

Säkerhet och trygghet för alla Friskis och Svettis medlemmar

Bakgrund:

Fredagen 17/1 hade jag endast möjlighet att träna på kvällen och såg (på nätet) att Friskis och Svettis i Kortedala hade öppet till 22:00. Då jag anlände runt 19:00 informerades jag om att anläggningen är obemannad från 20:00.

Då jag stod på löpbandet och såg mig omkring upptäckte jag att det endast var två kvinnor som tränade, varav en i sällskap av en man. Alla andra var män.

Jag hade sett fram emot dusch och avkopplande bastu efter träningen och började fundera på min säkerhet efter 20:00 då det är helt fritt och öppet att knalla in i alla omklädningsrum oavsett vem man är. Är inte räddhågsen av mig, ser det som mitt ansvar att inte sätta mig i situationer som kan bli farliga. Känns inte bra att sitta helt naken i ett litet rum dit vem som helst på anläggningen har tillgång. (Självklart tror jag inte illa om män, men kan inte komma ifrån att; om saker sker mot kvinnor så är det inte ofta kvinnor som attackerar andra kvinnor)

Då jag stressade för att komma ut från omklädningsrummet i tid så väcktes en ilska i mig; blev arg för att jag än en gång inte har tillgång till samma frihet som män omkring mig och jag började förstå en anledning till att fler kvinnor inte var där denna kväll.

Förslag:

På en av de Nordic Wellness-anläggningar jag besökt har det en lösning som i alla fall ger lite säkerhet då man är i omklädningsrummet, duschen och bastun.

Där använder man sitt medlemskort för att blippa in sig i omklädningsrummet.

Det betyder att jag endast har tillgång till damernas omklädningsrum.

Jag föreslår att man anger vilket omklädningsrum man (har för avsikt att använda) man identifiera sig med, då man skaffar medlemskap och att det följaktligen endast är den typen av omklädningsrum man har tillträde till. På det här sättet kan man även registrera vilka som varit i omklädningsrummet.

Förstår att det ligger kostnad i att ordna en IT-lösning och Blipp vid alla omklädningsrum.

Hoppas Friskis och Svettis anser att:

Målet är trygghet och glädje för ALLA och det är värt att arbeta för.

Ett fint scenario är att man kan gå in på Friskis och Svettis och springa på löpbandet om man inte känner sig trygg i löpspåret i skogen en mörk kväll och därefter kunna avsluta med avkoppling i omklädningsrummet.

Jag är medlem i Friskis och Svettis och har årskort som går ut i början av mars.

Med vänliga hälsningar

Isabel Fortes

Medlemsnummer: 0016286554

Göteborg 20 januari 2020



Svar motion 1

Säkerhet och trygghet för alla friskis medlemmar.

Friskis&Sveltis Göteborgs styrelse förstår motionärens önskan om att få basta och byta om i en trygg miljö. När vi nu erbjuder alltfler anläggningar mer öppet med hjälp av obemannade men kameraövervakade anläggningar vill vi så klart göra det än mer säkert och tryggt att vara i våra miljöer.

Styrelsen lämnar därmed över uppdraget till verksamheten att se över hur vi kan få en säker inpassering i våra omklädningsrum där dörrar finns. Och om luft i verksamhetsplanen och budget finnes utföra det skyndsamt.

Friskis&Sveltis Göteborgs styrelse föreslår

årsmötet besluta att motionen därmed är besvarad.

Motion om att samtliga Friskis & Svettis omklädningsrum skall ha minst en (1) enskild dusch med stängbar dörr, 2019-12-27

Att ha möjlighet att duscha avskilt handlar om tillgänglighet och trygghet.

Det kan finnas flera orsaker till att inte vilja duscha inför främmande människors blickar. Exempelvis kan det handla om att ha en kropp som inte är normativ enligt tvåkönsnormen (dvs. tanken att män alltid har penis, kvinnor alltid har slida och att det bara finns två kön), något som alltid innebär att det finns risk för att andra stirrar eller går till verbala/fysiska angrepp i avklädda könsuppdelade miljöer. Andra anledningar kan handla om att ha brännskador, självskadeär, operationsärr eller liknande som man inte vill visa för andra. Det kan även handla om att man har kroppskomplex eller att man av religiösa skäl inte vill klä av sig helt naken för någon utomstående.

