

Motioner och motionssvar till F&S Stockholms årsmöte 11 april 2019



Svaren kommer vid behov att utvecklas på årsmötet.

Motion 1 – Danspass

Beskriv nuläge/problem/behov:

Jag önskar fler danspass till Kungsholmen.
De få som finns är det svårt att få plats på.

Argument och förslag till lösning:

Har inget annat förslag till lösning än att försöka hitta fler ledare. Lördagspasset på K-holmen med Ingeborg är fantastiskt, gärna ett till sådant i veckan dagtid.

Lottie Landström

Styrelsens svar på motion 1

Styrelsen förstår motionärens önskan om fler danspass till Kungsholmen. Friskis&Sveltis Stockholms målsättning är att erbjuda ett träningsutbud med balans mellan antal pass per träningsform och efterfrågan från medlemmar. Under 2017 kunde vi se att beläggningen på föreningens pass inom dans- och koreografi ökade. Under 2018 ökades därför antalet dans- och koreograferade pass med 26 % (motsvarar 534 pass). Antalet besökare på dessa pass ökade också under 2018 med 25 %, vilket bekräftar att utvecklingen går i linje med medlemmarnas önskemål.

Föreningen fortsätter att följa statistik över antalet danspass och beläggningen i föreningen varje kvartal. Det ger underlag för att matcha antalet erbjudna danspass och om det finns behov av att rekrytera fler ledare.

När det gäller rekrytering av nya ledare pågår ett ständigt arbete från föreningens sida där såväl befintliga ledare som motionärer uppmuntras att bli ledare.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 2 – Musikval vid träningspassen

Beskriv nuläge/problem/behov:

Bra musik, men ofta designad efter privat smak. Mycket låtar med sentimentala texter. Bättre med rent instrumentell rytmisk musik. Ett föredöme är Corinne von Dandels musikval.

Argument och förslag till lösning:

Musikval: instrumentell, rytmisk rörelsefrämjande musik.
Många låtar känns alldeles för privata med sentimentalism.

Kenneth Landelius

Motion 3 – Musikpolicy – kort skriftlig text med riktlinjer för jympan idag

Beskriv nuläge/problem/behov:

Föreningen ökat i antal pga bra kampanjer Friskis Riks gjort. Vi vill inte bara välkomna dessa nya motionärer, vi vill också behålla dem. De flesta jympaledare har den goda smaken att välja bra, peppande musik, men ett ökande antal jympaledare har, i brist på klar vägledning eller avsaknad av påminnelse, låtit klang och melodi komma efter, till fördel för alldeles för personliga val.

Att välja meningsfulla låtar, som berör en som ledare är viktig, men gränsen är hårfin och alldeles för många ledare missar poängen, att musiken är till att lyfta jympan. På ledarkurserna nämns att musik ska vara varierat i sort och i tempo, men också vara ledande. Efter ledarkurserna slutar dock detta mantra att spridas och påminnas.

Argument och förslag till lösning:

Jag efterfrågar en skriftlig vägledning av föreningen i den musikval och blandning som används på jympan idag, vår mest omtyckta träningsform. En tydlig text som anger riktlinjer för musiken. En levande text som ständigt kan påminna jympaledare om musikens viktigaste uppgift på pass, att lyfta jympan.

Syftet är att påminna jympaledare att när de konstruerar fram pass inte falla i fällan att låta det personliga valet gå före musikens ledande roll på jympan.

På den tiden då Lars Lind var verksam tillsammans med andra hängivna musikälskare kom det regelbundet tips om vad för musik som kunde användas. Det gav då mer vägledning och inspiration än det vi får idag. Senast i Globen fick ledare en bra skjuts av inspiration. Jag hävdar dock att det är inte tillräckligt. Upplevelser bleknar, men ett kort skriftligt förtydligande blir kvar. Friskis ska inte riskera att uppfattas som förlegade eller endast vända sig till äldre på jympan. Jag tror att med en god blandning av olika musiksorter, med syfte att lyfta jympan i första hand, kan också locka även yngre motionärer att vara kvar i föreningen och inspireras. Jympan ska ju locka alla medlemmar, både de nya och de som varit med länge.

Marcia Olavarria

Styrelsens svar på motion 2, 3

Styrelsen håller med om musiken som en stor och viktig del av träningsupplevelsen hos Friskis&Sveltis. F&S-rörelsens inställning kring musik och pass är att varje ledare själv väljer sin musik och gör sina egna pass, utifrån riktlinjer och passupplägg.

Riktlinjerna till ledare är att utifrån tempo och karaktär på passet välja musik som förstärker den karaktären. Friskis&Sveltis har valt att inte ha riktlinjer utifrån musiksmak. Utgångspunkten att musiken ska förstärka träningsupplevelsen och att ledaren är fri att välja sin musik bidrar till en mångfald och ger utrymme för varje ledare att vara kreativ i skapandet av sina pass. Styrelsen anser att denna frihet är en viktig del i det som gör Friskis&Sveltis unikt.

För funktionärer finns det idag en grupp på Facebook, Passmakarklubben, där över 5000 funktionärer från hela landet inspirerar varandra och delar musiktips. En guldgruva för att efterlysa låtar och ta del av andras tips och spellistor.

Många ledare öppnar också upp för återkoppling på sina pass, vilket är ett ypperligt tillfälle att komma med tips och önskemål om musikval.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 4 – Träning hemma

Beskriv nuläge/problem/behov:

Det finns många som har behov av att kunna kombinera träningspass på anläggningar med träning hemma. Det kan handla om tidsskäl men också att man vill komma i gång på egen hand i "lugn och ro". Efter en operation kan det till exempel vara ett bra sätt att kombinera sjukgymnastik med lugnare pass i eget tempo. Ytterligare en möjlighet är när vissa populära pass är fullbokade. Då kan man köra hemifrån i stället.

Lösningen vore att successivt införa träning via webbplatsen och att detta ingår i medlemskapet/träningskortet. Det skulle krävas videoinspelning av ett antal duktiga ledare som utför sina pass. Se några av argumenten ovan. Ytterligare ett argument är att steget till att prova en ny träningsform blir lägre då man kan pausa och spola tillbaka för att lära sig ordentligt. Detta koncept går förstås att bygga ut hur mycket som helst och med tanke på den snabba digitaliseringen i samhället så känns det naturligt att Friskis & Sveltis utvecklas på detta sätt.

