



Referat af bestyrelsesmøde

Onsdag 17. juni 2026 kl. 16:30-19:00 (spisning bagefter)

Til stede: Mathias, Ulla, Karo, Anne, Anders C, Jørgen, Lennart, Christine og Carina

Afbud: Majken og Anita

Fravær:

PUNKT	EMNE	ANSVARLIG	TYPE	TID (min.)
1	Valg af ordstyrer og referent Referent Carina og ordstyrer Karo	Fælles	B	2-3
2	Tjek-in	Fælles	O	5
3	Godkendelse af sidste referat Ingen kommentarer - Godkendt	Fælles	B	2-3
4	Nyt fra kontoret			Ca. 60 min

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	Bestyrelsessammensætning i forbindelse med driftsoverenskomst Der er møde med DAI/IFS den 24. juni, hvor Ulla og Lennart fra bestyrelsen deltager. Mødet handler om sparring ift. mulige vedtægtsændringer, hvis sammensætningen af bestyrelsen skal ændres, når vi skal overtage ansættelsen af Christine og Carina. Der blev rejst spørgsmål om, det er nødvendigt at ændre bestyrelsens sammensætning, for at opnå de rette kompetencer ift. at varetage rollen som arbejdsgiver - i givet fald vil det kræve en vedtægtsændring. Et forslag gik på at udpege 1–2 bestyrelsespladser til eksterne personer med særlige kompetencer blandt ift. HR, som kan indgå i bestyrelsen med afgrænsede opgaver, eksempelvis i forbindelse med ansættelser. Det blev også nævnt, at disse eventuelt kun deltager i bestyrelsesmøder vedrørende ansættelsesforhold. Anders nævnte erfaringer fra en anden bestyrelse, hvor man har købt eksterne ydelser for at aflaste eller støtte bestyrelsen, samt muligheden for at trække på kommunale eller DAI/DGI-relaterede konsulenter. Der blev samtidig peget på behovet for at afklare, hvordan en driftsoverenskomst eventuelt kan understøtte ekstern konsulentbistand.	Ulla + Lennart	D + B	
--	---	----------------	-------	--

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	Ulla bemærkede, at dette er et indledende møde om vedtægterne, og at der stadig er mange ubekendte. Hun udtrykte usikkerhed omkring processen og det videre forløb. Der var tilslutning fra bestyrelsen til Anders' forslag om at fastholde den nuværende bestyrelsesstruktur. Derudover blev det foreslået, at der på mødet den 24. juni drøftes, i hvilket omfang IFS kan bidrage med støtte. Der blev også peget på behovet for ekstern hjælp inden for HR og arbejdsmiljø, som eventuelt kan afklares med kommunen. Anders: På hver generalforsamling skal eksterne konsulenter godkendes af de fremmødte medlemmer, ligesom revisoren gøres. Hvis der er konflikt, hvor størstedelen af bestyrelsen mener kontoransatte skal fyres, skal det kunne hæves fra bestyrelsesbeslutning – Til en ekstraordinær generalforsamling Lennart: Løn til administrationen, skal være indeksreguleret Carina: Det er meget vigtigt at hendes arbejdsfunktion omskrives, pt. får hun ikke lån efter sine kvalifikationer/uddannelsesniveau.			
	Bestyrelsens rolle ift. sommersæson + sommerpas Sommerpas: Der blev givet en opsummering fra instruktørmødet fredag den	Christine + Carina	O	

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	12. juni, hvor sommerpasset blev gennemgået. Det blev understreget, at det er vigtigt, at bestyrelsen står til rådighed for spørgsmål, da ordningen kan give anledning til undren eller modstand blandt enkelte medlemmer. Anders: Jeg har ikke oplevet nogen modstand, men derimod forståelse for nødvendigheden af at indføre sommerpasset. Mathias: Jeg har mødt en smule modstand fra enkelte medlemmer, men jo mere jeg taler med dem om sommerpasset, desto bedre forståelse får de for baggrunden og formålet. Christine: Der har været en vis tøven blandt nogle af vores instruktører og frivillige i forhold til indførelsen af sommerpasset. En stor del af denne tøven kan skyldes, at de skal hjælpe medlemmerne med at forstå ordningen samt håndtere overgangen fra en gratis sommersæson til en betalt sommersæson.			
	Opfølgning på introhæfte til nye medlemmer (hjemmeopgave). Der var enighed om, at introhæftet i sin nuværende form er for langt og informationspræget. Det bør forkortes, gøres mere overskueligt og undgå gentagelser samt oplysninger, der hurtigt bliver forældede (fx adresser og udmeldelsesinfo). Hæftet bør have fokus på velkomst, fællesskab og det at være medlem af Kæmperne. Det blev foreslået at inkludere positive medlemscitater samt en	Carina	O	