Att kunna duscha helt avskilt, vilket en ogenomskinlig stängbar samt låsbar dörr (till skillnad från duschdraperier) erbjuder, innebär att kunna slappna av och att känna sig tryggare under sitt besök på Friskis & Svettis. Något som kan vara avgörande för om man går och tränar överhuvudtaget. Ingen förlorar något på att ytterligare en möjlighet erbjuds alla.

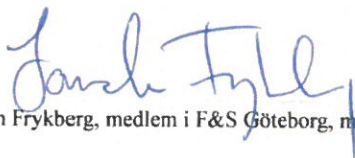
I Göteborg finns minst två anläggningar (Gårda och Kortedala) som har ogenomskinliga stängbara dörrar i en av duscharna. Att det på sikt skall finnas ett uttalat mål att samtliga anläggningar i Sverige installerar ogenomskinliga dörrar i minst en av duscharna inne i männens respektive kvinnornas omklädningsrum är något som skulle göra Friskis & Svettis tillgängligare och tryggare.

Vi yrkar därför på att årsmötet beslutar

att alla anläggningar inom en 10-årig tidsrymd skall ha installerat ogenomskinliga stängbara dörrar, låsbara med exv. en hasp, inne i minst en (1) av duscharna i männens respektive kvinnornas omklädningsrum

att anläggningar som renoverar eller av andra anledningar ändå gör ombyggnationer inne i sina duschrum, samtidigt skall passa på att installera ogenomskinlig stängbar dörr, låsbar med exv. en hasp, i minst en (1) av duscharna inne i dessa duschrum

Den här motionen är skriven av:



Jonathan Frykberg, medlem i F&S Göteborg, medlemsnummer: 0012983436

Bakom den här motionen står även följande medlemmar i F&S Göteborg:

David Fahl 0012985899
Milo Norberg 0003741133
Victoria Tauson 0012374220
Joel Alexis 0001624890
Oliver Melander 0007992882



Svar motion 2

Samtliga omklädningsrum ska ha minst en enskild dusch med stängbar dörr.

Friskis&Sveltis Göteborgs styrelse förstår att hen av olika anledningar inte vill byta om eller duscha i offentliga öppna miljöer.

Friskis Göteborg har en strategi med att kunna erbjuda neutrala omklädningsrum med dusch på samtliga våra anläggningar, ett arbete som startades 2015 och fortgår i samband med nyetableringar eller vid renoveringar och som krav från oss till fastighetsägare.

Då vi redan i dag kan erbjuda det på 6 anläggningar och i år planerat för ytterligare två så arbetar vi med frågan i snabbare takt än tio år. Styrelsen anser då vi arbetar systematiskt och metodiskt med frågan då vi inför neutrala omklädningsrum att det kan ersätta motionärens ide om låsbara duschbås i samtliga duschrum.

Friskis&Sveltis Göteborgs styrelse föreslår

årsmötet besluta att motionen därmed är besvarad.

3

Göteborg 2020-02-18

MOTION TILL Friskis & Sveltis årsmöte 2020

**"KOMPLETTERING AV INREDNING I DAMERNAS OMKLÄDNINGSRUM -
VÄSTRA HAMNGATAN"**

NULÄGE

Ombyggnaden av Västra Hamngatan verkar gå mot sitt slut för denna gången. Men jag efterlyser kompletteringar av inredningen i damernas omklädningsrum.

Det finns många skåp men inte tillräckligt med sittmöjligheter och avlastningsytor. Golvet blir ofta alternativet, absolut inget bra alternativ.

LÖSNING

Inköp av bänkar/stolar eller andra lösningar för att ge tillräckligt utrymme för avlastning ovanför golvet.

FÖRSLAG TILL BESLUT PÅ ÅRSMÖTET

Årsmötet beslutar att ge styrelsen i uppdrag att lösa behovet av mer sitt- och avställningsyta i damernas omklädningsrum på Västra Hamngatan.