Argument och förslag till lösning:

Lösningen vore att successivt införa träning via webbplatsen och att detta ingår i medlemskapet/träningskortet. Det skulle krävas videoinspelning av ett antal duktiga ledare som utför sina pass. Se några av argumenten ovan. Ytterligare ett argument är att steget till att prova en ny träningsform blir lägre då man kan pausa och spola tillbaka för att lära sig ordentligt. Detta koncept går förstås att bygga ut hur mycket som helst och med tanke på den snabba digitaliseringen i samhället så känns det naturligt att Friskis & Sveltis utvecklas på detta sätt

Victoria Engman Broadley

Styrelsens svar på motion 4

Styrelsen förstår motionärens önskan om att kunna träna hemma. Förslaget ligger i linje med de utvecklingstankar som finns hos både F&S Stockholm och F&S Riks, som är ansvariga för rörelsens träningsutbud. Det finns redan ett pågående arbete som omfattar hemsida och app och vi ser att digital inspiration och vägledning sannolikt kommer att bli en större del av Friskis&Sveltis framöver.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 5 – Felaktig teknik på skivstångspassen

Beskriv nuläge/problem/behov:

När jag går på skivstångspass så är det väldigt ofta så att många använder fel teknik. Trots att det finns tillgängliga tränare i gymmet så utnyttjar folk inte det och därför måste problemet tas tag i där det uppstår, dvs på passen.

Argument och förslag till lösning:

Lösningen skulle vara att det några gånger per termin finns skivstångspass med 2 eller fler ledare. En ledare håller i passet och den/de andra går runt i salen och rättar till felaktig teknik.

Elin Leifingsdotter

Styrelsens svar på motion 5

Styrelsen förstår motionärens önskan om att föreningen ska erbjuda skivstångspass med individuell guidning för att hjälpa medlemmar med tekniken. Som motionären uppmärksammat finns idag tillgängliga tränare i föreningens gym.

Övningsval och antal repetitioner på skivstångspassen är anpassade utifrån att du som deltagare får guidning av ledaren på gruppnivå istället för individuellt. Pass med mer komplexa övningar där deltagarna både kan och uppmuntras att öka belastningen har ett annat upplägg. Exempel på dessa pass är Cirkelfys, HIT och olika typer av inspirationspass i gymmet, och där ges individuell feedback.

Styrelsen anser att föreningen i nuläget erbjuder hjälp i teknik för den som är intresserad. Detta genom ledarens guidning på skivstångspassen, möjligheten för deltagare att fråga ledare efter passen samt att tillgängliga tränare finns på anläggningen.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 6 – Nya träningsformer

Beskriv nuläge/problem/behov:

Skulle vilja undersöka möjligheterna i vilket intresse som föreningen har gällande nya träningsformer.

Det jag lämnar in som förslag på om det fanns möjlighet att komplettera/utöka redan existerande stakmaskiner så att det även går att träna rullskidor/inlines.

För mig då som har en outredd trafikskada (whiplash), som tydligast har påverkat både min balans, men även koordination.

Men att jag tror även att andra skulle kunna ha glädje av detta, ex dem som gillar skidåkning/skridskoåkning, men som pga av olika väderrelaterade förutsättningar inte har samma möjligheter.

Argument och förslag till lösning:

Eftersom jag då är helt novis så är det svårt för mig att veta hur detta skulle kunna reliseras, men att jag har satt på tv att dem kompletterar med någonsorts rullband/ställning. Eller ens i vilka hallar/anläggningar som det är tekniskt möjligt att montera i.

Filip Stanislawski

Styrelsens svar på motion 6

Styrelsen förstår motionärens önskan att kunna komplettera sin träning. F&S-rörelsens träningsutbud utvecklas av F&S Riks och är inget som föreningen kan göra själv.

Att komplettera stakmaskiner med rullband är utrymmeskrävande och träningsytorna i F&S Stockholm är begränsade. Det gör att val av träningsutrustning behöver prioriteras utifrån medlemsnytta. Styrelsen betraktar rullband för inomhusträning med inlines eller skidor som ett relativt smalt och nischat område. Därför är det för närvarande inte prioriterat att komplettera föreningens gym eller gruppträningshallar med rullband.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 7 – Fler basgympa-tider

Under åren jag har haft årskort så har jag sett en tendens att vi blir fler motionärer och då tänker jag främst på basjympan. Det är en av de bästa motionsformer för medelålders och äldre, ja även yngre som börjar röra på sig. Men men – basjympan har låg prioritering i ert utbud på Friskis!!!! Vissa dagar få tillfällen, med många i reservkö. Man får ofta inte plats. Men de andra gympaformerna har tredubbel fler tider.

Satsa på fler friskisledare med basgympa som träningsform. Varför är basjympan så begränsad i ert utbud? Gäller speciellt Kungsholmen som har ett sånt tryck efter motion och tider

Argument och förslag på lösning:

Satsa på fler basgympatider på Kungsholmen och Hornstull!

Ursula Sjölund

Styrelsens svar på motion 7

F&S Stockholms målsättning är att erbjuda ett träningsutbud med balans mellan antal pass per träningsform och efterfrågan från medlemmar. Det stämmer att beläggningen på Jympa bas i F&S Stockholm har ökat under 2018.

Beläggningen var lägre under 2017 (54 %) och föreningen valde därför att minska antal baspass under 2018. Det gav önskat resultat med en ökad beläggning, som under 2018 landade på 56 %.

Föreningen fortsätter att följa statistiken över antal baspass och beläggningen varje kvartal. Det ger underlag för att matcha antalet baspass vi erbjuder med efterfrågan. Föreningen anser därmed att beläggningsstatistiken i nuläget inte talar för att utöka antalet baspass.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 8 – Träningsgrupper för människor med erfarenhet av psykisk ohälsa med eller utan FaR

Beskriv nuläge/problem/behov:

Idag har jag själv en önskan om att träna i grupp som riktar sig till färre deltagare och lägre musik. Ett sådant pass skulle troligtvis även passa andra som också har erfarenhet av psykisk ohälsa.

Argument och förslag till lösning:

Media rapporterar att den psykiska ohälsan växer i vårt samhälle och jag har själv levt med den. Det var svårt att finna ett gym för mig, när jag bad om ett FaR av min läkare. Jag deltog i en PT grupp "träna upp din grundfysik" och anlitade en duktig PT för det fanns inte riktigt något alternativ för mig att "komma igång" själv i gymmet och jag behövde ha roligt.

Jag har själv haft stort behov av den härliga energin ett gruppträningspass ger, men jag får för mycket "god/hög" energi och min träning begränsas till gymmet.

Jag skulle gärna se riktade gruppträningspass i mindre grupper. Jag är utbildad mindfulnessinstruktör genom Mindfulnesscenter och erbjuder mig gärna att delta i en pilot och guida en passande meditation efter träningen och eventuellt öppna upp för erfarenhetsutbyte? Det behövs fler plattformar för att prata om den psykiska ohälsan och det behövs betydligt fler träningsgrupper för människor som inte befinner sig på sin tidigare toppnivå. Därför tror jag att det behövs fler pass på schemat och jag ser dem gärna på Friskis & Svettis.

Jessica Lindholm

Styrelsens svar på motion 8

F&S Stockholms medlemmar har olika behov och föreningen erbjuder träning utifrån rörelsens verksamhetsidé: lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Utbudet utvecklas av F&S Riks, med givna ramar och passbeskrivningar för varje träningsform. Att erbjuda pass med färre deltagare skulle ske på bekostnad av befintliga medlemmar och gör inte F&S Stockholm tillgängligt i linje med våra värderingar.

