

Signerat dokument

via <https://min.ebox.nu>



Signering av årsmötesprotokoll

Signerad text:

Jag har läst och förstår innehållet i PDF-filen (1) och samtycker och godkänner allt som avtalas däri, som om jag skrivit under en fysisk utskrift av PDF-filen (1):

(1) Avser PDF-fil enligt följande

Namn: Årsmötesprotokoll 2024-04-15 med bilagor.pdf

Storlek: 1368628 byte

Hashvärde SHA256:

e3cc4e46b92cd0e730562d19e0f52f39f03fe0ea8670aa70c03afbaffc5bc094

*Originalfilen och signaturerna är bifogade som bilagor till denna PDF.
För att öppna bilagorna kan en dedikerad PDF-läsare krävas.*

Signerat av 4:

Kjell Bertil Törnroos

Signerat med BankID 2024-04-30 13:29 Ref: b8257026-92c4-434e-9c72-fc71dbd77488

Eva Britta Berglin Lewis

Signerat med BankID 2024-04-30 06:11 Ref: 47cbe413-c508-46e1-811a-911a63af5a54

MARITA LJUNG

Signerat med BankID 2024-04-29 19:15 Ref: 0fdeacc0-107d-4924-9b37-a191c8b30eba

CELIE NENZÉN

Signerat med BankID 2024-04-29 15:26 Ref: 1c270921-603d-4a94-93a7-7ac9742fd0ab



Protokoll fört vid årsmöte i Friskis&Sveltis Östersund måndag 15 april 2024

- 1 **Öppnande** Mötet öppnades av föreningens styrelseledamot Jörgen Larsson som hälsade alla välkomna.
- 2 **Fastställande av röstlängd** Enligt deltagarförteckning (bilaga 1) deltog 36 medlemmar från föreningen.
- 3 **Val av ordförande och sekreterare på mötet**
Årsmötet beslöt
 - att välja Marita Ljung till ordförande samt Celie Nenzén till sekreterare.
- 4 **Val av protokolljusterare**
Årsmötet beslöt
 - att välja Eva Berglin Lewis och Kjell Törnroos att justera protokollet.
- 5 **Fråga om utlysning av mötet** Enligt stadgarna ska inbjudan gå ut 12 veckor före årsmötet och kallelse 4 veckor före årsmötet. Inbjudan gick ut 28 december, vilket är mer än 12 veckor före och kallelse gick ut 18 mars, vilket är 4 veckor före årsmötet.

Årsmötet beslöt
 - att mötet är utlyst enligt föreningens stadgar.
- 6 **Fastställande av dagordning och procedurregler**
Årsmötet beslöt
 - att godkänna dagordning och procedurregler.
- 7 **Uppföljning av föregående årsmötesprotokoll**
Årsmötet beslöt
 - att lägga föregående årsmötesprotokoll till handlingarna.
- 8 **Verksamhetsberättelse samt resultat- och balansräkning för verksamhetsåret 2023-01-01--2023-12-31**
Verksamhetsledare Christina Ravald och träningsansvarig Frida Johansson föredrog verksamhetsberättelsen. Styrelseledamot Tommy Holmgren föredrog balans- och resultaträkning.

Årsmötet beslöt
 - att lägga verksamhetsberättelse samt resultat- och balansräkning för 2023 till handlingarna.
- 9 **Revisorernas berättelse för verksamhetsåret 2023-01-01--2023-12-31**
Revisorernas granskning har ej föranlett några anmärkningar.

Revisorerna tillstyrker att årsmötet godkänner årsredovisning, resultat- och balansräkning samt att bevilja styrelsen ansvarsfrihet för räkenskapsåret och att resultatet disponeras enligt styrelsens förslag.

Årsmötet beslöt
 - att lägga revisionsberättelserna för 2023 till handlingarna.

10

Fastställande av resultat- och balansräkning

Inga synpunkter på resultat- och balansräkningen inkommer.

Årsmötet beslöt

- att fastställa resultat- och balansräkning för 2023 (bilaga 2) och att disponera resultatet enligt styrelsens förslag.

11

Beslut om ansvarsfrihet för styrelseledamöterna

Inga synpunkter vad gäller att bevilja ansvarsfrihet inkommer.

Årsmötet beslöt

- att bevilja styrelsens ledamöter ansvarsfrihet för verksamhetsåret 2023.

12

Fastställande av medlemsavgift Inga föreslagna förändringar har inkommit. Styrelsen föreslår att medlemsavgiften för kommande verksamhetsår skall vara oförändrad, dvs 150 kr per kalenderår.

Årsmötet beslöt

- att fastställa medlemsavgiften för 2024 till 150 kr.

13

Behandling av och beslut om propositioner

Inga propositioner har inkommit.

14

Behandling av och beslut om motioner

Motion 1: Arvode (bilaga 3)

Eva Berglin Lewis, Anja Romqvist, Anna Jansson och Pia Gryckdal har lämnat in en motion om att de önskar att styrelsen fortsätter att arbeta för och undersöka möjligheten till återinfört arvode för funktionärer.

Eftersom det finns olika åsikter om arvode vill styrelsen ta reda på ännu mer och kommer att fråga funktionärerna vad de tycker genom en enkät där frågan kring arvode tydligt ställs. Styrelsen yrkar därför bifall till motionen.

Årsmötet beslöt

- att bifalla motionen Arvode

Motion 2: T-slinga (bilaga 4)

Stig Hedström har lämnat in en motion med önskemål att Friskis installerar T-slinga eller annan motsvarande teknik som sänder ut ljudet från ledarnas headset till deltagarnas hörapparater, i första hand i Stora Arnljot och Öset.

