

# Frivillighet

*Flere hender til klubbens oppgaver*

Arbeidshefte for klubb og utvalg

- **Organisering**
- **Rekruttering**
- **Samhold og trivsel**



Norges Håndballforbund

  
klubb  
huset

# Frivillighet-

## Vår største styrke



Hvert år jobbes det frivillig i norsk idrett tilsvarende over 33.000 årsverk! Norsk håndball har en stor andel av disse timene. Motiverte, engasjerte, inkluderende, skapende og driftige privatpersoner står sammen for å skape best mulig rammer for barn og unge.

«Vi er for få som birar i klubben»!

««Det er noen få som gjør alt»

«Folk har ikke tid til å være en del av håndballklubben lenger...»

### Frivillighet - i klubben

Dette er kjente påstander som speiler oppfatningen mange har i håndballen.

Er det virkelig sann? Kan vi gjøre noe med det eventuelt?

Fremfor å fokusere på det negative mener NHF at klubbene gjennom et godt strategisk arbeid har store muligheter for å tiltrekke seg enda flere engasjerte og motiverte personer som kan bidra til en best mulig aktivitet i klubben. Dessverre opplever vi ofte at klubben ikke har satt fokus på dette arbeidet. Dermed kan man heller ikke forvente at man som klubb skal oppleve suksess på området.

Med klubb-økten «Frivillighet» ønsker vi å bidra til at klubbene skal kunne, med enkle grep øke sannsynligheten for at enda flere ønsker å bidra, stort eller lite inn i deres klubb.

Dette temaheftet vil kunne være til god hjelp som et tillegg til «klubb-økten» som vi anbefaler alle klubber å gjennomføre.

For mer informasjon om dette tilbudet kontakt din region, evt. se [www.handball.no/kh](http://www.handball.no/kh)

**Begeistring**  
**Innsatsvilje**  
**Respekt**  
**Fair Play**  
handball.no



Hvis man som klubb definerer en klar strategi på sitt frivillighetsarbeid øker sannsynligheten for at man både klarer å rekruttere og beholde flere frivillige.

### Frivillighetsstrategi

Hva mener vi med det?

Dette kan defineres som en målrettet plan for hvordan deres klubb rekrutterer, motiverer, anerkjenner og beholder de frivillige.

Gjennom å skape tilhørighet og eierskap til en klubb som oppleves som åpen og inkluderende ønsker vi at flere skal inviteres, inkluderes og bevisstgjøres på det viktige arbeidet deres klubb bidrar med inn i lokalsamfunnet. Det bør også være et mål å synliggjøre at det er både morsomt og sosialt å være en del av håndballfelleskapet!

### Uten frivilligheten vil norsk håndball slutte å eksistere. Så enkelt er det!

Alle klubber oppfordres sterkt til å prioritere arbeidet med, for og rundt de frivillige.

Inkludert dere som sitter i styrer og utvalg.

Vi anbefaler at man bruker tid på løse «utfordringen» med nok folk til å løse alle oppgavene klubben har og vil få i fremtiden.

Dette verktøyet kan være til hjelp for klubben på veien for å systematisere eksisterende arbeid samt utvikle en strategi for videre arbeid med frivilligheten.

NHF har egne veiledere som kan bidra i denne prosessen. Kontakt din region hvis dere ønsker å gjennomføre klubbutviklingsøkten «Frivillighet». I løpet av 3 timer jobber klubben sammen med veileder med mål om å systematisere klubbens organisering av frivilligheten.

# Strategi

Tema	Hva ønsker vi å gjøre?	Hvordan skal vi gjøre det?	Når?	Hvem?
Hvordan rekrutterer vi?	Vi har en klar plan for hvem og hvordan vi gjør det.	Utarbeide en strategi på hva vi trenger, hvordan vi spør og hva vi kommuniserer med omverden.		
Hva trenger vi?	Kartlegge hvilket behov vi faktisk har av behov.	Arbeidsprosess med styret, trenere og andre ressurspersoner for å avdekke hvilke oppgaver vi gjør og oppgaver vi ønsker å gjøre i tillegg.		
Hvordan kommuniserer vi med frivillige?	Legge en klar plan for hvordan vi kommuniserer.	Kartlegge hva vi gjør i dag, og hva vi mener er riktig måte i fremtiden.		
Synlighet, hva gjør vi og hvor mye er vi synlige?	Synliggjøre klubben og det arbeidet som gjøres	Utvikle en plan for hvordan vi sikrer at vi blir synlige. Egne kanaler, lokal-media etc.		
Hvordan skal vi rekrutere?	En positiv og engasjerende metode for å rekruttere flere frivillige			
Hvordan tar vi vare på våre frivillige?	Sikre at alle frivillige har det bra og ønsker å fortsette	Utarbeide en egen plan for hvordan vi skal vare på og motivere våre frivillige		
Hvordan kan man melde seg som frivillig?	Gjøre det enkelt og forståelig å kunne bli med i klubben som frivillig	Sikre at det er enkelt og fristende å "bli med i klubben".		
Hva fokuserer vi på når vi rekrutterer?	Fokusere på det som er positivt med å være frivillig hos dere.	Utarbeide en oversikt "gode historier" vi bruker.		
Osv	Osv	Osv		

