

# Strategi for frivillighed i Compana®Gymnastikforening



2014

# Indledning

## Vi har valgt at lave en strategi for rekruttering:

- Inden for en kort årrække skal der ske et generationsskifte i bestyrelsen
- Vi vil i større omfang end nu operere med udvalgsopgaver
- Vi har brug for at være på forkant og have overskud af uddannede instruktører og vejledere til akut afløsning ved f.eks. sygdom

Med en vellykket strategi er nuværende bestyrelse senest om fem år udskiftet med nye og yngre kræfter, der brænder for at videreføre vores arbejde samt Companas værdier og principper.

Flere af de nuværende mindre og praktiske bestyrelsesopgaver vil varetages af små udvalg.

Vi vil fortsat have overskud af uddannede instruktører og vejledere tilknyttet foreningen.

## **Ved at blive frivillig i Compana indgår man automatisk i et forpligtende fællesskab**

# Vision og mission – det arbejder vi for!

## **Mission:**

Foreningens formål er at tilbyde gymnastik udviklet til forebyggelse af ryg- og bækkenproblemer samt være med til at udbrede kendskabet til COMPANA®'s S-formstræning i Vejle Kommune.

I Compana arbejder vi koncentreret med ryggen og hele den øvrige del af kroppen, så der opstår et "Compagniskab mellem ryg og krop".

Målet er en bedre bevægelighed, forebyggelse af rygskeer og generelt en bedre livskvalitet.

Alle kan deltage, da der hverken er opvisning eller konkurrence forbundet med rygtræningen.

## **Visioner:**

- Holde fast i fagligheden gennem uddannelse
- Gennemføre et vellykket generationsskifte i bestyrelsen
- Arbejde for hele tiden at have uddannede instruktører/vejledere
- Fastholde nuværende medlemstal og økonomi

# Companas værdier

## Kvalitet:

- Veluddannede og forberedte instruktører/vejledere
- Bedst mulige faciliteter
- Engagement hos de frivillige (bestyrelse, instruktører, vejledere)
- Klar og tydelig information / kommunikation
- God introduktion til rygtræningen
- Opfølgning på henvendelser
- Tilfredse medlemmer
- Effektive og velforberedte møder

## Omgangsform:

- Gensidig respekt
- Socialt fællesskab
- Sociale sammenkomster
- God omgangstone
- Imødekommenhed / tolerance
- Humor – "ret ryggen og giv plads til humoren"

## Udviklingsorienteret:

- Mulighed for personlig udvikling
- Løbende efteruddannelse
- Åbenhed for eksternt, relevant uddannelse
- Åbenhed for nye initiativer
- Finde nye ildsjæle

## Rekruttering til og fastholdelse af frivillige i Compana

Compana arbejder med 5 frivillighedssegmenter:

- Instruktører
- Vejledere
- Bestyrelse
- Udvalgsmedlemmer
- Specialister

P.t. varetages de bestående udvalgsposter af instruktører og vejledere.

Bestyrelsen har det overordnede ansvar for rekruttering og fastholdelse af alle frivillige.

### **Instruktører og vejledere:**

Potentielle frivillige spottes på holdene, og henvendelse til dem foregår personligt. Hvis grundlaget er til stede planlægges i samråd mellem bestyrelse og den frivillige individuel oplæring/uddannelse.

- Alle instruktører uddannes fra Eilbygård i Børkop i Companas specielle rygtræningsprincipper
- Vejledere oplæres ved at være "føl" hos en erfaren vejleder, så længe det er påkrævet

Der foreligger fælles løbende faglig efteruddannelse to gange om året.

Bestyrelsen fastlægger de økonomiske rammer årligt for efteruddannelse og et kursusudvalg tilrettelægger kurserne ud fra indkomne ønsker.

Et vigtigt element i efteruddannelsen er det sociale aspekt samt udveksling af erfaring, idet der arbejdes i små teams på forskellige ugedage og skoler til hverdag.

