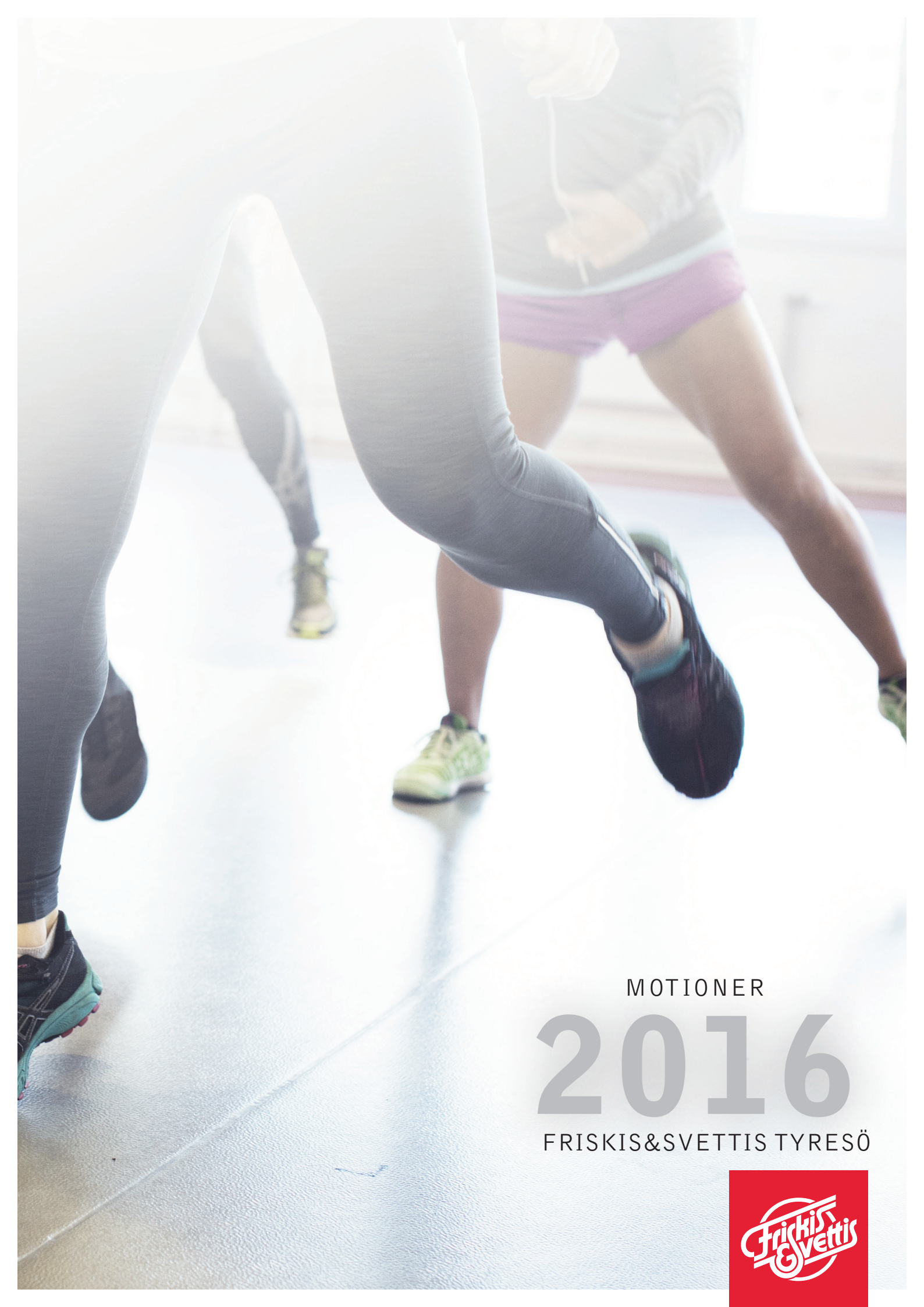


A low-angle, slightly blurred photograph of several people running on a light-colored, possibly rubberized, track. The focus is on the lower legs and feet of the runners, capturing the motion of a race or a group run. The lighting is bright, suggesting an outdoor setting.