Tips: Vi anbefaler alle klubber å opprette et eget verv og utvalg i klubben med et eget utvalg som tar ansvar for frivilligheten:  
*Klubbens frivillighetsansvarlige*

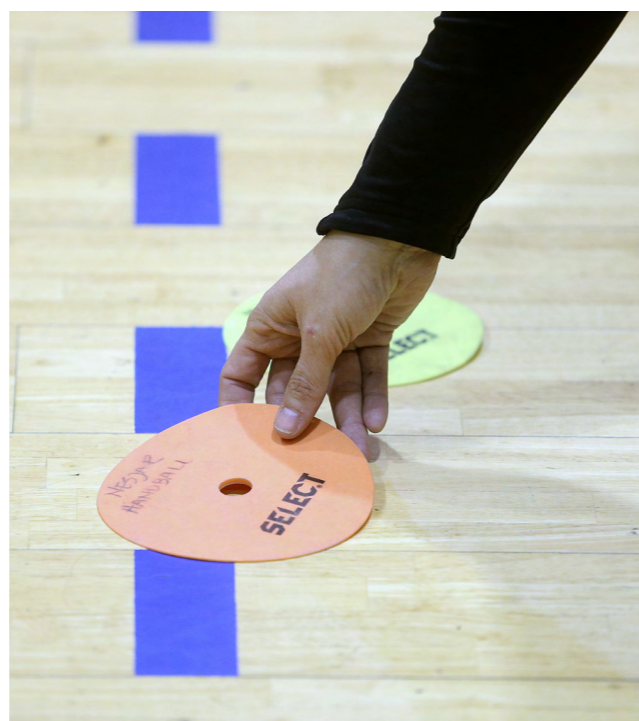
### Tips til klubben for sitt frivilligarbeid

Hva skal til for at vi har mange nok frivillige?  
Hvordan kan klubben vår sikre at flest mulig er med, og i tillegg opplever det som meningsfylt?

Enkle grep kan skape stor effekt. Ofte er det nok å bare ta opp temaet - bli beviste på at man må jobbe aktivt med frivilligheten og systemene klubben har for dette.

Har dere spurt de frivillige? Hva med alle de andre personene som er "i og rundt" klubben, men som kanskje ikke bidrar så mye? Alle håndballklubber i har muligheten til å få tilsendt en spørreundersøkelse som kan distribueres til medlemmer, tillitsvalgte, foresatte og andre som er rundt klubben. Kontakt oss i klubbhuset for mer informasjon om denne spørreundersøkelsen.

**"Frivillighet har ikke bare en positiv effekt på samfunnet – mennesker som arbeider frivillig er lykkeligere enn andre. Sosiale relasjoner er viktige for lykke."**



### DU UTGJØR EN FORSKJELL

Frivillighet handler om å bidra for å skape noe positivt.

#### Spør ungdommen

De fleste håndballklubber har mange ungdommer. Mange medlemmer innebærer et behov for mange frivillige. Men det er og en kilde til mange potensielle frivillige. Allerede i når man er 12 år kan man kanskje ta på seg ansvar for enkle oppgaver i klubbne? Å hjelpe til på minihåndballen eller andre enkle oppgaver kan være fine oppgaver for de yngre å bidra på. I tillegg lærer de hvordan klubben fungerer.

#### Spør pensjonistene

Pensjonister har mange ressurser og ofte et ønske om å bidra. Det handler oftest om å spørre dem og deretter finne de riktige oppgavene. De kan for eksempel bidra med sponsorarbeid, materialkontroll, vedlikehold av anlegg og mange andre oppgaver. Det kan og ofte være behov for en eller flere voksenpersoner på ukedager hvor treningene for de yngste starter tidlig på ettermiddagen. Kanskje klubben skal tilby en form for seniortrening også?

#### Spør de foresatte

Hvis du har mange barn og unge i klubben, så har du også mange foresatte. Husk å spørre foresatte som kommer inn i hallen. Ha en klar plan på hvordan dere spør, og hva dere trenger hjelp til. I tillegg er det viktig å gi de man spør mulighet til å kommunisere hva de er gode på og evt. ønsker å bidra med. Alle bidrag skal være velkomne.

#### Spør andre i nærmiljøet

Det er ofte mange som faktisk ønsker å bidra og være en del av håndballfamilien. Er vi som klubb åpne for mennesker utenfor de som allerede er i håndballen? Kan vi søke bredere i vår søken på flere hender? Og hvordan skal vi sikre at både blir interessert og trygge på at nettopp vår klubb er en plass de ønsker å bidra?

***I klubbutviklingsøkten "Frivillighet" jobber klubben sammen med en veileder fra håndballforbundet. Målet er å skape best mulig forutsetning for å lykkes med å skape engasjement for klubbens oppgaver***



klubb  
huset

## **Flere ungdommer, lenger**

[www.handball.no/kh](http://www.handball.no/kh)  
[klubbhuset@handball.no](mailto:klubbhuset@handball.no)



**Norges  
Håndballforbund**