

## En guide til etablering af nye lokalafdelinger

### Indholdsfortegnelse

1.1	Etablering af ny lokalafdeling .....	1
1.2	Roller i lokalafdelinger.....	3
1.3	Ansvarsområder i lokalafdelinger .....	4
1.4	Eksempel på en dagsorden .....	5
1.5	Eksempel på et referat .....	6

### 1.1 Etablering af ny lokalafdeling

Her er en guide til jer der ønsker at lave en lokalafdeling af Lungeforeningen i jeres lokalområde. Guiden inspirerer til hvordan I kan etablere en lokalafdeling, så I kan gøre en forskel, der hvor det betyder noget for jer. I får selvfølgelig den støtte I har brug for fra Lungeforeningen, som sørger for at hjælpe jer med at komme godt i gang.

Først skal I nedsætte en bestyrelse, som består af mindst 5 personer. Det kan være alt fra fagpersoner, patienter, pårørende eller andre med interesse for lungesagen. Vi anbefaler, at en lokalbestyrelse består af både patienter, pårørende og fagfolk, da det giver den bedste dynamik og at det samtidig giver inspiration og ressourcer til at få en levende og holdbar lokalafdeling. Når bestyrelsen er nedsat, skal I udvælge en lokalformand, som står for kontakten mellem lokalafdelingen og Lungeforeningen.

#### I skal med hjælp fra Lungeforeningen:

- Definere hvilket område, jeres lokalafdeling skal dække
- Indsende oplysninger om lokalafdelingen til Lungeforeningen, som kan stå i LUNGENYT og på hjemmesiden
- Vælge bestyrelsen formelt på generalforsamlingen
- Konstituere jer selv efter generalforsamlingen, det vil sige, beslutte hvem der skal være formand, og om nogen skal udføre særlige opgaver – til inspiration kan I kigge på afsnittet om forslag til roller og ansvarsfordeling
- Beslutte hvilke aktiviteter I som lokalafdeling vil udføre og afstemme jeres interne forventninger
- Lave foreningens vedtægter. Lungeforeningen har særlige vedtægter for lokalafdelingerne, som sammen med den aftale, der er indgået mellem lokalformændene og Lungeforeningens bestyrelse, ligger til grund for lokalafdelingernes arbejde

Formanden får udleveret en USB-nøgle fra Lungeforeningen med relevante dokumenter, som kan hjælpe jer i jeres frivillige arbejde. Disse dokumenter samt håndbøger i det frivillige arbejde kan også findes i *Værktøjskassen for frivillige* på [www.lunge.dk](http://www.lunge.dk). Desuden kan I få en liste over alle medlemmer i det område, som I har besluttet at dække.

Det er en god ide at undersøge, om der er et frivilligcenter i kommunen, som kan hjælpe jer med at etablere lokalafdelingen samt andre praktiske ting. Næsten alle kommuner har et frivilligcenter, hvor man kan indgå i et samarbejde, så man kan få hjælp til at finde et lokale og få erfaringer fra andre frivillige. På hjemmesiden [www.frise.dk](http://www.frise.dk) er der en oversigt over landets frivilligcentre.

### **Kom godt fra start!**

Når I har dannet jeres lokalbestyrelse, har I taget første skridt, men der skal lidt mere arbejde til for at komme godt fra start. Erfaringen viser, at de første 100 dage i et samarbejde i høj grad påvirker resten af samarbejdsperioden, så det er vigtigt at komme godt fra start. Der findes mange forskellige måder at gøre det på. Her er et par ideer:

- Drøft hinandens ønsker og forventninger til det frivillige arbejde
- Afklar, hvad I vil og ikke vil med lokalafdelingen dvs. sæt klare mål for jeres arbejde og fordel opgaver og roller
- Lær hinanden at kende, brug tid i starten på at høre om hinandens liv
- Fastsæt jeres mål skriftligt i en "forretningsorden", så alle er med på, hvad I vil
- Afhold hurtigst muligt et arrangement, da det skaber sammenhold og hurtigt giver følelsen af, at jeres indsats gør en forskel
- Arranger et socialt arrangement for lokalbestyrelsen, f.eks. spis en middag sammen
- Etabler traditioner og faste tilbagevendende begivenheder, der er sjove at deltage i f.eks. nytårskur eller efterårsbingo
- Hold kontakt med hinanden