MOTIONER

2016

FRISKIS&SVETTIS TYRESÖ



MOTION NR 1

PENSIONÄRSRABATT PÅ ORDINARIE ÅRSKORT

Friskis och Svettis i Tyresö erbjuder idag inte rabatt på ordinarie årskort för pensionärer. De flesta pensionärer som motionerar regelbundet köper idag dagkort. Det innebär att innehavare av dagkort under veckans fem vardagar kan välja bland 22 ledarledda pass.

Det finns flera Friskisföreningar i Stockholm som erbjuder pensionärsrabatt på ordinarie årskort.

Med ett allkort finns det betydligt flera möjligheter inklusive kvällar och helger. Det vore ett sätt att ge pensionärerna ytterligare möjligheter till träning till ett pris som bättre passar seniorernas plånbok.

Vi föreslår att Friskis&Svettis Tyresö inför rabatterat ordinarie årskort för pensionärer.

Tyresö i februari 2016

Patricia Fundeborg och Bengt Öqvist

MOTION NR 1

PENSIONÄRSRABATT PÅ ORDINARIE ÅRSKORT

Styrelsens yttrande

Motionen tar upp frågan om vår prissättning av årskort och föreslår rabatter för pensionärer.

Vår verksamhetsidé är att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Vi vill att alla ska vilja och kunna träna hos oss. Då vi är en ideell förening går allt överskott från försäljningen tillbaka in i verksamheten i form av olika insatser för våra medlemmar. Vår grundsyn är därför att alla ska betala samma pris för den verksamhet vi erbjuder. Vi har en differentiering i pris baserat på giltighetstid (1-12 månader), tid på dygnet (ex. dagkort) eller begränsning i utbudet (ex. junior). Vårt erbjudande av dagkort tänker vi passar bra för personer som har möjlighet att nyttja vår anläggning dagtid, ex. seniorer, arbetslösa eller personer som arbetar kvälls- eller nattetid. Begränsningen i tid ger också ett lägre kortpris.

Prissättningen ser olika ut för varje Friskis&Svettis-förening baserat på varje förenings egna förutsättningar. Vi har valt en prisbild som ska ge oss en balanserad ekonomi. Om vi rabatterar priserna för en grupp kommer en annan grupp behöva täcka upp med ett högre pris.

Utifrån vår grundsyn om lika pris för nyttjad del av verksamheten har vi aktivt valt att ändå erbjuda rabatterade kort för ungdomar och studerande för att tidigt i livet främja valet att ha en aktiv livsstil. Denna grupp har inte i samma utsträckning möjlighet att nyttja våra dagkort. Vår rabatt för ungdomar och studerande försvarar vi med den livslånga samhällsnytta som en tidig kontakt med lustfylld träning erbjuder.

Friskis&Svettis Tyresös styrelse föreslår årsmötet

att avslå motionen.

MOTION NR 2

LUNCHPASS BASGYMPA PÅ MÅNDAGAR

Hej,

Jag föreslår att på måndagar införs bas gympa som lunch gympa.

Det skulle underlätta för soft gympa kl 9.30 som brukar ha för många deltagare.

En del väljer kanske lunch gympan istället för att trängas på morgonen.

För närvarande körs medel gympan som är lite för krävande för äldre.

Med vänlig hälsning

Ella Lewonska

MOTION NR 2

LUNCHPASS BASGYMPA PÅ MÅNDAGAR

Styrelsens yttrande

Motionären önskar att ett baspass införs som lunchgympa på måndagar.

Styrelsen har förståelse för motionärernas önskemål och det finns en ambition i föreningen att tillgodose våra motionärers önskemål vad gäller träningsutbud. Gemensamt för alla funktionärsuppdrag är att det är ett ideellt engagemang och alltså ingen anställning. Det innebär bl.a. att föreningen endast kan erbjuda ledarledd träning i den utsträckning vi har en ideellt engagerad ledare som har möjlighet att leda på en viss tid och med en viss inriktning. Vår träningsansvarige arbetar aktivt för att få föreningens utbud anpassat till våra motionärers önskemål och Friskis&Svettis Tyresö rekryterar löpande nya ledare. Beslut om schemaläggning av pass och bemanning av dessa med ledare ligger emellertid på vår förenings träningsansvarige och bör enligt styrelsen inte beslutas av årsmötet.