Hur F&S Stockholms utbud kan nyttjas för människor med psykisk ohälsa är ett område som utvecklats i föreningen under en längre tid. Föreningen har deltagit på föreläsningar, träffat forskare och experter inom området samt tagit del av vad utfärdare av FaR (Fysisk aktivitet på recept) efterfrågat. Det har varit grunden till det som idag ingår i F&S Stockholms FaR-kort. Idag ingår hela föreningens utbud, tidigare var det begränsat till enbart utvalda delar av träningsutbudet.

F&S Stockholm vill erbjuda en bredd i träningsutbudet, med möjlighet till träning av både låg och hög intensitet. Aktiviteter som Yoga och Mind är exempel på träning med låg intensitet och stort mentalt fokus. Föreningen erbjuder inom dessa områden även möjlighet till fördjupning via kurser.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 9 – Träning för ALLA!

Beskriv nuläge/problem/behov:

Jag vill att ni kollar trycket på programmen på Ringen! Ofta finns det köer på upp till 50 personer till program som Flex Soft, Gympa bas och andra program för oss som passerat 60.

Argument och förslag till lösning:

Jag har varit medlem i F&S sedan starten i slutet av 70-talet. Först i Karlskrona och sedan 2000 i Stockholm. Det har varit en gudagåva för mitt välbefinnande. När jag läser om visionerna som jag fick i ett Mail för några dagar sedan finns det inte någon tanke på min målgrupp. Allt är fokuserat på unga, moderna, klatschiga program.

Vad har det blivit av visionen? Visst skall alla få vara med? Inte ska det dras ned på programmen för friskhållande och välbefinnande för den som varit med länge och fortfarande vill träna och må bra?

Kolla beläggning och fördelning på Ringen!

Christina Hedberg

Styrelsens svar på motion 9

Styrelsen förstår motionärens önskan om ett träningsutbud för åldersgruppen 60 år och uppåt och håller med om att F&S Stockholm ska erbjuda ett utbud för målgruppen. Det utbudet ska matchas med efterfrågan, liksom övrigt träningsutbud. På F&S Ringen har utbud och antal aktiviteter för målgruppen 60 år och uppåt utökats under flera år för att möta medlemmarnas efterfrågan. Idag erbjuder F&S Ringen Jympa bas, pass med soft-inriktning samt flera aktiviteter inom Seniorklubben med 31 pass av totalt 87 pass per vecka.

F&S Stockholms verksamhetsidé är att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Föreningen är mån om att erbjuda träning även för andra målgrupper.

Varje anläggning har sina förutsättningar utifrån yta och antal gruppträningshallar som möjliggör och/eller begränsar mångfalden i schema och utbud.

F&S Stockholm följer statistik över antal pass och beläggning i föreningen varje kvartal. Det ger underlag för att kunna matcha antal pass per träningsform med efterfrågan. Att utöka med ytterligare fler bas- och softpass på F&S Ringen skulle bli på bekostnad av andra pass och heller inte vara i paritet med beläggningsstatistiken. Därför är det inte försvarbart med en ökning i dagsläget.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 10 – Sänkt åldersgräns på gym

Beskriv nuläge/problem/behov:

F&S Stockholm har åldersgräns på 13 år för att få träna på gymmet. Barntillåtna pass som tex Familjefys finns inte på anläggningar nära oss som bor söderut. Det finns bara på Södermalm eller Kungsholmen. Stockholm är stort och det är inte lätt att hinna ta sig till andra gym tidsmässigt och avståndsmässigt för att tex gå på Familjefyspass. Familjepass/jympa är för mindre barn. Det saknas alternativ för lite äldre barn som är i mellanåldern typ 10-12 år.

Argument och förslag till lösning:

Jag vill föreslå en sänkning till 10 år som tex Friskis&Sveltis i Göteborg har. <https://www.friskissveltis.se/goteborg/priser/aldersgranser>. Det är bra för barn att få röra på sig och att träna på gym är bra för dem också. Givetvis under föräldrars ansvar.

De barn som är aktiva inom en sport behöver komplettera med fysträning och då är detta bra. Jag är medveten om att ledarna ställer upp ideellt och att det är svårt att få ledare till alla gymen. Då är det ett alternativ att sänka åldersgränsen på gymmet. Detta gynnar även föräldrar som då kan träna mer tillsammans med sina barn. Win-win helt enkelt.

Ingela Jacobsson

Styrelsens svar på motion 10

Styrelsen uppskattar motionärens önskan om sänkt åldersgräns för att inspirera barn att röra på sig. Friskis&Sveltis Stockholm erbjuder idag målgruppen 10-12-åringar möjlighet att träna tillsammans med vuxen inom delar av gruppträningsutbudet. Dessa pass markeras som "Barntillåtet 6-12 år" i schemat. Varje vecka finns över 90 barntillåtna pass att välja bland på våra anläggningar. Exempel på passtyper som är barntillåtna är Jympa medel, Jympa bas och Dans fusion.

Föreningen har valt att inte öppna upp gymmen eller gruppträningspass med redskap för den som är under 13 år. Istället har vi öppnat upp hela träningsutbudet från det år man fyller 13.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 11 – Gör träning för tonåringar mer tillgänglig

Beskriv nuläge/problem/behov:

Många tonåringar vill och behöver börja träna. Steget att gå från att inte ha tränat alls till att börja träna på gym/anläggning kan idag upplevas som stort. Många barn idag håller på med olika sporter när de är yngre. När de sedan blir äldre, 14 år och de närmaste åren efter det, så är det många som lämnar klubben/sporten (nationell statistik) eller börja fasa ut sig och sakta lämna den. Många av dessa tonåringar vill och behöver fortsätta träna. Steget att gå från att träna i klubb/en sport till att börja träna på gym/anläggning kan idag upplevas som stort.

Möjligheten för ungdomar att prova på träningen på Friskis är begränsad (endast engångsträning 149 kr). För de flesta tonåringar är gym/anläggning en helt ny värld. Att då ta beslut om att binda sig till en kostnad i minst 6 månader kan då vara svårt.

Friskis skulle kunna underlätta för tonåringar att komma igång med fysisk aktivitet på Friskis genom att ge tonåringarna bättre möjlighet att prova på utan att behöva binda sig (minst 6 mån idag) en längre tid. Detta skulle ge tonåringen en chans att först prova på olika träningsformer på Friskis för att sedan utvärdera och fatta ett mer relevant och korrekt beslut.

Argument och förslag till lösning:

Förslag alt 1

Prova på-träningskort för ungdomar (knutet till person, ålder och tidsperiod), x ggr att användas inom begränsad period. Rimlig kostnad.

Förslag alt 2

Prova på-träningskort för ungdomar (knutet till person, ålder och tidsperiod), x dgr att användas inom begränsad period. Rimlig kostnad

Karin Nilsson

Styrelsens svar på motion 11

Styrelsen håller med motionären om att Friskis&Sveltis är en viktig, tillåtande träningsaktör för barn och ungdomar, utan tävlingsinslag och utslagning. Det kortaste träningskortet som föreningen erbjuder för tonåringar idag är sex månader.

