



Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry

**Terveellinen ja turvallinen  
toimintaympäristö**

## Sisällysluettelo

|      |  |   |
|------|--|---|
| 1.   | Johdanto .....   | 2 |
| 2.   | Nykytila .....   | 2 |
| 2.1. | Säännöt.....   | 2 |
| 2.2. | Strategiset valinnat .....   | 3 |
| 2.3. | Toimintaan osallistuvat.....   | 3 |
| 3.   | Tavoitteet ja toimenpiteet .....   | 4 |
| 3.1. | Huolehdimme siitä, että toimintamme tuottaa kaikille positiivisia kokemuksia. .... | 4 |
| 3.2. | Varmistamme, että olosuhteemme ovat turvallisia.....                               | 4 |
| 3.3. | Luomme positiivisen, kannustavan ja turvallisen ilmapiirin .....                   | 4 |
| 3.4. | Lisäämme toimijoidemme turvallisuusosaamista.....                                  | 4 |

## I. Johdanto

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry (LiikU) on sitoutunut urheiluyhteisön yhteiseen vastuullisuusohjelmaan, joka on laadittu tiiviissä yhteistyössä lajiliittojen kanssa. Sen tavoitteena on kaikissa olosuhteissa vastuullinen liikunta ja urheilu. Vastuullisuusohjelman yksi keskeisimmistä kohdista on turvallisen toimintaympäristön rakentaminen kaikille liikunnan ja urheilun parissa toimiville. Turvallisella toimintaympäristöllä tarkoitetaan ympäristöä, jossa liikunta tuottaa iloa ja positiivisia kokemuksia ilman, että kukaan kokee kiusaamista, häirintää tai muuta epäasiallista käyttäytymistä. (Suomen Olympiakomitea 2020.)

Turvallisessa työympäristössä työtilat sekä työ- ja tuotantomenetelmät on suunniteltu ja toteutettu niin, että työntekijät voivat työskennellä sekä liikkua turvallisesti. Työssä käytettävien koneiden ja työvälineiden tulee olla tarkoituksenmukaisia ja töiden suunnittelussa sekä mitoituksessa täytyy huomioida työntekijöiden fyysiset ja henkiset edellytykset. Myös työmatkat ja työliikenne ovat osa turvallista työympäristöä. (Työturvallisuuskeskus 2021.) Turvallisessa työympäristössä huomioitavia asioita ovat muun muassa työtilat ja kulkuväylät, ergonomia, sisäilma sekä järjestys ja siisteys. (Työturvallisuuskeskus 2021; Työterveyslaitos 2021.)

Tämä Terveellinen ja turvallinen toimintaympäristö -dokumentin päivitys vuodelle 2024 on hyväksytty LiikUn hallituksen kokouksessa 18.11.2023.

## 2. Nykytila

### 2.1. Säännöt

LiikU toimii yhdistyslain, omien sääntöjensä ja hyväksi koettujen yhdistyskäytäntöjen mukaisesti. Säännöt on päivitetty 25.11.2020 yhdistyksen syyskokouksessa ja uudet säännöt on kirjattu yhdistysrekisteriin muutetuiksi 7.2.2021.

Sääntöjensä mukaan LiikUn tarkoituksena on

- toimia jäsentensä yhteistyöjärjestönä päämääränään liikuntakulttuurin elinvoimaisuuden ja monipuolisuuden varmistaminen
- valvoa jäsentensä yleisiä ja yhteisiä etuja ja edistää liikuntatoiminnan yleistä strategiaa ja kehitystyötä toiminta-alueellaan sekä tukee jäsentensä toiminnallisten päämäärien toteuttamista
- edistää lounaissuomalaisten liikuntaharrastusta ja tukea jäsenyhdistystensä elinvoimaisuutta