Friskis&Svettis Tyresös styrelse föreslår årsmötet

att avslå motionen

MOTION NR 3

MEDLEMSKAP I TYRESÖ NÄRRADIOFÖRENING

Jag tycker att Friskis och svettis skall vara med i Tyresö Närradioförening. det kostar 300 kr /år. Jag lägger gärna ut puffar och information från föreningen som jag gjort hittills men det känns lite mer legitimt om F&S Tyresö aktivt finns med bland föreningar som ingår . Flera av programmakarna är aktiva hos er och gör gärna program om olika pass och evenemang. Läs gärna på följande länk <http://www.tyresoradion.se/foreningar.php> scrolla ner till medlemsföreningar.

Hälsningar Lena Hjelmérus

MOTION NR 3

MEDLEMSKAP I TYRESÖ NÄRRADIOFÖRENING

Styrelsens yttrande

Motionen tar upp frågan om föreningen kan teckna medlemskap i Tyresö Närradioförening till en kostnad av 300 kr/år. Föreningen får redan idag ett visst utrymme i kanalen.

Styrelsen tycker att det är ett bra förslag och anser att det är möjligt att stödja Tyresö Närradioförening med ett medlemskap.

Friskis&Svettis Tyresös styrelse föreslår årsmötet

att bifalla motionen.

MOTION NR 4

ÅTERANSKAFFANDE AV INSIDA LÅR-PRESSMASKIN

Återanskaffande av insida lår-pressmaskin.

Har vid flera olika tillfällen framfört önskingar om att maskinen som tränar insida lår ska återställas. Har framfört detta via mail, lådan för synpunkter och personligt samtal med verksamhetschefen och annan personal.

Har fått information och instruktion med alternativ träning för denna muskelgrupp, men har inte lyckats få det att fungera av olika anledningar.

Har också fått information att "lårmaskinerna" inte har någon funktion och att de anskaffades för att locka kvinnliga motionärer till F&S. Har tränat kontinuerligt på F&S under tio år och tidigare varit mycket nöjd.

Har även samtalat med andra äldre kvinnor, som saknar denna maskin.

Tacksam om detta önskemål beaktas under kommande år.

Tyresö 3/3 2016

Vänliga hälsningar

Eva Rådberg

evaradberg@hotmail.com

0703 481800

MOTION NR 4

ÅTERANSKAFFANDE AV INSIDA LÅR-PRESSMASKIN

Styrelsens yttrande

Motionären önskar att föreningen köper en maskin som tränar insida lår.

Styrelsen har förståelse för motionärernas önskemål och det finns en ambition i föreningen att tillgodose våra motionärers önskemål vad gäller träningsutbud och utrustning. Beslut om inköp av utrustning till gymmet beslutas efter noggranna överväganden med motionärernas bästa som utgångspunkt. Styrelsen finner inte att det är en fråga som bör beslutas av årsmötet. Styrelsen har emellertid som ambition att ha motionärens önskemål i åtanke vid framtida investeringar.

Friskis&Svettis Tyresös styrelse föreslår årsmötet

att avslå motionen.

MOTION NR 5

FRISKIS&SVETTIS SOM MÖTESPLATS FÖR ETABLERADE OCH NYA SVENSKAR

Till årsmötet för Friskis & Svettis Tyresö

Motionär: David Sjogerlov

Angående: Friskis & Svettis Tyresö som mötesplats för etablerade och nya svenskar

De senaste åren har varit oroliga runt om i världen, över 60 miljoner människor befinner sig på flykt. Några av dessa människor kommer till Tyresö kommun. Kommunfullmäktige i Tyresö har överenskommit med Länsstyrelsen och Migrationsverket om att under 2016 bereda plats för upp till 189 ensamkommande asylsökande barn och unga. Tyresö kommun kommer också att tillhandahålla 32 platser för ensamkommande barn och unga som fått permanent uppehållstillstånd. Utöver detta har en ny lag trätt i kraft fr.o.m. 1 mars 2016 som innebär att Sveriges kommuner kommer att anvisas ett mottagande för nyanlända. Vad kan Friskis & Svettis Tyresö göra för de människor som redan finns på plats eller kommer att komma till Tyresö?