Föreningen strävar efter att erbjuda ett utbud av träningskort som ska passa så många som möjligt av de som tränar hos oss. Sedan ett antal år tillbaka arbetar föreningen också medvetet för att förenkla kortstrukturen och senast under 2018 gjordes en översyn av alla kort. För att kunna hålla en attraktiv prisnivå är det viktigt att minimera administrationen av olika korttyper.

Styrelsen ger verksamheten i uppdrag att inför nästa år utreda vilka möjligheter och konsekvenser andra former av träningskort för ungdomar skulle innebära. Och eventuellt implementera det i en ny kortstruktur.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 12 – Träning i hela Sverige

Beskriv nuläge/problem/behov:

Skrota Tvåföreningskort, man måste kunna träna till samma pris i hela Sverige!

Argument och förslag till lösning:

Kostar inget! När man tränar på ett ställe kan man aldrig träna SAMTIDIGT på ett annat ställe. Man tränar utnyttjar anläggningarna alltså inte mera än när man tränar bara på ett ställe.

Hans Kipfer

Styrelsens svar på motion 12

Styrelsen förstår motionärens önskan om att kunna träna på Friskis&Sveltis över hela landet. Ett beslut om att införa ett så kallat nationellt träningskort har fattats inom Friskis&Sveltis Riks. En utveckling av en teknisk lösning pågår där slutmålet är att kunna erbjuda ett nationellt alternativ till det lokala träningskortet. Tidpunkten för lansering av ett nationellt kort är oklar.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 13 – Medlemsavgift

Beskriv nuläge/problem/behov:

Oavsett om man blir medlem i januari eller oktober får man betala lika mycket i medlemsavgift för året. Köper man ett träningskort /medlemsavgift i oktober måste man betala medlemsavgiften i januari igen.

Argument och förslag till lösning:

Jag föreslår att medlemsavgiften ska reduceras om man köper medlemskap efter halva året gått.

Susanne Fransson

Styrelsens svar på motion 13

Friskis&Sveltis Stockholm är en ideell idrottsförening och alla som köper kort betalar medlemsavgift. I medlemsavgiften ingår bland annat försäkring och rösträtt på årsmötet. Avgiften är för närvarande 200 kronor per kalenderår och beslutas årligen av medlemmarna på årsmötet. Inför årsmötet ser styrelsen årligen över avgiften och i år föreslås en sänkning av medlemsavgiften för år 2020.

För kortköp som görs i december månad bjuder föreningen på medlemsavgiften för det innevarande året.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 14 – Träningsresor med flyg

Beskriv nuläge/problem/behov:

Föreningen arrangerar ett antal tränings/motionsresor per år. Tanken är god men då de flesta(?) sker ned FLYG till varmare breddgrader motverkar de sitt syfte. Hur PLANETENS KLIMAT o MILJÖ ska klaras är en HÄLSOFRÅGA i alla högsta grad o då ska inte F&S ordna resor som kräver flyg. Här måste föreningen ta sitt ansvar.

Argument och förslag till lösning:

Därför ska föreningen SNARAST upphöra med resor som kräver flyg. (Har förstått att så inte alls är fallet nu på vårkanten. Jag har mailat till 2 personer i ärendet ht 2018). Det går utmärkt att åka tåg(buss) till många orter. Blir resan lång kan man t.ex ha föredrag o film under resan. Dessutom lär man känna andra medlemmar under restiden.

Unni Hansson

Motion 15 – Stop för träningsresor med flyg

Beskriv nuläge/problem/behov:

Jag är mycket bekymrat över klimatförändringen och tycker att alla måste delta i den omställning som krävs för att hålla uppvärmningen under 1,5 grad.

Rapport efter rapport konstaterar att vi omgående måste minska vårt utsläpp av växthusgaser om vi ska håller den globala temperaturhöjningen under 1,5 grader. Om inte vi lyckas stoppa den globala uppvärmningen blir följderna bland annat höjda havsnivåer, översvämningar, stormar och andra typer av extremväder. Tendenser som vi redan nu ser här i Sverige. Ett förändrat klimat som redan i dag hotar såväl livsmedelsproduktion som livsmiljöer för både människor och djur.

Argument och förslag till lösning:

Om vi ska lyckas håller den globala temperaturhöjningen under 1,5 grader måste alla aktörer i samhället, lokalt och globalt hjälpas åt. Som privatpersoner måste vi till exempel minska våra resor med flyg drastiskt. Därför tycker jag att Friskis och Svettis skal sluta erbjuda träningsresor med flyg.

Ulla Brunö

Motion 16 – Stoppa för träningsresor med flyg

Beskriv nuläge/problem/behov:

Rapport efter rapport konstaterar att vi omgående måste minska vårt utsläpp av växthusgaser om vi ska håller den globala temperaturhöjningen under 1,5 grader. Om inte vi lyckas stoppa den globala uppvärmningen blir följderna bland annat höjda havsnivåer, översvämningar, stormar och andra typer av extremväder. Tendenser som vi redan nu ser här i Sverige. Ett förändrat klimat som redan i dag hotar såväl livsmedelsproduktion som livsmiljöer för både människor och djur.

Argument och förslag på lösning:

Om vi ska lyckas håller den globala temperaturhöjningen under 1,5 grader måste alla aktörer i samhället, lokalt och globalt hjälpas åt, såväl företag som organisationer och privatpersoner. En viktig åtgärd för att minska utsläppen av koldioxid är att minska flygresorna. Friskis och Svettis erbjuder träningsresor till områden som kräver flygresor, såsom Portugal, Kanarieöarna och Mallorca. Jag tycker jag att Friskis och Svettis skall sluta erbjuda träningsresor med flyg.

Mats Dunkars

Motion 17 – Sluta med träningsresor

Beskriv nuläge/problem/behov:

Vi måste minska våra koldioxidutsläpp för att hejda klimatförändringarna. Om inte vi lyckas stoppa den globala uppvärmningen blir följderna katastrofala och definitivt inte bra för folks hälsa. Ett förändrat klimat hotar livsmedelsproduktion och biologisk mångfald.

Argument och förslag på lösning:

Alla måste hjälpas åt, företag, organisationer och privatpersoner. En relativt enkel åtgärd för att minska utsläppen av koldioxid är att minska flygresorna. Friskis och Svettis erbjuder träningsresor till områden som kräver flygresor. Friskis och Svettis måste sluta erbjuda träningsresor med flyg.

Desiree Johansson

Motion 18 – Klimatförändringar

Beskriv nuläge/problem/behov:

Friskis Svettis borde ju stå för ett vettigt miljötank. Vi står mitt i klimatförändringar vars påverkan på vår livsmiljö eskalerar allt mer. Att i detta läge medverka till fler flygresor som ytterligare skyndar på detta klimathot rimmar illa med att vi inom F&S tänker på miljön för naturens bästa. Träningsresor till andra länder som F&S är med och arrangerar sker oftast med hjälp av flyget. Att säga att vi ersätter papper med torkhanddukar för att det är bättre för miljön känns inte lika trovärdigt om vi samtidigt ser till att fler människor tar flyget.

