



Verksamhetsplan

2020

Friskis&Sveltis Uppsala



Verksamhetsplanen är framför allt till för anställda och funktionärer i föreningen. Den ska fungera som ett stöd och vägvisare i utvecklingsarbetet. Såväl budget som verksamhetsberättelse skall hänga väl samman med och referera till varandra. Verksamhetsplanering är ett kontinuerligt arbete och oförutsedda händelser kan medföra förändringar i den planerade inriktningen. Föreningens verksamhet och alla beslut som fattas skall alltid vila på den idé, de värderingar och de övriga styrande dokument som Friskis&Svettis står för.

Vi ska utifrån verksamhetens olika områden skapa förutsättningar för en väl fungerande och lärande organisation.

Verksamhetsplanen bygger på:

- Friskis&Svettis ändamål, verksamhetsidé, värderingsområden och vision
- Friskis&Svettis gemensamma beslutade långsiktiga mål, utvecklingsområden och strategiska förutsättningar
- Friskis&Svettis Uppsalas resultatmål för 2020
- Friskis&Svettis Uppsalas sex verksamhetsområden med varsin viljeinriktning:
 1. Träning
 2. Mervärden
 3. Organisation
 4. Kommunikation och stödsystem
 5. Lokaler
 6. Ekonomi

Verksamhetsområdena har kopplade fokusområden med aktiviteter som syftar till att nå Friskis&Svettis Uppsalas resultatmål och Friskis&Svettis gemensamma långsiktiga mål.

Helena Hovstadius
Verksamhetschef
Friskis&Svettis Uppsala



Verksamhetsplan

Idé	4
Vision	4
Ändamål	4
Långsiktiga mål	4
Värderingsområden	5
Utvecklingsområden	5

Friskis&Svettis Uppsala

Styrdokument	6
Resultatmål 2020	6
Nyckeltal 2020	7

Verksamhetsområden

1. Träning	9
2. Mervärde	12
3. Organisation	14
4. Kommunikation	18
5. Lokaler	20
6. Ekonomi	22

Denna verksamhetsplan antogs av styrelsen 2019-11-21
Ansvarig för verksamhetsplanen: Helena Hovstadius, verksamhetschef

Friskis&Svettis idé

Att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla.

För att inspirera andra så behöver vi hela tiden utveckla oss själva. Friskis&Svettis Uppsala ska fortsätta växa med bevarade värderingar och ständigt förbättrad kvalitet med visionen *Friskis&Svettis, det bästa träningsalternativet och den mest positiva samt nischbefriade mötesplatsen i hela Uppsala.*

Friskis&Svettis vision

Människor ler när de tänker på träning.

Friskis&Svettis ändamål

- Få så många som möjligt att träna och uppleva rörelseglädje.
- Öka insikten om motionens betydelse för välbefinnande och hälsa.

Friskis&Svettis långsiktiga mål

- **Växa:** Friskis&Svettis är en del i fler människors liv, på nya och inspirerande sätt.
- **Engagera:** Friskis&Svettis inspirerar till mer engagemang för fler människor.
- **Synas:** Friskis&Svettis har en tydlig idé som når ut och når in hos ännu fler.
- **Samarbeta:** Friskis&Svettis är smartare och starkare tillsammans.

Friskis&Svettis värderingsområden

- Friskis&Svettis är en modig utmanare som ständigt hittar på nya och bättre vägar.
- Friskis&Svettis skapar träning som berör och ser till hela människan.
- Friskis&Svettis är ett sammanhang där människor kan mötas.
- Friskis&Svettis släpper lös människors engagemang.
- Friskis&Svettis har en avslappnad, tillåtande och personlig attityd.

Friskis&Svettis utvecklingsområden

På Årsmötet 2017 fattade Friskis&Svettis alla föreningar beslut om att ha gemensamt fokus på följande utvecklingsområden:

- Mångfald (genomsyrar allt)
- Digitalisering (genomsyrar allt)
- Funktionärskap
- Utbildning
- Erbjudande och utbud
- Kommunikation

Följande tre punkter är föreningarnas och Friskis&Svettis Riks strategiska förutsättningar:

- Organisering
- Finansiering
- Ledarskap

Inga Lill. Funktionär på Friskis&Svettis Uppsala.



Friskis&Svettis Uppsala

Styrdokument

Verksamhetsplanen baseras på:

- Friskis&Svettis ändamål, verksamhetsidé, värderingsområden och vision.
- Friskis&Svettis gemensamma långsiktiga mål, utvecklingsområden och våra strategiska förutsättningar.
- Friskis&Svettis resultatmål 2020.

Resultatmål 2020

		Mål 2020	Utfall
Medlemmar			
1	Växa	Medlemsantal	36 500
2	Engagera/växa	Totalt antal träningstillfällen/år	1300 000
3	Engagera	Antal träningstillfällen per medlem och vecka?	0,5-1,8
4	Engagera	Medlemsenkät (<i>hur väl man trivs som medlem i F&S Uppsala</i>)	88% (<i>mycket bra</i>)
Funktionärer			
5	Engagera/samarbeta	Funkisenkät (<i>hur väl man trivs som funktionär i F&S Uppsala</i>)	94% (<i>mycket bra</i>)
Marknadsföring			
6	Synas	Följare på Facebook	8 000
7	Synas	Följare på Instagram	3 500