Vår verksamhetsidé, *lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla*, ger oss en bra vägvisare! Träning är en viktig pusselbit som stöttar människors motståndskraft mot psykisk ohälsa. En annan viktig pusselbit mot psykisk ohälsa är känsla av gemenskap och sammanhang. Vår verksamhetsidé kan inspirera oss att jobba vidare med dessa två pusselbitar. Vi kan bli ännu bättre på att erbjuda träning för *alla* genom att undersöka vad som kan underlätta för nya svenskar som kommer till Tyresö att börja träna hos oss. Det kan handla om alltifrån representation bland ledare och värdar, information på olika språk till en så konkret sak som att utan personnummer är det svårt att ordna t.ex. träningskort.

Vår verksamhetsidé om *lustfylld och lättillgänglig träning* inkluderar att Friskis är en plats att *mötas* och träna på. En plats där jag känner mig välkommen är en plats där det blir lustfyllt och lätt att komma tillbaka och träna och mötas på. Både nya och etablerade svenskar ger uttryck för att det är svårt att lära känna varandra på ett jämlikt och naturligt sätt. Vår syn på träning innebär att nya och etablerade svenskar skulle kunna mötas på ett enkelt och kravlöst sätt. Språk behöver inte vara ett hinder för gemenskap på ett härligt och häng på pass. Vår idé om lättillgänglig träning kan också innebära en verksamhet som skulle kunna kallas

"träningskompis". Ett nytt ideellt uppdrag på Friskis som innebär att nya och etablerade svenskar matchas ihop som träningskompisar. En träningskompis kan vara en motionär som själv vill dela med sig av sin tid och sin träningsglädje och tillsammans med en nyetablerad svensk utforska träningen och gemenskapen på Friskis. En framgångsrik modell att ha som förebild för ett sådant upplägg är Kompis Sverige som Röda korset driver.
(www.kompissverige.se)

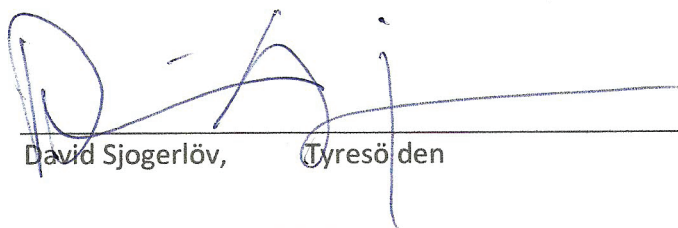
Mitt förslag är till årsmötet är följande:

Att styrelsen ges i uppdrag att under 2016 undersöka vilka faktorer som kan underlätta för nya svenskar att börja träna hos oss, och under samma år strävar efter att så långt som möjligt verkställa de faktorer som enkelt kan åtgärdas inom ramen för budget och verksamhetsplan.

Att till nästa årsmöte ta fram en övergripande plan för hur Friskis & Svettis Tyresö kan jobba långsiktigt med hur vi kan erbjuda och förmedla vår idé om träning till nyetablerade Tyresöbor, om en sådan plan inte redan finns.

Att ge styrelsen i uppdrag att tillsätta en arbetsgrupp som arbetar med konceptet "träningskompis" för att matcha nya och etablerade Tyresöbor och därigenom erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning för alla. Undertecknad står gärna till förfogande i detta arbete.

Att Friskis & Svettis Tyresö i allt detta arbete verkar enligt devisen "alla goda krafter tillsammans" och undersöker olika samverkansformer med Tyresö kommun, företag, andra organisationer och ideella föreningar i Tyresö som kan underlätta detta syfte.


David Sjogerlov, Tyresö den

2016-03-07

Medlemsnummer 113131

MOTION NR 5

FRISKIS&SVETTIS SOM MÖTESPLATS FÖR ETABLERADE OCH NYA SVENSKAR

Styrelsens yttrande

Motionären föreslår bl.a. att styrelsen ges i uppdrag att undersöka vilka faktorer som kan underlätta för nya svenskar att börja träna hos oss och föreslår aktiviteter som ska bidra till detta.

Vår verksamhetsidé är att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Vi vill att alla ska vilja och kunna träna hos oss. Motionen ligger väl i linje med både den korta liksom den långsiktiga verksamhetsplanen för föreningen. Styrelsen tar också gärna emot hjälp att genomföra motionen i enlighet med dess intentioner.

Friskis&Svettis Tyresös styrelse föreslår årsmötet

att bifalla motionen.