

Motioner och motionssvar till F&S Stockholms årsmöte 22 april 2018



*All kursiv text har lagts till i en uppdaterad bearbetning publicerad 20180421.
Svaren kommer vid behov att utvecklas på årsmötet.*

Motion 1 – Duschslangar

Alla duschar bör vara utrustade med slang. I herrarnas F&S Sundbyberg finns ingen slang. Kista och Abrahamsberg har enstaka. Det är knepigt att spola underredet med vatten som kommer uppifrån.

Förslag till lösning: Installera slangar i alla duschar.

Namn: Göran Gustafsson

Styrelsens svar

Styrelsen ställer sig positiv till motionen. Föreningens inriktning är att alla anläggningar ska erbjuda duschslangar. Vi kommer därför att installera ny duschpanel med duschslang i F&S Sundbyberg samt även i andra anläggningar där duschslang saknas.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

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

Motion 2 – Mer basjympa-tider

Jag har köpt ett årssenior kort och går regelbundet på Basjympa på Kungsholmen där jag bor. Jag kan även gå på Hornstull och har fortfarande kvar mitt jobb (oregelbundna tider). Så när jag kan gå dagtid fm så är det oftast helt fullbokat av äldre som har dagtidskort. Jag kan även gå kvällar (och gör så ibland) men det passar bäst runt kl 11 och 12. De tider som finns är oftast helt fullbokade och helt fullt dvs TRÅNGT på passen

Förslag till lösning: Jag föreslår att ni satsar några ledare på basjympan då medel finns många tider på men basjympan allt för få. Basjympan är en omtyckt motionsform inser jag och BEHÖVER FLER TIDER i alla fall på Kungsholmen där många går på basjympa!

Namn: Ursula Sjölund

Styrelsens svar

Styrelsen håller med om motionärens beskrivning av situationen. Vi är en förening som erbjuder ett utbud utifrån ideella ledares engagemang. Ledarnas tid och kunskap försöker vi alltid på bästa sätt matcha mot olika medlemmars behov och önskemål kring schema och utbud. Vi arbetar ständigt med att rekrytera nya ledare som kan tillgodose förändrade önskemål.

Seniorer är en viktig och växande målgrupp för F&S Stockholm. Seniorers önskemål om tillgänglig träning är därför viktiga i arbetet med vårt utbud.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

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

Motion 3 – Träning – även i att hantera klagomål

Motionärers klagomål kan ibland grumla träningsglädjen på FriskisochSvettis. Därför behöver ledare och värdar utbildning i hur man kan hantera klagomål på ett sätt som känns rimligt för alla parter.



Förslag till lösning: Jag föreslår att styrelsen får i uppdrag att ordna lämplig utbildning för ledare och andra funktionärer i hantering av klagomål från motionärer.

Namn: Birgitta Granholm

Styrelsens svar

Service och bemötande är viktiga frågor för oss, som vi jobbar löpande med på våra anläggningar.

Under 2017 har en av våra fokusområden varit att utveckla mötet med medlemmarna där vi både har genomfört utbildningar inom service med uppföljningar av resultatet. Slutsatser från dessa uppföljningar, som görs av en extern part, visar att vi förbättrat oss avsevärt inom flera områden gällande mötet med våra medlemmar och förståelsen för deras behov.

Vår ambition är att fortsatt ha fokus på dessa frågor i form av utbildningar och uppföljningar under 2018. I denna utbildningsplan ingår även våra värddar. Motionärens förslag om att även utbilda ledare i hantering av missnöjda medlemmar under passen kommer att tas i beaktande för framtida utbildningar.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

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

Motion 4 – Inomhushall basket

Det finns inga baskethallar på gymmen men kollar vi i USA så finns det baskethallar i nästan varje gym.

Förslag till lösning: Kan tänka mig att det blir lite dyrt men det hade uppskattats av många och fler hade skaffat kort.

Namn: Leonard Saleybak

Styrelsens svar

Styrelsen håller med om att utifrån verksamhetsidén att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning för alla, välkomnas motionärens förslag.

Föreningen skulle gärna vilja förverkliga idén men att erbjuda en hel baskethall kräver mycket yta, och hos oss är träningsytorna begränsade. Att ha en baskethall på befintliga anläggningar är därför inte möjligt.