Nyckeltal 2020

		Mål 2020	Utfall
Medlemmar			
1 Engagera	Hur många olika typer av pass tränar varje medlem?	3	
2 Växa	Antal giltiga träningskort/medlemmar i januari och december. <i>Avläses i samband med övrig månadsöversyn.</i>	Jan 1,0 Dec 0,7	
3 Växa	Antal nya medlemmar/totalt antal medl <i>(som inte var medlemmar fg år)</i>	10 000	
4 Växa	Hur sannolikt är det att du skulle rekommendera någon du känner att börja träna på F&S? <i>(nuvarande och avslutade medlemmar)</i>	NPS>30	
Träning			
5 Engagera	Beläggningsgrad gruppträning % - Spinning - Gruppträning*	70% 40%	
6 Engagera/samarbeta	Antal bemannade individuella tränartimmar i gymmet per år och anläggning: - Ekeby - Fyrishov (inkl. rep.) - Stallet (inkl. rec.) - Ultuna - VK	4 800 5 500 4 700 4 800 5 200	
Funktionärer			
7 Engagera/samarbeta	Närvaro allmänna funkisträffar	60%	
8 Engagera/samarbeta	Närvaro på riktade funkisträffar	70%	
9 Engagera	Antal ideella timmar (på golvet), utifrån BRP - Gruppträningsledare - Lunchbarnvärdar - Helg och kvällsbarnvärdar - Vårdar	9 200 2 900 1 600 4 500	
Ekonomi			
10 Stabil ekonomi	Minimum likviditet % av omsättning	15%	
11 Stabil ekonomi	Verksamhetskostnad/medlem <i>(exklusive produktkostnader rep. och avskrivningar)</i>	2 245	
12 Stabil ekonomi	Verksamhetsintäkt/medlem <i>(exklusive produktförsäljning reception och övriga intäkter)</i>	2 230	
13 Stabil ekonomi	Personalkostnad/den totala kostnaden <i>(exkl. avskrivningar)</i>	30%	

*Antal platser på våra olika gruppträningspass ligger på 35-80 beroende på lokal och utrustning. Jympan och gruppträningspass som går i stora salar som IntervallFlex och Yoga har 100-200 platser. Träna ute har 20-30 platser med låg beläggning. Därför blir total beläggning på gruppträningspass så pass låg även om det generellt är välbesökta pass.



**verksamhets-
områden**

1. Träning
2. Mervärden
3. Organisation
4. Kommunikation
och stödsystem
5. Lokaler
6. Ekonomi

1. Träning

Verksamhetsområden Frisis&Svettis Uppsala

Omfattar

- Gruppträningsutbud
- Gymträningsutbud
- Uppföljning
- Kursutbud

Viljeinriktning

Vi ska stärka synen på Friskis&Svettis som det självklara träningsalternativet i Uppsala. Det gör vi genom att erbjuda ett kvalitetssäkrat, dynamiskt och varierat träningsutbud som tillfredsställer våra medlemmar och som attraherar nya. Vi arbetar fram vårt träningschema utifrån vår schemapolicy.

Vi ska kunna nå ut till alla människor. Våra gym underhålls och utvecklas ständigt för att vara inspirerande och samtida. Vi ska även uppmuntra spontanitet och när tillfälle ges bedriva träning på oväntade och tillfälliga arenor utanför de egna lokalerna. Vi följer Riks rekommendationer, medverkar och tar initiativ till utveckling av träningsutbudet. Vi frågar efter, lyssnar och tillvaratar funktionärers och medlemmars synpunkter och önskemål. Vi följer och är lyhörda för statistiken.

Aktiviteter

Gruppträningsutbudet

- Föreningen ska främst utöka antalet dag- och helgpas inom alla träningsformer.
- Vi ska lansera nya träningspassen Coreflex och Dans explode.
- Vi utökar vårt softutbud med Power hour soft och Modus soft.
- Vi ska fortsätta satsa på vår uteträning med att bland annat erbjuda löpgrupper från minst två av våra anläggningar samt erbjuda Löpning Cross från alla våra fem anläggningar. Vi ska erbjuda Löpning cross-pass på andra ställen än från våra lokaler som "happenings" i syfte att synas mer och vara lättillgängliga. Träningsformsansvarig för uteträningen ansvarar för detta och koordinerar med ledarna.
- Träningsformsansvarig för spinning ska erbjuda motionärerna minst två temapass under vårsäsongen och två under höstsäsongen.
- Träningsformsansvarig för spinning ska arrangera Vasaloppsspinn.
- Träningsformsansvarig för spinning ska utöka antalet Spin pulspass.
- Träningsformsansvarig för spinning ansvarar för att vi erbjuder både vanligt intropass och även intro för pulsspinningspass. Två pass per termin.
- Träningschef och träningsformsansvarig för familj undersöker om vi kan införa Familjeyoga.
- Vi ska satsa på familj- och enkelträning och utöka med fler familjeympa-, familjefys- och enkelledare. Träningschef tillsammans med träningsformsansvarig för familj ansvarar för detta.

1. Träning

Verksamhetsområden Frisis&Svettis Uppsala

- I och med satsning på spinning på Stallet behövs en extra rekryteringskampanj för spinledare. Träningschef ansvarar för detta tillsammans med träningsformsansvarig för spinning.
- Mål att rekrytera fler nya ledare under 2020 och strävar efter att behålla befintliga.
- Vi ska investera i nya spincyklar med både watt och pulsfunktion på samtliga anläggningar.
- Träningschef och träningskoordinator följer regelbundet besöksstatistiken på träningspassen för att kunna planera träningspassen på bästa sätt.
- Vi ska bland annat analysera träningsstatistiken och ta fram siffror på hur olika åldersgrupper tränar. Detta har inte varit möjligt att ta fram från BRP tidigare, men med nästa års uppdatering av BRP så hoppas vi att detta blir möjligt. Träningskoordinator ansvarar för detta.