Argument och förslag på lösning:

1. Ta tåget istället. Man kan göra mycket trevligt under en tågresor till t.ex. Bad Gastein. Det går att ha lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet redan under resans gång.
2. Ha fler träningsresor till mer närbelägna orter.
3. Om det inte går på annat sätt än med flyg bör dessa arrangemang upphöra.

Jonas Drougge

Motion 19 – Sluta anordna träningsresor med flyg

Beskriv nuläge/problem/behov:

Klimatkrisen är akut, och hela samhället behöver ställa om för att rädda miljön och stödja våra medmänniskor i tredje världen som både idag och i framtiden blir värst drabbade av klimatförändringarna.

Argument och förslag till lösning:

Jag yrkar Att Friskis Reseklubben slutar anordna träningsresor som förutsätter flyg.

Moa Rosenqvist

Styrelsens svar på motion 14, 15, 16, 17, 18, 19

Styrelsen delar motionärernas oro för klimatförändringarna. Reseklubben startades i Friskis&Svettis Stockholm för ett tiotal år sedan. Resorna anordnas av olika researrangörer – Friskis&Svettis adderar träning. Reseklubbens verksamhet har växt successivt och utvärderingar visar att resorna varit oerhört uppskattade och gett tusentals medlemmar och medföljande en stark träningsinjektion.

Med anledning inte minst av klimatfrågorna har resorna på senare år utökats med alternativ som inte innebär flygresor, som träningskryssningar och resor till svenska fjällen. Reseklubben har också valt att samarbeta med researrangörer som själva driver ett aktivt klimat- och hållbarhetsarbete. Till exempel klimatkompenserar Springtime för alla ledare som medverkar på resorna, samarbetar med Go Climate Neutral, erbjuder allt fler resor inom Sverige, fler resor med tåg etc. Apollo samarbetar med GreenSeat, uppmanar alla resenärer att klimatkompensera och har, med Novair, investerat i vad som sägs vara Europas mest miljövänliga flygplansflotta, vilket har reducerat bränsleförbrukningen med 20 procent. Reseklubben för en kontinuerlig dialog med researrangörerna om vad som kan göras ytterligare på hållbarhetsområdet.

Det är också bra att känna till att F&S Stockholm och F&S Riks kommit överens om att det övergripande ansvaret för Reseklubben ska tas över av F&S Riks från och med 1 september 2019. Avsikten är att Stockholmsföreningen och andra F&S-föreningar ska kunna fortsätta att arrangera träningsresor inom konceptet Reseklubben, men ramarna kommer framöver att sättas på en nationell nivå. Diskussioner om träningsresornas utveckling och framtid behöver därför framdeles föras på en nationell nivå inom Friskis&Svettis; det är där de övergripande inriktningsbesluten kan fattas.

Styrelsen ger verksamheten i uppdrag att driva på utvecklingen, dels vad gäller att erbjuda fler träningsresor som inte kräver flyg, dels vad gäller åtgärder som klimatkompensation eller dylikt i de fall flygresor ändå förekommer.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

- att avslå motionärernas förslag om att sluta erbjuda träningsresor med flyg,
- att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 20 – F&S i Hägersten

Beskriv nuläge/problem/behov:

I nuläget finns inget F&S i Hägersten, den närmaste anläggningen är Hornstull eller Farsta. Hornstull är en ganska liten anläggning och det är ofta trångt i lokalen framförallt under eftermiddag/kväll. Farsta är för långt bort och det finns inget smidigt sätt att ta sig dit för oss som bor västerut.

Argument och förslag till lösning:

Jag tror att många hade uppskattat en större anläggning i västra delarna av Söderort (Mälarhöjden/Fruängen/Hägerstensåsen), likt anläggningen i Sundbyberg med utegym och större ytor för fria vikter och funktionell träning.

Katarina Fegraeus

Motion 21 – Öppna ny anläggning

Beskriv nuläge/problem/behov:

Upplever svårigheter att kunna träna vissa veckodagar (speciellt Måndagar fm). Att det är överlag ganska rörigt på flertalet anläggningar. Därav då att kunna öppna en ny som avlastar redan existerande anläggningar, men även erbjuda alternativ för oss som bor på Södertörn(söderortskommuner).

Personligen så bor jag i Huddinge, men att eftersom dem bara har en hall att erbjuda(även uppsagda) så vart fördelen Stockholm. Det vore önskvärt om det fanns något närmare mig ex. Kungens Kurva/Skärholmen/Sätra/Bredäng. Förvisso då att Kungens Kurva inte tillhör Stockholm, men gränsar till Stockholm.

Ett annat mer konkret behov som jag tror att många delar med mig att varför inte ha vissa dagar som är lite lugnare på dem anläggningar som redan finns? Så att säga att bokningar/tillfällen som är lite mer anpassade för dem som vill ta det lite lugnt, och som inte är bokade för större sällskap än 15-20 pers? Rättare sagt inte fokusera på antalet, men bara det blir lite lugnare.

Argument och förslag till lösning:

Har ingen exakt prisuppgift på vad lokalhyrorna ligger på i dagsläget, men att om föreningen kunde hitta någon lämplig lokal till rimlig hyra. Tycker att jag redan har besvarat lite av mina argument/förslag, men kan gärna återkomma om det är något mer specifikt. Nås helst på mailen.

Filip Stanislawski



Motion 22 – Större anläggning

Beskriv nuläge/problem/behov:

Friskis & Svettis Hornstull har ett väldigt litet gym i proportion till vart den ligger och hur många som faktiskt tränar där.

Argument och förslag till lösning:

Skulle önska att man antingen kunde öppna en ny anläggning i Liljeholmen då det är en stor knutpunkt för resenärer på röda linjen i södergående riktning, samt tvärbanan och flera busslinjer. Förstår att det givetvis måste finnas en bra lokal. Alternativet om det på något sätt skulle gå att bygga ut gymmet på Friskis Hornstull.

Laura Virtanen Janbakhsh

Motion 23 – Träning i söderort

Beskriv nuläge/problem/behov:

Efter Hornstull tar träningsmöjligheterna slut för F&S-medlemmar som bor längs röda linjen. Jag bor i Fruängen och saknar verkligen möjligheten att träna med F&S i detta område. Och att det behövs fler lokaler råder inget tvivel om eftersom det ofta är väldigt fullt på de som finns. För mig gör detta att det blir allt svårare att komma iväg på träning över huvud taget.

Argument och förslag till lösning:

Titta på kartan över F&S anläggningar i Stockholm. Helt tomt i sydväst. Det tomrummet behöver fyllas. Har tyvärr inte förslag på lämplig lokal.

Kajsa Sundberg

Styrelsens svar på motion 20, 21, 22, 23

Styrelsen tycker att det är glädjande att många vill träna hos oss och att efterfrågan avseende nya anläggningar är stor. Staden växer och F&S Stockholm letar ständigt efter lokaler i stadsdelsområden där vi ännu inte finns representerade. Hägersten är ett av områdena som saknar en anläggning i dagsläget och där våra medlemmar vill träna. Planen och ambitionen är att öka föreningens närvaro i området söder om Söder och att verka för en ny anläggning längs med röda linjen västerut från Hornstull.