Eftersom vi tycker att förslaget är intressant kommer vi att ta med oss idén för vidare diskussion vid nyetableringar av anläggningar och omdisponeringar av ytor i våra befintliga anläggningar.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att **avslå** motionen

Motion 5 – Inga papperslappar till passen

Inga papperslappar till passen. Dels p g a ett miljöperspektiv.

Förslag till lösning: Tycker att ni ska undersöka möjligheten att kunna läsa av friskiskortet med en mobilenhet istället för att samla in papperslappar. De nya korten borde kunna läsas av via ett blipp.

Namn: Helene Karlsson



Styrelsens svar

Styrelsens inriktning är att föreningens verksamhet ska bedrivas på ett sätt som är långsiktigt hållbart ur flera perspektiv. Därför välkomnar styrelsen motionärens förslag som också ligger i linje med föreningens miljöpolicy.

Under 2017 har föreningen genomfört försök med pappersfria pass på F&S Gärdet. Resultatet visade att det fungerar på pass som alltid har ledig kapacitet och där man som medlem har möjlighet att "droppa in". Försöket visade också att det i nuvarande form inte fungerar på pass som blir fulla. Då flertalet av våra anläggningar under perioder har fullbokade pass i schemat, behöver vi hitta system för att kunna hantera detta på bästa sätt.

Föreningen kommer under 2018 göra fortsatta utredningar kring om tekniska lösningar skulle kunna hjälpa oss skapa pappersfri inpassering till passen till en rimlig kostnad samt med bibehållen positiv medlemsupplevelse.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

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

Motion 6 – Tilläggskort?

Hej! Jag har träningskort/abonnemang i Farsta där jag bor. Skulle vilja kunna träna även på Friskis&Svettis på Lidingö då jag har hela Lidingö som arbetsfält och har ibland möjlighet till friskvårds timme en gång i veckan. Arbetar med psykiskt funktionshinder som genom samarbete med Friskis&Svettis på Lidingö har möjlighet att köpa träningskort för 100 kronor/år(Hälsokraft) Detta är positivt för dem. Några av de klienter har önskan om få sällskap dit av oss kontaktpersoner.

Förslag till lösning: Möjlighet för mig som medlem i Friskis&Svettis i Farsta även kunna ha ett tilläggskort kanske 50 kr/mån. för träning på Friskis&Svettis på Lidingö. Vad säger Hälsan Ö om det? Det skulle som boendestödjare i yrket vara en stor hjälp att inspirera och uppmuntra människor till goda och sunda vanor genom att kunna följa med dem vid träning och vid egen ledig stund även kunna utnyttja friskvårds timme eller lunch till härlig och rolig träning som Friskis&Svettis ger mig och ger mig ork att jobbspendla 3 timmar tur och retur fem dagar i veckan.

Tack för ordet :) Med vänlig hälsning

Namn: Carina Lundqvist

Styrelsens svar

Styrelsen delar motionärens åsikt om bättre möjligheter att träna på anläggningar som inte är F&S Stockholms. Idag erbjuder vi medlemmar att träna hos en annan F&S förening i Stockholmsregionen genom ett tvåföreningskort. Detta kort finns tillgängligt i dagsläget där medlemmen kan välja vilka två föreningar från Stockholmsregionen som ska ingå i kortet.

F&S Stockholm ser regelbundet över kortstrukturen och gjorde det senast vid årsskiftet 2017/2018. Föreningens ambition var då att göra kortstrukturen mer lättbegriplig, då allt för många kortalternativ gjorde den svår att förstå. Ambitionen var också att göra kortstrukturen mer rättvis. Istället för att ha en mängd specialkort strävar vi efter att ha låga priser för alla.

På F&S Riks pågår just nu ett projekt som tar fram ett nationellt träningskort. Detta kommer att innebära att du som medlem kan köpa ett kort som gäller hos alla F&S föreningar i hela rörelsen. Ambitionen är att lösningen ska vara på plats under 2019.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

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



Motion 7 – Policy för miljömärkning på hygienprodukter

Föreningen har en del hygienprodukter på anläggningarna, både sånt som köps in för användning och försäljning, och produkter som kommer in via sponsorsamarbeten och liknande. I nuläget förekommer produkter som inte är så miljö- eller hälsovänliga som de skulle kunna vara.

