

**Kom i gang med
lokallagsarbeid i
Norsk Dysmeliforening**

Hva er målet med lokallagene?

Norsk Dysmeliforenings lokallag har som overordnet mål å etablere og drive sosiale møteplasser for sine medlemmer, samt arbeide med likepersonsarbeid.

Et lokallag bør:

Invitere til sosiale møteplasser for sine medlemmer i nærmiljøet, minst én aktivitet i sommerhalvåret, og én aktivitet i vinterhalvåret.

Utføre likepersonsarbeid.



Hva er et lokallag i Norsk Dysmeliforening?

Lokallagene er selvstendige enheter i Norsk Dysmeliforening

De har egne vedtekter og et eget styre valgt av og blant medlemmene

Et lokallag består av én styreleder, og minimum to andre styremedlemmer

Lokallagene har egne vedtekter, som man finner på dysmeli.no

Hvordan er lokallagene satt opp?

Et lokallag dannes innenfor et geografisk begrenset område, og er uavhengig av kommunegrenser

Alle medlemmer i Norsk Dysmeliforening tilhører et lokallag i sitt distrikt

Norsk Dysmeliforening har per mars 2025 17 lokallag



Hvordan fungerer årsmøtene i lokallagene?

Årsmøte i lokallaget skal avholdes innen utgangen av året, annethvert år. Innkalling skjer skriftlig og med minst tre ukers varsel.

Årsmøtet skal:

- Behandle årsmelding for siste kalenderår
- Godkjenne lokallagets regnskap for siste kalenderår
- Velge et styre på minimum tre medlemmer, som alle velges for to år av gangen



Hvordan fungerer årsmøtene i lokallagene?

For å sikre kontinuitet og kunnskapsoverføring bør ikke alle styremedlemmer gå ut av lokallagsstyret på samme tid

Årsmøtereferat sendes til: maren@dysmeli.no og ragna@dysmeli.no

Årsmøte-referatet bør inneholde:

- Status på gjennomførte lokalagsaktiviteter
- Planlagte fremtidige aktiviteter
- Status økonomi
- Eventuelt

Årsrapport

Lokallaget mottar et skjema for årsrapport på e-post fra hovedstyret

Skjemaet fylles ut av det lokale styret, signeres og sendes tilbake til styret i Norsk Dysmeliforening

Styret i lokallaget skriver og sender tilbake årsrapporten innen 31.12. samme år

**Slik kan du
skape aktivitet i
ditt lokallag**

Aktivitetsstøtte til lokallagene

Hvert lokallag har **1000kr i året** som kan brukes på lokallagsaktiviteter .
Utleggene refunderes fra økonomiansvarlig i Norsk Dysmeliforening
etter gjennomført aktivitet

Aktivitetsstøtten skal komme flest mulig i lokallaget til gode

Det bør være en likeperson fra foreningen som deltar på arrangementet

Aktivitetsstøtte til lokallagene

Et treff eller en aktivitet gjennomføres slik:

- Inviter til arrangement, via Spond
- Gjennomfør arrangement og legg ut for alle utgifter. *For å få refundert utgiftene, må du ta vare på kvitteringer*
- Send regnskap til okonomi@dysmeli.no, og bekreftelse på gjennomføring av arrangement til maren@dysmeli.no og ragna@dysmeli.no.
- Gjerne også send bilder og tekst til dysmelisten@dysmeli.no, men dette er valgfritt.

Aktivitetsstøtte til lokallagene

Regnskap for arrangementet:

Et eksempel på regnskap etter gjennomført treff kan se slik ut:

Antall deltakere: 7

Egenandel: 50 pr deltaker. Sum: 350,-

Utgifter: 3 pizza av 230,- Sum: 690,- ($690 - 350 = 340,-$)

Refunder 340,- til konto:

OBS: Husk å legge ved bilder av kvittering(er).



Slik oppretter du arrangement i Spond

- 1. Logg inn i Spond
- 2. Gå til “grupper”, og velg her din regions dysmeligruppe
- 3. Velg:
Arrangementer



Inviter gjerne hele regionen (hovedgruppen) – da ikke alle pr dags dato tilhører et lokallag.

Lag arrangement ×

Østlandet Norsk Dysmeliforening



Arrangement
Kamp, turnering eller sosialt



Gjentakende arrangement
Samme tidspunkt hver gang



Planlegg sesongen
Legg inn flere arrangementer

Tilbake

Lag arrangement ×

Østlandet Norsk Dysmeliforening



Hovedgruppe
Lager arrangement i hovedgruppen

>



En eller flere undergrupper
Lager arrangement i undergrupper

>

[Lær mer](#) om forskjellen på å invitere hovedgruppen og utvalgte undergrupper.