I bestemmer selv, hvordan I vil tilrettelægge jeres opgaver samt hvilke aktiviteter I vil stå for. I har jeres egne forventninger til det at være frivillig, og til hvad jeres lokalafdeling skal lave. Derfor er det vigtigt at afstemme forventninger til hinanden og Lungeforeningen. Det vil mindske antallet af misforståelser, problemer og uklarheder, og det er lettere for alle at arbejde i den samme retning.

**Herudover anbefaler vi, at I laver en dagsorden og referat af hvert bestyrelsesmøde, fordi:**

#### **En dagsorden:**

- hjælper jer med at huske tid og sted for bestyrelsesmødet
- sikrer jer en god struktur for de ting, I skal drøfte på mødet og gør det muligt for alle at forberede sig til mødet
- giver mulighed for, at de bestyrelsesmedlemmer, som ikke kan deltage, på forhånd kan give sine holdninger til kende til formanden

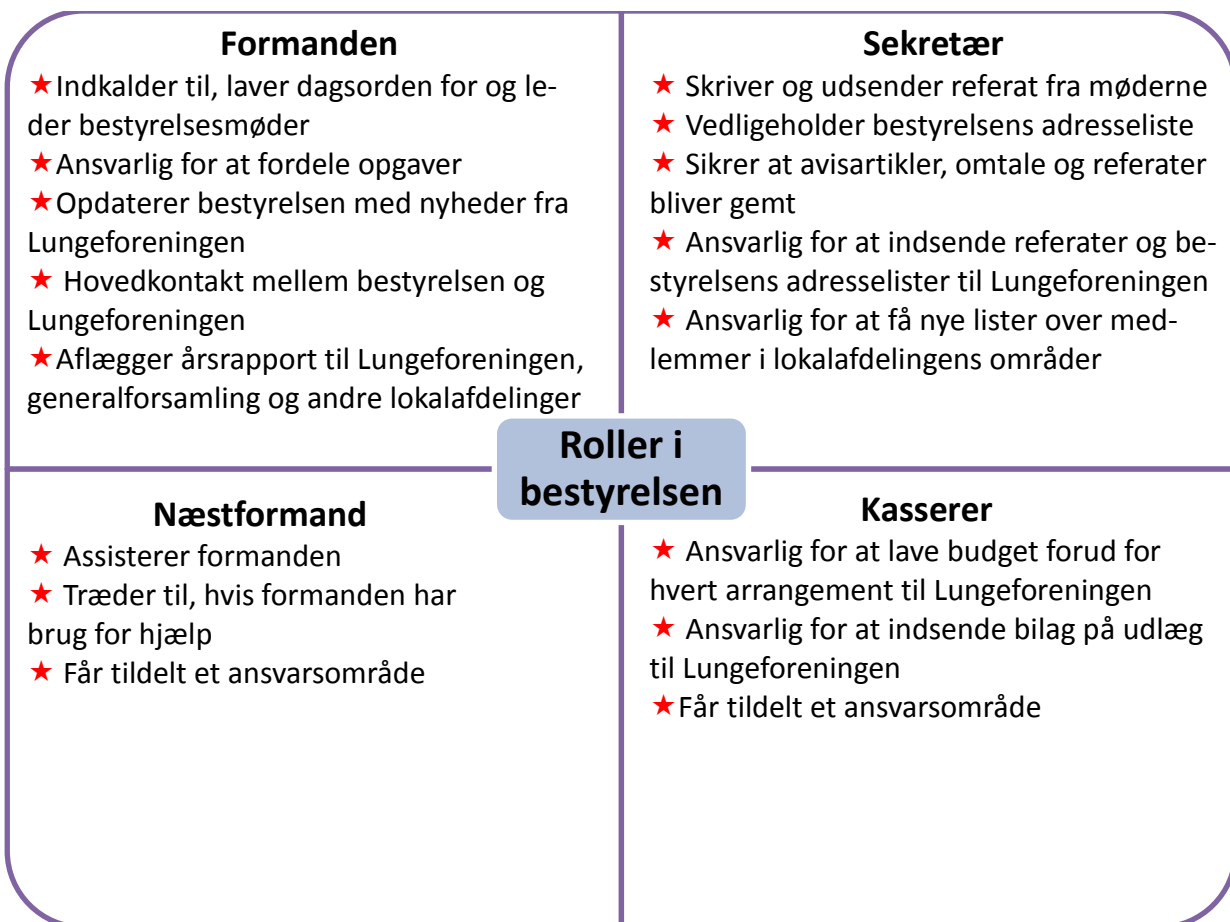
#### **Et referat:**

- sikrer, at alle er enige om, hvad I har besluttet på mødet og hvem der gør hvad
- hjælper jer til at huske, hvilke emner I ikke nåede, som skal med på næste møde
- omtaler næste møde – tid og sted

- giver en historik, så I altid kan gå tilbage og se, hvilke emner I har diskuteret før, og hvad holdningen var den gang