F&S Stockholm söker lokaler som är tillräckligt stora, ligger nära kommunikationer och som dessutom är en hållbar investering ur en ekonomisk synvinkel. Föreningen har kontinuerlig kontakt med fastighetsägare och förmedlare i området och tar gärna emot tips på lokaler. Medlemstäthet, befolkningstäthet och bra kommunikationer kommer fortsätta att vara viktigt vid val av läge.

Föreningen arbetar även kontinuerligt med att förbättra befintliga anläggningar och omdisponera befintliga ytor för att göra dem tillgängliga för träning för så många medlemmar som möjligt. Under 2018 omdisponerades väntytter på F&S Ringen och gymmet blev på så sätt lite större. På F&S Solna lades ett så kallat gymgolv, 30 mm gummimatta, över hela anläggningen och det finns nu också i delar av gymmet på F&S City och F&S Kungsholmen, vilket gör träningsytan ännu större.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionerna besvarade med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 24 – Avboka pass

Beskriv nuläge/problem/behov:

Många står idag på köplats till många pass. Men ändå är det ofta så att passen inte blir fyllda.

Argument och förslag till lösning:

Jag föreslår att man ska avboka sitt pass två timmar innan passet börjar. Då hinner de köande ta sig till hallen och byta om. Då står inte platser tomma på tex attraktiva pass som cirkelgym och cirkelfys.

Gunilla Norin

Motion 25 – Boka pass

Beskriv nuläge/problem/behov:

För närvarande kan man bara boka 5 pass, vilket gör att man ofta hamnar på reservplats när man ska boka nästa pass och det är många som bokar.

Argument och förslag till lösning:

Utöka möjligheten att boka fler än 5 pass.

Eva Lundin-Lindberg

Motion 26 – Ökad antal bokningar dagtid

Beskriv nuläge/problem/behov:

Antalet bokningstillfällen som för närvarande är 5 är för få. Populära softpass, som inte är så många, begränsar möjligheten att förboka plats och underlätta daglig aktivitet

Argument och förslag till lösning:

F&S uppmuntrar till rörelseaktivitet varje dag vilket är svårt att uppnå med dagens bokningsregler.

Yrkas att antalet bokningstillfällen ökas dagtid till 7.

Birgitta Arwen

Motion 27 – Avbokning av träningspass

Beskriv nuläge/problem/behov:

I dag kan man avboka ett träningspass senast 1 timme innan träningen börjar.

När man står i kö och får en plats till träningen hinner man inte dit på en 1 timme om man bor en bit bort.

Argument och förslag till lösning:

Förslag på att avbokning får ske senast 2 timmar innan träningspasset börjar. Då hinner man ta sig till träningslokalen och byta om i lugn och ro.

Eva Björner Nev

Motion 28 – Släpp bokningen för nästa vecka kl 21.00

Beskriv nuläge/problem/behov:

Det är stort tryck på bokning av populära träningspass i speciellt Hornstull. För att få ett pass till veckan därpå måste man boka sitt pass klockan 07.00. Denna vecka bokade jag pass kl 10.00 Hornstull, Anki W pass. Klockan 07.01 fick jag köplats 14

Argument och förslag till lösning:

Ändra tiden för bokning nästa vecka till 21.00. Släppa platserna vid den tiden.

Man slipper stressen att sätta väckarklocka för att boka och få en "dålig dag" när man misslyckas att få plats och ist får en köplats.

Eva Björner Nev

Motion 29 – Ändra tid för bokning av pass nästa vecka

Beskriv nuläge/problem/behov:

Idag kan man boka ett pass till nästa vecka tidigast kl 07.00. Vissa pass är mycket populära och blir fullbokade direkt. Jag bokade pass till Hornstull måndag kl 10.00 Anki W gymna soft. Bokade klockan 07.01 och fick köplats 14

Argument och förslag till lösning:

Ändra tiden till att boka pass till nästa vecka till klockan 21.00. Man slipper stressen på morgonen att hinna boka och om man misslyckas med bokningen och får en köplats så blir dagen förstörd. Mycket irriterande.

Eva Margareta Persdotter

Styrelsens svar på motion 24, 25, 26, 27, 28, 29

F&S Stockholms strävan är att bokningssystemet ska fungera så bra som möjligt för så många medlemmar som möjligt. Föreningen arbetar löpande med att se över och förbättra bokningsreglerna och tar stor hänsyn till synpunkter från medlemmar och funktionärer i detta. Vid den senaste justeringen (maj 2018) ändrade vi så att medlemmar kan hämta sin biljett 30 minuter innan passet startar för en drop in-plats (tidigare 1 timme innan). Då justerades även att en bokning kan hämtas ut 2 timmar innan (tidigare 1 timme innan).

Eventuella justeringar i bokningssystemet innebär förändringar för samtliga medlemmar och därför prioriterar föreningen förändringar i reglerna utifrån angelägenhet och medlemsnytta.

Styrelsen anser att det är viktigt att kunna vidta förändringar i bokningsreglerna så snart det konstateras att det finns behov av det utifrån medlemsnyttan. För att ha möjlighet att löpande kunna förbättra dem är det därför viktigt att årsmötet inte fattar beslut om enstaka detaljer i bokningsreglerna.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 30 – Öppettider

Beskriv nuläge/problem/behov:

Tycker det är helt fantastiskt att ni utökat öppettiderna genom att ni har obemannat på några ställen under vissa tider. Men skulle önska att man kunde utöka dem ytterligare och helst av allt att fler anläggningar börjar med det, t.ex den vid Hornstull.

Argument och förslag till lösning:

De anläggningar som redan har inpassering när det är obemannat tycker jag borde ha längre öppettider på fredagar och lördagar, tycker kl. 21 är lite väl tidigt. Överlag vore det ju fantastiskt om just Friskis Hornstull antingen fick den typen av inpassering eller om de också kunde ha öppet lite längre fre-sön.

Laura Virtanen

Styrelsens svar på motion 30

Styrelsen tycker att det är glädjande att de utökade, obemannade öppettiderna uppskattas. Att ha obemannad inpassering är relativt nytt i föreningen och fortfarande i en utvecklingsfas där vi utvärderar olika tekniska lösningar och medlemmarnas respons. Utifrån den erfarenhet som vi hittills har är ambitionen att kunna utöka antalet anläggningar med obemannad inpassering. Vissa faktorer så som läge och hur lokalen är utformad kan ha betydelse för hur lämplig en anläggning är för att vara obemannad.

Vi har sett exempel på sabotage, stöld och annat olämpligt uppträdande och har därför valt att stänga tidigare just fredag- och lördagskvällar.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.



Motion 31 – Öppet 06–22 vardagar

Beskriv nuläge/problem/behov:

Att samtliga anläggningar har öppet kl 06–22 måndag till fredag (fredag kväll kan man ju däremot stänga tidigare än kl 22). Man kanske även kan undersöka om det finns intresse att leda och gå på fler morgon och kvällspass.