Styrelsen svarar att vid årsstämman 2023 inkom en motion på samma tema. Årsmötet beslutade att installera teleslinga i Stora Arnljot på Frösön samt att, om det fungerar tillfredsställande där, även installera T-slinga i Öset på Stadsdel Norr.

Installerad teleslinga i Stora Arnljot fungerar bra och nu planeras för installation även i Öset. Styrelsen kommer också att utreda hur Friskis Östersund på bästa sätt ytterligare kan öka tillgängligheten i verksamheten för hörselskadade. Styrelsen anser därmed motionen besvarad.

Årsmötet beslöt

- att anse motionen T-slinga besvarad

- 15 **Presentation av verksamhetsplan och budget**
Föreningens verksamhetsledare Christina Ravald presenterade förslaget till verksamhetsplan för 2024 och styrelseledamot Tommy Holmgren föredrog budgeten för 2024.

Årsmötet beslöt

- att fastställa verksamhetsplan och budget för 2024 (bilaga 5).

- 16 **Beslut om arvode för revisorer och styrelse**
Arvode för revisorer och styrelse förslås vara oförändrat, dvs inget arvode utgår.

Årsmötet beslöt

- att inget arvode utgår till revisorer eller styrelse.

- 17 **Beslut om antal ordinarie ledamöter**
Sammankallande i valberedningen, Maria Wilén, berättar kort om valberedningens arbete. Hon aviserar en förändring i valberedningens förslag mot det som har gått ut. Ett sent inkommet avhopp innebär att valberedningen nu föreslår antalet ordinarie ledamöter vara oförändrat (ordförande och sex övriga ledamöter).

Årsmötet beslöt

- att styrelsen ska bestå av sju ledamöter.

- 18 **Val av föreningens styrelseordförande för en tid av ett år**
Valberedningen föreslår Lisa Engman till styrelseordförande.

Årsmötet beslöt

- att välja Lisa Engman till styrelseordförande för en tid av ett år.

- 19 **Val av halva antalet ledamöter i styrelsen för en tid av två år**
Valberedningen föreslår omval av Tommy Holmgren, Jörgen Larsson och Lars Rådström för en tid av 2 år.

Samt fyllnadsval av Malin Broman och Olle Martinelle på 1 år.

Årsmötet beslöt

- att välja Tommy Holmgren, Jörgen Larsson och Lars Rådström som ledamöter i styrelsen för en tid av två år.
- att välja Malin Broman och Olle Martinelle som ledamöter för en tid av ett år.

Styrelsen i sin helhet kommande verksamhetsår:

Ordförande Lisa Engman

Ledamöter
Mattias Holmetun, 1 år kvar
Jörgen Larsson, omval 2 år
Tommy Holmgren, omval 2 år
Lars Rådström, omval 2 år
Malin Broman, nyval 1 år
Olle Martinelle, nyval 1 år

20 Val av revisorer och revisorssuppleanter alternativt revisionsbolag för en tid av ett år

Valberedningen förslag avseende revisorer redovisades.

Årsmötet beslöt

- att välja Ruth Eriksson (omval) till lekmannarevisor och Jan Mårtensson (nyval) till lekmannarevisorsuppleant. Båda för en tid av ett år.
- att som revisionsbyrå för ett år välja Deloitte AB (omval), vilken i nuläget representeras av Jon Nilsson.

21 Fastställande av valberedningens arbetsordning

Maria Wilén, sammankallande i valberedningen, föredrog i korta drag arbetsordningen som valberedningen jobbat utifrån.

Årsmötet beslöt

- att fastställa den föreslagna arbetsordningen.

22 Val av ledamöter till valberedningen för en tid av ett år, av vilka en ska väljas till sammankallande

Katarina Nyberg Finn föreslog Kajsa Mattson, Maria Wilén och Marita Ljung som valberedningens ledamöter.

Årsmötet beslöt

- att välja Kajsa Mattson (omval), Maria Wilén (omval och sammankallande) och Marita Ljung (omval) till ledamöter i valberedningen för ett år.

23 Övriga frågor

Inga övriga frågor anmäldes.

24 Mötet avslutas

Årsmötet avrundades med ett stort tack till styrelsen och valberedningen 2023 för fint arbete under året samt ett extra tack till avgående styrelseordföranden Katarina Nyberg Finn. Mötesordförande Marita Ljung tackade för förtroendet att hålla i årsmötet och Lisa Engman tackade för förtroendet som ny ordförande i föreningen.

Vid protokollet

Mötesordförande

Celie Nenzén

Marita Ljung

Justerare

Justerare

Eva Berglin Lewis

Kjell Törnroos

RÖSTLÄNGD

vid årsmöte i Friskis&Svettis Östersund 2024-04-15

Namn

Marica Wilein

Kajsa Mattsson

Lisa Engman

Martin Krutson

KENT MÄROBRINK

Marta Gunn

Frida Johansson

Cecie Neuzén

Rolf Solin

Dulle Eriksson

Toni Häggkvist

Eva Hultberg

Elisa Garli

Susanne Pouchéman

Karin Sandahl

Ingeborg Danielsen

Olle Martinell

Malin Broman

OLLE HYMÉR

Leila Jämtgård

KJELL TORNROOS

Karin Arnerall Hjelur

Tommy Holmgren

Lotta Holmgren

Carola Andersson

(Sanna) Suzanne Asplund

JØRGEN LARSSON

Tindra Johansson

Joel Eriksson

Inger Modig

Christina Modig

Eva Berglin-Lewis

Anja Romqvist

Annette Linnarsson

Christina Ravald

Katrina Myberg Fin 36

Signerat dokument

via <https://min.ebox.nu>



Årsredovisning 2023

Signerad text:

Jag har läst och förstår innehållet i PDF-filen (1) och samtycker och godkänner allt som avtalas däri, som om jag skrivit under en fysisk utskrift av PDF-filen (1):

