

# Ydelseskatalog

KERNEYDELSERNE HOS GULDBORGSUND FRIVILLIGCENTER  
OG INSPIRATION TIL BRUG AF FRIVILLIGCENTERET



GULDBORGSUND FRIVILLIGCENTER

---

# INTRODUKTION TIL YDELSESKATALOGET

Guldborgsund Frivilligcenter er en lokal paraplyorganisation, som arbejder for at støtte, udvikle og synliggøre den frivillige indsats i Guldborgsund. Vi hjælper lokale foreninger, eksterne partnere og dig som frivillig.

Gå på opdagelse her i vores Ydelseskatalog, som vi håber kan være både til hjælp og til inspiration.

Kontakt os, hvis vi kan hjælpe dig, din forening eller din organisation.



## DET KAN DU LÆSE OM HER I YDELSESKATALOGET

- Introduktion til Ydelseskataloget.
- For foreningerne: Hvad får din forening ud af at være medlem af Guldborgsund Frivilligcenter?
  - Temapakke 1 - Gør det godt!
  - Temapakke 2 - Gør det sjovt!
  - Temapakke 3 - Gør det sammen!
  - Temapakke 4 - Gør det grundigt!
- For dig der vil være frivillig: Hvad betyder det at være frivillig?
- For eksterne partnere: Hvordan gør frivillighed en forskel for din organisation/virksomhed?
- Guldborgsund Frivilligcenter: En lokal paraplyorganisation for den frivillige sociale indsats.
- Lidt til og meget mere om Guldborgsund Frivilligcenter og centrets bestyrelse.
- Find os her: Kontaktoplysninger.



# FOR FORENINGERNE



Guldborgsund Frivilligcenter spiller en vigtig rolle i den frivillige sociale indsats i Guldborgsund, hvor vi understøtter og styrker det frivillige engagement.

Vi tilbyder en bred vifte af støtte og ressourcer til lokale foreninger. Alt fra at være med til at skabe de bedste rammer og til praktisk hjælp i foreningens hverdag.

Vi kan hjælpe jer med alt fra opstart til udvikling af jeres forening, og vi deler gerne vores viden om den frivillige sociale indsats lokalt og generelt.

Med et medlemskab af Guldborgsund Frivilligcenter får I som forening:

- Synlighed ved større lokale arrangementer.
- Tilbud om foreningsudvikling for din foreningsbestyrelse (læs om vores fire temapakker på de næste sider)
- Råd og vejledning til aktiviteter, projekter og ansøgninger.
- Sparring til det daglige arbejde i foreningen som fx idéudvikling, fundraising, dokumentation og evaluering.
- Vejledning om rekruttering og fastholdelse af frivillige.
- Viden om foreningslivets rammer og muligheder.
- Praktisk hjælp til eksempelvis lokale lån, kommunikation, opslag af frivilligjob.
- Vejledning til digitale værktøjer som fx hjemmeside og sociale medier.
- Hjælp til dannelse af selvhjælps- og netværksgrupper.

## TEMAPAKKER

Vi bidrager til at øge vores medlemsforeningers kapacitet og kompetencer gennem uddannelses- og træningsprogrammer. Blandt andet tilbyder vi fire forskellige temapakker, som er sat sammen for foreningernes bestyrelser, så bestyrelsesmedlemmerne kan blive klædt godt på og støttet i alle dele af foreningsarbejdet.

Kontakt os for at høre mere om, hvordan en temapakke kan gavne jeres forening.



# FOR FORENINGERNE - TEMAPAKKE 1

## Pakke 1

### OPSTART AF FORENING

Gør nogen allerede det samme som jer?  
Vejledning til CVR nummer og bankkonto  
Registrering af forening de rigtige steder  
Hjælp til formulering af vedtægter  
Sparring om foreningens formål og værdier

# GØR DET GODT!

### GØR DET GODT

Denne temapakke er til jer, som overvejer at starte en ny forening eller som netop har startet én.

Vi kan hjælpe jer med at få det rette grundlag for foreningens arbejde på plads, så I som forening trygt kan kaste jer ud i arbejdet med jeres formål.

Når I deltager i dette forløb, skaber I stærke bånd sammen.

Fællesskabet i foreningen sættes i centrum samtidig med, at I alle får samme udgangspunkt for bestyrelsesarbejdet.