Toimintansa tarkoitustaan yhdistys toteuttaa

- vastaamalla toiminta-alueellaan urheilu- ja liikuntatoiminnan strategisesta johtamisesta ja kehittämisestä
- vastaamalla toiminta-alueensa urheilu- ja liikuntatoiminnan edunvalvonnasta
- tuottamalla valtakunnallisille liikunta- ja urheilujärjestöille, lajiliitoille tai niiden alueorganisaatioille, alueen urheiluseuroille sekä muille urheilua ja liikuntaa harrastaville yhteisöille ja säätiöille niiden tarvitsemia koulutus-, tiedotus-, kehittämis-, toimisto-, informaatio- ja asiantuntijapalveluita sekä ylläpitämällä tarvittava määrä palvelutoimistoja ja järjestämällä erilaisia liikuntaa ja sen harrastamista edistäviä leirejä, tapahtumia sekä kampanjoita ja projekteja
- tukemalla muutenkin eri tavoin eri urheilulajien alueorganisaatioita ja alueen seuroja
- omistamalla ja hallitsemalla kiinteistöjä ja muuta omaisuutta
- julkaisemalla ja kustantamalla liikuntakasvatuksen alaan kuuluvia lehtiä sekä harjoittamalla asianomaisella luvalla paikallisradiotoimintaa.

Toimintasäännöt löytyvät LiikUn nettisivuilta: <https://www.liiku.fi/yhteystiedot/yleista/saannot/>

## 2.2. Strategiset valinnat

LiikUn strategiset linjaukset on tehty ohjaamaan toimintaa vuosina 2019-2023.

Strategisia valintoja ohjaava missio on kirjattu seuraavasti: Edistämme liikuntakulttuuria ja luomme hyvinvointia liikunnan keinoin.

Visio ja samalla slogan on: Liikunta elämäntavaksi!

LiikUn arvot ovat: Yhdessä tekeminen, tasa-arvo, ilo ja innostaminen, toimiminen edelläkävijänä.

LiikUn strategiaa päivitetään vuonna 2024.



## 2.3. Toimintaan osallistuvat

### Henkilöstö

LiikUn henkilöstöön kuuluu vuonna 2023 15 henkilöä, joista naisia yhdeksän ja miehiä viisi. Yksi henkilöstöön kuuluvista on suunnitelmaa tehtäessä toimivapaalla. Henkilöt on valittu tehtäviin osaamisen perusteella ja palkkaus on työn luonteen ja tehtäväkuvan mukainen. Uusien työntekijöiden valinnassa käytetään avointa hakua ja läpinäkyvyyden periaatetta.

### Hallitus

Vuonna 2023 hallituksen muodostaa neljä miestä ja seitsemän naista. Naisten osuus on lisääntynyt edellisen suunnitelman teon ajankohtaan verrattuna. Hallituksen jäsenten ikäjakauma on siirtynyt nuorempaan suuntaan. Vuonna 2023 hallituksen jäsenten iät ovat 27 ja 65 vuoden välillä. Hallituksen jäsenet edustavat laaja-alaisesti liikuntakulttuurin osaamista ja toiminta-alueen maantieteellisyttä. Varsinaissuomalaisia hallituksen jäsenistä on kahdeksan ja satakuntalaisia kolme.

Hallituksen jäsenet valitaan kaksivuotiskaudelle ja erovuoroisten tilalle uudet valinnat tehdään vuosittain syyskokouksessa. Vuosittain puolet hallituksen jäsenistä on erovuorossa.

### Muut luottamuselimet

Hallituksen lisäksi LiikUlla ei ole muita pysyviä luottamuselimiä. Valiokuntia ja toimikuntia sekä jäsenet niihin nimetään vuosittain tarpeen mukaan. Vuodelle 2023 on nimetty työvaliokunta (2 miestä/2 naista), sekä ehdollepanotoimikunta (3 miestä/1 nainen).

### Oman toimen ohessa (oto) -toimijat

Oto-toimijoita ovat muun muassa kouluttajat, leiriohjaajat ja testaajat. Heidät valitaan osaamistarpeiden mukaan. Oto-toimijoiden ikä vaihtelee noin 18 ja 68 vuoden välillä.