Gymträningsutbudet

- Träningschef och gymansvarig ska under året besöka minst en annan förenings gymlokal för inspiration till utformning av våra gym.
- Vi ska utöka träningsformen Plaza och erbjuda det även på Ekeby, Väderkvarn och Ultuna. Gymansvarig koordinerar schemalaggningen av dessa pass med träningskoordinator och med våra individuella tränare.
- Vi ska fasa ut TMI under 2020 och kommer ha Cirkelfys och HIT i små grupper på Fyrishov där vi inte har möjlighet att ha Plaza. Träningschef ansvarar för detta.
- Träningschef och träningsformsansvarig för barn/ungdom/familj ansvarar för att implementera Plaza Tonår och Familjeplaza.
- Vi startar med tonårsinspiratörer från och med februari på minst en av våra anläggningar. Väderkvarn är först ut för start. Träningsformsansvarig för barn/ungdom ansvarar för detta.
- Vi planerar att utöka vår barntillåtna träning till gymmet. Barn från 10 år får träna tillsammans med vuxen under förutsättning att man går en gruppintroduktion.
- Vi planerar att komma igång med gruppintroduktion under 2020.
- Träningschef ansvarar för att vi erbjuder medlemmarna olika workshops under året och tillvaratar idéer från både medlemmar och funktionärer.
- Utvecklingskoordinator och träningschef ska undersöka om vi kan ta emot funktionellt handikappade personer på ett bättre sätt på våra gym.
- Mål att rekrytera fler nya individuella tränare under 2020 och strävar efter att behålla befintliga.

1. Träning

Verksamhetsområden Friskis&Svettis Uppsala

Aktiviteter

Uppföljning

- Träningschef ska inför höstsäsongen genomföra en gemensam ledaruppföljningsdag innehållande kalibrering av träning och uppföljaruppdraget.
- Träningschef ska ombesörja att alla ledare och instruktörer följs upp enligt Riks riktlinjer.

Utveckla kursutbudet

- Verksamhetschef ska tillsammans med träningsformsansvarig för barn/ungdom ombesörja att skolpersonal erbjuds Rörisutbildning inför höstterminens start samt att föreningen i samarbete med Uppsala kommun fortsätter att sprida MiniRöris och Röris.
- Vi ska fortsätta med att erbjuda Börja springa-kurs.
- Ansvarig för Börja träna-kurs ska under året arrangera minst fyra Börja träna-kurser. Vi ska erbjuda workshops/tematräningar inför större motionslopp. Träningsformsansvarig för uteträningen ansvarar för detta och koordinerar med uteledarna.
- Träningsformsansvarig för barn/ungdom ska under året arrangera två Träningskolor.
- Träningschef ansvarar för att erbjuda workshops på gymmet minst ett tillfälle per termin.
- Verksamhetschef och träningschef ska främja och vara lyhörd för kurser/föreläsningar som funktionärer vill ta initiativ till och ha hand om.



Adam. Funktionär på Friskis&Svettis Uppsala.

2. Mervärde

Verksamhetsområden Frisis&Svettis Uppsala

Omfattar

- Föreningsdemokrati och medlemsansvar
- Värdskap och medlemservice
- Samarbeten och medlemsförmåner
- Allmännyttan och samhällsansvar

Viljeinriktning

Det ska vara enkelt, inspirerande och förmånligt att vara medlem i Friskis&Svettis Uppsala. Vi jobbar aktivt för att uppfattas som en självklar mötesplats för träning och även som en oas där alla kan fylla på med inspiration och energi genom sociala möten och aktiviteter som erbjuds. Vårt förhållningssätt är präglad av medlemsinflytande och föreningsdemokrati. Hos oss bemöter vi alla med en välkomnande attityd. Vi är en viktig samhällsaktör och samarbetspartner inom träning och hälsa.

Aktiviteter

Öka föreningsmedvetenheten och "hjälpas åt-kultur"

- Alla våra gruppträningspass blir bokningsbara för möjlighet till att få information när pass ställs in och om man vill säkra sin plats på de pass som börjar nå max antal ur brandsäkerhetsaspekt.
- Nytt uppdrag – Plusmedlem som ska hjälpa till med att hålla ordning och snyggt i lokalerna. Uppdrag 2 h per vecka. Verksamhetschef ansvarar för detta.
- Film till infoskärmar och sociala medier som belyser ansvarsbiten av medlemmarnas agerande, framför allt på gymmet. Verksamhetschef ansvarar för detta tillsammans med ansvarig för marknadsföring.
- Rollups med trivselregler i gymmen. Verksamhetschef ansvarar för det med ansvarig för marknadsföring.
- Använda gruppträningsledare och instruktörer att förmedla och påminna. Tas upp på instruktion och förmedlas på pass. Gymansvariga ansvar och skickar ut till tränarna minst en gång per termin och påminner.
- Påminna medlemmar via sociala medier om trivselregler och vad det innebär att vara medlem i en förening. Verksamhetschef ansvarar för detta.
- Ändra utformning på Årsmötet med träning/event för att locka fler medlemmar till mötet och marknadsföra detta i god tid via alla våra kommunikationskanaler.