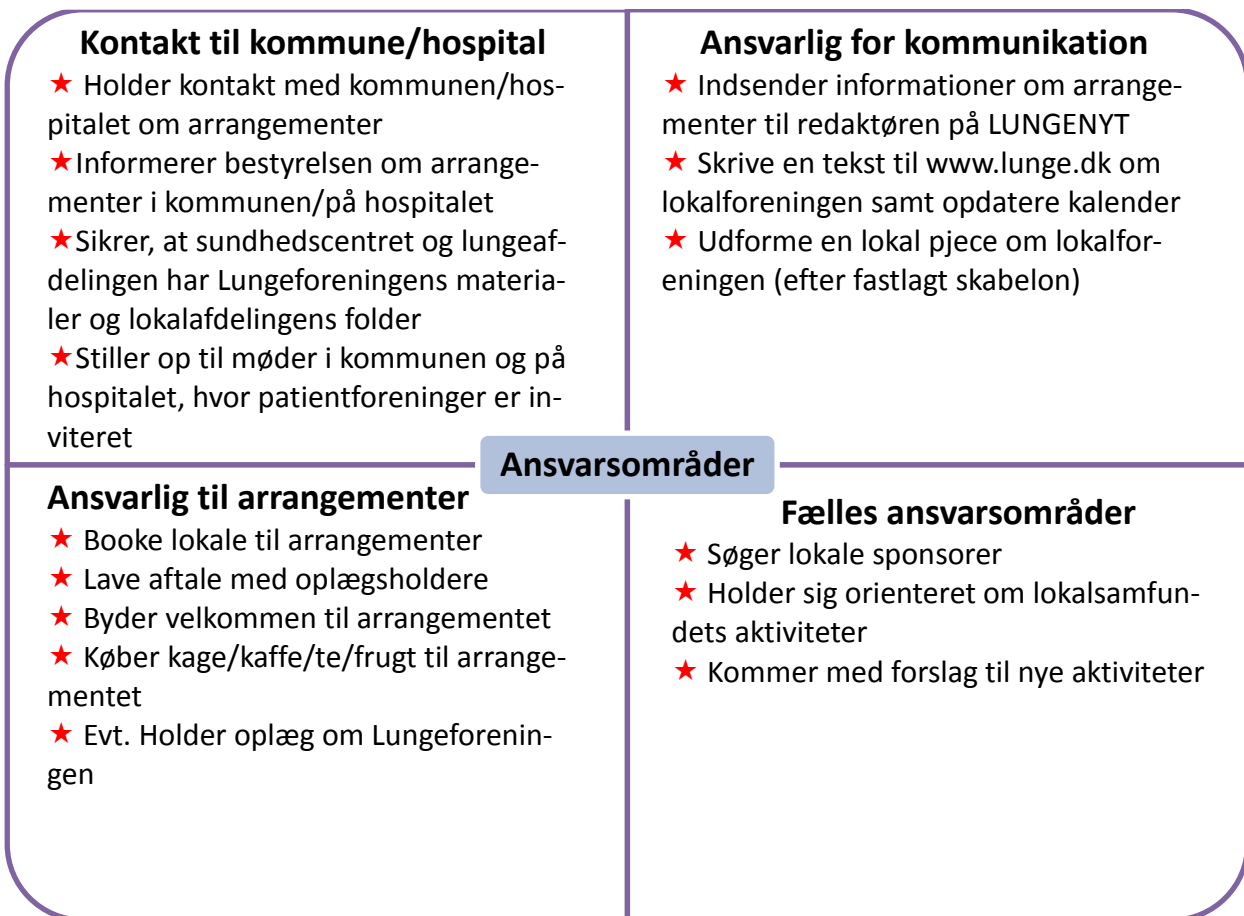
## 1.2 Roller i lokalafdelinger

Da der er mange opgaver i en lokalbestyrelse, kan det være en fordel at dele opgaverne mellem sig, så det ikke er formanden, der står for det hele. Det er en god idé at gøre en til næstformand, en til sekretær, en til kasserer (budget/regnskabsansvarlig) og en til ansvarlig for kontakten til kommunen. I beslutter selv, om I vil dele opgaverne anderledes. Her er et forslag til, hvilke roller der er en god idé at have i lokalafdelingen.



### 1.3 Ansvarsområder i lokalafdelinger

Da der er mange opgaver i en lokalbestyrelse, kan det være en fordel at dele nogle ansvarsområder mellem sig, så det ikke er formanden, der er ansvarlig kontaktperson for det hele. Det er en god idé at have en ansvarlig for kontakten til kommune/hospital/almen praktiserende læger/apotek og en ansvarlig for kommunikation samt en ansvarlig til de forskellige arrangementer. Oftest skiftes bestyrelsesmedlemmerne til at være ansvarlig for de enkelte arrangementer. I