(1) Avser PDF-fil enligt följande

Namn: Årsredovisning Friskis&Svettis 2023.pdf

Storlek: 40625 byte

Hashvärde SHA256:

8de96d89790b174f3bf871127a41d61fd069a3986adfe47eace0de8bb7e1600f

*Originalfilen och signaturerna är bifogade som bilagor till denna PDF.
För att öppna bilagorna kan en dedikerad PDF-läsare krävas.*

Signerat av 10:

ANNETTE INGEBORG ANNUSWER

Signerat med BankID 2024-04-11 08:50 Ref: 238c2f59-642c-451f-a89d-6125e5f5bfa7

JON NILSSON

Signerat med BankID 2024-04-11 08:12 Ref: 9ca20dcc-7db5-459a-b640-76d3ff8f954e

MARIA SVÄRDFELDT

Signerat med BankID 2024-04-10 16:19 Ref: e4847d3d-fd7b-4f59-ba67-c998c1a1180e

Lars Magnus Rådström

Signerat med BankID 2024-04-10 15:04 Ref: cd40ef6f-8d02-4581-8e4c-c668a3e89af5

KATARINA NYBERG FINN

Signerat med BankID 2024-04-10 14:44 Ref: 3a87228f-c35f-4329-a682-c5fe51a83389

LISA ENGMAN

Signerat med BankID 2024-04-10 13:55 Ref: 7f4524d7-6d31-48ae-914e-253593f54ab1

Lars Tommy Holmgren

Signerat med BankID 2024-04-10 13:53 Ref: 4f090d3d-0b6d-45cc-b572-15a6ea1b321d

Pär Mattias Holmetun

Signerat med BankID 2024-04-10 13:47 Ref: 90814fc6-06d7-45f2-b06b-dd4c97bb1058

JÖRGEN LARSSON

Signerat med BankID 2024-04-10 13:33 Ref: acdb163f-9b8d-4e11-a5ca-2ee15e984837

RUTH ÖHRBERG ERIKSSON

Signerat med BankID 2024-04-10 13:17 Ref: 0dd7a2d4-cd5f-46c9-9abb-944339d1ca2d

ÅRSREDOVISNING

för

Friskis&Svettis IF, Östersund

Org.nr. 893200-9916

Styrelsen får härmed avlämna årsredovisning för räkenskapsåret 2023-01-01 - 2023-12-31

Innehåll	Sida
- förvaltningsberättelse	2
- resultaträkning	3
- balansräkning	4
- noter	6
- underskrifter	8

FÖRVALTNINGSBERÄTTELSE

Årsredovisningen är upprättad i svenska kronor, SEK.

Verksamheten**Allmänt om verksamheten**

Friskis&Svettis Östersund är en ideell förening som bildades 1982 och är en av Jämtland/Härjedalens största idrottsföreningar. Friskis Östersund är ansluten till Sveriges Riksidrottsförbund via Svenska Friidrottsförbundet. Friskis verksamhetsidé är att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla. Denna idé är gemensam för hela Friskis&Svettis-rörelsen i Sverige och övriga länder. Friskis ska verka för att få så många som möjligt i träning och uppleva rörelseglädje, erbjuda olika former av träningsaktiviteter med Friskis&Svettis värderingar och kvalitet som grund samt att öka insikten om motionens betydelse för välbefinnande och hälsa. F&S Östersund bedriver sin verksamhet i två anläggningar belägna på Frösö Strand och Stadsdel Norr.

Företagets säte är Östersund, Jämtlands län.

Väsentliga händelser under räkenskapsåret

2023 var ett år då föreningens verksamhet växte och utvecklades på många sätt.

Inpasseringarna i gymmet ökade till nya rekordnivåer och andelen unga medlemmar fortsatte att öka. Gruppträningsprogrammet var mer omfattande än någonsin. Passen fylldes och medlemmar stod på kö för att få en plats.

Vid årsskiftet landade vi på medlemsrekord med 7 736 medlemmar vilken var över tusen fler än 2022.

Flerårsöversikt

Beloppen i Flerårsöversikt visas i KSEK

	2023	2022	2021	2020
Nettoomsättning	15 134	13 530	10 283	12 760
Resultat efter finansiella poster	1 428	1 083	334	2 830
Soliditet (%)	60,02	60,84	62,25	64,34

Definitioner av nyckeltal, se noter

Se vidare Verksamhetsberättelsen för mer detaljerad information.

Friskis&Svettis IF, Östersund

Org.nr. 893200-9916

RESULTATRÄKNING

	Not	2023-01-01 2023-12-31	2022-01-01 2022-12-31
Föreningens intäkter			
Nettoomsättning	2	15 133 889	13 529 506
Övriga rörelseintäkter	3	456 942	835 191
Summa föreningens intäkter		15 590 831	14 364 697
Föreningens kostnader			
Föreningsavgifter		-485 931	-395 786
Övriga externa kostnader		-9 642 114	-9 722 507
Personalkostnader	4	-2 905 863	-2 837 490
Avskrivningar av materiella anläggningstillgångar		-1 159 412	-329 647
Summa föreningens kostnader		-14 193 320	-13 285 430
Rörelseresultat		1 397 511	1 079 267
Finansiella poster			
Ränteintäkter		30 080	3 809
Summa finansiella poster		30 080	3 809
Resultat efter finansiella poster		1 427 591	1 083 076
Resultat före skatt		1 427 591	1 083 076
Årets resultat		1 427 591	1 083 076

Friskis&Svettis IF, Östersund

Org.nr. 893200-9916

BALANSRÄKNING**TILLGÅNGAR****Anläggningstillgångar****Materiella anläggningstillgångar**