Samt att en genomgång även görs av behovet på herrarnas omklädningsrum.

Göteborg 2020-02-18

Stina Lindblom

Stina Lindblom

Medlemsnummer:

0013035490



Svar motion 3

Komplettering av inredning till damernas omklädningsrum på västra hamngatan

Motionären upplever en brist på bänkar i damernas omklädningsrum på grund av mängden som byter om där. Motionären önskar därför fler sittytor/avställningsytor.

Styrelsen tycker att det ska finnas tillräckligt med bänkar och ytor till den mängden som byter om på alla våra anläggningar.
Styrelsen ger verksamheten i uppdrag att inom ramen för budget att tillse att fler bänkar införskaffas.

Friskis&Svettis Göteborgs styrelse föreslår

årsmötet besluta att motionen därmed är besvarad.

Göteborg 2020-02-18

MOTION TILL Friskis & Svettis årsmöte 2020

"ÅTERINFÖR TIDIGARE PASS KALLAT "FLEX SOFT", GÄRNA I JOHANNEBERG"

NULÄGE – PROBLEM - BEHOV

Flex Soft är själva anledningen till att jag nu är aktivt motionerande medlem i Friskis & Svettis, Göteborg.

Plötsligt, utan förvarning, är detta underbara pass borttaget år 2020 och ersatts av Core Flex Soft.

Många motionärer anammar naturligtvis snällt det nya passet. Men. Många är också mycket ledsna och besvikna. Jag är en av de senare.

Om jag räknat rätt på passen vecka 6 hade

Core 6 pass

Core Soft 4 pass

CoreFlex 9 pass

CoreFlex Soft 8 pass

Flex Soft 0 pass

Flex Soft passen på Gibraltargatan har varit fullbokade. Det nya FlexSoft passet på Västra Hamngatan fick fler och fler deltagare. Varför ta bort ett framgångsrikt koncept? Av vilken anledning är Core med alla varianter så attraktivt för Friskis? Och Flex Soft inte önskvärt?

Mitt första pass på Gibraltargatan var som en uppenbarelse! Precis det jag behöver! Jag är 69 år och hade äntligen hittat en rörelseform som jag älskar och så tar ni bara bort det! Det gjorde mig mycket ledsen. Core i alla dess varianter är ingenting för mig.

Anledningen till att jag nu är medlem, hållit mig kvar i föreningen, är just Flex Soft. Jag har hösten 2019 kunnat gå 2 Flex Soft och 1 Jympa Soft i veckan (må, to, fre).

Jag hoppas därför att Friskis återinför Flex Soft som har mycket bra rörelser för en åldrande kropp. Bra ledare. Bra musik. Mycket rörelseglädje. Gemenskap.

LÖSNING

Återinför Flex Soft som har mycket bra rörelser för en åldrande kropp. Bra ledare. Bra musik. Mycket rörelseglädje. Gemenskap

FÖRSLAG TILL BESLUT PÅ ÅRSMÖTET

Årsmötet föreslås ge styrelsen i uppdrag att återinföra Flex Soft på programmet i någon av de centralt belägna anläggningarna.

Alternativ undersöka möjligheterna till återinförandet av Flex Soft och meddela resultat till medlemmarna inför höstterminen 2020.

Göteborg 2020-02-18



Stina Lindblom

Medlemsnummer:

0013035490

MOTION TILL Friskis & Svettis årsmöte 2020

INFÖR "FLEX SOFT" I UTBUDET IGEN, GÄRNA I JOHANNEBERG

BAKGRUND

Jag har under många år lidit av en skada i mina axlar och en whiplashskada i nacken. Jag har på många olika sätt försökt rehabilitera dessa skador, med dålig framgång. Jag har bland annat behandlats med ett stort antal kortisonsprutor i mina axlar. Det har hjälp i någon månad per gång.

För en tid sedan så rekommenderade min sjukgymnast, verksam på Friskrehab, passet Flex Soft för mig. Jag gick på det passet kontinuerligt.

