

## **Friskvårdskommittén – arbetsbeskrivning**

### **Allmänna riktlinjer verksamheten**

Kommittéverksamheten är central i SPF Faluns organisation. I kommittéernas uppdrag ingår bland annat att komma med förslag till styrelsen. Förslag/framställningar till styrelsen skall alltid vara beredda inom kommittén och avges av den verksamhetsansvarige.

Förslag/framställningar/yttranden som riktar sig till myndighet eller organisation utanför SPF Falun skall alltid avges av styrelsen såvida inte det har delegerats till kommittén att agera å SPF Faluns vägnar.

### ***Se särskilt dokument ”Vad gör verksamhetsansvariga”***

### **Syfte**

Att ge medlemmarna tillfälle till att höja livskvaliteten, förbättra hälsotillståndet och samtidigt skapa gemenskap med varandra.

### **Aktiviteter/Innehåll**

Friskvårdskommittén har många olika aktiviteter som skall följas upp. Vid sammanträde fördelas uppföljningen mellan kommitténs ledamöter inklusive verksamhetsansvarig. Uppföljning innebär att ha kontakt med aktivitetens ledare och vid tillfälle göra studiebesök och fånga upp eventuella synpunkter i gruppen.

Exempel på aktiviteter som finns inom Friskvårdskommittén

Motionera mera lotteriet	Senior lättgympa
Boule	Mjukgympa
Bowling	Vattengymnastik
Promenader	Skogsvandringar
Golf	Längdskidåkning
Volleyboll	Långvandring

Som ledamot i Friskvårdskommittén är det viktigt att vara lyhörd och fånga upp idéer och förslag till nya aktiviteter från föreningens medlemmar.

Beslut att starta nya aktiviteter tas i sammanträde med Friskvårdskommittén.

Fastställd av styrelsen 2023-09-11