Der er mange grunde til at gøre noget godt. Først og fremmest kan det give en følelse af tilfredshed og glæde at vide, at man har hjulpet andre eller gjort en positiv forskel i verden.

Det kan også bidrage til at opbygge relationer og skabe tillid mellem mennesker. Derudover kan det bidrage til at skabe et mere retfærdigt og harmonisk samfund.

Det kan også have personlige fordele, såsom at styrke ens værdier, øge ens selvværd og hjælpe med at udvikle ens evne til at forstå og tage hensyn til andres perspektiver.



# FOR FORENINGERNE - TEMAPAKKE 2

## Pakke 2

### PROJEKTER OG IDÉER

Interessenter

Brugere

Brobygning

Økonomi

Målgrupper

Kommunikation og markedsføring af din forening

Årshjul

# GØR DET SJOVT!

### GØR DET SJOVT

Denne temapakke er til jer, som vil blive bedre til at arbejde med projekter og idéer, og få dem ud at leve.

Når I skal arbejde med projekter og idéer er det vigtigt at have styr på alle detaljer. Det er også en god idé at overveje, om det kunne være en fordel at samarbejde med andre foreninger.

I dette forløb får I inspiration til at tænke jeres projekter i nye baner. I får indblik i kommunikation og markedsføring af jeres forening.



Når du skal gøre det sjovt, så skal du vælge noget du virkelig har lyst til at gøre. Du skal invitere dine venner med eller nye mennesker og samarbejdspartnere. Du skal være åben overfor nye oplevelser og måske endda gøre noget, du ikke plejer at gøre, som måske kan give dig nye færdigheder og erfaringer.

På det praktiske plan, skal du huske på, at der engang i mellem opstår situationer, som man ikke er herre over, og at god planlægning er en god måde at starte på.

Tag en masse billeder undervejs, nyd øjeblikket, smil og grin - det smitter!



# FOR FORENINGERNE - TEMAPAKKE 3

## Pakke 3

### FORENINGSKULTUR

Rekruttering og fastholdelse

Synliggørelse

Modtagekultur

"Goddag og farvel"

Værdier

At arbejde med "Vensomhed"

Branding

## GØR DET SAMMEN!

### GØR DET SAMMEN

Denne temapakke er til jer, som gerne vil arbejde med jeres foreningskultur.

Måske har I behov for at forny jer selv og få nye medlemmer ind i foreningen. Måske har I bare lyst til at blive rystet godt sammen i bestyrelsen og få et fælles ståsted.

Når I deltager i dette forløb, så har I gjort jer klart, at I kommer til at tale om kernen af jeres forening. I kommer til at arbejde med hvem I er, hvor I er på vej hen og hvilken type forening, I gerne vil være i fremtiden.



Når man gør noget sammen, så betyder det, at man viser respekt for hinanden. Man samarbejder om det fælles mål, selvom man ikke nødvendigvis er enige hele tiden.

Sammen er man fleksible og positive. Man deler opgaver og ansvar og sørger for, at alle har en stemme undervejs i opgaven og at alle er en del af beslutningsprocessen.

Opgaverne løser sig bedst, når man er sammen om dem.



# FOR FORENINGERNE - TEMAPAKKE 4

## Pakke 4

### DRIFT OG STRATEGI

Bestyrelsesarbejde  
Fundraising  
Dokumentation  
Generalforsamling  
Vedtægter og forretningsorden  
Udvikling  
Evaluering

## GØR DET GRUNDIGT!

### GØR DET GRUNDIGT

Denne temapakke er til jer, som sætter en ære i, at tingene bliver gjort grundigt og til tiden.

Måske har I brug for at blive bedre til at planlægge i god tid, at dokumentere foreningens arbejde eller at søge penge til jeres projekter og aktiviteter.

Når I deltager i dette forløb er det for at blive skarpere på de rammer, som gælder for jeres bestyrelsesarbejde. Det er også for at styrke det grundlæggende bestyrelsesarbejde og være på forkant med foreningens udvikling.

At gøre noget grundigt kan tage tid og kræver tålmodighed. Det er vigtigt at tage sig tid til at gøre tingene sammen og ikke skynde sig gennem opgaver og projekter. Uanset hvilken opgave du vil være grundig med, så kræver det koncentration og forarbejde.

For at være rigtig grundig skal du også huske at evaluere dit arbejde og lægge en plan for kommende lignende opgaver. Måske skal du dobbelttjekke for fejl og mangler eller bede andre om feedback på det, du har lavet.