Argument och förslag till lösning:

För att konkurrera med andra gymkedjor och att motionärerna vet att samtliga anläggningar har samma öppettider mån–fre.

Nina Åberg

Styrelsens svar på motion 31

Attraktiva öppettider är en viktig konkurrensfaktor för F&S Stockholm. Vi har också förståelse för att det ur ett kommunikationsperspektiv vore enklast att ha samma öppettider på alla anläggningar. Föreningen vill hålla anläggningarna öppna när efterfrågan är som störst från medlemmarna.

Då anläggningarna skiljer sig en hel del åt vad gäller läge, medlemsprofil och medlemmars träningsmönster ser behoven olika ut. För att kunna möta de olika behov som finns utifrån anläggningarnas inriktning anser styrelsen att det görs bäst genom att varje anläggning själv bestämmer sina öppettider. I några fall finns även riktlinjer från fastighetsägaren när det gäller öppettider, vilket också det kan se olika ut på olika anläggningar.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att avslå motionen med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 32 – Hygien och renlighet

Beskriv nuläge/problem/behov:

Farsta anläggningen är anmärkningsvärt ostädad och grisig. Särskilt bastu och duschrum är rena smittohärdar.

Argument och förslag till lösning:

Allmänna hygienutrymmen skall grundstädas minst en gång per vecka. Inhyrda städföretag gör inte detta. Personal skall kontinuerligt gå omkring och torka av och torrmoppa, vilket de inte gör. Att skura rent i hygienutrymmen kostar inte mycket bara städföretaget får en tydlig arbetsorder.

Hans Hårdh

Styrelsens svar på motion 32

Styrelsen håller med motionären om att rena och fräscha anläggningar är av största vikt för trivseln. Föreningens städleverantörer har redan idag tydliga städinstruktioner för den dagliga städningen. Personal och värdar har rutinlistor för städrundor som görs flera gånger under dagen och kvällen. Duschar och bastu ska rengöras varje dag, både på väggar, golv och bastulavar. Vid brister i städningen tar vi gärna emot återkoppling direkt på anläggningen för att kunna vidta åtgärder.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att ge verksamheten i uppdrag att aktualisera gällande städrutiner så att de efterlevs både av städleverantör och personal.

att i övrigt anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 33 – Speglar

Beskriv nuläge/problem/behov:

Det finns alldeles för lite speglar i lokalerna där passen utövas. Tänker främst på teknikpassen där det är extra viktigt att du kan se dig själv. Har du otur och hamnar längst bak med någon/några långa framför dig så är det näst intill en omöjlighet att se sig själv.

Argument och förslag till lösning:

Problemet skulle lätt kunna lösas genom att sätta upp speglar både på sidorna och längst bak i lokalerna

Elin Leifingsdotter

Styrelsens svar på motion 33

F&S Stockholm är en stor förening med många medlemmar och många olika behov. Föreningens ambition är träningsytor som är effektiva och som kan användas av så många som möjligt, samt passar för olika ändamål. För att kunna erbjuda det behövs flexibla ytor som passar för olika typer av träning. Väggytor behövs både för speglar, för träning (t ex bollar och andra övningar) och för förvaring.

Önskemålen bland föreningens medlemmar är också olika, vissa föredrar speglar för att kunna se sin teknik, andra vill absolut inte ha speglar för att snarare känna in tekniken. Genom att erbjuda en variation vill vi tillgodose så många behov som möjligt.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att anse motionen besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.

Motion 34 – Åtgärdsplan gällande kränkande särbehandling

Beskriv nuläge/problem/behov:

Det händer att vi som ideellt engagerade funktionärer får ta emot oförtjänt kritik av medlemmar. Inte sällan är detta på gränsen till kränkande och mobbing och i flera fall går det även långt över gränsen. Att be en ledare sänka musiken är något majoriteten av alla instruktörer råkat ut för men när en motionär kommer under pågående pass och skriker att ledaren ska "sänka skitmusiken" eller säger att en instruktör är värdelös är det inte okej. Ideellt engagerade funktionärer tar tacksamt emot konstruktiv feedback men när denna kritik övergår i mobbing och kränkning måste något göras.

Problematiken som här lyfts är annat än av arten konstruktiv feedback eller en och annan enstaka motionär som framför saker på ett klumpigt sätt. Det problem vi vill lyfta och stävja handlar om återkommande, förminskande, nedbrytande och/eller gränslösa beteenden från motionärer som på ett eller annat sätt vill påverka instruktören eller instruktörens pass i någon riktning.

Friskis&Sveltis är en organisation som bygger på starka värderingar och har en öppen och inkluderande miljö. En uppförandekod som grundar sig i våra värderingar bör tas fram och lyftas än mer för våra medlemmar så de faktiskt vet vad som förväntas av dem när de befinner sig på Friskis&Sveltis. Vi är en stark och kraftfull ideell förening där våra medlemmar ska trivas och må bra och det inkluderar våra ideellt engagerade funktionärer. Alla vi som funktionärer på ledig tid beger oss till Friskis&Sveltis för att bidra till att sprida rörelseglädje och få människor i rörelse.

Denna motion tog sin början i ett Facebook-inlägg i Friskis & Sveltis Stockholms Funktionärsgrupp. Där visades att flera instruktörer, främst basledare men även flera ledare av andra intensiteter som step, skivstång, medeljyma och spinning känner igen sig i problematiken och berättelser om hur detta påverkar viljan att leda pass i föreningen negativt kom till ytan. Det beteende som beskrivs är ofta att likna vid vuxenmobbing.

Ledare av flertalet olika intensiteter vittnade även om att de av sagt sig pass vid särskilda anläggningar och/eller tider då grupper av motionärer, främst på förmiddagen/lunch, har upplevts som problematiska och glädjen att leda pass har försvunnit. Det vittnas även om att ledare helt avstår från att vicka på vissa anläggningar av samma anledning.

Facebookinlägget väckte starka reaktioner och har idag (2019-01-28) 124 likes och 158 kommentarer. Exempel som ledare tagit upp som ses som problematiska (ett axplock):

Under nedvarvningen när motionärerna ligger ner på golvet reser sig en man upp och skriker "Vad är det här för fruktansvärd låt"!

Motionärer bedriver vad som närmast kan liknas som hatkampanjer gentemot enskilda funktionärer med ryktesspridning, blickar och kommentarer.

Flera funktionärer har vittnat om att motionärer under pågående pass kommit fram till instruktören och på olika sätt fysiskt påverkat hen, exempelvis tagit tag om funktionärens axlar och skakat om denne, ställt sig framför och skrikit i dennes ansikte, petat hårt på axeln och liknande.

Motionärer har med kraft krävt att en viss rörelse eller låt ska tas bort eller ändras. I vissa fall har ett nej inte accepterats och motionären har då skapat opinion med andra motionärer och utövat påtryckningar, ofta under längre tidsperioder. Motionär har tydligt visat att hen inte gillar funktionärens pass med miner, kommentarer, ögonrullningar och liknande beteenden. Motionärer har även frågat funktionären "om inte den gamla ledaren som hade det här passet förut kan komma tillbaka".