Tilbake

Lag arrangement

Østlandet Norsk Dysmeliforening

Søk etter personer

Valgt 0

Medlemmer

Foresatte

Personer (0/314)

Velg alle

Lag arrangement

Østlandet Norsk Dysmeliforening

Tittel

Tittel på arrangement

Beskrivelse

Fortell mer om arrangementet

Sted

Adresse eller sted (valgfritt)

Tidspunkt

fre 4. apr. 09:00

+ Legg til sluttidspunkt

Oppmøte

Ingen

Minutter før starttidspunkt

Arrangører

Deg

Oppgaver

Legg til oppgave

Arrangement uten egenandel

Lag arrangement

Østlandet Norsk Dysmeliforening

Tittel

Beskrivelse

Sted 

Tidspunkt

Oppmøte Minutter før starttidspunkt

Lag arrangement

Østlandet Norsk Dysmeliforening

Sted 

Tidspunkt

Oppmøte Minutter før starttidspunkt

Arrangører

Oppgaver

[Vis flere innstillinger](#)

Arrangement med egenandel

Lag arrangement

Nord Norsk Dysmeliforening

Tittel

Tromsøbadet

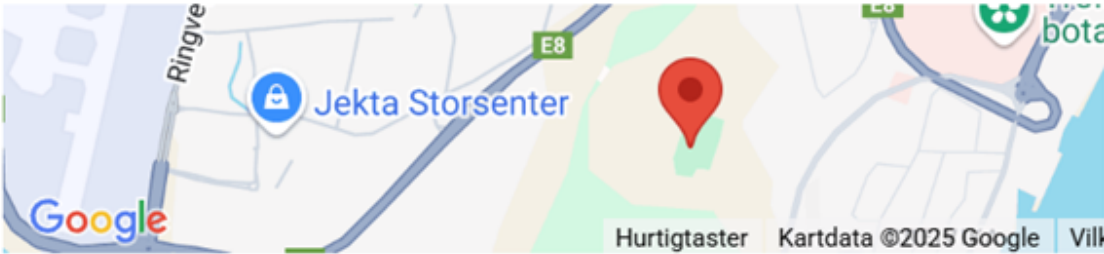
Beskrivelse

- Pris enkeltbillett: Voksen 195.-, Barn 4-16 år/student/honnør: 160.-. Har dysmelisten i familien gyldig ledsagerbevis, så gir det gratis inngang for en ledsager.

- Egenandel: 100 kroner per person. Egenandelen dekker ca 50% av billettprisen og betales via vipps til...

Sted

Tromsøbadet Templarheimen, Tromsø



Tidspunkt

søn 6. apr. 12:00

+ Legg til sluttidspunkt

Oppmøte

Ingen

Minutter før starttidspunkt

Lag arrangement

Sør Norsk Dysmeliforening

Tittel

Trampolinepark

Beskrivelse

Tid: søndag 03.11.24
Klokken: 11.00
Adr: Lista fly og næringspark, 4560 Vanse.

Egenandel for medlemmer:
Baby 0-2år 50kr, inkl. trampolinesokker
Barn 3-17år 80kr, inkl. trampolinesokker
Voksne: gratis
Ps. Ta med trampolinesokker hvis du har.

Sted

Lista fly

Tidspunkt

søn 6. apr. 12:00

+ Legg til sluttidspunkt

Oppmøte

Ingen

Minutter før starttidspunkt

Forslag til aktiviteter i lokallaget

Husk: Inviter til lavterskel-aktiviteter og møteplasser som passer flest mulig

Badetur

Klatring

Båltur

Piknink i parken

Bærtur

Akedag

Skogstur

Skøyter

Bowling

Pizzakveld

Vandretur

Kubb-spilling

DNT-arrangementer

Naturbingo

Pepperkakebaking

Eksempel på aktivitetsrapport til Dysmelisten

Her er ein liten rapport fra det hyggelige skogstreffet vi hadde:

Hele 40 personer, derav 19 barn kom til samlingen.

Oppmøtte fra Østlandsstyret: Anne-Marie Tørnby, og Jan Frode Annevik

Likepersoner: Paal Mork-Knutsen og Jan Frode Annevik

Vi begynte med litt informasjon om samlingen, og styret, Deretter informerte vi om at vi hadde to aktive likepersoner tilstede, så folk kunne få informasjon om forhold dei lurte på, eller bare utveksle erfaringer rundt dysmeli.

Så var det klart for litt aktiviteter. Vi hadde laget til ein Naturbingo, og inndelt i 7 lag måtte dei gå rundt i skogen for å krysse av ting dei såg, som fugl, røtter, dyrebæsj og kongler. Når dei hadde fått fem på rad kom dei tilbake til bålet og laget fikk ein heil pose marshmallows dei kunne grille. Alle lagene hadde funnet langt flere enn 5 på rad, og var veldig fornøyd med det.

Ny aktivitet. Denne gangen 3 på rad, der nye lag sprang stafett fram og tilbake til et rutediagram 20 meter borte. Dette var stor suksess, og lagene kjørte mange runder.

Samlingen var egentlig fra 14:00–17:00, men først 17:30 var dei fleste på heimtur.

Veldig fin dag, og vi har fått gode tilbakemeldinger på samlingen inne på Spond.