Inventarier, verktyg och installationer

5

3 744 579

3 739 965

Summa materiella anläggningstillgångar

3 744 579

3 739 965

Finansiella anläggningstillgångar

Andra långfristiga värdepappersinnehav

6

4 000 000

4 000 000

Summa finansiella anläggningstillgångar

4 000 000

4 000 000

Summa anläggningstillgångar

7 744 579

7 739 965

Omsättningstillgångar**Kortfristiga fordringar**

Kundfordringar

868 589

480 610

Övriga fordringar

229 182

154 945

Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter

1 438 955

1 342 836

Summa kortfristiga fordringar

2 536 726

1 978 391

Kassa och bank

Kassa och bank

3 144 448

1 180 411

Summa kassa och bank

3 144 448

1 180 411

Summa omsättningstillgångar

5 681 174

3 158 802

SUMMA TILLGÅNGAR**13 425 753****10 898 767**

Friskis&Svettis IF, Östersund

Org.nr. 893200-9916

BALANSRÄKNING**EGET KAPITAL OCH SKULDER****Eget kapital****Bundet eget kapital**

	2023-12-31	2022-12-31
Eget kapital vid årets början	6 631 843	5 548 766
Årets resultat	1 427 591	1 083 076
Eget kapital vid räkenskapsårets slut	8 059 434	6 631 842

Kortfristiga skulder

Leverantörsskulder	454 668	438 618
Skatteskulder	2 812	10 787
Övriga skulder	3 051	3 782
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter	7 4 905 788	3 813 738
Summa kortfristiga skulder	5 366 319	4 266 925

SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER**13 425 753****10 898 767**

NOTER**Not 1 Redovisnings- och värderingsprinciper**

Årsredovisningen är upprättad i enlighet med årsredovisningslagen och Bokföringsnämndens allmänna råd (BFNAR 2016:10) om årsredovisning i mindre företag.

*Materiella anläggningstillgångar*Tillämpade avskrivningstider:Antal år

Inventarier, verktyg och installationer

5

Noter till resultaträkningen

Not 2 Nettoomsättning	2023	2022
Idrottsverksamhetens intäkter	13 426 898	12 247 953
Medlemsavgifter	1 086 749	904 250
Försäljningsintäkter	418 642	283 203
Övrigt	201 600	94 100
	<hr/>	<hr/>
	15 133 889	13 529 506
Not 3 Övriga intäkter	2023	2022
Kommunala bidrag	7 280	3 742
Statliga bidrag	178 875	178 091
Uthyrning av lokaler	52 410	31 800
Försäljning inventarier	45 000	0
Extrapass, riktade grupper	140 000	32 025
Stöd riksförbundet	9	237 872
Övrigt	33 377	351 661
	<hr/>	<hr/>
	456 951	835 191
Not 4 Personal	2023	2022
<i>Medelantal anställda</i>		
Medelantal anställda män	1,00	1,00
Medelantal anställda kvinnor	5,00	4,00
	<hr/>	<hr/>
	6,00	5,00

NOTER

Löner, ersättningar m.m.

Löner, ersättningar, sociala kostnader och pensionskostnader har utgått med följande belopp:

Löner och ersättningar	2 084 939	2 029 911
Pensionskostnader	155 241	155 654
Sociala kostnader	604 432	623 917
Summa	<u>2 844 612</u>	<u>2 809 482</u>

Noter till balansräkningen

Not 5 Inventarier, verktyg och installationer	2023-12-31	2022-12-31
Ingående anskaffningsvärden	6 056 045	2 726 678
Inköp	1 164 026	3 352 186
Försäljningar/utrangeringar	<u>-139 000</u>	<u>-22 819</u>
Utgående anskaffningsvärden	7 081 071	6 056 045
Ingående avskrivningar	-2 316 080	-2 009 252
Återförda avskrivningar på försäljningar/utrangeringar	139 000	22 819
Årets avskrivningar	<u>-1 159 412</u>	<u>-329 647</u>
Utgående avskrivningar	<u>-3 336 492</u>	<u>-2 316 080</u>
Redovisat värde	3 744 579	3 739 965
Not 6 Andra långfristiga värdepappersinnehav	2023-12-31	2022-12-31
Ingående anskaffningsvärden	4 000 000	0
Inköp	0	4 000 000
Utgående anskaffningsvärden	<u>4 000 000</u>	<u>4 000 000</u>
Redovisat värde	4 000 000	4 000 000
Not 7 Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter	2023-12-31	2022-12-31
Förutbetalda årskort	1 998 943	1 532 447
Upplupna semesterlöner	401 249	381 832
Upplupna sociala avgifter	136 531	123 225
Förutbetald träningskort	1 001 988	430 068
Övriga upplupna kostnader	<u>1 367 077</u>	<u>1 346 166</u>
	4 905 788	3 813 738

Friskis&Svettis IF, Östersund

Org.nr. 893200-9916

NOTER

Övriga noter

Not 8 Väsentliga händelser efter räkenskapsårets slut

Inga väsentliga händelser efter räkenskapsårets slut.

Not 9 Definition av nyckeltal

Soliditet

Justerat eget kapital i procent av balansomslutning

FRÖSÖN

Katarina Nyberg Finn

Jörgen Larsson

Tommy Holmgren

Lisa Engman

Lars Rådström

Mattias Holmetun

Maria Svärdfäldt

Vår revisionsberättelse har lämnats den

Deloitte AB

Jon Nilsson

Auktoriserad revisor

Ruth Eriksson

Lekmannarevisor

Motion 1 Arvode

Motion till årsmötet 15 april Friskis och Svettis

Under pandemin tillfrågades funktionärerna om de skulle kunna gå med på att arvodet togs bort under den turbulenta tid som rådde. "Självklart" svarade alla och fortsatte under dystra omständigheter att leverera rörelse för alla i en tid då det kanske var viktigare än någonsin. Frågan om vi kunde tänka oss att fortsätta vara utan arvode ställdes dock inte efter pandemin utan uteblev och efter något år meddelades att styrelsen inte längre trodde att det var rätt väg att gå för att säkra och uppmuntra engagemanget hos funktionärerna.

