

# Föreningsutveckling i fokus

**Webbinarieserie om öppenhet, trygghet och ökat engagemang i föreningen – för styrelser, ledare och valberedare i Riksförbundet HjärtLung**

**Under vintern 2205/2026 hålls tre digitala träffar för styrelser, ledare och valberedare inom Riksförbundet HjärtLung.**

Träffarna berör teman som öppenhet, psykologisk trygghet och attraktionskraften i en styrelse, men också forskning kring engagemang och drivkrafter. Vi håller också två tillfällen, varav ett med ABF, som endast är för dig med uppdrag som valberedare.

Alla tillfällen är gratis och hålls på Teams. Det går bra att delat vid ett eller flera tillfällen.



## **Innehåll i seriens tre delar med Angeli Sjöström Hederberg**

*Med samhällsentreprenören, föreningsutvecklaren och författaren Angeli Sjöström Hederberg, grundare till Medlemsutveckling.se*

### **1. Det är väl ingen som vill engagera sig nu för tiden?**

**-så gör vi styrelsearbetet attraktivt för fler**

***Måndag den 3 november 2025 kl. 16.00-18.30.***

Många styrelser tycker att det är svårt att hitta nya förtroendevalda och känslan av att föreningslivet håller på att dö ut blir allt vanligare. Men stämmer det att människor inte vill engagera sig nu för tiden? Välkomna till ett webinar som berättar om engagemangsforskning, generationsskillnader, vilka drivkrafter som gör att människor engagerar sig och hur ni som förening kan jobba smartare för att attrahera, inkludera och bjuda in fler. Här får du fakta och idéer att ta med dig hem till din förening.

### **2. När det inte flyter som det ska**

**-om spelregler, svåra samtal och konflikthantering**

***Torsdag den 4 december 2025 kl. 16.00-18.30.***

Styrelsearbetet kan vara både härligt och besvärligt. Men hur gör vi när det skaver, när människor inte håller det de lovat, jargongen inte passar alla eller när styrelsen jobbar åt

olika håll? Välkomna till ett webinar om att bygga psykologisk trygghet, förebygga konflikter, ta tuffa samtal och hantera olikheter. Här får du idéer och verktyg att ta med hem till din förening.

*Med samhällsentreprenören, föreningsutvecklaren och författaren Angeli Sjöström Hederberg, grundare till Medlemsutveckling.se*

### 3. Mikroengagemang

#### -gör mindre och engagerar fler

**Måndag den 12 januari 2025 kl. 16.00-18.30.**

En stor utmaning för föreningslivet är att få människor att tacka ja det allra första engagemanget. Så hur kan vi hitta, kommunicera och erbjuda fler sätt att bidra till föreningens verksamhet? Välkommen till ett webinarium där du får ta del av goda exempel från organisationer som framgångsrikt jobbat med mikroengagemang för att rekrytera och aktivera fler.

*Med samhällsentreprenören, föreningsutvecklaren och författaren Angeli Sjöström Hederberg, grundare till Medlemsutveckling.se*

### 4. Fokus på dig som är valberedare och din roll!

#### -Två tillfällen som riktar sig till dig som är valberedare

**Måndag den 27 oktober 2025 kl. 15.00-16.30.**

**"Om valberedningens roll**, mandat och möjligheter samt vikten av en god samverkan med styrelsen för att hitta nya kandidater till styrelsearbetet". Information och erfarenhetsutbyte.

*Med Jonny Cleffberg ABF Västra Västmanland, i ett samarbete i ett kulturarrangemang.*

**Tisdag den 11 november 2025 kl. 17.00-18.30.**

**"Öppet erfarenhetsutbyte** för lokala valberedningar". Här bidrar man själv i en diskussion för att ge och få tips och nya uppslag i valberedningsarbetet. Om det inte finns en valberedning i föreningen så är styrelsepersoner välkomna.

*Med Lotta Sondell, förbundskansliet.*

### Anmälan och om du har frågor

Kontakta Lotta Sondell, ansvarig organisationsutveckling på förbundskansliet.

[lotta.sondell@hjärt-lung.se](mailto:lotta.sondell@hjärt-lung.se), 08- 556 06 200.

Anmäl dig [i vårt formulär](#) eller till Lottas mejl.

### Fördjupning

I samband med träffarna erbjuder Angeli Sjöström Hederberg deltagarna att köpa böcker *Medlemsmodellen – rekrytera, aktivera och behålla medlemmar* samt *Medlemsfokus i en hybrid tid* till specialpris 160 kr st. (ord pris 269 kr inkl. moms). Böckerna kan agera ett bra verktyg för de deltagare och styrelser som vill jobba vidare med frågorna på hemmaplan.

Även Studieförbundet ABF har information på sin hemsida för valberedare liksom Riksförbundet HjärtLung på [vår hemsida](#).

/2025-09-25 Lotta Sondell Riksförbundet HjärtLung