Medlemservice och medlemsförmåner

- Vi ska utöka vår barnvårdsservice och erbjuda utöver luncher och helger även kvällspassning minst en vardagskväll i veckan på 1-2 av våra anläggningar.

2. Mervärde

Verksamhetsområden Friskis&Svettis Uppsala

- Vi ska rekrytera fler barnvårdar kontinuerligt under terminerna.
- Alla nyrekryterade vårdare och receptionister ska genomgå workshopen "mötet med medlemmen" och vara väl förankrade i våra värderingar för bästa service till våra medlemmar och för att kunna stötta dem i sin träning.
- Ansvarig kontaktperson för vårdarna ska ansvara för att alla vårdare följs upp en gång per år och säkerställa kvalitén i mötet med medlemmarna.

Medlemsaktiviteter och samarbeten

- Verksamhetschef ska i samråd med träningschef fortsätta med att möjliggöra för forskare att genomföra vetenskapliga studier där träning testas och utvärderas som kompletterande behandling. Alla deltagare ska erhålla kostnadsfritt träningskort eller reducerat kort. Deltagarna får träna på specifika tider där det är lugnare i våra lokaler.
- Vi ska samarbeta med smärtforskningsprogrammet U-pain som har ett forskningsprojekt där långvariga smärtpatienter ska kunna återgå snabbare till arbetsinriktad rehabilitering. Vi subventionerar kortpriset och patienterna tränar under 6 månader på specifika tider med handledning av fysioterapeut.
- Vi ska samarbeta med en forskningsstudie i Primärvården där man undersöker diabetespatienter med lätt nedsatt kognitiv förmåga och konditionsträningens påverkan på sjukdomen. Akademiskt forskningscentrum kommer att hyra spinningssalen på Ekeby en timme i veckan under eftermiddagstid under tre månader.
- Träningschef ska i samråd med verksamhetschef arrangera föreläsningar/workshops en gång per termin för funktionärer och medlemmar med fokus på träning.
- Träningsformsansvarig för spinning ska arrangera Spin of Hope 21/3 med syfte att samla in pengar till Barncancerfonden.
- Vi ska arrangera Ekebyloppet i samarbete med Ekeby Hälsocenter och OK Linné.

Allmännyttan och samhällsansvar

- Föreningen ska i samarbete med SFI försöka få fler motionärer med utländsk bakgrund att börja träna med Friskis&Svettis och engagera sig i föreningen.
- Verksamhetschef ska införa "plusmedlem" och bland annat rekrytera från våra SFI-grupper och boenden med daglig verksamhet.
- Verksamhetschef ska bejaka att delta i relevanta insamlingsprojekt och liknande som vi kopplar till vårt erbjudande, dvs träning.
- Verksamhetschef ska delta i relevanta sammanhang och berätta om Friskis insats för folkhälsan.

3. Organisation

Verksamhetsområden Friskis&Svettis Uppsala

Omfattar

- **Personal**
 - Arbetsmiljö
 - Lön och personalförmåner
 - Inspiration och kompetensutveckling
 - Mötesforum
 - Medarbetarskap och ledarskap
- **Funktionärer**
 - Rekrytering
 - Utbildning
 - Inspiration
 - Mötesplatser

Viljeinriktning

Vår organisation ska vara anpassad efter verksamhetens behov. Verksamheten vilar på engagemanget hos våra ideella funktionärer och hos vår anställda personal. Vi jobbar kontinuerligt för att bibehålla och stärka gott värdskap hos alla funktionärer och anställda. Vi ska vara en förening som syns och samverkar med Friskis&Svettis övriga föreningar och vara en aktiv part i Friskis&Svettis Riks utvecklingsarbete.

Personal

Vi följer arbetsmarknadens lagar och regler och ska vara en attraktiv arbetsgivare där anställda ges möjlighet att utvecklas yrkesmässigt och personligt. Arbetsplatsen ska präglas av öppenhet, inflytande och eget ansvar. Vi strävar efter ett situationsanpassat ledarskap med stor delaktighet i beslut, i syfte att skapa balans mellan resultat och relationer. Medarbetarna ges förutsättningar för och förväntas vara aktiva och ansvarstagande inom sitt område, samt bidra med idéer till verksamhetsförbättringar. Vi samverkar för en god psykisk och fysisk arbetsmiljö och strävar efter att samtliga anställda trivs på jobbet.