Sexuellt ofredande i form av exempelvis oönskad/olämplig fysisk beröring.

Motionär som stör upprepade gånger med önskemål om att sänka en redan låg volym och avslutar med att skrika: "Det här är det sämsta jävla passet jag någonsin varit på".

I skrivande stund har vi minst en instruktör som har slutat leda pass överhuvudtaget på grund av detta problem. Minst 3 instruktörer som leder flera olika intensiteter vittnar om att de helt slutat leda jyma bas helt eller delvis på grund av denna problematik.

Det har vi inte råd med som ideell förening eller som medmänniskor och kollegor till de som mår dåligt i sitt funktionärsskap.

Våra medlemmar behöver förstå att bakom varje pass ligger hårt slit och mycket kärlek. Att bara kritisera musiken utan att vara konstruktiv är att slå ner på instruktören som noga valt ut sina låtar. Det är inte bara att säga att musiken är kass för det är ledaren som valt ut och tycker om sin musik.

Vill vi verkligen ha alla som medlemmar hos oss? En medlem som inte kan agera på ett vettigt sätt och som kränker andra medlemmar bör inte ha kvar sitt medlemskap. Det här är ett ställningstagande som skiljer oss från andra aktörer. Vi vill inte ha medlemmar som sprider dålig stämning och nedvärderar andra medlemmar. Om vi vill vara öppna för alla kanske vi inte kan vara öppna för alla.

I medlemsvillkoren på hemsidan står:

"Skäl för avstängning

Friskis&Sveltis Stockholm verkar för en välkomnande, tillåtande och lustfylld träningsmiljö. Olämpligt uppförande som exempelvis aggressivt beteende, hot mot medlemmar, funktionärer och personal, stölder och doping kan leda till avstängning. Verksamheten har nolltolerans mot alkohol och droger."

Argument och förslag till lösning:

Vi föreslår därför

Att uppdra åt styrelsen att ta fram en åtgärdsplan för kränkande särbehandling för hela föreningen.

Att uppdatera medlemsvillkoren och förtydliga olämpligt uppförande där kränkande behandling av andra medlemmar ska ingå.

Att ta fram en uppförandekod som grundar sig i föreningens värderingar.

Att föreningen aktivt arbetar med att ha samtal med medlemmar som inte följer våra regler och stänga av medlemmar om ingen förändring sker.

Att lyfta våra värderingar, regler och uppförandekoden för alla medlemmar både i kommunikation och med dragning på årsmötet.

Att uppförandekoden ingår i medlemsvillkoren där medlem förbinder sig att uppföra sig så när hen befinner sig på Friskis&Sveltis.

Bakom motionen

Linus Törneberg

Instruktör sen 2011 samt engagerad i Friskis&Svettis sen 2009

Thérèse Fleetwood

Funktionär sedan 2008, rekryterare, uppföljare och fadder inom basjympa och spinning. Flertalet gånger utsatt för problematiken vi talar om ovan.

Lasse Hällegård

Motionär sedan 1990 och spinningledare sedan 2018

Åsa Forss

Medlem sedan 1996 och jympaledare sedan 2000.

Michèle Wilcox

Funktionär sedan 2000 som värd, sedan 2005 jympaledare, fadder, uppföljare och skivstångsledare

Erika Lönn

Funktionär sedan 2002 samt uppföljare och rekryterare.

Hedvig Nettelblad

Funktionär sedan 2012, jympa- och skivstångsledare samt rekryterare och fadder

Astrid Forslund

Jympaledare sen 2013, uppföljare.

Linus Törneberg

Styrelsens svar på motion 34

Styrelsen och Friskis&Svettis Stockholm tar starkt avstånd ifrån alla former av kränkande behandling, trakasserier och mobbning. Föreningen är en värderingsstyrd organisation där en välkomnande, tillåtande och lustfylld träningsmiljö ligger till grund för allt vi gör.

Sedan 2017 finns en likabehandlingsgrupp som aktivt arbetar med föreningens likabehandling. Alla medarbetare och funktionärer genomgick under 2018 en utbildning i normkritik baserat på likabehandlingsgrunderna. För medarbetare finns en handlingsplan kring kränkande särbehandling. För att också stötta funktionärer i deras arbetsmiljöfrågor finns det nu inrättat en tjänst i föreningen som fokuserar på detta.

Föreningen har för avsikt att omedelbart vidta åtgärder för att förebygga och förhindra att någon funktionär utsätts för det som beskrivs i motionen. En arbetsgrupp bestående av representanter från funktionärskåren, verksamhetschef och medarbetare samt en extern sakkunnig kompetens har redan påbörjat arbetet med att ta fram en åtgärdsplan.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att bifalla motionen och ge verksamheten i uppdrag att ta fram en åtgärdsplan enligt funktionärernas förslag i motionen.

Motion 35 – Motion inkommen via brev

Snabbt skymtade det förbi på TV:n i Skrapans foajé:

något om motioner, något om sista datum, något om hemsidan för mer information.

Jag har inte tillgång till några som helst hemsidor. Däremot känner jag väl till att årsmötet är en av grundstenarna i en förening och att uppgifter om motioner, årsmötesdatum osv måste vara tillgängliga för alla medlemmar.

Tidigare kunde man läsa motionerna på medlemsdatorn som står som står i anläggningarnas receptioner, även om det tog tid. Det var därför jag i en tidigare motion föreslog att man skulle kunna få låna motionshäften i receptionerna. Nu finns inte längre hemsidan på medlemsdatorn utan endast scheman.

I detta läge är det viktigare att tydliggöra årsmötena även för icke-datoriserade medlemmar.

Jag förslår därför:

- Att information om motioner och kallelse till årsmöte skall sättas upp på anslagstavlor.
- Att motioner samlas i ett motionshäfte som medlemmar kan låna i receptionen en mot t ex medlemskortet som pant.

Irene Montero

Styrelsens svar på motion 35

Styrelsen håller med motionären om vikten av årsmötet som en grundsten i föreningen och att det ska kommuniceras via flera olika kanaler. I stadgarna framgår också att det ska informeras via föreningens kanaler.

Motionsinlämningen har lyfts i "bildkarusellen" på webbens förstasida, som nyhet och i det nyhetsbrev som skickas ut via mejl till alla medlemmar. Budskapet har också exponerats under flera veckor på de digitala skärmar som finns på alla anläggningar. På samma sätt har också datumet för årsmötet kommunicerats. Kallelse till årsmötet kommer dessutom att finnas på anläggningarnas anslagstavla.

Två veckor innan årsmötet finns alla handlingar inklusive motioner tillgängliga på föreningens webbplats och på mötet finns de att läsa i pappersform.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

- att ge verksamheten i uppdrag att se till att varje anläggning i receptionen har ett utskrivet exemplar av alla årsmöteshandlingar för den medlem som önskar ta del av dem där.
- att anse motionen i övrigt besvarad med vad som anförts i styrelsens yttrande.