Undertecknarna av denna motion vill uppdra styrelsen till att fortsatt arbeta för och undersöka möjligheten till återinfört arvode för funktionärer. Vi anser att det finns utforskade möjligheter att både träffas på olika sammankomster (för de som vill och har möjlighet) och samtidigt "belöna", och uppmuntra alla för det arbete som till största delen ändå (även med arvode) sker ideellt.

Det finns säkert olika lösningar som skulle kunna tillfredsställa alla läger, kanske fråga medlemmarna?

Några idéer kunde exempelvis vara:

- Arvodet är frivilligt (det var det förut)
- Inget arvode de två första åren efter utbildning
- Inget arvode de två första åren med Friskis

Säkerligen finns det många fler förslag. Då föreningen har god ekonomi verkar det en smula obegripligt att det inte ska finnas utrymme för ett litet arvode då vinstdrivande gymkedjor som inte ligger mycket över Friskis i prisnivå ändå har råd att betala sina instruktörer och andra anställda.

Styrelsen har också uppgivit att det skulle kosta pengar att administrera ett arvode. Frågan uppstår då hur det skedde förut, kan den uppgiften kanske också vara ideell?

Om inte så finns det data- och ekonomistudenter som säkerligen skulle kunna ta sig an att lösa den ekvationen som ett examensarbete, helt gratis.

Som sagt, undertecknade samt flera andra i föreningen kan utan tvivel bistå med flera förslag. Vi hoppas att styrelsen finner att frågan kräver ytterligare försök till att återinföra det arvode som utan diskussioner togs bort.

Östersund 20204-03-07

Eva Berglin-Lewis 591211-0128

Anja Romqvist

691210-1604

Anna Jansson 621115-8222

Pia Gryckdal

690521-8209

Styrelsens svar

Idrottsrörelsen bygger i allt väsentligt på ideella krafter. Idag bidrar över 600 000 ideella ledare med sin tid och engagemang inom idrotten och sammantaget är idrotten Sveriges största folkrörelse.

Så även på Friskis. Friskis finns tack vare ideellt engagerade funktionärer, en slags plusmedlem där du inte bara tränar och har kul utan också är med och gör skillnad för många andra.

Styrelsen och föreningsledningen har lagt mycket tid på att fundera och reflektera över vad som är viktigt för trivsel, kvalitet och engagemang i vår verksamhet. Vi har också stött och blött frågan om vi ska arvoda ideella insatser eller hitta andra vägar för att boosta engagemanget. Vår uppfattning är att samtliga funktionärsroller är viktiga för att möjliggöra vår verksamhet och tror på idén **lika för alla**.

Bakgrund:

Under det senaste året har vi pratat med många funkisar och frågat vad som booster engagemang. I enkätundersökningar har frågan varit med och när vi sammanställer svaren ser vi en stark önskan om att få träffas och utvecklas tillsammans. De vanligaste svaren handlar om att få mer pepp och support i sitt uppdrag, samarbeta mer med sina funktionärskollegor och att ha möjlighet till mötesplatser där man lär känna varandra, får inspiration, utbildning och har trevligt ihop.

Alla hade inte möjlighet att ta ut arvode

Före pandemin fanns i Friskis Östersund möjlighet att ta ut ett frivilligt arvode om 20kr/h för receptionsvärdar och 60kr per pass för ledare och tränare som jobbat hos oss längre än 2 år. Övriga funktionärer, tex lokalvärdar, städvärdar, kontrollanter, passvärdar och styrelseledamöter har aldrig haft något arvode. Efter pandemin stod vi inför valet att hitta ett nytt upplägg **där alla funktionärer får arvode** eller förstärka andra sätt att belöna engagemanget.

De flesta föreningarna har inte arvode

Färsk siffror från Friskis nationella föreningsrapport 2024 visar att 60% av föreningarna inte jobbar med arvode.

Ekonomi - Vi satsar mer pengar än någonsin på funktionärer

Processen kring arvodesfrågan har gjort att vi har sett över hur vi kan lyfta, engagera och belöna insatserna på olika sätt. Därför erbjuder vi många olika förmåner. Vi har arrangerat inspirationsträffar, utbildningar, festligheter, bjudit på bio, erbjudit mer funkiskläder, bjudit på funkisfika, ordnat rabatter med samarbetspartners och satsat på en generös julklapp i form av ett Citykort på 500 kr. I årets budget lägger vi mer pengar än någonsin på funktionärernas trivsel. Nedan presenteras vilka kostnader det handlar om.

Arvode för alla skulle ge en stor påverkan på föreningens ekonomi. Det innebär att vi antingen behöver höja priser för medlemmar alt dra ner på aktiviteter och belöningar som idag ryms inom ramen för funktionärskostnader.

Funktionärskostnader 2019 (inkl arvode)	275 000 kr/år
Funktionärskostnader 2023 (ej arvode)	380 000 kr/år
Funktionärskostnader budgeterat 2024	450 000 kr/år

Om alla insatser ska arvoderas innebär det en årskostnad för enbart arvode på 436 800 kr/år

Det är räknat på 20 funktionsinsatser per dag = 7280 insatser/år
 $7280 * 60 \text{ kr/tillfälle} = 436\ 800 \text{ kr}$

Administrationskostnader och sociala avgifter för arvode tillkommer. Personuppgiftslagen kräver säkra arbetsätt och hantering enligt GDPR.

Friskis&Svettis styrelse föreslår årsstämman;

att bifalla motionen och ytterligare utreda frågan.