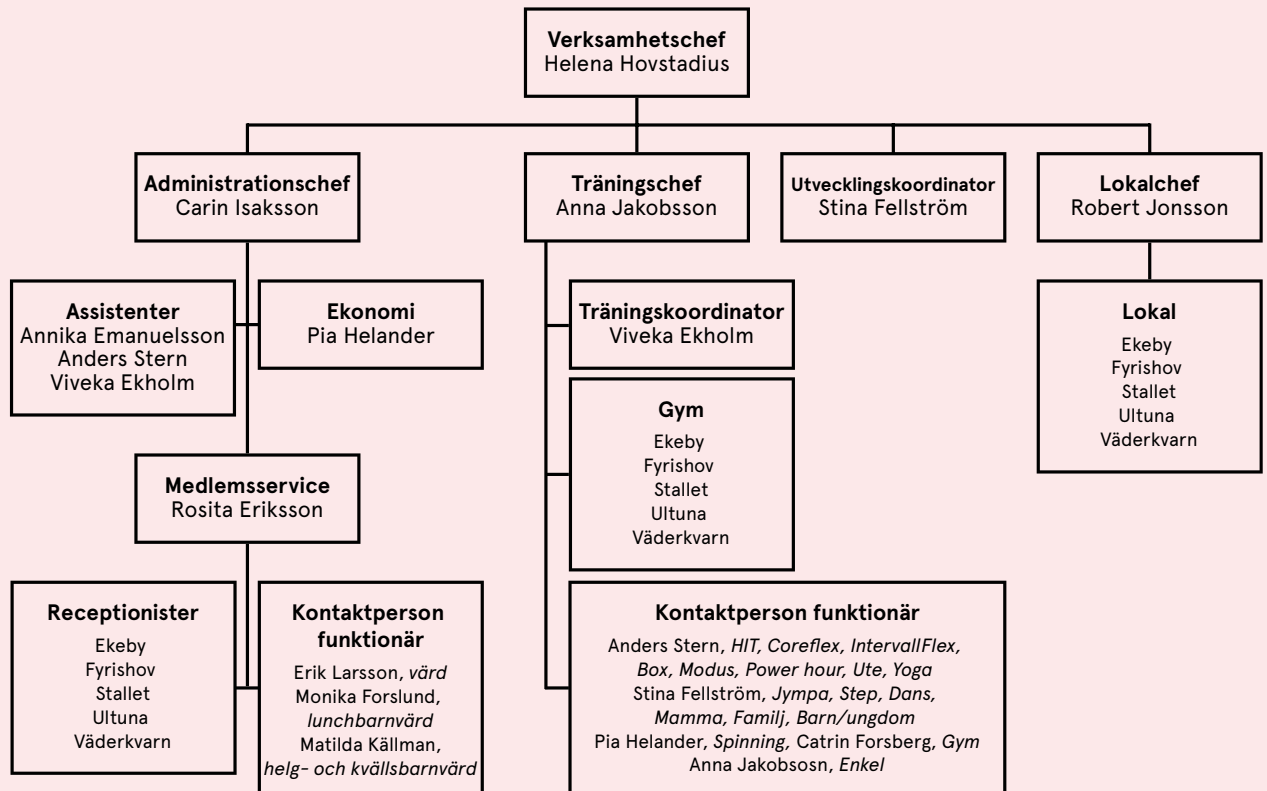
Funktionärer

Vi ska arbeta ambitiöst med utveckling av våra funktionärer och öka lusten och kvaliteten i det ideella uppdraget. Funktionärerna ska i möjligaste mån bli sedda i sina uppdrag. Vi strävar mot mer flexibilitet och dynamik i uppdragen och mot att säkerställa antalet och bredden av funktionärer och deras kompetens. Vi arbetar för att hitta fler konkreta sätt att inkludera funktionärerna i föreningens utvecklingsarbete. Vi ska aktivt jobba för att vidga vår syn på funktionärskap genom att vara öppna, lyhörda och testa nya sätt att skapa engagemang.

3. Organisation

Verksamhetsområden Frisis&Svettis Uppsala

Medarbetarorganisationen



Vi organiserar vår verksamhet utifrån våra medlemmar och funktionärer. Alla medarbetare finns som stöd för att verksamheten ska fungera så bra som möjligt.

Vi har under 2019 gjort en omorganisation och tagit bort lagledarrollen för att skapa en tydlighet för funktionärerna. Funktionärskåren är uppdelad utifrån vilken träningsform de leder, om de är individuella tränare eller om de är värd/barnvärd. Varje team har en ansvarig kontaktperson med ansvar för sammanhållningen, att funktionärerna trivs och för att skapa utvecklings- och inspirationstillfällen. Arbetet sker i samråd med verksamhetschefen.

Våra medarbetare är indelade i områdena medlemservice, ekonomi, administration, träning och lokaler.

Operativa beslut i föreningen tas i ledningsgruppen som består av verksamhetschef (VC), administrativ chef (AC), lokalchef (LC), träningschef (TC) och utvecklingskoordinator (UK). Verksamhetschefen har det yttersta ansvaret.

3. Organisation

Verksamhetsområden Friskis&Svettis Uppsala

Aktiviteter

Medarbetare

Utvecklas i mötet med funktionärerna och medlemmarna:

- Erbjuder behovsstyrd utbildning en gång per år för personal i bl a gruppdynamik, bemötande, leda möten, svåra samtal. VC ansvarar för detta.
- För att förstärka gruppkänsla och förståelse för varandras arbete ska receptionistsvarig, gymansvarig och värdansvarig gemensamt ansvara för att nyrekryterade receptionister, tränare i gymmet och värdar, förutom sin egen introduktion, deltar i ett introduktionspass i de andra grupperna.

Personalvård/inspiration:

- Medarbetarna ska erbjudas minst fyra gemensamma aktiviteter med efterföljande sociala aktiviteter.
- VC ska arrangera en heldagskonferens samt två halvdagskonferenser med alla medarbetare.
- VC ska genomföra en enkät i personalen med fokus på trivsel.

Thomas & Fredrik. Funktionärer
på Friskis&Svettis Uppsala.



