

## Ett nytt förbundsprogram

Föredragande: Förbundsstyrelsen

### Bakgrund

Svenska Frisksportförbundet har länge haft ett förbundsprogram. Det har fungerat som en beskrivning av vår ideologiska inriktning och varit något som nya medlemmar, såväl som myndigheter och samarbetsorganisationer, kan ta del av. Det har också fungerat som en vägledning inom vår organisation då klubbar, distrikt och förbund förväntas arbeta i enlighet med förbundsprogrammet.

Förbundsprogrammet behöver emellanåt uppdateras för att fortsätta vara relevant och aktuellt. Nu är det tio år sedan det första förbundsprogrammet i FUF antogs och 18 år sedan det senast reviderades i SFF. Följande punkter har varit grunden för förbundsledningarnas gemensamma arbete med förslag till nya förbundsprogram i SFF och FUF:

- Förenkla beskrivningen av vad förbunden står för
- Uppdatera språket till aktuella och mer lättförståeliga formuleringar
- Tydliggöra likheter och skillnader mellan Frisksportrörelsens två förbund

### Beslut

att anta det nya förslaget till förbundsprogram för Svenska Frisksportförbundet

## **Svenska Frisksportförbundet**

### **Förslag till förbundsprogram**

#### **Inledning:**

Svenska Frisksportförbundet arbetar för att människor ska få en hälsosam och aktiv fritid och en helhetssyn på hälsa och hållbarhet. Vi ordnar aktiviteter inom friluftsliv, idrott och kultur i en gemenskap fri från tobak, alkohol och andra droger. Vi är ett demokratiskt förbund som drivs av våra medlemmar.

#### **Friluftsliv, träning och hälsa**

##### **Träna på olika sätt**

Rörelse är viktigt för att kroppen ska må bra. Det är möjligt att utöva många olika aktiviteter hos oss, på det sätt och på den nivå som medlemmarna vill. I Svenska Frisksportförbundet har vi fokus på att träna för att må bra, inte på idrottsprestationer.

##### **Frihet från droger**

Svenska Frisksportförbundet arbetar för ett samhälle fritt från droger. Vår verksamhet är alltid fri från alkohol, tobak, nikotin, doping och narkotika. Det gäller i alla frisksportsammanhang, oavsett om det är träningar, läger eller klubbträffar.

Vi vill inspirera människor att välja ett hälsosamt och drogfritt liv. Medlemmar kan välja att avge ett "frisksportlöfte" som innebär att avstå från tobak, alkohol och andra droger i alla sammanhang. Unga som fyllt 12 men inte 18 år måste godkänna frisksportlöftet för att vara medlemmar hos oss.

##### **Friluftsliv**

Vi delar naturupplevelser eftersom det får oss att må bra! Att vandra i skogen, paddla kanot eller klättra i berg är exempel på hur vi upplever friluftsliv. I Svenska Frisksportförbundet ger vi goda möjligheter till att njuta av naturen på olika sätt och vi tar ansvar för att använda den enligt allemansrätten.

##### **En bredare hälsosyn**

Förutom att motionera och leva drogfritt bygger god hälsa på många fler faktorer som hälsosam kost, gemenskap, psykisk hälsa och personlig utveckling. För att må bra behöver vi också dela upplevelser och ha roligt tillsammans med andra. Därför har Svenska Frisksportförbundet en helhetssyn på hälsa.

#### **Över generationer**

##### **En hållbar rörelse**

Svenska Frisksportförbundet vill bidra till hållbar utveckling. Att leva hållbart innebär enligt oss att ta hand om sig själv, varandra och vår omvärld. Att vara rädd om naturen, värna om demokratin och respektera andra människor är viktigt för oss.

##### **Ett förbund för alla**

I vårt förbund är alla välkomna oavsett kön, ålder, könsidentitet, religion, etnicitet, funktionsvariation och sexuell läggning. Vi tror på ett samhälle med färre uppdelningar och fler utbyten. Vi har roligare när vi gör saker tillsammans och lär av varandra.

##### **Personlig utveckling**

Svenska Frisksportförbundet har en lång folkbildnings- och folkrörelsetradition och har ett naturligt inslag av kurser och studiecirklar med möjlighet att lära sig nya saker. Här finns chansen att testa nytt och utvecklas – inom en träningsgren, som ledare eller på ett personligt plan.

##### **Genom hela livet**

I vårt förbund går det att utöva många olika aktiviteter och det finns möjlighet att vara med genom hela livet. Från barngympa och familjeläger till skidresor, idrottssatsningar och kulturevenemang. Vilka aktiviteter vi sysslar med styrs av medlemmarnas intressen och alla medlemmar kan vara med och påverka verksamheten.

*Svenska Frisksportförbundet är en demokratisk organisation, öppen för alla människor som delar våra värderingar. Förbundet är obundet i religiösa och partipolitiska frågor, men eftersom vi vill påverka såväl enskilda individer som samhället i stort tar vi ställning i samhällsfrågor inom våra intresseområden.*