Jag kände efter bara ett par gånger att värken i axeln började försvinna för att efter ytterligare några gånger vara helt borta.

Noterbart är att min man har ett par revben, som inte sitter riktigt fast i ryggen. Detta ger en del krampliknande problem med stora smärtor. Han har inte varit lika frekvent som jag på Flex Soft men han har inte haft några problem under tiden han deltagit i Flex Soft.

Jag är övertygad att det finns fler liknande berättelser. Därför vill jag göra årsmötet uppmärksam på att Flex Soft är ett synnerligen bra pass för äldre och de som har problem med att röra sig. Flex Soft känns anpassat för att minska stelhet och öka rörlighet samt träna lite balans. Det behöver alla som hunnit bli, i alla fall, 65 år.

Flex Soft är faktiskt anledningen till att jag har gått med i Friskis & Svettis, Göteborg. Nu när Flex Soft inte finns längre funderar jag på om det är någon mening att vara medlem.

LÖSNING

Återinför Flex Soft som har mycket bra rörelser för en åldrande kropp. Bra ledare. Bra musik. Mycket rörelseglädje. Gemenskap.

FÖRSLAG TILL BESLUT PÅ ÅRSMÖTET

Årsmötet föreslås ge styrelsen i uppdrag att återinföra Flex Soft på programmet i någon av de centralt belägna anläggningarna, gärna Johanneberg.

Göteborg 2020-02-27

Ing-Marie Gaestadius
Medlem nr 002053566



Svar Motion 4+5

Återinför tidigare pass kallat flex soft.

Motionären beskriver just det vi står för när det gäller lustfylld träning. Styrelsen tycker det är roligt att lusten till träning och rörelse finns kvar så starkt efter våra 38 år som träningsaktör. Vår gruppträning är ändå det som är grunden till vår verksamhet.

Vårt utbud styrs till stor del av alla föreningars gemensamma organ kallat Riks. Riks bestämmer utbudet så att det är synonymt i hela landet. Utbudet kan emellanåt komma att variera utifrån lokala föreningars behov om det finns kvar i vårt riksutbud och utbildning.

Pass och utbud genomlysas årligen och utvärderas för att bli bättre och smartare. Core Flex är ett sådant exempel som gjordes utifrån behov och utbud i hela landet.

Styrelsen lämnar över frågan till verksamheten att tillsammans med Riks se över möjligheten till Flexträningens tillbakagång i utbudet.

Friskis&Svettis Göteborgs styrelse föreslår

årsmötet besluta att motionen därmed är besvarad.



Göteborg 2020-02-27

MOTION TILL Friskis & Svettis årsmöte 2020

"INFÖR FOKUSGRUPPER FÖR OLIKA KATEGORIER AV MEDLEMMAR – BÄTTRE FÖRANKRING OCH BÄTTRE MEDLEMSNYTTA"

BAKGRUND

Under åren görs förändringar i utbud av träningsaktiviteter och hur träningstider fördelas över veckan. Detta är en naturlig utveckling av föreningens utbud till medlemmarna. Ibland så känns dessa förändringar inte särskilt väl förankrade hos medlemmar eller funktionärer/anställda.

Undertecknade har personligen erfarenhet från svårigheter att nå fram med synpunkter.

När förändringar i utbudet görs centralt, ibland i Stockholm, så kommer de lokala förutsättningarna inte fram. Vi kan se att bara i vår förening så skiljer det sig mycket mellan de olika stadsdelarna. Lokalutförande och sammansättningen av medlemmar i och runt de olika anläggningarna kan variera. Dessutom varierar medlemmarna över dagen. Behoven hos dessa olika grupper skiljer sig åt. Allt detta ställer krav på att möta dessa medlemmar och det görs lättast nära dessa.

Medlemmar som har funderingar på förändringarna i utbudet, uppmanas av funktionärer att kontakta de ansvariga. Vi konstaterar att det inte verkar vara det man gör. Många medlemmar väljer något som är näst bäst eller lämnar föreningen helt, och är missnöjda.

Vi bedömer att problemet är, att det inte finns någon tydlig väg för framförandet av synpunkter, som kommer till rätt personer för beaktande.