#### LiikUn jäsenet

LiikUn jäseneksi voi liittyä liikunta- ja urheiluseurat tai muut paikallistasolla toimivat yhdistykset, joiden toiminnan tarkoituksena on liikuntatoiminta, valtakunnalliset liikuntajärjestöt tai niiden alueorganisaatiot sekä muut urheilua ja liikuntaa harrastavat tai edistävät valtakunnalliset tai maakunnalliset yhteisöt ja säätiöt.

Tätä dokumenttia laadittaessa lokakuussa 2021 LiikUlla oli yhteensä 270 jäsentä, joista liikunta- ja urheiluseuroja 244 ja järjestöjäseniä 26.

### 3. Tavoitteet ja toimenpiteet

LiikUn terveellisen ja turvallisen toimintaympäristön tavoitteet on luokiteltu neljän päätavoitteen alle:

#### 3.1. Huolehdimme siitä, että toimintamme tuottaa kaikille positiivisia kokemuksia.

Toimenpiteet:

Pidämme lapset, nuoret ja aikuiset turvassa kiusaamiselta, häirinnältä ja muulta epäasialliselta käytökseltä.

Mittarit:

Esiintyvyys

#### 3.2. Varmistamme, että olosuhteemme ovat turvallisia.

Toimenpiteet:

Rakennamme toimintaympäristömme turvalliseksi, terveyttä edistäväksi ja terveellisiin elämäntapoihin kannustavaksi.

Mittarit:

Palautekyselyt ja seuranta.

#### 3.3. Luomme positiivisen, kannustavan ja turvallisen ilmapiirin

Toimenpiteet:

Yksilön huomioimisen varmistaminen ja arvostaminen sekä positiivisen palautteen antamisen muistaminen.

Vaalimme turvallisuuden edistämisen käytäntöjä sekä työpaikalla että leireillä, koulutuksissa kuin muissakin tapahtumissamme.

Mittarit:

Henkilöstön, luottamushenkilöiden, ohjaajien ja muiden toiminnassa mukana olevien kanssa käytävät kehittämis- ja arviointikeskustelut.

Palautekyselyt tapahtumissa mukana olleille. Perekymys seuranta.

#### 3.4. Lisäämme toimijoidemme turvallisuusosaamista.

Toimenpiteet:

Mittarit:

Jokainen ohjaajamme ja toimijamme suorittaa turvallisuuteen liittyvän verkkokoulutuksen.

Koulutusten toteutumisen seuranta.

## 4. Ohjeita ja käytäntöjä

### 4.1. Epäasialliseen käytökseen ja häirintään puuttuminen

Epäasiallisella käytöksellä tarkoitetaan häirintää, kiusaamista ja muuta epäasiallista käytöstä työpaikoilla. Epäasialliseen kohteluun voi syllistyä kuka tahansa työyhteisön jäsen joko yksin tai yhdessä muiden kanssa.

Epäasiallinen kohtelu voi ilmetä esimerkiksi kiusaamisena, laiminlyönteinä, vähättelynä tai sivuuttamisena, eristämisenä, henkilön yksilöllisten ominaisuuksien, luonteenpiirteiden tai yksityiselämän mustamaalaamisena, uhkailuna, työnjohtovallan ylityksinä tai nöyryyttävänä kohteluna, sovittujen ehtojen yksipuolisena muuttamisena tai syrjimisenä tai suosimisena.

Epäasiallinen kohtelu voi liittyä henkilöön tai työhön. Se on usein järjestelmällistä ja jatkuvaa, mutta yksittäisiä, lievempiäkin tekoja voidaan pitää epäasiallisena kohteluna. Epäasiallinen kohtelu voi olla sanallista tai sanatonta. Se voi ilmetä eleinä tai ilmeinä.

