

hallituksen kokouksen 1.10.2018 käsittelyyn, versio 24.9.2018

MARJANIEMEN MELOJAT RY TOIMINTASUUNNITELMA 2019

YLEISTÄ

Marjaniemen Melojien (MaMe) toiminnan tarkoituksena on seuran jäsenten melontaharrastuksen tukeminen ja kehittäminen. Seura kehittää jäsentensä melontataitoja ja edistää turvallista liikkumista vesillä. Toiminnassa vaalitaan yhteisöllisyyttä ja MaMen perinteisesti hyvää talkoohenkeä.

Seuran perinteisesti vahvojen melontalajien virkistys-, retki-, kuntomelonnin lisäksi tuetaan uudempiä toimintamuotoja kuten suosituksi nousutta SUP-melontaa. MaMessä melonnan eri lajeja ohjaavat virkistys-, retki-, kunto- ja SUP-melonnan jaostot. Seuran koulutustoimintaa koordinoi koulutus-tiimi.

Vajalla järjestettävät talkoot pitävät toimintaympäristön kunnossa ja suovat jäsenistölle mahdollisuuden tutustua seuran toimintaan ja toisiinsa. Buffa huolehtii vaihtelevin kokoonpanoin talkoiden ja muiden tilaisuuksien tarjoilusta. Ilman buffaa eivät onnistuisi seuran muutkaan vuotuiset tapahtumat kuten Pääkaupunkimelonta, yleiskokoukset ja pikkujoulu.

Yhteydenpito melonnan sidosryhmiin ja muihin melontaseuroihin jatkuu ja saa uusia muotoja.

TURVALLISUUS

Melonnan ja vesillä liikkumisen turvallisuus edellyttää riskien tiedostamista ja niiden minimointia. Turvallisuuden perustana ovat melojien kouluttautuminen, asenteet, melontataidot sekä melojan ja kaluston kunto. MaMen Turvallisuusasiakirjaan on kirjattu toiminnan kannalta keskeiset turvallisuusnäkökohdat ja suunnitelmat. Sitä on tarkoitus jatkossa tarkastella joka vuosi, jotta se pysyy ajan tasalla. MaMeen nimetään turvallisuusvastaava, jonka tehtävänä on opastaa ja ohjata jäsenistöä turvallisuussuunnitelman mukaisiin käytäntöihin ja koordinoida näiden käytäntöjen kehittämistä. Turvallisuus on jokaisen omalla vastuulla.

YHTEISTOIMINTA

Kaikille melojille avoin Pääkaupunkimelonta on toimintavuoden päätapahtuma, joka järjestetään elokuussa. Jäsenille viestitetään jo keväällä, että tapahtuma on tarkoitettu kaikille mamelaisille huipentamaan melontakesä yhteisen kuntoilun ja mukavan yhdessäolon merkeissä. Mukaan kutsutaan myös muiden melontaseurojen jäseniä.

Pääkaupunkiseudun melontaseurojen kanssa jatketaan koulutusyhteistyötä ja rakennetaan muita yhteistyömuotoja. Muiden seurojen järjestämiin melontatapahtumiin ja koulutuksiin osallistumista tuetaan valikoidusti omien kouluttajien taitojen kehittämiseksi.

Tuetaan MaMen jäsenten osallistumista kahteen melonnan yhteistapahtumaan sekä Suomi Meloo – tapahtumaan.

MaMen tärkeimmät ulkoiset sidosryhmät ovat Helsingin kaupungin liikuntavirasto, Marjaniemen Purjehtijat ry, Meripelastusseura ja yhteisissä uimahallikoulutuksissa mukana olevat melontaseurat. Niihin pidetään kiinteästi yhteyttä.

hallituksen kokouksen 1.10.2018 käsittelyyn, versio 24.9.2018

TIEDOTUS

Seuran sisäisen tiedottamisen kanavia ovat vajan ilmoitustaulu, verkkosivusto, Facebook sekä sähköpostin kautta lähetettävä uutiskirje. Lisäksi kaksi kertaa vuodessa ilmestyy seuran jäsenjulkaisu "Marjaniemen vesiltä". Tiedottamisessa voidaan käyttää tarpeen mukaan joko yhtä tai useampia tiedotuskanavia, kuitenkin siten, että kaikesta seuran toimintaan liittyvästä on merkintä verkkosivujen kalenterissa. Seuran ulkopuolisille avoimista tapahtumista tiedotetaan internetsivuilla ja seuran sosiaalisen median kanavilla.

Tiedottamisesta vastaavat ensisijaisesti jaostojen tai tapahtumien vastuuhenkilöt. Siten vältetään tiedonkulussa viivettä sekä saadaan myös mahdollisista muutoksista ajantasainen tieto jäsenille. Tiedotuskanavien käytössä saa opastusta tiedottajalta ja verkkosivuston ylläpitäjältä.