Der udsendes forespørgsel om ønsker og behov til instruktører og vejledere på fastlagt tidspunkt før ny sæson og der rundspørges om kursusønsker 3 måneder før kursusafholdelse.

### **Bestyrelsen:**

I bestyrelsen har vi aftaler om hvordan og hvornår vi kan kontakte hinanden uden for fastsatte møder.

Der har ikke foreligget regler for rekruttering af medlemmer til bestyrelsen og de nuværende er fundet ved forespørgsel/opfordring blandt gymnaster.

Vi har reduceret antallet af bestyrelsesmedlemmer og arbejder i stedet lidt med mindre udvalgsposter.

### **Udvalgsmedlemmer:**

Potentielle udvalgsmedlemmer spottes blandt de øvrige frivillige eller blandt gymnasterne på holdene.

### **Specialister:**

Der tages kontakt til personer med den specialviden, der er behov for

### **Generelt:**

Vi har efter aftale fastlagt fællesmøde for de 4 øverste segmenter 1 gang årligt. Specialister er personer, der er tilknyttet Compana ad hoc på grund af en specifik viden, og de deltager ikke i fællesmødet

Med en strategi for rekruttering forestiller vi os, at det vil være nemmere at finde emner til mindre selvstændige og/eller afgrænsede områder, som igen vil give lyst og nysgerrighed til bestyrelsesopgaver.

Fastholdelse af de frivillige foregår ved at bestyrelsen har stærk fokus på trivsel både for den enkelte og i de små teams og arbejder til stadighed gennem bl.a. socialt samvær/fester på at fastholde den solidaritet og følelse af ejerskab, der hersker i Compana.

## **Kommunikationsstrategi**

I Compana bygger kommunikationen på åbenhed og dialog. Alle er bekendt med kommunikationsstrategien, således at vi bygger på de samme værdier. Alle informationer kommunikeres i en form, der er forståelig for modtageren.

Kommunikation med de **aktive frivillige** foregår situationsbestemt og efter budskabets karakter og krav om at blive modtaget og besvaret hurtigt. Der anvendes telefon, mail og sms i det daglige.

For at sikre en løbende dialog fordeles bestyrelsen så vidt muligt på holdene, så der her kan være en tæt kontakt mellem bestyrelse, instruktører og vejledere.

Efter behov udsendes en nyhedsmail med relevant information til de frivillige. Hvert år afholdes et fællesmøde med alle involverede, hvor der er mulighed for at informere på tværs, og hvor konkrete emner kan drøftes.

Den interne kommunikation styrkes ved hjælp af hjemmesidesystemet Klubmodul, hvor instruktørerne kan se alle medlemmer, hold og adresselister på øvrige frivillige. Herfra udsender instruktørerne mails eller sms til holdene ved aflysninger, sæsonslut el.l. Alle har adgang til instruktørarkivet, hvor alle nødvendige dokumenter findes i opdateret form. Kun bestyrelsen har adgang til bestyrelsesarkivet.

I indeværende år har vi fået lavet en "knap" på Companas hjemmeside, hvor der vil være et link til en beskrivelse af, hvad det indebærer at være frivillig i vores forening. Det skal være muligt for interesserede at henvende sig uforpligtende ad den vej.

## **Ledelse af de frivillige**

Vi tager ikke de frivillige for givet, og har meget fokus på personalepleje.

Alle instruktører og vejledere bliver ved planlægning af kommende sæson spurgt om deres ønsker for sæsonen. Ønsker imødekommes i størst mulig udstrækning, eller der sker en forhandling, så alle parter bliver tilfredse.

I løbet af sæsonen er bestyrelsen meget opmærksomme på de frivilliges trivsel, og alle henvendelser fra dem tages alvorligt og følges op på hurtigst muligt.

Nye instruktører uddannes eksternt i den specielle S-forms gymnastik.

