



Att bilda en förening

Att starta en lokalförening är en positiv och engagerande process. Möjligheten att tillsammans påverka viktiga frågor, arbeta för positiva livsstilsförändringar och dela en gemenskap är till nytta för både individen och samhället. HjärtLung är summan av sina delar, varje medlem är viktig och gör skillnad. Det är alla medlemmar i lokalföreningarna som ger förbundet kraften att påverka och driva viktiga frågor för hjärt- och lungsjuka i hela landet.

Skälet till att bilda en förening är i första hand ett behov av att samverka i organiserad form om ett gemensamt intresse. En förening inom HjärtLung drivs av mål som att arbeta med aktiviteter inom livsstilsförändringar, att erbjuda medlemmar ett aktivt och meningsfullt medlemskap och att informera om hjärt- och lungsjukas levnadsvillkor.

De första stegen till en ny lokalförening

Steg 1

Bilda interimsstyrelse och förbereda det första mötet

Det första praktiska steget är att bilda en interimsstyrelse. En interimsstyrelse består av några personer som tar hand om själva bildandet av föreningen och arbetar med att förbereda, kalla till och genomföra det konstituerande mötet.

Steg 2

Föreningens första möte

För att starta en förening krävs ett konstituerande protokollfört möte.

Då tas beslut om att:

- Bilda lokalförening.
- Anta namn, sätesort och verksamhetsområde.
- Anta Riksförbundet HjärtLungs stadgar.
- Välja styrelse, revisorer och valberedning.

Steg 3

Den nyvalda styrelsens första uppdrag

När föreningen antagit namn, stadgar och valt en styrelse blir den en juridisk person som kan sluta avtal och öppna bankkonto. Här är några av styrelsens första uppgifter:

- Utse två firmatecknare inom styrelsen som tecknar föreningen tillsammans.
- Ansöka om organisationsnummer hos lokala skattemyndigheten.
- Öppna bankkonto med koppling till företrädesvis bankgiro.
- Ansöka om inträde i Riksförbundet HjärtLung.
- Ansöka om startbidrag hos förbundet och eventuella andra bidrag hos kommun och landsting.

Föreningen är en allmännyttig ideell förening vilket innebär att man tar emot nya medlemmar som delar föreningens syfte, att verksamheten inte bedrivs i syfte att tjäna pengar åt enskilda och att föreningen tillgodoser ett allmännyttigt ändamål.

Bidrag och stöd

En nystartad förening får ett startbidrag av Riksförbundet HjärtLung. Utöver detta får föreningen gratis informationsmaterial, rådgivning samt stöd och uppbackning vid utbildningsinsatser.

möjligt att söka föreningsbidrag från kommunen, lokala stiftelser och hos vissa landsting. ABF kan ge aktivt stöd i det lokala föreningsarbetet och eventuellt bistå med lokaler.

Föreningen kan även söka bidrag hos riksförbundet via *Projekt för nyskapande verksamhet* eller *Hjärt- och Lungsjukasfond*. Det kan också vara

Föreningens verksamhet

Lokalföreningen ska arbeta för de hjärt- och lungsjukas intressen lokalt. Detta innebär bland annat att:

- Värva medlemmar.
- Erbjuder medlemmar ett aktivt och meningsfullt medlemskap.
- Erbjuder aktiviteter inom livsstil och rehabilitering.
- Informera om hjärt- och lungsjukas levnadsvillkor.
- Skapa opinion kring och aktivt arbeta för hjärt- och lungsjukas rättigheter.
- Informera om lokalföreningens, länsföreningens och riksförbundets verksamhet.

Roller i föreningen

Föreningen består av dess medlemmar och en av medlemmarna vald styrelse. En förening blir stark när många medlemmar är aktiva och tar ansvar. Dock är det vanligt att det mesta arbetet hamnar på styrelsen, vilket gör att några få bär en stor börda som med tiden kan bli tung. När styrelsen får ett alltför betungande arbete, blir det också svårare att rekrytera nya styrelsemedlemmar.

Vid bildandet av en ny förening är det därför bra att tänka igenom hur man kan fördela arbetet. Styrelsen fattar beslut och följer upp, men många andra medlemmar kan bidra med att genomföra arbetet. Ett bra sätt att engagera flera och avlasta styrelsen är att utse arbetsgrupper och adjungerade till styrelsen. Att ha en valberedning som arbetar aktivt med att skapa kontakter och förankra förtroendeuppdrag i god tid, bidrar också till en långsiktigt väl fungerande förening.

Styrelse

Styrelsen är föreningens ledning och ansvarar för att föreningens verksamhet, organisationen och ekonomi sköts på rätt sätt. Styrelsens arbete regleras av föreningens stadgar och beslut på årsmötet. I enlighet med stadgarna ska styrelsen bestå av ordförande, kassör, minst tre ordinarie ledamöter och ersättare. Antalet styrelsemedlemmar ska vara udda.