Tiedotusta ja sen kanavia kehitetään, tarkoituksena on saada sekä tiedottaminen että tiedon vastaanottaminen mahdollisimman vaivattomaksi. Uusi, vuonna 2017 käyttöön otettu, jäsenrekisteri (FloMembers) mahdollistaa jatkossa mm uutiskirjeiden lähettämisen sitä kautta. Jäsenille annetaan pääsy ja oikeudet jäsenrekisteriin, jotta he voivat ylläpitää omia tietojaan.

TOIMINTAMUODOT

Virkistysmelonta

Virkistysmelontajaosto huolehtii MaMen kesän aikana järjestämistä viikkomelonnoista ja päiväretkistä. Viikkomelonnat on tarkoitettu kaikille seuran jäsenille kokemukseen, kuntoon tai ikään katsomatta, päiväretkien vaatavuustaso vaihtelee. Seuran melontakalusto ja -varusteet ovat tilaisuuksissa jäsenten käytettävissä. Jaoston vetäjä koordinoi melontoja, joiden vetäjiksi kutsutaan aktiivimelojia.

Viikkomelonnat ajoittuvat kesä-elokuulle. Niiden tarkoituksena on perehdyttää uusia seuramme jäseniä harrastukseen ja lähivesiin. Niihin voidaan yhdistää tutustumista eri kohteisiin tai pientä koulutusta. Päivämelontojen tarkoituksena on tukea seuramme jäseniä melontareviirinsä laajentamisessa.

Perinteisiä melontakohteita ovat olleet Eestiluoto, Kauppatori, Suomenlinna ja Vanhankaupunginlahti. Melominen täydenkuun valossa pyritään järjestämään ohjatusti. Porukalla mennään joskus saunomaan tai lähisaareen lähtyjä paistamaan.

Talvella järjestetään lumitilanteen salliessa hiihtoretki tai muu ulkoilutapahtuma. Melontakauden suunnittelupalaveri pidetään huhti-toukokuussa ja kauden yhteenvetopalaveri syys-lokakuussa. Palavereista tiedotetaan uutiskirjeellä.

Retkimelonta

Itä-Helsingin Marjaniemi on ihanteellinen paikka retkimelontaharrastukselle. Suojaisilta lähivesiltä löytyy useita hyviä kohteita. MaMen retkijaosto järjestää eritasoisia melontaretkiä, joilla seuran melontakalusto ja -varusteet ovat jäsenten käytettävissä. Retkillä ei ole osallistumismaksua ja kuljetukset pyritään järjestämään kimppakyyteinä. Yleisenä tavoitteena on, että retkelle lähtijät osallistuvat sekä retken suunnitteluun että sen toteuttamiseen retkenvetäjän/-vetäjien ohjauksessa.

MaMen retkipokaali on kiertopalkinto, jonka saa vuodeksi haltuunsa eniten retkikilometrejä melonut jäsen.

hallituksen kokouksen 1.10.2018 käsittelyyn, versio 24.9.2018

Osallistujamäärä toukokuun vaativilla Virolahden retkillä (meno, paluu) on kasvanut niin, että melontakaudella 2018 pyritään retket järjestämään kahtena ryhmänä. Mikäli kevään eteneminen sallii, järjestetään myös 1-2 yön mittainen vappuretki.

Aloittelijoille parhaiten sopii vuosittain järjestettävä retkikurssi yhden yön retkineen. Tämän lisäksi suunnitelmissa on 3-4 -(5) yön kesäretki sekä syksyinen sieniretki. Lähiseurojen kanssa aloitettua yhteistyötä pyritään aktivoimaan tulevalla melontakaudella.

Seuran retkille ilmoittaudutaan vajalla olevalle listalle ja retkistä tiedotetaan viimeistään paria viikkoa ennen seuran kotisivuilla ja kalenterissa. Ennen retkeä pidettävässä retkipalaverissa tiedotetaan myös lainattavista retkivarusteista.

Kauden retkiohjelma vetäjiin tarkentuu maaliskuussa ja siitä tiedotetaan edellä lueteltujen tiedotuskanavien lisäksi kevään tiedotteessa. Retkijaoston kokouksia pidetään vuoden aikana 2-3 ja niistä tiedotetaan retkijaoston uutiskirjeellä.

Retkenvetäjien koulutuksen (oma, yhdessä muiden seurojen kanssa, Hanko Sea Kayak Gathering tms.) ohella retkimelontaa tukevat esim. kajakkien korjaus retkillä ja rannassa, suunnistus (Melakoulu 5) sekä erilaiset ensiapukoulutukset.