Eftersom det finns olika åsikter vill vi ta reda på ännu mer. Vi kommer fråga vad våra funktionärer tycker genom en enkät där frågan kring arvode tydligt ställs.

MOTION 2 T-slinga

Motion till Friskis Östersunds årsmöte 2024-04-15

Installation av T-slinga i gruppträningslokaler

För oss med nedsatt hörsel är ljudmiljön vid gruppträning besvärlig med bakgrundsljud (musik mm) som gör att det är svårt att hänga med i ledarnas information och instruktioner. Nedsatt hörsel är vanligt förekommande, särskild bland oss lite äldre och många av gruppträningarna har stor andel äldre deltagare.

Jag föreslår därför att styrelsen ges i uppdrag att utreda möjligheten till att installera T-slinga eller annan motsvarande teknik som sänder ljudet från ledarnas headset till deltagarnas hörapparater (musiken hör vi utan förstärkning). Att få talet separat gör att vi kan justera upp volymen utan att även musiken förstärks. Förslaget gäller i första hand Arnjothallen och Öset.

Era ledare bör också instrueras att använda mikrofonen så att man inte ska behöva be om det och få svaret att "Det är bara att titta hur jag gör" eller "Jag har så stark röst" vilket gör att man känner sig lite mindre värd och utanför.

För att finansiera installationen föreslår jag att styrelsen undersöker möjlighet att söka bidrag. Ett exempel är Arvsfonden (se länk nedan)

[Socialt – Förening.se \(forening.se\) https://forening.se/pengar/fonder/socialt/](https://forening.se/pengar/fonder/socialt/)

Arvsfonden stödjer verksamhet som stärker barns, ungdomars och funktionshindrades ställning i samhället. Målet är att utveckla välfärd, livskvalitet, delaktighet, jämlikhet och jämställdhet samt bidra till social, etnisk och kulturell integration.

[Arvsfonden](#)

Jag tror att ett genomförande av mitt förslag skulle locka fler deltagare och att alla vi med nedsatt hörsel skulle trivas ännu bättre med Friskis verksamhet.

Ås 2024-03-05

Stig Hedström
590412–8211

Styrelsens svar

Styrelsen anser att frågan med följande motivering är besvarad:

Vid årsstämman 2023 inkom en motion på samma tema. Stämman beslutade då att teleslinga till att börja med installeras i Stora Arnljot på Frösön. Vidare var beslutet att, om det fungerar fredsställande på Frösön, kommer hörslinga även installeras i Öset på Stadsdel Norr.

Sedan dess har hörselslinga installerats på Frösön och det fungerar bra. Nu planeras för installation även i Öset på Stadsdel Norr.

Styrelsen vill ytterligare se över möjligheten att öka tillgängligheten och kommer också utreda hur vi på bästa sätt ökar tillgängligheten för hörselskadade i vår verksamhet. Det kan handla om ökad förståelse och kunskap men också om att anpassa ljudnivåer och arbetssätt.



KBT, FBBL, MI, CN – Powered by TellusTalk

2024

Verksamhetsplan
Friskis&Svettis Östersund

Gemensamt och tillsammans

Friskis&Svettis gemensamma strategi sträcker sig till 2025. Målet är att bli mer framgångsrika på träningsmarknaden, framtidssäkra vår organisation och välkomna fler nya perspektiv.

Tillsammans med våra friskvänner runt om i landet satsar vi framåt gemensamt. I en osäker tid med krig i vår del av världen och kraftigt skenande kostnader behöver vi fortsatt vara flexibla och öppna för förändringar. Som en enad rörelse kommer vi ha större möjligheter att påverka och jobba med vår idé om att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla.

Parallellt med vår dagliga verksamhet där vi varje dag erbjuder medlemmarna fina träningsupplevelser kommer vi jobba med följande **12** förflyttningar.

Framgångsrika på träningsmarknaden

1. Erbjud mer Friskis, träning utanför anläggning, på nya platser

Var och hur kan vi erbjuda träning? Att finnas på fler platser är en viktig del i satsningen att bli mer lättillgängliga och finnas närmare våra medlemmar. I Strategi 2025 finns uttalat uppdrag till varje förening att vara delaktiga i denna utveckling.

I Östersund kan det innebära träning i skolor, på mässor, hos samarbetspartners och andra nya platser. Vi ska jobba strategiskt för att nå ut till nya målgrupper.

2. Lyfta Friskis träningsanläggningar

Inspirerande lokaler och bra träningsutrustning är viktigt både för den som ska välja ny träningsaktör och för att medlemmar ska trivas och vilja stanna kvar. Det handlar såklart om en känsla och inte sällan om ett mänskligt möte, men också om inredning, skyltar och färgval.

Friskis Östersund har två moderna lokaler. Vi fortsätter vara noga med kvalitet på utrustning, inredning, städ och annat som gör att våra lokaler hålls i toppskick. Vi anställer en person som resurs i dessa frågor. Vi satsar på att renovera, byta ut och förnya utrustning och lokaler löpande.

Vi ska erbjuda funktionärer och anställda inspiration, utbildning och fortbildning för värdskap och bemötande.

3. Öppna anläggningar på fler platser och fler orter

Nya anläggningar är viktigt för att Friskis ska växa och kunna välkomna fler.

Friskis Östersund behöver aktivt undersöka på vilka sätt vi kan växa och var vi skulle kunna etablera oss.

4. Förenkla köp, sälj och hantering av medlemskapet digitalt

Att kunna köpa tjänster och göra ärenden online är något folk förväntar sig. Medlemmar behöver på ett smidigt sätt kunna köpa kort digitalt, uppgradera, pausa och byta medlemskap. Nya medlemmar ska enkelt hitta oss och snabbt komma igång med träningen. Målet är att medlemmar ska kunna köpa i stort sett allt online, både kort och tjänster.