Vi noterar att det finns många som har ett behov av att framföra synpunkter på ett enkelt sätt. För att få struktur för mottagarna, dvs ledningen, så vill vi peka på en förbättring.

LÖSNING

Bilda Fokusgrupper utifrån olika målgrupper för verksamheten. Gärna lokalt knutna till varje anläggning för att öka tillfredställelsen och anpassning till lokala förutsättningar. Medlemmarna i Fokusgrupperna kan variera över tid. Används aktiva medlemmar så kan de också tjäna som mottagare av synpunkter från andra medlemmarna.

(Det finns mycket litteratur om att arbeta med fokusgrupper).

FÖRSLAG TILL BESLUT PÅ ÅRSMÖTET

Två anläggningar i Göteborgsföreningen startar upp att arbeta med fokusgrupper inför kommande hösttermins och vårtermins förändringar i utbudet och lokalplanering. Därefter görs en utvärdering till årsmötet 2021.

Göteborg 2020-02-27

Ing-Marie Gaestadius
Medlems nr 0002053566

Peter Gaestadius
Medlems nr 0012599825



Svar motion 6

Motionären upplever att det saknas förankring i verksamheten bland funktionärer/personal/medlemmar när det gäller utbudet och schemasättning.

Styrelsen vet att mycket data hämtas in från gruppträningen innan det gedigna schemat görs årligen. Data från när man vill träna, när man har tränat tidigare samt tillgång på ledare/tränare på olika anläggningar. Tillgången av ledare/tränare är det som styr en hel del hur utbudet till slut landar på våra anläggningar runt om. Det i sig är inget unikt för göteborg utan för alla föreningar i hela landet.

Motionärerna bedömer att det inte finns någon tydlig väg för att kunna nå fram med sina synpunkter när det gäller utbudet på sin anläggning och ser att fokusgrupper ska skapas för att man enklare kommer fram med synpunkter för att på sätt kunna påverka om inte annat utbudet oavsett tillgången på ideella funktionärer som därefter blir

Styrelsen lämnar över frågan om hur man ska skapa närmre och enklare sätt att kommunicera kring utbudet till verksamheten som därefter planerar in för att inrätta fokusgrupper på prov inför höstens schematillsättning på två anläggningar.

Friskis&Svettis Göteborgs styrelse föreslår

årsmötet besluta att motionen därmed är besvarad.

MOTION

Sluta arrangera och annonsera träningsresor med flyg och övriga resor med flyg i Friskis & Svettis namn eller via annan leverantör.

FRAMSTÄLLAN

I Paris-avtalet 2015 kom man överens om en maximal höjning av medeltemperaturen med högst 2 grader. Trots det fortsätter utsläppen av växthusgaser att öka. Sedan industrialiseringen har vi redan höjt medeltemperaturen med 1,2 grader.

Uppvärmningen innebär höjda havsnivåer, uttorkade betes- och landarealer och fler obeboeliga områden. Glaciärer försvinner och självförstärkande effekter skapas som skyndar på klimatförändringarna ytterligare.

En av de mest effektiva saker som Sverige kan göra för att minska koldioxidutsläppen är att minska flyget. 10% av Sveriges utsläpp kommer från flyget. 80% av världens befolkning har aldrig satt sin fot på ett flygplan.

Vi anser att Friskis&Svettis ska ta sitt ansvar för den omställning som krävs. Det gör de inte när de arrangerar och annonserar träningsresor med flyg och övriga resor med flyg.

Eventuell klimatkompensation gör inte utsläppen ogjorda. Flygresans utsläpp stannar kvar i atmosfären i många hundra år.

Friskis&Svettis kan i stället vara ett föredöme med enbart träningsresor i närmiljö och med miljövänligare transportslag. Då visar F&S att man är en modern folkrörelse som har som ambition att genomgående ställa om till hållbar verksamhet!

VI YRKAR ATT

Friskis&Svettis Göteborg slutar arrangera och annonsera träningsresor med flyg och övriga resor med flyg i Friskis & Svettis namn eller via annan leverantör. Beslutet gäller från och med tidpunkten för detta årsmöte eller senast när det är juridiskt genomförbart.