Epäasiallinen kohtelu tai kiusaaminen on vakava ja tuomittava asia. Jokaisen työntekijän minimivelvollisuus on ilmoittaa ja puuttua, mikäli havaitsee häirintää, kiusaamista tai muuta epäasiallista kohtelua.

Mikäli henkilö kokee epäasiallista kohtelua, on hänen ilmoitettava siitä viipymättä toiminnasta vastaavalle henkilölle tai LiikUn työsuojeluvaltuutetulle. He raportoivat asiasta LiikUn aluejohtajalle, joka puuttuu asiaan mahdollisimman nopeasti siitä tiedon saatuaan.

Toimenpiteet epäasialliseen kohteluun ja häirintään puuttumiseksi ovat:

1. Arvioidaan tilanne ja tunnistetaan mahdollisen lisäavun tarve.
2. Ratkaistaan mistä on kyse ja valitaan toimenpiteet:
  - Työjärjestelyt
  - Työyhteisösovittelu
  - Huomautus
  - Varoitus
3. Kerrotaan selkeästi päätökset ja toimenpiteet
4. Seurataan tilannetta
5. Varmistetaan että haluttu muutos on tapahtunut
6. Kirjataan selvittämisprosessi ja päätökset muistiin

Henkilö voi halutessaan ottaa yhteyttä myös Väestöliiton, lajiliittojen, Olympiakomitean ja Suomen urheilun eettisen keskuksen SUEKin yhteiseen Et ole yksin -palveluun <https://www.etoyleyksi.fi/>. Palvelu tarjoaa maksutta tukea puhelimesta tai chatissa. SUEKin ILMO-palveluun <https://ilmo.suek.fi/> voi ilmoittaa nimettömänä tai omalla nimellään eettisestä rikkomuksesta urheilussa. Kaikki tieto analysoidaan mahdollisia jatkotoimenpiteitä varten.

### 4.2. Ohjeet lasten ja nuorten kanssa työskenteleville ja vapaaehtoisille

Ohjeiden pohjana on käytetty Väestöliiton Et ole yksin -mallisääntöjä seurojen valmentajille.

Kunnioittava puhetyyli

- Lapsille ja nuorille tulee puhua rohkaisten ja itsetuntoa vahvistaen.
- Lapsia ja nuoria ei saa vähätellä, haukkua, uhkailla tai nöyryyttää missään tilanteessa.
- Rasistista tai syrjivää kielenkäyttöä ei sallita missään tilanteessa.
- Ketään ei jätetä vaille huomiota.

### Kunnioittava kurinpito

Jos lapsi tai nuori toimii väärin, on tilanteeseen puututtava reilusti, kunnioittavasti ja lapsen kehitystason huomioiden. Lapsille ja nuorille tulee antaa selkeät ohjeet, ja huonoa käyttäytymistä ilmetessä antaa mahdollisuus pyytää anteeksi ja korjata toimintaansa. Lapsen ja nuoren kanssa tulee keskustella rauhallisesti ja asiallisesti tapahtuneesta.

Kaikenlaiset fyysiset, nöyryyttävät tai pelottavat rangaistukset ovat kielletty.

### Seksuaalinen tai sukupuoleen perustuva häirintä on kielletty

Seksuaalista häirintää on esimerkiksi seksuaalissävyytteiset vitsit ja huomautukset, kehon ja ulkonäön kommentointi, epäasiallisten viestien lähettämien, seksuaalisesti vihjailevat eleet tai ilmeet, seksuaaliset puheet tai kaksimieliset vitsit, homottelu tai huorittelu, vartaloa, pukeutumista tai yksityiselämää koskevat huomautukset tai kysymykset, epäasialliset seksuaaliset viestit, kuvat ja videot ja seksiä koskevat ehdotukset tai vaatimuksista.

Sukupuoleen perustuvaa häirintää on esimerkiksi halventava puhe toisesta sukupuolesta tai toisen sukupuolen alentaminen.