# FOR DIG DER VIL VÆRE FRIVILLIG

I Guldborgsund Frivilligcenter arbejder vi for, at det skal være let:

- at blive og være frivillig.
- at yde en frivillig social indsats.
- for alle borgere at få hjælp og støtte i civilsamfundet.
- at få information om frivillighed i Guldborgsund Kommune.
- at bygge bro mellem interessefælleskaber og mennesker.

## HVAD BETYDER DET AT VÆRE FRIVILLIG?

At yde en frivillig indsats kan være en berigende oplevelse, da det giver mulighed for at lære nye færdigheder, møde nye mennesker og gøre en positiv forskel i samfundet.

Først og fremmest bliver du en del af et netværk af andre engagerede frivillige, hvor du vil kunne se og mærke den forskel dit engagement gør for andre mennesker.

Uanset hvilken opgave du kaster dig ud i, vil din tid, energi og dine færdigheder bidrage til en godt formål.

Vi kender vores medlemsforeninger godt. Vi ved, hvad de arbejder med, hvilke visioner og hvilket formål de har. Det giver os gode forudsætninger for at finde en forening, som kan matche dig og dine interesser.



Tag et kig på vores hjemmeside og Facebook, eller kom forbi til en uforpligtende snak om at være frivillig og lokalt engageret.

Frivilligcenteret har åbent mandag, tirsdag og torsdag fra kl. 10 - 15 samt onsdag og fredag efter aftale.

Vi har altid kaffe og te på kanden og glæder os til at møde dig.



# FOR EKSTERNE PARTNERE

## FOR VIRKSOMHEDER

Hvordan arbejder I med CSR - Corporate Social Responsibility - i jeres virksomhed og i lokalsamfundet?

CSR kaldes også samfundsansvar, social ansvarlighed, bæredygtighed og tredobbelt bundlinje. Uanset hvilken betegnelse man bruger, handler CSR om, at virksomheder udviser ansvarlighed i forhold til det omgivende samfund. Det handler om at drive forretning på en måde, der minimerer negative påvirkninger og maksimerer positiv værdi for mennesker, miljø og økonomi.

CSR handler også om samarbejde med foreninger, hvilket I kan gøre på mange måder - kun fantasien sætter grænser. Den traditionelle måde er donation af eksempelvis penge, IT udstyr, medarbejdertid, aktiviteter, at stille lokaler til rådighed, afvikle aktiviteter, invitere på virksomhedsbesøg, tilbyde kurser, hjælpe med kommunikation eller yde økonomisk/juridisk bistand.

Tag en snak med os. Vi vil gerne dele vores viden om den frivillige sociale indsats i Guldborgsund med jer. Vi holder også gerne oplæg og foredrag om frivilligcenterets arbejde ved fx personalemøder og temadage.

Vi har kompetencerne til at hjælpe jer med at finde den helt rigtige løsning, og den rigtige forening at samarbejde med, så jeres CSR både skaber værdi for virksomheden og gør en reel forskel for lokalsamfundet.

## FOR KOMMUNEN

Vi understøtter et tæt samarbejde mellem kommunen og frivillige sociale indsatser, fordi samarbejde skaber de bedste muligheder for kommunen, for foreningerne, de frivillige og ikke mindst for borgerne.

Stærkere og tættere samarbejde skal være en selvfølge, for det er fælles for både de dygtige medarbejdere og frivillige, at de vil borgernes bedste. En fælles og koordineret indsats kan være med til at gøre en stor forskel for den enkelte borger, når samarbejdet er formaliseret og gensidigt.

Det er Frivilligcenterets holdning, at det er bedst for frivilligrupper at være selvkørende.

Det er vigtigt for frivillige at få støtte, tilbud om kurser og selvhjælp og samtidig at kunne opretholde følelsen af, at man er en del af et større fællesskab blandt andre frivillige. Vi ser det samtidig som grundlæggende i den frivillige sociale indsats, at ejerskabet og ansvaret ligger hos de frivillige.



# GULDBORGSUND FRIVILLIGCENTER



Guldborgsund Frivilligcenter er en paraplyorganisation i Guldborgsund Kommune, som arbejder for at fremme den frivillige sociale indsats.

Det gør vi ved at støtte, synliggøre, udvikle og fremme foreningslivet i lokalområdet, så foreningerne kan fokusere på deres formål.

