

## **Protokoll fra årsmøte i Forum for Livsstyrketrening**

Tid: Tirsdag 12. april 2016 kl. 18.30 – 19.45

Sted: Årsmøtet ble avholdt som et telefonmøte.

Melding om årsmøte for Forum for livsstyrketrening ble sendt ut 08.03.2016. Ved fristens utløp 17.03.2016 var det kommet inn en sak (sak 8).

Styret i Forum for livsstyrketrening har 8 medlemmer. Forrige årsmøte ble avholdt i forbindelse med seminar for livsstyrketrenerne 4.-6. desember 2014. Følgende personer ble da valgt inn i styret:

- Inger Johanne Lurås (leder)
- Liv Haugli (nestleder)
- Eldri Steen (styremedlem, sekretær)
- Åse Henriksen (styremedlem, web-redaktør)
- Solveig Berre (styremedlem, kasserer)
- Heidi Andersen Zangi (styremedlem)
- Birgitte Trollsaa (styremedlem)
- Tone Ringdal (styremedlem)
- Marit Hjelmesæth (styremedlem) - Satt i en overgangsperiode, ut 2015

Ingen av styremedlemmene er på valg i 2016.

### **Sak 1 Godkjenning av innkalling og sakliste**

#### **Vedtak:**

Forum for livsstyrketrening godkjenner innkalling og sakliste.

### **Sak 2 Antall stemmeberettigede**

#### **Vedtak:**

Antall stemmeberettigede medlemmer på årsmøtet 2016 er 6.

### **Sak 3 Valg av møteleder og referent**

#### **Vedtak:**

Inger Johanne Lurås velges som møteleder og Eldri Steen som referent.

### **Sak 4 Årsmelding 2015**

Forumets årsmelding for 2015 er vedlagt. Årsmeldingen favner styrets arbeid siden forrige årsmøte i desember 2014.

**Vedtak:**

Forum for livsstyrketrening tar årsmeldingen til etterretning.

**Sak 5 Regnskap for 2015**

Styret har kjent på behovet for mer kunnskap når det gjelder regnskap. I den forbindelse har Solveig Berre og Inger Johanne Lurås fått noen timer opplæring i Tromsø i slutten av februar.

**Vedtak:**

Forum for livsstyrketrening tar forumets regnskap til etterretning.

**Sak 6 Innspill til budsjett for 2016**

Styret foreslår at den økonomiske prioriteringen i 2016 er å fornye systemet for faktura- og medlemsregistrering. Det legges opp til at livsstyrketreningsseminaret går i null.

Medlemskontingenten beholdes på kr. 250,- per medlem.

**Vedtak:**

Styret i Forum for livsstyrketrening nedsetter en gruppe for å teste ulike faktura- og medlemsregistrerings systemer. Saken tas opp i neste styremøte og det endelige vedtaket sendes ut til medlemmer før 1 juli 2016.

**Sak 7 Revisjon av vedtektene for Forum for livsstyrketrening**

Vedtektene for Forum for livsstyrketrening har vært uendrede siden de ble laget i 2011,.

Styret har hatt en gjennomgang, og gjort noen justeringer. Av endringer er:

§ 2 Formål: Forumets formål er utdypet noe.

§ 4 Medlemmer: Det er her lagt til en setning om at «Medlemskap forutsetter innbetalt medlemskontingent.»

§ 10 Stemmegivning på årsmøtet. Det sto tidligere en setning der det ble referert til «vararepresentantene». Siden styret består av så mye som 8 medlemmer, har styret ikke hatt vararepresentanter i tillegg. Setning er derfor fjernet.

§ 11 Årsmøtets oppgaver. Forumet er ikke regnskapspliktig etter regnskapsloven, og har derfor heller ikke revisjonsplikt. Dette er justert i teksten.

§ 13 Styret: Det er lagt inn en setning om at styrets medlemmer velges for 2 år av gangen. Dette har stått oppgitt på nettsiden, men tidligere ikke i vedtektene.

§ 14 Grupper/avdelinger. Paragrafen, som gjeldt hvordan forumet kunne organiseres med avdelinger og/eller grupper, er fjernet i sin helhet.

Etter årsmøtet vil de reviderte vedtektene bli lagt ut på Forumets nettside

<http://www.livsstyrketrening.no/>

**Vedtak:**

Forum for livsstyrketrening vedtar de reviderte vedtektene.

**Sak 8 Innkommende sak**

Forslag fra Elin Valla:

Jeg foreslår at Styret strekker seg mot å sende en til to info-mailer til alle betalende medlemmer per kalenderår.

Hva: informere om nytt innenfor feltet, eks i utdanningen, litteratur om mindfulness, veiledning, kommunikasjon o.l, nytt som er lagt ut på hjemmesiden etc.

Hensikt: 1) Øke medlemskapets nytteverdi for den enkelte. 2) Støtte den enkelte Livsstyrketrener i å holde seg oppdatert. 3) Bidra til at Livsstyrketrening og Mindfulness gagnar flere.

Bakgrunn: Jeg erfarer (spesielt nå når jeg ikke er medlem av Styret) at det viktige arbeidet dere gjør blir mer usynlig for meg. Eks er at det tok tid før jeg oppdaget ot lydsporene fra Liv og Eldris cd er lagt ut på hjemmesiden. Disse gratis tilgjengelige sporene er en kjempeservice og et tilbud som kan gagne mange av brukere jeg er i kontakt med. I styret er det faglige sterke personer med engasjement innen feltet. Jeg antar at flere vil kunne gi tips om litteratur, arrangementer, etc. Jeg mener dette kan inspirere flere til å videreføre medlemskapet sitt, det blir mer synlig. Jeg ser motargumenter: utsendinger krever arbeid, noe av dette jeg beskriver muligens ivaretas på Facebook (er ikke medlem lengre, så vet ikke?), samt at utsendinger kan bli en hvilepute, slik at den enkelte LSTer er mindre egenaktiv.

Jeg tror likevel på idèen, og håper dere kan drøfte den.»

Det er viktig at arbeidet styret gjør kommuniseres til medlemmene på en hensiktsmessig måte. Til nå har styret sendt ut en liten oppdatering i forbindelse med sommerbrevet, samtidig som sakene styret jobber med har vært oppsummert i forbindelse med årsmøtet (årsmeldingen) og/eller ved at det har vært avsatt tid på det årlige LST-seminaret. Det er imidlertid viktig at forumet kontinuerlig diskuterer hva som er nyttig for medlemmene, og hvordan ting skal kommuniseres.


Forumets medlemmer inviteres til å komme med innspill på hvordan vi på best mulig måte kan bedre informasjonsflyten, og ha et levende forum.

**Vedtak:**

Styret i Forum for livsstyrketrening tar med seg innspillene fra Elin Valla når det gjelder informasjon til medlemmene, og vil lage en plan for hvordan informasjonen kan forbedres.

Oslo, 21 .04.2016

  
Inger Johanne Lurås  
Ledler

  
Eldri Steen  
Referent