### Lapsilla ja nuorilla on oikeus koskemattomuuteen

Fyysisen kontaktin tulee aina perustua lapsen tai nuoren tarpeeseen, esimerkiksi ohjaamiseen ja avustamiseen, kannustamiseen sopivalla tavalla tai lohduttamiseen. Lapsella tai nuorella on oikeus kieltäytyä fyysisestä kontaktista, milloin vain, ellei siitä kieltäytyminen uhkaa hänen turvallisuuttaan.

Jos nuoresta tai lapsesta kiinnipitäminen on välttämätöntä hänen toiveidensa vastaisesti, esimerkiksi tilanteessa, jossa lapsi tai nuori voi vahingoittaa itseä tai muita on siitä kerrottava heti tilanteen päätyttyä seuran/järjestön johdolle.

### Lapsilla ja nuorilla on oikeus päihteettömään harrastusympäristöön

Valmentajat, ohjaajat ja muut lasten ja nuorten kanssa työskentelevät aikuiset eivät käytä alkoholia tai muita päihteitä, eivätkä ole päihteiden vaikutuksen alaisena lasten tai nuorten läsnä ollessa.

Valmentajat tai muut lasten ja nuorten kanssa työskentelevät aikuiset eivät tarjoa alkoholia tai päihteitä lapsille ja nuorille tai kannusta heitä käyttämään päihteitä.

### Ammatillisten rajojen noudattaminen

Lapsen ja nuoren tukijoukkoon kuuluva aikuinen ei

- flirttaile alaikäisen lapsen tai nuoren kanssa, vaikka hän pyrkisi flirttailemaan aikuisen kanssa.
  - o jos alaikäinen ihastuu aikuiseen, on aikuisen pidettävä ammatillinen rooli, ja torjuttava alaikäisen lähestymisyriytykset kunnioittavasti.
- utele lapsen yksityiselämästä, ellei ole huolissaan tämän turvallisuudesta.
- tarjoa kyytiä yksittäisille harrastajille ilman vanhempien lupaa.
- pyri jatkuvaan kanssakäymiseen lapsen tai nuoren kanssa harrastuksen ulkopuolella tai siihen liittymättömissä asioissa esimerkiksi soittelemalla tai viestittelemällä.
- pese dy tai pukeudu lapsen tai nuoren kanssa samassa tilassa samaan aikaan, ellei se ole erikseen määritelty soveliaaksi. Julkisissa pukuhuoneissa lasten ja nuorten turvallisuus on kuitenkin taattava ja tiloja valvottava, jos tarpeen.
- nuku samassa tilassa lasten ja nuorten kanssa yksin. Nukkumistilojen valvojana tulee aina olla vähintään kaksi aikuista.
- kutsu lasta tai nuorta kotiinsa, ellei muitakin henkilöitä ole läsnä.
- anna lapselle tai nuorelle lahjoja tai rahaa.



### Valvon näiden sääntöjen toteutumista ja sitoudun noudattamaan niitä

Jos näen kenenkään rikkovan näitä sääntöjä, ilmoitan asiasta välittömästi LiikUn tai tapahtuman johdolle. Kuuntelen ja suhtaudun vakavasti, jos lapsi tai nuori kertoo itseensä kohdistuvasta epäasiallisesta käytöksestä. Jos huoleni herää lapsen tai nuoren hyvinvoinnista, kerron asiasta välittömästi LiikUn tai tapahtuman johdolle.

#### **4.3. LiikUn henkilöstön turvallinen ja terveellinen toimintaympäristö**

Korostamme positiivisen sekä kannustavan työilmapiirin merkitystä. Tiedostamme jokaisen vastuun siinä, että työilmapiiri pysyy hyvänä ja olemme sitoutuneet huolehtimaan siitä. Emme hyväksy epäasiallista käyttäytymistä tai häirintää missään muodossa. Hyvää työilmapiiriä pidetään yllä ja sitä lisätään muun muassa säännöllisesti pidettävillä työyhteisöpäivillä, suunnittelupäivillä, työhyvinvointi- ja tavoitekeskusteluilla sekä yhteisillä palaverilla. Hyviä tapoja ja yhteisiä käytänteitä tukee myös oma Toimintakäsikirjamme. Pidämme huolta varahenkilöjärjestelmästä ja ristiin kouluttamisesta varmistaaksemme töiden jatkuvuuden.