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	kort beskrivelse af, at medlemmerne selv skaber foreningen. Der blev drøftet, om målgruppen er potentielle medlemmer eller nye medlemmer efter indmeldelse, men der blev ikke truffet en endelig beslutning. Forslag til struktur: 1. Velkommen til fællesskabet 2. Praktisk information og gode rammer 3. Trivsel, fællesskab og hensyn 4. "Det ville jeg gerne have vidst, da jeg startede" Et fysisk hæfte kan være relevant til arrangementer. Carina arbejder videre med hæftet og forventer en færdig version klar til sæsonstart i september			
	DAI (IFS) har nyt samarbejde med Headspace DAI (IFS) har etableret et samarbejde med Headspace. Headspace henvender sig til unge i alderen 12–25 år. Som led i samarbejdet vil der blive lagt flyers om Kæmperne i Headspaces afdelinger i Københavnsområdet. Derudover har vi over for DAI/IFS tilkendegivet, at vi gerne vil besøge nogle af Headspaces afdelinger for at præsentere	Carina	O	

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	Kæmperne og fortælle om vores tilbud. Mathias har meldt sig som interesseret i at deltage i sådanne besøg, hvis det bliver aktuelt.			
	Ungeholdet og Startblokken De sidste to træninger før sommerferien er aflyst. Startblokken har før sæsonstart i år meddelt, at de ikke længere kan benytte holdet som en fast del af deres program, men i stedet vil følge dem, der nu måtte være interesseret. I marts startede en af deltagerne fra Startblokken i praktik hos Kæmperne som medhjælp på Ungeholdet og Ullas mindful bevægelse. Grundet et par aflysninger samt det faktum, at ungeholdet kun træner hver 14. dag, var det svært at få praktikken til at køre på en meningsfuld måde, og vi har derfor aftalt at afslutte forløbet. I efteråret var der 12–13 deltagere på Ungeholdet, størstedelen af deltagerne kom fra Startblokken af. Fra februar faldt deltagerantallet til omkring tre medlemmer fra Kæmperne samt 2–4 deltagere Startblokken. Efter påskeferien kom holdet aldrig rigtigt i gang igen. Der vurderes der fortsat at være et potentiale for at have et hold målrettet unge. Det nuværende lokale i Kedelhallen, vurderes maks. Til at have kapacitet til 15 deltagere.	Christine	O	
5	Status fra udvalg/opfølgning på projekter og samarbejder			Ca. 40 min.

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	• Udbredelse af samværspolitikken Christine har været forbi tennis og informeret om samværspolitikken, samt præsenteret den på sit eget dansehold. Carina tager forbi volleyball, floorball og skak onsdag den 24. juni. Der blev fulgt op på, hvordan samværspolitikken bedst udbredes fremadrettet. Det blev drøftet, at instruktørerne selv skal kunne vurdere og tilpasse, hvordan de gør deltagerne opmærksomme på politikken på de enkelte hold. Ulla fortalte, at hun har præsenteret samværspolitikken i plenum for Kæmperne. Feedbacken var blandt andet: "Rart at vide, at den fandtes." "Godt at have den, selvom jeg ikke har oplevet nogle episoder i de 10-12 år, jeg har været medlem." Ulla vil igen fortælle om samværspolitikken på mindful-holdet på mandag. Anne roste Ulla og sagde, at hun havde gjort det rigtig fint til yoga, med at fortælle om samværspolitikken. Mathias fortalte, at han endnu ikke har præsenteret samværspolitikken for fitnessholdet og overvejer, om den i stedet skal hænges op på tavlen. Carina bemærkede, at det kan være sværere at præsentere samværspolitikken i fitness, da medlemmerne løbende kommer og går.	Christine og Carina	O	
--	---	---------------------	---	--