3. Organisation

Verksamhetsområden Frisis&Svettis Uppsala

Funktionärer

Funktionärskoordination:

- **Årsplanering:** Alla ansvariga kontaktpersoner ska skicka ut en årsplanering för sina funktionärsteam i januari och har ansvaret för anmälan till kurser, träffar. De ansvarar för att det blir bra innehåll för våra gruppmöten och gemensamma möten/fester/inspiration. VC ansvarar för att termins-kalendariet kommer ut till alla funktionärer.
- **Teknik:** TC ansvarar för att det finns en teknikansvarig på varje anläggning.
- **Introduktion:** Ansvarig kontaktperson tar fullt ansvar för introduktion och tilldela fadder. VC ska ansvara för att alla nyrekryterade träningsledare, värdar och barnvärdar genomgår föreningens framtagna Ny funkis-utbildning/Steg 1, innehållande "mötet med medlemmen", Friskis&Svettis historia och värderingar samt HLR kurs.
- **Bli sedd:** Hitta former för att mer strukturerat se och bekräfta funktionärer när de är i sin roll. Ansvarig kontaktperson ska ge möjlighet till individuella avstämningar med alla i sitt team. Det kan vara per telefon eller fysiskt möte med fokus på trivsel i föreningen. Alla nya funktionärer ska erhålla en fadder. VC ska efterfråga hjälp från funktionärer i olika utvecklingsprojekt. VC ska genomföra en uppföljningsenkät utifrån funktionärsundersökningen 2019.
- **Inspiration/utveckling/gemenskap:** Alla funktionärer ska förutom Kick-offen få möjlighet till en social eller inspirationsträff med sin träningsform/vårdteam per år. Ansvarig kontaktperson ansvarar för att detta ordnas. Alla funktionärer ska ha möjlighet att delta på workshopen "Mötet med medlemmen" som genomförs årligen på Nyfunkisutbildningsdag. Alla funktionärer ska bjudas in till årlig kick-off och sommar-, julavslutning i respektive team. VC ansvarar för att det arrangeras två funkis-AW under året.
- **Rekrytering:** TC och värdansvarig ansvarar för rekryteringen och för att utvärdera nuvarande rekryteringsmodell med uppdelade rekryteringar.
 - Ett antal funktionärer från olika träningsformer ska inför varje rekryteringstillfälle vistas i lokalerna i syfte att väcka funktionärsintresse bland medlemmarna.
 - Se över behov av specifika funkisuppdrag och om behov finns; rekrytera de som behövs.
 - Fortsätta med löpande rekrytering av barnvärdar.
 - Arbeta för en mer etnisk mångfald.
 - VC ska i samråd med ansvarig för barnvärdar se om vi kan hitta en funktionärsroll som inkörsport till föreningen som "plus-medlem". Dessa funktionärer rekryteras bland annat från vår SFI-grupp.
- **Funktionärer som slutar:** Alla ska få ett individuellt avslutningstäckbrev eller avslutningssamtal. Ansvarig kontaktperson ansvarar för detta.

4. Kommunikation

Verksamhetsområden Frisis&Svettis Uppsala

Omfattar

- **Marknadsföring och kommunikation med:**
 - Personal och funkisar
 - Medlemmar
 - Presumtiva medlemmar
 - Media
 - Beslutsfattare
- **Stödsystem:**
 - Mjukvara. Dvs program som tex medlemssystem, hemsidaplattform osv.
 - Hårdvara. Dvs. datorer, telefoner, kortläsare, scannar, kopiatorer osv.

Viljeinriktning

Föreningens kommunikation ska präglas av stor transparens och uppfattas som tillgänglig, personlig, avslappnande och intressant. Vi ska med professionalism och varsamhet välja rätt kommunikationskanal vid varje kommunikationstillfälle. All marknadsföring ska genomsyras av våra värderingar och Friskis&Svettis som den bästa mötesplatsen.

Aktiviteter

Marknadsföring

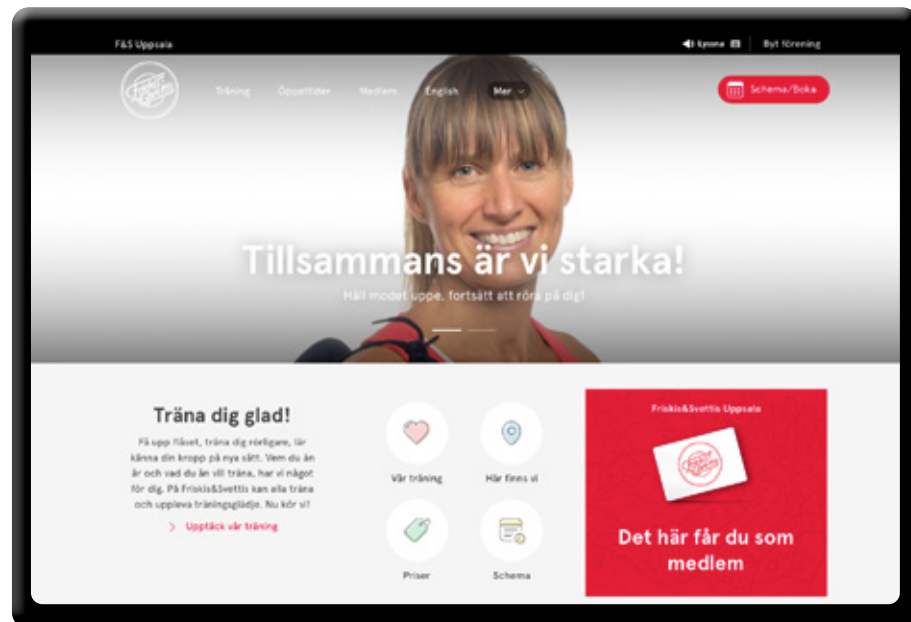
Föreningens hemsida ska vara den främsta kommunikationskanalen till medlemmarna.