Arvioimme vuosittain työolojen riskien hallinnan sekä suunnitteleme korjaus- ja kehittämistoimenpiteet. Yhdessä työterveyshuollon kanssa toteutamme työpaikkaselvitykset työolojen ja työmenetelmien turvallisuuden ja terveysvaikutusten arvioimiseksi ja seuraamiseksi vähintään kolmen vuoden välein.

Huolehdimme siitä, että molemmilla toimistoilla vähintään 10 % henkilöstöstä on saanut ensiapukoulutuksen. Varmistamme, että ensiapuvälineet ovat helposti saatavilla.

Työkykyongelmien arvioinnissa, seurannassa ja tukitoimenpiteissä noudatamme varhaisen puuttumisen mallia, sairauspoissaolojen seurantaa, työterveyspsykologin, työfysioterapeutin ja muiden asiantuntijoiden arviointia ja ohjausta sekä erikoislääkärikonsultaatiota.

Noudatamme työpaikalla omaa päihdeohjelmaa. Terveystarkastuksissa alkoholin käyttöä mitataan Audit-kyselyllä.

Mahdollistamme jokaiselle ergonomisen työpisteen ja käytämme tässä apuna tarvittaessa asiantuntijaa. Huolehdimme yhdessä toimiston siisteydestä sekä järjestyksestä. Varmistamme myös, että toimitilamme ovat mahdollisimman esteettömiä.

Henkilöstön työn kuormittavuutta seurataan työajanseurannalla. Toteutamme työkykyä ylläpitävää toimintaa työuran kaikissa vaiheissa. Kannustamme terveellisiin elämäntapoihin ja tuemme jokaisen työntekijän omatoimista liikuntaa virikeseteleillä ja mahdollistamalla tunnin liikunta-aikaa viikossa työaikana. Noudatamme omaa hyvinvointisuunnitelmaa, jolla vahvistetaan myös yhteenkuuluvuuden ja yhteisöllisyyden tunnetta.

#### **4.4. Ohjeet väkivalta- tai muussa vaaratilanteessa**

Väkivaltatilanne on usein ensisijaisesti aggressiivisen henkilön henkisen väkivallan kohtaamista. Tällaisessa tapauksessa on ehdottoman tärkeää, että pysyt ehdottoman rauhallisena tilanteessa, etkä provosoidu tai ole ylimielinen. Kuuntele rauhallisesti henkilön puhetta, älä väitä vastaan tai ohjeista häntä, suostu ylimalkaisesti uhkaajan pyyntöihin ja pyri lyhyesti ja nopeasti kääntämään hänen huomionsa pois itse asiasta. Pyri puheellasi saamaan hänet rauhalliseksi tai poistumaan ja tulemaan uudelleen, kuitenkin provosoimatta häntä. Jos tilanne ei vielääkään rauhoitu, poistu itse paikalta, varoita mahdollisuuksien mukaan muita ja soita yleiseen hätänumeroon.

Jos henkilö käyttää fyysistä väkivaltaa, tai uskot, että hän pian saattaisi sitä käyttää, suojaudu, varoita muita mahdollisuuksien mukaan, poistu paikalta ja soita hätänumeroon. Tutustu ennakkoon toimiston hätäuloskäynteihin.

Tilanteen rauettua ota tarvittaessa yhteys työterveyshuoltoon ja käy keskustelemassa tilanteesta työterveyslääkärin ja/tai –psykologin kanssa.

Tulipalon tai muun vakavan vaaran uhatessa toimitaan kuten kiinteistön pelastussuunnitelma ohjeistaa.