Friskis Östersund fortsätter samordna försäljning ihop med övriga Friskisföreningar. Vi ska följa hur andelen digitala köp förändras/ökar.

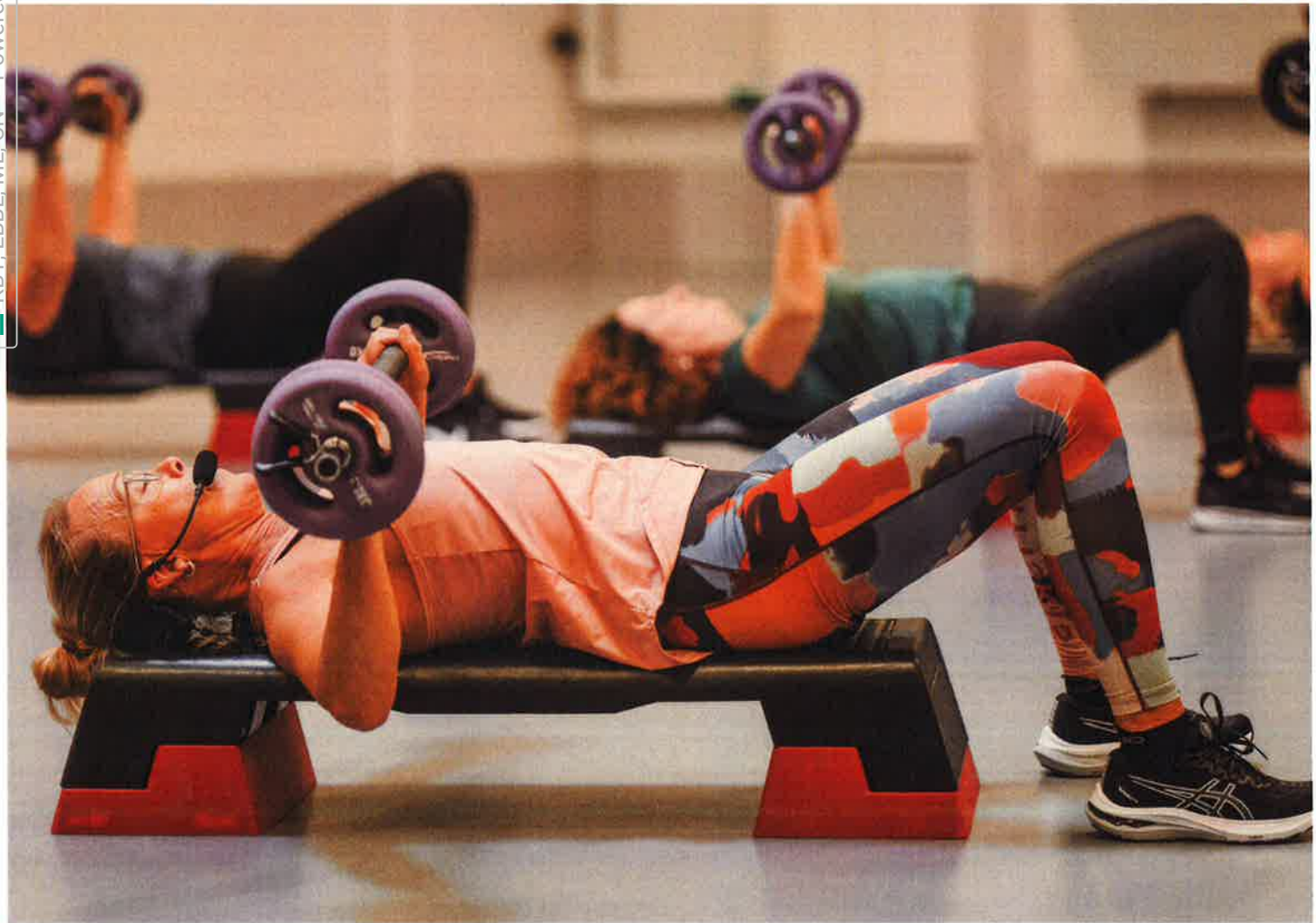
Vi och övriga Friskis byter under året hemsidelieferantör.

5. Öka medlemsvärdet med hjälp av digitala Friskis

Idag tränar folk på fler sätt och fler platser än tidigare. En spännande utveckling som väcker en ny förväntan på Friskis utbud och närvaro utanför anläggning.

Träningsappen Friskis Go ska erbjuda medlemmar ett mervärde, guidning och inspiration i träningen hemma, på löprundan, resan eller gymmet. Vi laddar den med träning men också andra uppskattade funktioner. Att kunna följa sin träningsstatistik, ha kontakt med träningskompisar och få mer kunskap digitalt är självklarheter för många idag.

I Östersund kommer vi exponera Friskis Go för medlemmar och potentiella medlemmar med samma självklarhet som träning på anläggning. Vi kommer hänga på Riks initiativ kring att använda Friskis Go som stöd och inspiration för ledare och funktionärer.



Framtidssäkra vår organisation

6. Färre och starkare föreningar

Friskis vill göra mycket - växa, engagera fler och öka vår närvaro i människors vardag. Då behöver vi kraft. Det räcker inte att bara samordna vissa saker via Riks eller att utbyta goda erfarenheter - vi behöver starkare föreningar som jobbar mer professionellt.

För oss i Östersund handlar det om att följa och stötta utvecklingen och undersöka hur vi som ensam förening med långa avstånd till andra kan jobba smartare tillsammans med övriga Friskisföreningar.

7. Öppna för nya finansieringslösningar

För att få en bättre ekonomisk stabilitet och möjliggöra långsiktigt och strategiskt utvecklingsarbete behöver Friskis ha fler intäkter än medlems- och träningskortsavgifter.