Ordförande

- Är sammankallande och leder möten.
- Delegerar arbetsuppgifter till samtliga i styrelsen.
- Är ytterst ansvarig för verksamhetsplaneringen.
- För föreningens talan utåt.
- Ansvarar för uppföljning av alla beslut.
- Godkänner räkningar.

Kassör

- Har hand om föreningens ekonomi.
- Ser till att räkningar betalas.
- Tar fram underlag för budget- och bokslutsarbete samt håller kontakt med revisorerna.
- Ser till att bokföring och verifikationer hanteras enligt gällande lagar.

Sekreterare

- Ser till att protokoll skrivs.
- Är ofta mötessekreterare.
- Skriver verksamhetsberättelse.
- Är föreningens minne och ser till att handlingar sparas.

Ledamot

En ledamot har full besluts- och förslagsrätt och kan också ha ett eget ansvarsområde.

Ersättare

Ersättaren är reserv för ordinarie ledamot. Om ersättarna deltar i styrelsemötena bestämmer föreningen. Fördelen med att ersättare deltar är att de blir insatta i styrelsens arbete och enklare kan hoppa in om någon ordinarie ledamot inte kan delta. Ersättare har endast rösträtt när de representerar en ordinarie ledamot.

Registeransvarig

Registeransvarig ser till att föreningens medlemsregister hålls aktuellt och följer personuppgiftslagen (PUL) samt de sekretessregler som fastställts av riksförbundet.

Alla föreningar inom Riksförbundet HjärtLung använder sig av ett enhetligt medlemsregister. Föreningens styrelse väljer registeransvarig för sin förening.

SO och EVO

Inom de flesta föreningar finns även rollerna studieorganisatör (SO) och eftervårdsombud (EVO). Dessa roller kan läggas på någon i styrelsen eller utföras av en annan medlem. Om SO eller EVO inte är styrelsemedlem, är det bra om han eller hon adjungeras till styrelsen för att få insyn i verksamheten.

Studieorganisatör (SO)

- Startar studiecirklar.
- Rekryterar cirkelledare.
- Rekryterar cirkeldeltagare.
- Informerar medlemmar om studiecirklar.
- Samarbetar med ABFs lokalavdelning.

Eftervårdsombud (EVO)

- Startar aktiviteter i Livsstilsverksamheten.
- Rekryterar ledare till Livsstilsverksamheten.
- Besöker sjukhus och vårdcentraler.
- Informerar på sjukhusens hjärtskola.

Valberedning

Valberedningen som väljs på årsmötet, arbetar fram förslag på personer till förtroendeposter inom styrelsen och har en av föreningens viktigaste uppgifter. Ledamöter i valberedningen behöver god kunskap om HjärtLung, insikt i hur föreningen fungerar, ett brett kontaktnät och lätt för att knyta kontakter. Valberedningens stora och avgörande arbete görs mellan mötena, i god tid före årsmötet.

Valberedningens uppgift är att:

- Arbeta för att få fram en styrelse med rätt kompetens och där de olika styrelseledamöterna kan samarbeta på ett konstruktivt sätt för föreningens bästa.
- Föra en dialog med medlemmar om deras engagemang, hitta nya förtroendevalda och säkerställa att dessa har en god bild av vad som förväntas av dem.
- I god tid före årsmötet presentera förslag på nya ledamöter för föreningens medlemmar.

Revisor

Revisorn ser till att styrelsen sköter sitt uppdrag och genomför arbetet på rätt sätt. Det sker oftast en gång om året, i efterhand, men en revisor kan även vara en person att rådfråga i ekonomiska frågor under årets gång. Det är en fördel om personen som är vald till revisor har grundläggande kunskaper i ekonomi och förvaltning.

Adjungerad

En adjungerad har inte besluts- och förslagsrätt, men kan vara inbjuden för att bidra med viss kompetens eller för att ta ansvar för en viss uppgift. Att ha adjungerade med specifika kompetens- eller ansvarsområden är ett bra sätt att avlasta styrelsen och fördela ansvar och arbete inom föreningen.

Arbetsgrupper

En arbetsgrupp kan ta ansvar för en specifik del av föreningens verksamhet. Arbetsgrupper kan vara ett sätt fördela arbetet på flera och ge medlemmar möjlighet att jobba med frågor de brinner för utan att behöva axla styrelsens ansvar.

Flera roller

I en förening kan det finnas flera roller som till exempel motionsledare, webbansvarig och instruktör i hjärt- och lungräddning. På hemsidan under fliken "Föreningsstöd" kan du läsa mer om dessa roller.

Föreningens verktygslåda

Det är en stor fördel för en lokalförening av vara del i en större organisation. HjärtLung erbjuder lokalföreningarna flera verktyg som förenklar arbetet och minskar kostnaderna. Lokalföreningarna kan också kontakta länsföreningen eller riksförbundet för att få råd och stöd i arbetet.