Kuntomelonta

Kuntojaos kannustaa ja opastaa jäseniä kuntokanooteilla melomiseen, kunnon ja melontatekniikan kehittämiseksi. Yhteisiä harjoituksia pidetään vähintään kerran viikossa.

Talviaikana harjoitellaan melontaergometrillä ja sauvakävely, hiihto ja juoksu ovat muina lajeina, kiinnostuksesta ja olosuhteista riippuen. Jaosto järjestää Kanasaaren kuntotestin jäsenille. Ensimmäinen kerta on toukokuussa ja toinen elokuussa.

Elokuussa järjestetään Rantapäivä, joka on avoin tapahtuma kaikille jäsenille. Jäsenistö tutustutetaan Rantapäivässä seuran kunto- ja kilpikalustoon, SUP-lautoihin ja muihin vähemmän tuttuihin kanoottimalleihin.

SUP-melonta

SUP (Stand Up Paddling), eli tuttavallisemmin suppailu tuo vaihtelua ja mielenkiintoisen melontamuodon Marjaniemen Melojien ulottuville. Seisaallaan melominen tarjoaa tutuista melontareiteistä uuden perspektiivin konkareille ja samoin se toimii hyvänä houkuttimena uusille jäsenille.

Tyynellä säällä suppailu on nautinnollinen ja erittäin helppo tapa tutustua melontaan. SUP-lauta on myös vaihtoehtoinen kulkuväline, mikäli kajakkiin pääseminen on hankalaa tai esim. selkä- tai lonkkavaivat eivät salli istumista. Suppailu tarjoaa myös lisää mahdollisuuksia koko kehoa rasittavalle rankemmalle fyysiselle harjoittelulle lähivesillä.

Alkukesästä järjestetään kaksi peruskurssia SUP-lautailun perusteista. Kurssit ovat yhden illan mittaisia. Ohjattua toimintaa järjestetään pienryhmissä ja ryhmäkoon määrittelee käytössä oleva kalusto. Toteutetaan viikkosuppailua 2-4 kertaa kuukaudessa vuorotellen eri teemoja. SUP-melonta on osana Marjaniemen Melojien Rantapäivää tutustuttamassa kiinnostuneita SUP-lautailuun.

Aalto- ja myötätuuliretkiä toteutetaan säiden salliessa, todennäköisemmin syyskaudella. Myötätuuliretkien toteuttamiseksi välineitä voidaan joutua siirtämään lähtöpisteeseen, mutta tämä ei vaadi erikseen peräkäräy tai vastaavaa seuran siirtokalustoa.

hallituksen kokouksen 1.10.2018 käsittelyyn, versio 24.9.2018

KOULUTUSTOIMINTA

Koulutustoiminta luo edellytykset turvallisen melonnan perusosaamiseen. Koulutusta toteuttaa koulutusjaosto, mutta kouluttajina voidaan tarvittaessa käyttää myös MaMen ulkopuolisia henkilöitä.

Tulokaskurssit järjestetään kevätkesällä ja muita koulutustapahtumia järjestetään uimahallissa ja vesillä. Uimahalliharjoittelu jatkuu koko talven aina perjantaisin yhteistyössä Merimelojien kanssa. Kesän aikana pyritään toteuttamaan mm. pelastautumis-, tekniikka- sekä aallokkomelontaharjoituksia yhdessä jaostojen kanssa.

Koulutusjaosto huolehtii, että seuran omien kouluttajien osaamisen kehittämistä tuetaan, esim. osallistumalla Hanko Sea Kayak Gathering tapahtumaan. Vajaperehdytys on osa koulutusta, johon jokainen uusi jäsen on velvollinen osallistumaan ennen kuin saa avaimen seuran vajalle.

VAJA JA KALUSTO

Toimintakaudella 2019 tehdään vajalle ja ympäristöön perinteisiä siivous- ja kunnostustalkoita. Lisäksi on suunnitteilla ulkoalueelle yksi tai kaksi tasoa, jotka toimisivat melontavarusteiden aputasona ja penkkeinä sekä rakentaa ulkovajan taakse jämerä pyöräteline, joka mahdollistaa polkupyörien runkolukituksen.

Parina kesänä järjestetty kanoottien siivoustalkoopäivä on kerännyt hyvin talkooväkeä. Vastaava päivä tulee mukaan myös tulevalle kaudelle. Jäsenseminaarin tuloksena suunnitellaan vajan ja sen ympäristön viihtyvyyden ja monikäyttöisyyden parantamisen toimia.

Uutta kalustoa ja melontavarusteita hankitaan vanhan käytöstä poistettavan tilalle. Kalustoa kunnostetaan Vuosaaren korjauspajalla.