I Östersund ska vi fortsatt utforska möjligheten till fler externa lokala samarbeten som kan göras på Friskis sätt. Det kan handla om att kroka arm med lokala evenemang, organisationer, elitidrottare och andra aktörer.

8. Utveckla och boosta det ideella uppdraget

Även om Friskis är bra på mycket när det gäller engagemang kan vi inte slå oss till ro. Många olika utvecklingstrender påverkar människors benägenhet att lägga sin tid och kraft på ideella uppdrag.

Vi behöver vara bra på att både söka upp och ta hand om nya personers engagemang och hitta former för att välkomna dem och sänka tröskeln till engagemang genom mer flexibla uppdrag och utbildningar.

I Östersund är detta fortsatt ett prioriterat arbete. Vi ska fortsätta använda oss av stödet i Riks upplägg Funktionärsresan med nya arbetsätt och aktiviteter. Utbildning, inspiration och olika mötesplatser kommer erbjudas till ideella funktionärer.

Under 2024 jobbar vi med Check in, Bollplank och gruppreflektioner. Vi kommer lägga tid och engagemang i att lyssna, möta och föra dialog med varandra.

Vi planerar för träffar och mötesplatser för funktionärer.

9. Jobba smartare tillsammans

Friskis består av många föreningar på olika platser – överallt provas och uppfinns det. Om vi gör det enkelt att kopiera framgångsrika arbetsformer kommer det att gynna hela Friskis.

Representanter från olika delar av Friskis behöver identifiera behov och hitta lösningar via rådslag eller föreningsråd. Det är en förutsättning för att framtagna lösningar används.

I Östersund ska vi ska fortsatt vara aktiva och delaktiga för att dela med oss och ta del av goda exempel från Riks och andra föreningar

Fler och nya perspektiv

10. Uttrycka Friskis idé på nya sätt

Friskis är en idéburen och ideell aktör på träningsmarknaden. Det skiljer oss från många andra, men får inte bli en anledning att stå vid sidan av utvecklingen. Vi vill och behöver göra ett urval av rådande trender och omsätta dem på Friskis vis. Hitta nya uttryck för vår idé.

Ett exempel är att många idag ser på sin hälsa ur ett bredare perspektiv än tidigare. Utöver träning inkluderas sådant som kost, stress och sömn. Det kan kännas ovant men är också en möjlighet att möta en efterfrågan och prata bredare om hälsa på Friskis vis.

I Östersund behöver vi vara nyfikna och våga utforska nya trender och önskemål från medlemmar och potentiella medlemmar för att möta behov på Friskis sätt.

11. Syna oss själva och välkomna fler

Hela Friskis idé är att vara ett alternativ för alla, men idag speglar vi inte samhället. För att bättre göra det behöver vi löpande inventera vilka som är funktionärer och förtroendevalda hos oss. Det handlar om att synliggöra och luckra upp de normer som styr vem som blir inkluderad på riktigt och vem som inte känner sig hemma.

Friskis funktionärer och förtroendevalda ska spegla hela medlemsgruppen. Och en målsättning för medlemsgruppen är att den ska ha god representation från befolkningen på orten. Det gäller exempelvis kön, ålder och ursprung, men också träningspreferenser.

I Östersund behöver vi:

Aktivt rekrytera för att uppnå god och bred representation bland ledare, funktionärer och styrelseledamöter.

Arbeta för att nya perspektiv välkomnas och tas till vara.

Vara delaktiga i Friskis nationella arbete med att nå fler målgrupper.

Stärka befintliga och ingå nya samarbeten med aktörer som når målgrupper som inte är representerade hos Friskis idag.

Vara lyhörda på vilka nya behov som uppstår då vi når nya medlemmar. När våra unga medlemmar ökar i antal behöver vi fortsätta arbetet med att erbjuda trygga träningsmiljöer. Vi behöver fortsatt satsa på och synliggöra vårt antidopingarbete.

12. Ta reda på mer och dra nytta av insikter

Friskis varumärke är starkt. Många förknippar oss med värden som välkomnande, avslappnat och för alla – det vet vi. Men vi vet mindre om varför människor väljer bort oss och kanske slutar träna hos oss. Det behöver vi ändra på. För i de insikterna finns många svar på vilken utveckling som krävs av anläggningar, kommunikation, utbud och digital upplevelse.

Vi behöver kartlägga vilka grupper som nås respektive inte nås idag och lära oss mer om båda kategorier. I nästa steg ska vi omsätta insikterna till utveckling av lokalt utbud, verksamhet och kommunikation.

I Östersund kommer vi fortsätta med lokala enkätundersökningar och möten med funktionärer och medlemmar. F&S Riks presenterar löpande omvärldspaningar med nyckeltal och trender och analyser. Vi ska fortsatt använda oss av dessa insikter och lärdomar.

Budget

Intäkter

Aktivitetsavgifter	13 880 000
Medlemsavgifter	1 200 000
Varuförsäljning	420 000
Bidrag	12 000
Övriga intäkter	104 400
Summa intäkter	15 616 400

Kostnader

Varuinköp	-420 000
Hyra/Drift	-5 012 240
Leasing	-75 000
Aktivitetsinv-förbr	-300 000
Övrigt lokaler	-2 870 000
Administration	-840 800
Marknadsföring	-140 000
Musikavgifter	-180 000
Förening/medlem	-605 000
Funktionärer	-450 000
Personal	-3 419 626
Utbildning	-365 000
Övrigt	-50 000
Avskrivningar	-1 348 570
Ränta	200 000
Summa kostnader	-15 876 236
Resultat	-259 836

Vill du veta mer?

Tveka inte att höra av dig till vår verksamhetsledare Christina Ravald om du blir nyfiken och vill veta mer om vilka aktiviteter vi genomför. Du är alltid välkommen med idéer och tips på hur vi kan utvecklas.