Vi tilpasser løbende vores ydelser, så de passer til ønsker og aktuelle behov i samfundet.

Nogle af de ydelser, som Guldborgsund Frivilligcenter tilbyder, er:



## RÅDGIVNING OG VEJLEDNING

Vi tilbyder rådgivning og vejledning til frivillige organisationer og enkeltpersoner, der ønsker at starte en frivillig organisation og at udvikle deres foreninger.



## KURSER OG WORKSHOPS

Vi tilbyder kurser og workshops om forskellige emner, der er relevante for frivillige organisationer, fx fundraising, kommunikation, markedsføring, foreningsudvikling og bestyrelsesarbejde.



## NETVÆRK

Vi arrangerer regelmæssigt netværksmøder for frivillige organisationer, hvor de kan møde og samarbejde med andre frivillige organisationer samt udveksle erfaringer og ideer.



## REKRUTTERING AF FRIVILLIGE

Vi hjælper frivillige organisationer med at rekruttere frivillige til deres projekter og aktiviteter.



## LOKALER OG FACILITETER

Vi stiller lokaler og faciliteter til rådighed for frivillige foreninger og organisationer, som har brug for et sted at afholde deres møder og aktiviteter.



# ET CENTER MED LIDT TIL OG MEGET MERE

Målet for Guldborgsund Frivilligcenter er at støtte, udvikle og forankre den frivillige sociale indsats i Guldborgsund.

Guldborgsund Frivilligcenter ønsker at stå til rådighed for de frivillige og deres organisationer med viden, netværk og hjælp til at udvikle den enkelte og foreningen. Vi bringer forskellige aktører sammen og skaber stærke og samarbejdende fællesskaber inden for den frivillige sociale indsats. Samtidig ønsker centret at være det centrale sted, hvor borgere kan henvende sig for råd og vejledning om relevante frivillige aktiviteter.

Guldborgsund Frivilligcenter er uafhængig af religiøse og politiske holdninger. Vi ønsker - i et ligeværdigt samspil - at udvikle og støtte en mangfoldig og lystbetonet frivillig indsats i Guldborgsund for borgere i alle alders- og faggrupper.

Kontakt os for at høre nærmere om vores arbejde og ydelser. Vi kan lidt til og meget mere!



**Centerleder**  
**BIRGITTE ZIMLING**  
bli@fri-villig.dk  
Tlf. 51 28 12 05



**Frivilligkonsulent**  
**SIGNE SCHNECKLOTH**  
signe@fri-villig.dk  
Tlf. 51 18 70 40

## BESTYRELSEN I GULDBORGSUND FRIVILLIGCENTER

Guldborgsund Frivilligcenter er en forening med en bestyrelse, hvis sammensætning bestemmes af den årlige generalforsamling.

Bestyrelsen ønsker at støtte og fremme en frivillig, uegennyttig social indsats, der fordomsfrit og respektfuldt tager udgangspunkt i det enkelte menneskes ønsker og behov. En frivillig social indsats bringer ressourcestærke og mindre ressourcestærke borgere sammen i et ligeværdigt fællesskab, hvor frivillige stiller sig til rådighed med tid, omsorg og nærvær.

Bestyrelsesformand Jan Riis kan kontaktes på mail [formand@fri-villig.dk](mailto:formand@fri-villig.dk).



# FIND OS HER

Guldborgsund Frivilligcenter ligger centralt i Nykøbing F. lige over for banegården/stationen, men i praksis arbejder vi i alle dele af Guldborgsund Kommune.



## KONTAKT

Guldborgsund Frivilligcenter  
Banegårdspladsen 1A  
4800 Nykøbing F.  
Tlf. 54 82 00 55  
[bli@fri-villig.dk](mailto:bli@fri-villig.dk)



[www.fri-villig.dk](http://www.fri-villig.dk)



[www.facebook.com/GuldFrivilligcenter](https://www.facebook.com/GuldFrivilligcenter)



[@guldborgsundfrivilligcenter](https://www.instagram.com/guldborgsundfrivilligcenter)

## ÅBNINGSTIDER

Mandag, tirsdag og torsdag 10 - 15  
Onsdag og fredag efter aftale

Mest af alt holder vi af, at møde dig ansigt til ansigt til en god snak over en kop kaffe eller te.

# GULDBORGSUND FRIVILLIGCENTER