beslutter selv, hvordan I vil dele opgaverne. Her er et forslag til, hvilke ansvarsområder der er en god idé at have fordelt i lokalafdelingen.



## 1.4 Eksempel på en dagsorden

### MØDEINDKALDELSE

Den 8. juni 2014

Kære lokalbestyrelse!

**Møde:** Lokalbestyrelsesmøde for Lokalafdelingen i XX

**Tid:** Tirsdag den 29. juni 2010, kl. 19.00

**Sted:** Hos Anders Andersen, Andersensvej 4, Anderskøbing, tlf. 12345678, anders@lunge.dk

**Deltagere:** Lokalbestyrelsen

#### Dagsorden

1. Godkendelse/kommentarer til referat af sidste møde den 4. maj
2. Planlægning af næste arrangement
  - Tid
  - Sted – lokaleleje
  - Tema og oplægsholder(e)
  - Annonce og invitation
  - Behov for materialer fra Lungeforeningen
3. Evt. start af netværksgruppe
4. Status fra kommune og hospital
  - KOL-rehabilitering
  - Pjecer
5. Nyt fra Lungeforeningen
6. Kommende eksterne arrangementer, der kræver vores deltagelse
  - Kommunens sundhedsdag
7. Næste møde
8. Evt.

Vel mødt! Meld afbud til mig senest to dage før.