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	Christine understregede, at samværspolitikken primært er rettet mod medlemmerne, da det er medlemmernes forening. Hun nævnte samtidig, at DGI har været en vigtig drivkraft i forhold til at sætte fokus på vigtigheden af at have en samværspolitik. Anne tilføjede, at samværspolitikken også kan bruges forebyggende til at håndtere og tage hånd om eventuelle konflikter, inden de udvikler sig.			
--	--	--	--	--

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	- Hverdagens Recovery Indefra, 4-årigt projekt støttet af Veluxfonden Psykiatrisk Center København har modtaget en 4-årig bevilling fra Velluxfonden: Formålet er at bygge bro fra psykiatrisk indlæggelse, til et aktivt hverdagsliv, ved at invitere patienter ind i civilsamfundets fællesskaber. Der er fokus i projektet på at - Borgeren/patienten er ekspert i eget liv - Borgeren/patienten får støtte til en meningsfuld hverdag - Borgeren/patienten bliver en del af et fællesskab Den 4. juni havde vi besøg til intromødet af Mads (projektleder) og Kristian (fysioterapeut), som begge er ansat direkte i projektet, samt tre recoverymentorer ansat på psykiatriske afdelinger under Psykiatrisk Center København. Mads og Kristian har allerede fulgt enkelte borgere/patienter til træning hos Kæmperne. En særlig styrke ved projektet er muligheden for følgeskab og støtte, også efter at en patient er blevet udskrevet fra psykiatrien. I øjeblikket bruger projektgruppen tid på at besøge forskellige tilbud i civilsamfundet for at opbygge kendskab til relevante aktiviteter og samarbejdsmuligheder.	Carina	O	
	Status vedrørende muligt samarbejde med DABECO Vi har tidligere holdt møde med David Madsen (stifter af psykologhuset	Christine		

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	Dabeco og tidl. instruktør hos os) om muligheden for at samarbejde om et projekt målrettet unge mænd med spilafhængighed (kombineret terapi- og træningsforløb). Efterfølgende har vi været i dialog om projektets indhold ift. ansøgning om fondsmidler, og vi har nu aftalt, at det ikke giver mening at indskrive Kæmperne som en aktiv del af projektet. Vi har dog fortsat et samarbejde, idet projektet sørger for, at deltagerne får viden om Kæmpernes tilbud – og vi kan evt. tage ud og fortælle.			
6	Indkomne punkter			Ca. 15 min
	Tilskud til deltagelse i stævner og turneringer * Udskydes til næste b-møde, pga. sygdom hos Majken	Majken	D + B	
7	Eventuelt Skal vi markere verdens mentale sundhedsdag? DAI/IFS har et koncept kaldet <i>10-10-10</i>, som går ud på at cykle 10 kilometer den 10. oktober. Kæmperne har tidligere deltaget i arrangementet, men det er omkring tre år siden sidst. De seneste gange, vi deltog, har tilslutningen fra Kæmpernes medlemmer været begrænset. DAI/IFS afholder arrangementet igen i år, men da den 10. oktober falder på en lørdag, undersøger Carina, om arrangementet fortsat afholdes på selve datoen.			Ca. 5 min

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	Sidste år arrangerede SIND et event på Den Røde Plads i forbindelse med Verdensdagen for Mental Sundhed. Arrangementet måtte desværre aflyses på grund af dårligt vejr. Carina kontakter SIND for at høre, om de planlægger et lignende arrangement i år, hvor Kæmperne eventuelt kan deltage. Mathias, Lennart, Anne og Karo har tilkendegivet, at de gerne vil hjælpe til, hvis der bliver behov for frivillige kræfter.			
	26. august, Motionsdag i Kedelhallen Anne, Lennart og Mathias vil gerne stå i stand. Motionsdagen er for målgruppen 60+. Vi deltog også sidste år. 30. September, Social Fællesskabsdag Frederiksberg: Anne er interesseret i at deltage med en bod på dagen.			
	Mød bestyrelsen arrangement Ulla, Anne og Mathias, vil gerne stå for dette. De finder en dato for dette arrangement.			
	Medlems venligmente flyers* Mathias vil gerne tage en snak med medlemmet om sagen. Det blev understreget, at Kæmperne ikke ophænger politiske budskaber eller reklamerer for religiøse organisationer og aktiviteter. Generelt ophænges der ikke opslag i fitnessrummet, da der er en risiko for, at omfanget af opslag kan			