Vi ska kartlägga våra medlemmar för bättre målgruppsanpassning. Detta blir möjligt när BRP blir webbaserad under 2020. Xite hjälper oss med detta.

- Vi ska få en ökad synlighet på sociala medier och regelbundet vara aktiva på både Instagram och Facebook och eftersträva fler följare. VC ska kontinuerligt uppmana alla funktionärer att hjälpa till med att skicka in bilder.
- Alla nya medlemmar ska erbjudas en välkomstbroschyr innehållande medlems- och trivselregler samt bokningsinformation.
- Alla funktionärer och medarbetare ska ta del av fredagsbrevet.
- Vi ska kontinuerligt använda bildskärmarna och berätta om det ordinarie utbudet/verksamheten och vad vi står för.
- VC ska ombesörja att alla medlemmar erhåller Nyhetsbrev vid fyra tillfällen per år.
- Vi ska skicka ut EXIT-enkät och fråga de som lämnat hur de trivdes hos oss när de var medlemmar. VC i samråd med ansvarig för marknadsföring ansvarar för detta.
- Vi ska marknadsföra oss mot nyinflyttade i stan. VC i samråd med ansvarig för marknadsföring ansvarar för detta.

4. Kommunikation

Verksamhetsområden Frisis&Svettis Uppsala



- Vi ska fortsätta med Kompisveckor två gånger per år. Vi ska detta år ta fram statistik hur många av kompisarna som blir medlemmar i föreningen. Verksamhetschef tillsammans med ansvarig för marknadsföring och ansvarig för medlemservice ansvarar för detta.
- Vi intensifierar vår marknadsföring i början av vår- och hösttermin externt via annonser i UNT, digitala bildskärmar på stan, medier som vänder sig till de målgrupper som vi vill nå ut extra till samt via appar. Verksamhetschef tillsammans med ansvarig för marknadsföring ansvarar för detta.

Stödsystem

- **Inpassering:** Modernare teknik för inpassering än kort och biljetter. Vi ska tillsammans med IT på Riks och Xite/DP se om vi kan gå vidare med mobilinpassering via BRP.
- **Bokningssystem:** Mer kunskap till receptionister och värdar som ska vara experter. Teori och praktiska utbildningstillfällen. Receptionistansvarig ska planera in BRP-uppföljningsträffar med receptionister.
- **Betalning:** Vi ser över möjlighet via BRP att medlemmarna ska kunna ha dragningar direkt ifrån sitt bankkort istället för via autogiro. Xite hjälper oss utreda detta. AC har ansvar för detta. Vi ser även över möjlighet att kunna signera avtal digitalt.
- **Digitalisering:** AC ansvarar för att implementera BRP Icloud och utse en utbildningsansvarig i föreningen. Vi implementerar Riks app och uppdateringar. BRP-ansvarig ansvarar för detta.
- **Intranät:** WP-ansvarig ska ansvara för att alla funktionärer har tillgång till WP och skapa grupper samt struktur för hur vi ska använda denna på bästa sätt.

5. Lokaler

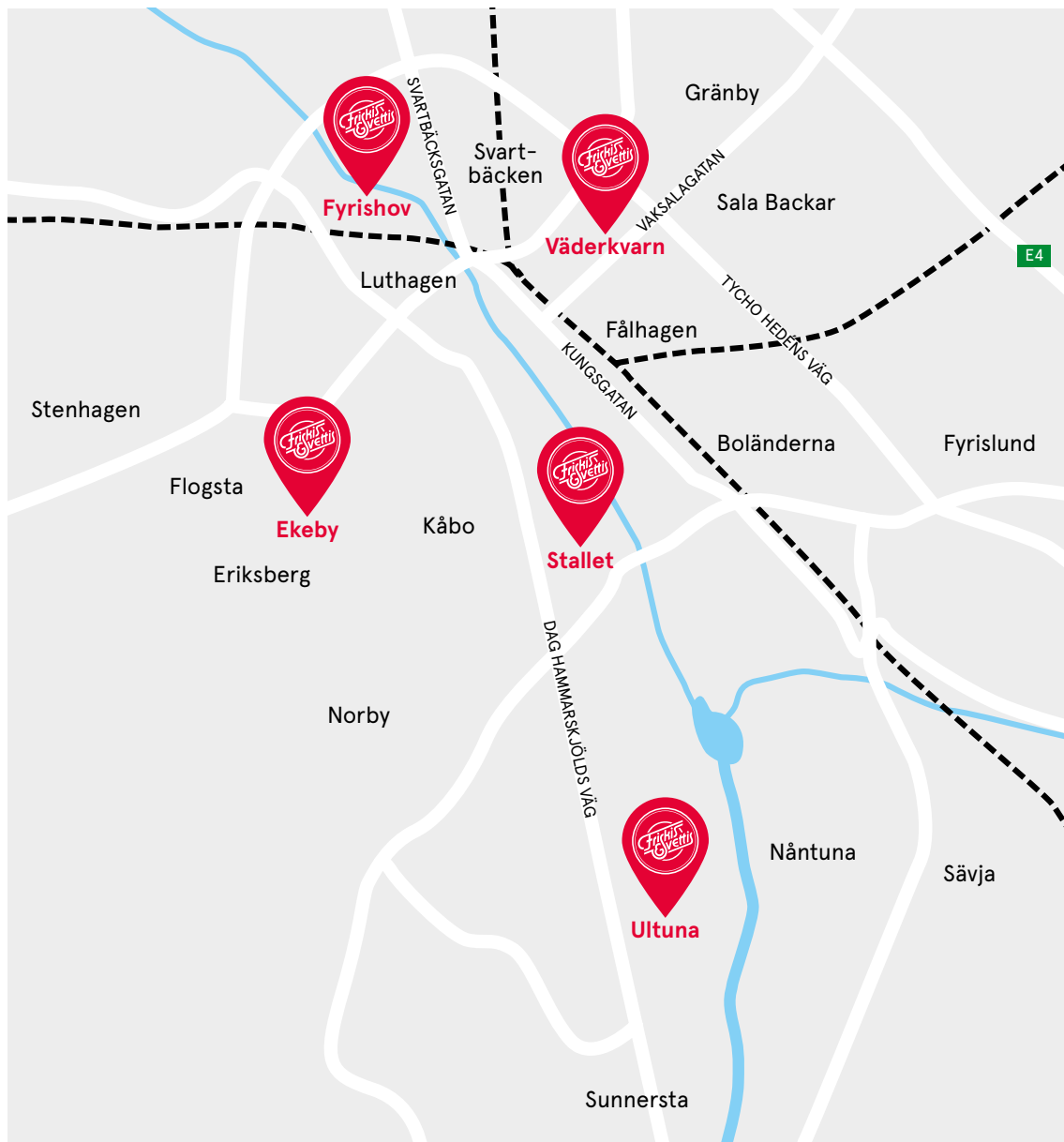
Verksamhetsområden Frisis&Svettis Uppsala