Förslag till lösning: Många hygienprodukter på marknaden innehåller kemikalier som varken är bra för miljön eller hälsan. Det är svårt att hålla koll på vilka ingredienser man ska undvika i innehålls-förteckningen, men det finns märkningar som ser till att produkterna innehåller så skonsamma ingredienser som möjligt. Naturskyddsföreningen rekommenderar i första hand Svanen eller Bra Miljöval.

Mitt förslag är att föreningen beslutar om en policy som säger att alla hygienprodukter som tas in ska ha någon av dessa två miljömärkningar. Policyn ska då gälla:

- 1) Produkter som föreningen köper in för användning på anläggningarna
- 2) Produkter som föreningen köper in till försäljning
- 3) Produkter som kommer in via sponsorsamarbeten och liknande. Policyn bör även kunna gälla de "samples" som kommer in via Friskispressens leverantörssamarbeten, eftersom tidningen ges ut av F&S Stockholm.

Det behöver inte nödvändigtvis bli dyrare för föreningen.

Referenser:

<https://www.naturskyddsforeningen.se/basta-markningarna>

<https://www.naturskyddsforeningen.se/bra-miljoval>

<http://www.svanen.se/>

Namn: Hanna Lindgren

Styrelsens svar

Styrelsens ambition är att föreningen ska bidra till en hållbar utveckling inom träningsbranschen. Därför har föreningen en miljöpolicy där det framgår att vi, i möjligaste mån, ska undvika ämnen och material som är skadliga för människor och miljö.

Styrelsen är positivt inställd till miljömärkningar, men föreslår att ett årsmötesbeslut inte tas gällande specifika märkningar. Årsmötet är föreningens högst beslutande organ och ett beslut här kan bara ändras på ett nytt årsmöte. Det skulle i praktiken innebära att föreningen tvingas att köpa in kravmärkt, i situationer där det finns produkter med likvärdig miljömärkning, som av andra skäl är fördelaktigare för föreningen att ta in.

Föreningen kommer att fortsätta arbeta för att anläggningarna framöver ha miljö- och hälsovänliga produkter både i försäljningsutbudet, det vi själva använder på anläggning och produkter som kommer in via sponsoravtal.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

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

Motion 8 – Anläggning i Hägersten

Det har under senaste åren öppnats många nya anläggningar, vilket är jättekul! Men jag som bor i Mälarhöjden har ingen anläggning i närheten. Så mitt önskemål/förslag är att det öppnas något i detta område också. Gärna utefter T-banans röda linje söderut.

Förslag till lösning: Att även vi som bor i närförort söderut får en anläggning som ligger nära där vi bor.

Namn: Ewa Hedenberg



Styrelsens svar

Styrelsen tycker att det är glädjande att många vill träna hos oss och att efterfrågan avseende nya anläggningar är stor.

Stockholm växer och vi letar därför ständigt efter lokaler i stadsdelsområden där vi ännu inte finns representerade.

Föreningen arbetar utefter en etableringsplan där bland annat lokaler som är tillräckligt stora, ligger nära kommunikationer och är en hållbar investering är centrala delar. Att finna lokaler som möter alla de kriterier som föreningen strävar efter kan ibland ta längre tid än man skulle önska.

Just nu har vi anläggningar i sex av fjorton stadsdelsområden. Hägersten är ett av områdena som saknar en anläggning i dagsläget och där våra medlemmar vill träna. I Hägersten har vi ännu inte hittat någon lämplig lokal där etablering kan ske. Ambitionen är dock att etablera en ny anläggning i söderort framöver.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

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

Motion 9 – Friskis och Svettis måste ta socialt ansvar för barn på gymmet

Friskis&Svettis Stockholm har idag en åldersgräns på 13 år i gymmet. Man kan diskutera ur flera perspektiv om denna gräns är för lågt satt, trots att det finns forskning som visar att styrketräning för barn inte är farligt och visst kan vara bra. Ett perspektiv är risken för skador. Att lyfta fel, att lyfta för tungt, att inte ha fått rätt instruktioner eller att rent fysiskt vara för liten för en maskin ökar risken för skador. Att just lyfta för tungt är dessutom något som unga killar omdömeslöst gärna ägnar sig åt, vilket många som tränat på gym kan vittna om. Vi har sett flera unga killar som gör helt fel och som inte får några anvisningar av personalen i gymmet. Detta på Friskis anläggningar i Stockholm.