E-post

Alla föreningar har en e-postadress som förbundskansliet regelbundet skickar information till. Alla i styrelsen kan få tillgång till e-postadressen. För att inte gå miste om ny kunskap och aktuella händelser är det viktigt att e-posten läses regelbundet. Skicka e-post till support@hjart-lung.se för att få hjälp med e-postadressen.

Hemsida

Alla föreningar har tillgång till en kostnadsfri hemsida. Ramverket är gemensamt för alla föreningar inom HjärtLung, men varje förening lägger in det material (text, bild, film mm) som man önskar och ger hemsidan en egen profil. Genom hemsidan når man snabbt och billigt ut med information till alla medlemmar, samt kanske lättare når ut till yngre medlemmar.

Fördelarna med en gemensam plattform för hemsidor är:

- Hemsidan redigeras via webbläsaren och kräver ingen programvara eller tekniska kunskaper.
- Det går att göra tekniska lösningar som alla får ta del av.
- Övergripande uppdateringar slår igenom på alla hemsidor.
- Det är kostnadseffektivt när alla föreningar delar en gemensam IT-lösning.

Teknisk support

På riksförbundets hemsida finns grundläggande information om hur IT och olika tekniska lösningar fungerar inom HjärtLung. Vid tekniska frågor se fliken "Föreningsstöd" på hemsidan eller skicka e-post till support@hjart-lung.se.

Medlemsregister

Alla medlemmar inom HjärtLung registreras i ett gemensamt medlemsregister. Registret är personnummersatt och omfattas av personuppgiftslagen (PUL). Medlemsregisteret samkörs med SPAR vilket innebär att det genomförs automatiska adressuppdateringar via folkbokföringen. Förbundet lämnar inte ut information om medlemmar eller medlemsregistret till utomstående. Endast lokalföreningen, länsföreningen och riksförbundet har tillgång till lokalföreningens medlemsregister.

Funktioner som finns i registret:

- Medlemshantering.
- Intresseanmäld.
- Föreningsadministration – föreningens kontaktuppgifter, styrelse mm.
- Statistik.
- Rapporter – utskrifter, etiketter och datafiler.
- Utskick via e-post.
- Avisering av medlemsavgift och avstämmning.

Central inkassering av medlemsavgifter

Lokalföreningen bör ansluta sig till central inkassering av medlemsavgifter, vilket underlättar föreningens administrativa arbete. Riksförbundet sköter då utskick av medlemsfakturor, inkassering och avstämmning mot registret. Mellanskillnaden mellan den centrala avgiften och föreningens avgift betalas månadsvis. Vid intresse att ansluta föreningen, kontakta förbundskansliet.

Bokföringsprogram

Förbundet erbjuder ett bokföringsprogram online som är utvecklat för att passa lokalföreningens verksamhet. Bokföringsprogrammet är enkelt att använda och det finns manualer och instruktionsfilmer som underlättar att komma igång. Det är en trygghet för lokalföreningen att använda sig av ett gemensamt bokföringsprogram jämfört med att ha bokföringen på en enskild dator. Data sparas och säkerhetskopieras kontinuerligt. Bokföringsprogrammet är kostnadsfritt för lokalföreningen.

Kassörer i läns- och lokalföreningar kan få tillgång till bokföringsprogrammet genom e-post till info@hjärt-lung.se.

Informationsmaterial och föreningsstöd

På riksförbundets hemsida finns information om olika diagnoser samt patientberättelser, informationsfilmer och länkar till andra relevanta hemsidor. Här publiceras även nyheter och artiklar, nya rön inom forskning, debattartiklar och pressmeddelanden. Denna information kan lokalföreningen använda till exempel i studiecirkel och för att skapa debatt i lokala tidningar. Informationsmaterial kan beställas via webbutiken på riksförbundets hemsida.

Mallar och dokument som stöd och hjälp i lokalföreningens arbete finns på riksförbundets hemsida under fliken "Föreningsstöd".

Logotype och grafisk profil

HjärtLung består av många föreningar som arbetar tillsammans som en enhet. Kraften i att vara ett stort förbund ska också synas utåt, därför har alla föreningar samma logotype och en grafisk profil som ska följas i trycksaker och på nätet.

Den grafiska manualen innehåller riktlinjer för form, färg, typografi och bildspråk. Här finns instruktioner kring profilmfärger och grafiska element som skapar igenkänning. Den grafiska profilen resonerar kring bildspråk och ger anvisningar för logotypens användande samt innehåller mallar för kontorsmaterial, platsannonser, powerpointpresentationer och profilprodukter. Logotyperna är tillgängliga för trycksaker (EPS-format) och webb (JPG-format) och finns i ett antal olika varianter för olika format.