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	tage overhånd. Derudover er det vigtigt at være opmærksom på, at fitnessrummet er udlånt til Kæmperne af Ungehuset,			
	• Thomas og Vera, Tidligere forskningsprojekt Vega. Thomas og Vera, har tidligere har været tilknyttet forskningsprojektet VEGA, som lige er blevet afsluttet. De arbejder med funktionel træning målrettet unge voksne (18–40 år) med svær psykisk sygdom. I øjeblikket træner de mandag, onsdag og fredag i ARCA og er organisatorisk tilknyttet Jernbane IF. Thomas og Vera besidder stærke faglige kompetencer og er meget engagerede i deres arbejde. De kontaktede Christine for at få sparring om mulighederne for at opnå kommunal støtte til deres aktiviteter. Thomas har tidligere stiftet bekendtskab med Kæmperne i forbindelse med sit studie på idrætsuddannelsen, hvor Christine holdt oplæg om foreningen. Christine har været i dialog med dem om muligheden for, at aktiviteterne på sigt kunne blive en del af Kæmperne. Derudover kunne Christine godt tænke sig at inddrage Thomas og Vera i udviklingen af et særligt undervisningsforløb for instruktører og frivillige i fitnessafdelingen i Hørsholmsgade. Forløbet kunne blandt andet fokusere på			

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	redskaber til programplanlægning og træningsvejledning. Tanken er, at forløbet finansieres via §18-midler.			
8	Årshjul/kalender - Kommende arrangementer <i>Punktet drøftes ikke – vær selv opsøgende</i> 19. juni Fodboldstævne (frist 2. juni) 25. juni Kan man stå på vandet? (Frist 17. juni) 30. juni – 2. juli Idrætsfestival for Sindet (Dagsbilletter kan købes) 8. juli 16.30 – 19.00 Bestyrelsesmøde 19. august 16.30 -19.30 Bestyrelsesmøde 1. september Sct. Hans Løbene (Sidste tilmelding 27. august) 4. September Friluftlivsdag i Hillerød 9. september 16.30 – 18.30 Instruktørmøde (Opsamling sommersæson) 16. september 16.30 – 19.30 Bestyrelsesmøde 22. September 12.00 – 15.00 Peerfejring på Københavns Rådhus 23. september 16.30 – 18.30 Oplæg om sportsernæring 30. september Social Fællesskabsdag på Frederiksberg 7. Oktober Fjercup i Holbæk			
10	Inspirationskasse og kommende punkter <i>Punkterne drøftes ikke, men kan tages op løbende på kommende møder</i> Årshjul for b-møder (Carina) Lønsats for instruktører (Ulla) Medlemskab for institutioner (Christine)			

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.

	Hans Kirksvej opfølgning samarbejde (Christine juli) Snak om deltagerantal på holdene (Anders) Bestyrelsens synlighed blandt medlemmer, instruktører og frivillige (Christine) Frivillighed, fastholdelse af frivillige og frivillige udefra (Carina) Møde med bestyrelsen og strategi for Kæmperne (Carina) Foreningens visioner (Carina) Branding af Kæmperne (Anders) Besøge autismehuset (Carina) Samarbejde med Ungehuset (Christine)			
--	--	--	--	--

TYPE: O=Orientering/ D=Drøftelse/ B=Beslutning

OBS! Punkter markeret med * noteres ikke i det offentlige referat, men indgår kun i det referat som bestyrelsen modtager.

OBS! Punkter markeret med rød tekst er uafklarede emner. Punkter markeret med grøn tekst, er punkter som udgår til næstkommende b-møde.