Venlig hilsen

Lokalformanden

## 1.5 Eksempel på et referat

### REFERAT

**Møde:** Lokalbestyrelsesmøde for Lungeforeningen i XX  
**Tid:** Tirsdag den 29. juni 2010, kl. 19.00  
**Sted:** Hos Anders Andersen, Andersensvej 4, Anderskøbing, tlf. 12345678, anders@lunge.dk  
**Deltagere:** Anders Andersen, Vibe Kristensen, Lone Dall og Mie Rasmussen (referent)  
**Afbud:** Lennard Knudsen

### Dagsorden

#### Ad 1. Godkendelse/kommentarer til referat af sidste møde den 4. maj

Godkendt.

#### Ad 2. Planlægning af næste arrangement

- **Tid:** 23. september 2014
- **Sted – lokaleleje:** Sundhedscentret, Roligvejen 4. Vi kan låne lokalet gratis, men skal betale for kaffe/kage. Anders laver budgetudkast og sender til bogholderiet fra Lungeforeningen.
- **Tema og oplægsholder(e):** Vejtræning og åndedræt – Vibe finder en fysioterapeut på sygehuset, der vil gøre det for to flasker vin.
- **Annonce og invitation:** Vi annoncerer i Lokalavisen og i LUNGENYT, så der er ikke behov for at sende invitationer ud. Der skal stå, at man skal tilmelde sig senest den 17. september, da kantine skal vide, hvor meget kaffe/kage, de skal lave. Lone sender tekst til Lungeforeningen senest i slutningen af august.
- **Behov for materialer fra Lungeforeningen:** Lone beder også Lungeforeningen om at sende ekstra eksemplarer af pjecen med træningsøvelser. Bestil dem på: [info@lunge.dk](mailto:info@lunge.dk)

#### Ad 3. Evt. start af netværksgruppe

Vibe taler med fysioterapeuterne på sundhedscentret. Måske vi kan gøre det i samarbejde. Vi taler om det igen på næste møde. Måske kan vi også høre om interessen for en netværksgruppe på [www.snakomkol.dk](http://www.snakomkol.dk)

#### Ad 4. Status fra kommune og hospital

- **KOL-rehabilitering:** Mie og Anders har været på kommunens KOL-rehabiliteringshold og fortælle om lokalafdelingen og Lungeforeningen. Flere meldte sig ind. Der er lavet en fast aftale med sundhedscentret, Gudrun Jensen, om at vi kommer fast, den sidste gang på hvert hold.

- **Pjecer:** Lone har været på lungeambulatoriet og hos flere der de praktiserende læger, og der mangler KOL-bogen og hvervefolderen. Bestiller nye fra Lungeforeningen. Sundhedscentret har stadig.

#### Ad 5. Nyt fra Lokalafdelingen

Lokalafdelingen planlægger i øjeblikket Lunge-dag 17. november (altid 3. onsdag i november). Vi besluttede at lave en stand foran Netto i Torvecentret. Anders kontakter Nettos bestyrer for at få lov til at stå der. Vibe finder kolleger, der vil stå og lave spirometri – hører Lungeforeningen om økonomi og presse. Alle i bestyrelsen deltager på Lunge-dagen. Når vi nærmer os, laver vi tids-skema, så alle ved, hvornår man skal stå der.

#### Ad 6. Kommende eksterne arrangementer, der kræver vores deltagelse

- **Kommunens sundhedsdag:** Ligger 24. august kl. 10-19 i sundhedscentret. Vibe og Lone stiller op med stand, men ikke spirometri.

#### Ad 7. Næste møde

24. august kl. 19 i forsamlingshuset på Harnes Allé 48.

#### Ad 8. Evt.

Alle var enige om at anbefale læge Anders Andersen som oplægsholder til Lokalafdelingen.

**Referatet bliver sendt til Lungeforeningen til orientering.**



”Jeg har i flere år gerne villet lave en lokalafdeling for lungepatienter, fordi jeg synes, det var vigtigt, at der var et forum, hvor patienterne kunne mødes og høre nyt om, hvad der sker på området inden for deres sygdom samt at blive så gode som muligt til at lære at leve med en kronisk sygdom, men også at lave et netværk med ligesindede,” **Anne-Marie Thomsen, lokalformand Viborg-Skive**