Stämman beslutar att skicka motionen till Friskis&Svettis Riks årsstämma så att de fattar samma beslut för samtliga Friskis&Svettis-föreningar och Friskis&Svettis Riks. Beslutet gäller från och med tidpunkten för Friskis&Svettis Riks nästa årsstämma eller senast när det är juridiskt genomförbart.

	Namn	Medlemsnummer
1.	Karolin Lind Södermark	0010220248
2.	Tineska Carlessen Magalhães	0007992304
3.	Carin Gustafsson	0010728336
4.	Elin Lindström	0016273535
5.	Anna Kajanus	0237496527



Svar motion 7

Styrelsen förstår medlemmarnas engagemang i frågan om hur man reser till de resmål där Friskis&Svettis Göteborg erbjuder träning och vilka resor som erbjuds.

Friskis&Svettis målsättning är att erbjuda medlemmarna möjlighet till träning på många sätt och flera olika platser. Friskis&Svettis verkar för att skapa roliga träningsmöjligheter och sociala kontaktytor.

Föreningen ser att det finns ett intresse hos medlemmarna att träna i vardagen men också på semestern. Sedan september 2019 finns det övergripande ansvaret för det som kallas "Friskis&Svettis Reseklubben" hos Friskis&Svettis Riks. Friskis&Svettis Göteborg och ett 20-tal andra Friskisföreningar har resor med träning. Under 2020 erbjuder Friskis&Svettis Göteborg medlemmarna Friskis&Svettis-träning på två resor utomlands och vi ser på alternativ i Sverige.

För tydlighetens skull vill styrelsen informera om att Friskis&Svettis inte arrangerar resor. De resor som erbjuds med Friskisträning, är resor som researrangörerna har i sitt utbud. Det är alltså inga flygningar som är chartrade endast för Friskis&Svettis.

Styrelsen anser att Friskis&Svettis Göteborg ska utveckla ett utbud av resor och aktiviteter för medlemmarna och att detta, på sikt, ska innebära resor och aktiviteter där medlemmen själv kan välja transportsätt och vara på platser som är möjliga att på rimlig tid nå med tåg eller buss.

Styrelsen anser att medlemmarnas önskemål i frågan om vilka resor och aktiviteter man skulle vilja att föreningen arrangerade, är viktig, och därför kommer en undersökning bland medlemmarna, som ska genomföras under året 2020, att ligga till grund för utformningen av denna verksamhet. Styrelsen anser att Friskis&Svettis inte ska ta beslut om hur medlemmarna ska resa, vare sig i vardagen eller på semestern. Varje medlem ska ta ansvar för sitt eget resande. Styrelsen anser att om Friskis&Svettis skulle överväga att utreda huruvida ett ställningstagande kring medlemmarnas resande är möjligt och relevant, så skulle den utredningen troligtvis behöva omfatta allt resande som innebär utsläpp av koldioxid, oavsett transportsätt och oavsett om det är till träningen på Friskis&Svettis på hemorten eller någon annanstans.

Per passagerare och kilometer medför flygtransport större klimatpåverkan än andra transportsätt, men en förändring som förmodligen skulle ge större effekt i klimatpåverkan vore att ersätta så många bilresor som möjligt med gång, cykel,

tåg och buss. Detta då transporterna till och från träning på hemmaplan berör en stor andel av medlemmarna medan transportsättet på träningsresor endast berör en liten andel av medlemmarna.

Styrelsen ger verksamheten i uppdrag att se över verksamheten så att de resor och aktiviteter som erbjuds från 2021 om möjligt ska vara i Sverige och/eller möjliga att delta i utan att behöva använda flyg och bil som transportsätt samt att även fortsättningsvis, enbart använda reseleverantörer som arbetar aktivt med klimatfrågorna och att ännu tydligare synliggöra detta på de ställen där information om arrangemangen finns.

Friskis&Svettis Göteborgs styrelse föreslår

årsmötet besluta att motionen därmed är besvarad.