Herudover er der en eller to årlige interne kursusdage, hvor alle forventes at deltage. Hele uddannelses-og kursusområdet er under ændring p.t.

Der udarbejdes skriftlige aftaler med alle instruktører og vejledere. Der findes et sæt generelle regler, som gælder alle frivillige og som skal kendes af alle.

Instruktørerne får hvert andet år supervision af en sagkyndig ekstern konsulent. Vejlederne bliver superviseret af en intern supervisor.

Bestyrelsen følger op på de frivilliges forhold ved min. 1 besøg om året på hvert hold.

Bestyrelsens opgaver er beskrevet i en årsplan med navn ud for opgaven. Det enkelte medlems opgaver er beskrevet. Alle arbejdsopgaver er beskrevet i Klubmodul.

Compana udøver anerkendende ledelse og i tilknytning hertil foretages der forventningsafstemning med de frivillige. Der ydes al mulig mundtlig og skriftlig anerkendelse og opbakning i løbet af sæsonen.

Uoverensstemmelser mellem de frivillige og medlemmerne henvises til bestyrelsen. Spørgsmål om medlemskab eller spørgsmål af økonomisk karakter henvises til bestyrelsen, og det samme gælder øvrige spørgsmål med indbygget stof til konflikter.

## **Sådan belønner Compana de frivillige og de, som arbejder for klubben**

Companas politik for belønning/aflønning er, at ingen skal have udgifter ved at udføre frivilligt arbejde for foreningen, og at der kan ydes aflønning-/omkostningsgodtgørelse i nedenstående situationer:

Instruktører:

- Timeløn + feriepenge
- Gratis julefrokost
- Gratis gymnastiktøj
- Fri gymnastik på alle hold
- Deltagelse i årlig sommerfest mod egenbetaling
- Gaver ved særlige lejligheder

Vejledere:

- Telefongodtgørelse
- Fri gymnastik på alle hold
- Gratis julefrokost
- Gratis gymnastiktøj
- Deltagelse i årlig sommerfest mod egenbetaling
- Gaver ved særlige lejligheder

Bestyrelsesmedlemmer:

- Telefongodtgørelse
- Fri gymnastik på alle hold
- Gratis julefrokost
- Gratis gymnastiktøj
- Deltagelse i årlig sommerfest mod egenbetaling
- Gaver ved særlige lejligheder

Udvalgsmedlemmer:

- Gratis julefrokost
- Deltagelse i årlig sommerfest mod egenbetaling
- Gaver ved særlige lejligheder

Specialister:

- Særlig gave efter indsats

# **Sådan strukturerer og organiserer vi opgaverne i foreningen**

Arbejdet i foreningen struktureres på den måde, at der er udarbejdet arbejdsbeskrivelser for de forskellige opgaver, og at det er aftalt, hvem der har ansvaret for de respektive opgaver.

For bestyrelsen er der udarbejdet en årsoversigt og ansvarsfordeling. Efter hvert bestyrelsesmøde udarbejdes der referat samt en aktivitetsliste over aktuelle opgaver inden næste møde.

For vejledere og instruktører er der udarbejdet aftaler, hvoraf fremgår, hvad de er ansvarlige for.

Alle dokumenter er gemt i instruktør- og bestyrelsesarkiverne i Klubmodul

Mødeaktiviteterne aftales i samarbejde med de berørte parter. For bestyrelsens vedkommende afholdes der møder efter behov, men ca. 4 gange årligt.

## **Aktivt brug af frivillighedspolitikken**

Bestyrelsen er ansvarlig for rekruttering af frivillige, men et af bestyrelsesmedlemmerne vælges som ansvarlig for opfølgning.

Der indføres et fast punkt på dagsorden til bestyrelsesmøder, hvor vi tjekker om vi stadig holder os på "sporet" omkring vores frivillighedsstrategi og strammer op om nødvendigt.