkanavina käytetään mm. internetiä, sosiaalista mediaa, Palokka-lehden palstaa, painettua esitettä, sähköpostia, lehtijuttuja, uutiskirjettä jne. Näkyvyyttä pyritään lisäämään mm. lehdistötiedotteiden avulla, lähestymällä eri tiedotuskanavia ja hyödyntämällä sähköistä markkinointia tehokkaammin.

Seuran sisäistä tiedotusta pyritään selkeyttämään mm. kokoamalla tiedotusta säännöllisiin seuratyöntekijöiden "STT-uutisiin". Omat facebook-ryhmät toimivat tiedotuksessa, keskustelussa ja yhteydenpidossa ja tavoitteena on, että kaikki seuratoimijat ovat mukana samassa järjestelmässä.

### 6. Yhteistyö

Uusia yhteistyökumppaneita hankitaan ja yhteistyötä tehdään eri tahojen kanssa aktiivisesti. Osa yhteistyöstä on jäsenetuja, osa liittyy toiminnan toteuttamiseen, markkinointiin jne.

Yhteistyömuodoista sovitaan tapauskohtaisesti niin että kaikki yhteistyökumppanit hyötyvät tasapuolisesti. Tavoitteena on saada näkyvyyttä, lisätä kustannustehokkuutta ja tehostaa toimintoja.

## 7. Toimintaympäristö

### 7.1 Tilat

Toimintaa pyritään järjestämään tasapuolisesti eri puolilla Palokkaa ja lähialueita. Lähiliikunta on yksi markkinoinnin pääteemoja.

Liikuntatiloja seura vuokraa kaupungilta ja muilta mahdollisilta tahoilta. Uusia käyttökelpoisia tiloja kartoitetaan jatkuvasti ja yhteistyötä myös tilojen suhteen eri tahojen kanssa pyritään hyödyntämään. Myös ulkotiloja, kuten kenttiä ja puistoja pyritään käyttämään entistä enemmän.

Toimisto on Saarijärventiellä Keski-Palokan koulun pihassa, vanhassa puukoulussa oleva toimistohotelli. Toimistolla pidetään mm. syys- ja kevätkokoukset, palaverit, hoidetaan asiakaspalvelua, koulutetaan ohjaajia jne. Myös Kiltalaiset kokoontuvat usein toimistolla.

### 7.2 Välineet ja laitteet

Välineiden käytön suhteen teemme yhteistyötä mahdollisuuksien mukaan. Välineitä ja laitteita uusitaan, täydennetään ja korjataan tarpeen mukaan niin, että käytössä on monipuoliset ja toimivat ja turvalliset välineet. Voimistelumaton hankinta on vuoden 2017 pakollinen hankinta, jotta pystymme takaamaan paljon harjoitteleville turvalliset olosuhteet.

Aikuisten liikunnassa on käytössä monipuoliset välineet. Niitä hankitaan ja huolletaan tilanteen ja tarpeen mukaan. Haasteena on äänentoistovälineiden käytettävyyden ja toimintavarmuus. Tavoitteena on saada systeemeistä niin helpot ja varmat, että ohjaajien toiminta helpottuu ja tuntien laatu siltä osin paranee.

Juhlissa ja tapahtumissa tarvittavaa välineistöä ja rekvisiittaa hankitaan pikkuhiljaa niin, että jatkossa pystymme järjestämään myös visuaalisesti näyttäviä tapahtumia. Laitteita voidaan mahdollisuuksien mukaan hankkia myös yhteistyökumppaneiden kanssa yhdessä.

## 8. Talous

Aikaisempina vuosina seura on saanut mm. Opetus- ja kulttuuriministeriön seuratuken, jonka avulla hinnat ollaan saatu pidettyä alhaisina. Tälle vuodelle ei ole budjetoitu vastaavia tukia, koska niiden saaminen heti uudestaan on todella epävarmaa. Seuran toiminta rahoitetaan jäsenmaksutuloilla, eri kohteista haettavilla avustuksilla ja varainhankinnalla. Uusia rahoitusmuotoja ja tulonlähteitä pyritään kehittämään tehokkaasti, jotta talous pystytään säilyttämään vakaana.