Omfattar

- Nyetableringar
- Underhåll/renovering
- Städ

Viljeinriktning

Vi ska sträva efter att våra lokaler är tillgängliga, fräscha och attraktiva mötesplatser, väl anpassade för verksamheten. Anläggningarna ska vara ändamålsenliga och hålla hög kvalitet. Det ska kännas säkert att träna hos oss och vistas i våra lokaler, för såväl medlemmar som funktionärer och anställda. Vi ska ha en utvecklingsplan avseende våra befintliga lokaler samt en lokalstrategi på längre sikt.



5. Lokaler

Verksamhetsområden Frisis&Svettis Uppsala

Aktiviteter

Nyetablering

Vi undersöker möjligheten att öppna vår sjätte anläggning i Östra Salabacke cirka 2023. Vi för dialog med Atrium Ljungberg via Uppsala Kommun och hoppas kunna skriva ett hyresavtal under våren.

Underhåll/reovering

- LC ska ansvara för ombyggnation gym av Väderkvarn, Ekeby och Ultuna.
- LC ska ombesörja att gruppträningsgolvet i stora salen på Stallet byts ut och att stora salen renoveras.
- LC ska ansvara för att lilla salen på Stallet görs om till spinningssal.
- LC ska tillsammans med TC ombesörja att viss gymyta på Väderkvarn, Ekeby och Ultuna ska kunna nyttjas till Plaza-träning.
- LC ska tillsammans med TC ansvara för att en del yta av den stora salen på Väderkvarn görs om till gymyta.
- LC ska se över möjligheten att göra om receptionsdelen på Väderkvarn för att skapa en mer välkomnande miljö och öka möjligheterna till att funktionärerna ser våra medlemmar bättre och kan vara mer rörliga.
- VC, AC, och LC ska inför årsstämman upprätta en ny reviderad treårig investeringsplan över föreningens större bygg- och renoveringsprojekt.
- LC ska i möjligaste mån se till att lokalerna håller bästa standard.
- LC ska tillsammans med TC se över behoven av komplettering av träningsredskap.
- LC ska i samråd med VC kontinuerligt se över eventuella renoveringsbehov och utföra en prioriteringslista.
- VC och LC ska upprätthålla och vidmakthålla regelbunden och god kontakt med våra fastighetsägare.
- LC ska på ett organiserat sätt planera, utbilda, dokumentera, kontrollera och följa upp brandskyddsarbetet.
- LC ska fortsätta med egenkontroll enligt krav från kommunens miljökontor.

Städ

- Vårt städbolag ska regelbundet genomföra kvalitetskontroller och ha uppföljningsmöten med receptionistansvarig.

6. Ekonomi

Verksamhetsområden Frisis&Svettis Uppsala

Omfattar

- Budget
- Prognoser
- Uppföljning
- Löpande redovisning

Viljeinriktning

Vi ska ha en ekonomi i balans med tryggad likviditet. Vi ska ha en ekonomi-process som säkerställer att rapporterna är tillförlitliga. Vi ska kunna förutse verksamheten och agera i tid vid förändringar.

Aktiviteter

- AC ska i samråd med VC upprätta både kort- och långsiktiga budgetförslag.
- AC ska kontinuerligt säkerställa att budget följs.
- AC ska tillsammans med Ekonomiansvarig (EA) göra löpande avstämningar av redovisningen för att få fram kvartalsvis jämförelse mellan budget och utfall.
- AC ska tillsammans med EA arbeta med rapporteringen utifrån föreningens redovisningsprogram.





Friskis&Svettis Uppsala

Väderkvarnsgatan 16, 753 29 Uppsala

Tel 018-55 84 90, Fax 018-50 48 90

www.upsala.friskissvettis.se