Ett annat perspektiv är den speciella miljön och kulturen som finns i ett gym. Även om F&S på ett bra sätt vill vara en frizon från prestationskrav och skeva kroppsideal så är ingen fredad från just sjuka kroppsideal. I ett gym finns ett stort fokus på svällande muskler och rätt kroppsformer. Träningskläderna ska givetvis framhäva detta. Män ska vara manliga och kvinnor kvinnliga. I samhället, och således även på Friskis, finns en osund hets och jakt efter drömkroppen. I värsta fall är dopning en väg dit. Om vi vill vara en ansvarstagande förening, som sticker ut i mängden av träningskedjor, måste vi freda barn från denna hets och låta barn vara barn så länge det går. Att ta ansvar för hälsa, och att ta ansvar för kroppsideal är något som Friskis redan är bra på, men vi kan bli ännu bättre.

Förslag till lösning: Vi yrkar därför att:

- 1. Nya regler införs på Friskis anläggningar i Stockholm som innebär att alla medlemmar som är mellan 13 och 16 år får styrketräna i sällskap enbart med någon som är äldre än 16.*
- 2. Medlemmar i åldern 13–16 ska ha få information om kroppsnormer, fått en instruktion på gymmet, samt fått info om hur man tränar allsidigt för hela kroppen innan tillgång till gymmet ges.*
- 3. Friskis och Svettis Stockholms tar motionen som sin egen och skickar den vidare som en skrivelse med skarpa krav till Friskis och Svettis Riks.*

Namn: Hans Repo och Johanna Mårtensson



Styrelsens svar

Styrelsen ser ett ökat antal ungdomar på våra anläggningar vilket, som motionären påpekar, medför utmaningar ur flera perspektiv. Vi tror dock fortsatt att föreningen och dess anläggningar ska vara en naturlig mötesplats för flera målgrupper däribland ungdomar.

Att barn och ungdomar har en lämplig träningsmiljö hos oss är mycket viktigt, och något vi hela tiden – på olika sätt – arbetar för. Vår inriktning att göra träningen lustfylld, så rörelse blir en naturlig del av livet. Vi tror att en sund inställning till träning läggs tidigt i en människas liv och därför erbjuder vi barntillåtna pass där hela familjen tränar tillsammans.

Vi erbjuder träningsskolor för barn i åldrarna 10 till 12 år. Syftet är att rusta dem och förbereda dem inför att börja träna själva.

För gruppen 13-16-åringar ser vi att träning på Friskis många gånger är en viktig möjlighet att försätta vara i rörelse om hen slutar träna sin idrott, då många idrotter i den åldern kräver ett allt större engagemang.

F&S Riks hade tidigare 16 år som rekommenderad åldersgräns för gymträning, men ändrade denna när allt fler forskningsrön bekräftade att gymträning var bra även för åldergruppen 13-16 år. F&S Stockholm ställde sig positiv till denna förändring. Vi vill erbjuda lättillgänglig träning för alla.

Styrelsen håller dock med om vikten av hjälp, guidning och inspiration i träningen. Föreningen jobbar löpande med att se över hur vi på bästa sätt kan erbjuda hjälp och inspiration i gymmet för alla medlemmar.

Vad gäller ungdomar i gymmet så finns det nu också särskilda tonårsinspiratörer som komplement till anläggningens tränare. Efter att ha framgångsrikt provat detta i F&S Kista och i F&S Sundbyberg, så är det nu en etablerad funktionärsroll. De finns som en extra resurs i syfte att hjälpa ungdomar och vara uppmärksam på det som händer runt dem i gymmet. Sedan tidigare finns det också tillgängliga tränare i gymmen för rådgivning och stöd men också säkerhetsställa en trivsamt och säker träningsmiljö.

På alla våra gym genomförs slumpvisa dopingkontroller med syfte att hindra ett ohälsosamt beteende på gymmet bland ungdomar och medlemmar i stort.

Förslag till beslut

Styrelsen föreslår årsmötet besluta

att **avslå punkt 1**

att **anse punkt 2 besvarad** med vad som anförts i styrelsens yttrande

att **anse punkt 3 besvarad** då föreningen löpande har en dialog med F&S Riks