

# Nytt og nyttig



Blant våre 600 lokalforeninger, vil informasjonsbehovet variere ut fra den enkelte forenings aktivitetsnivå. Vi oppfordrer dere derfor til å plukke ut den informasjonene dere finner relevant. I dette nummeret av Nytt og nyttig finnes informasjon om bl.a.:

- Fellessamlingen i juni
- Frivillighetens år 2022
- Ny kollektiv ulykkesforsikring for medlemmer og frivillige
- Fastelavn
- Mayblomsten
- Orkla utdeling
- Aktiviteter og basisaktiviteter
- Arrangementer og kurs
- Økonomi, eiendom og rapportering

Hvis du ikke kan lese denne posten, [klikk her](#).

## ORGANISASJON



### Fellessamlingen 12. og 13. juni 2022

Vi gjentar suksessen fra tidligere år med ny Fellessamling med fokus på opplæring og påfyll om våre ulike aktiviteter og styrearbeid. Denne helgen samles inntil 500 sanitetskvinner fra hele landet for faglig

påfyll, inspirasjon, erfaringsutveksling, felles sosiale aktiviteter, god mat og drikke. Hotellet ligger i nærheten av et fint turterreng, så her blir det mulighet for Kløvertur for alle som har lyst. Dette er en helg du ikke vil gå glipp av!

Samlingen er skreddersydd for alle foreninger som er i gang, eller foreninger som har lyst til å starte opp med en aktivitet. Det blir innføring og erfaringsutveksling for dere som er interessert i arbeidet med vold mot kvinner, integrering, omsorgsberedskap, eller er engasjert i eldre, barn og unge.

For deg som akkurat ble valgt inn i et styre tilbyr vi styreopplæring. Å være nyvalgt styremedlem kan for mange fremstå som litt skremmende, men med en god verktøykasse blir vervet både enklere og morsommere. Vi håper at flest mulig vil benytte seg av denne muligheten for opplæring i praktisk styrearbeid.

**Dato: Lørdag 11. og søndag 12. juni 2022**

**Sted: Thon Hotel Oslo Airport, Balder Allé 2, 2060 Gardermoen**

Invitasjon ble sendt ut til alle lokalforeninger tidlig i januar, samt påminnelse i uke 6.

All påmelding må skje i samarbeid med lokalforeningen.

**Påmeldingsfristen er 30.mars 2022.**

Hotellopphold dekkes av N.K.S. sentralt. For reisekostnader gjelder

reiseutjevningssprinsippet. Eventuelle spørsmål om påmelding kan rettes til:

[pamelding@sanitetskvinnene.no](mailto:pamelding@sanitetskvinnene.no)

Meld deg på her



## Frivillighetens År 2022

**Sanitetskvinnene markerer Frivillighetens År 2022**

Frivillighet Norge har fått ansvaret for å planlegge og koordinere hvordan frivillige organisasjoner kan bidra og feire Frivillighetens år, som er forankret i regjeringens Frivillighetsmelding. Dette er første gang vi markerer frivilligheten i Norge på denne måten og vi gleder oss veldig!

Sanitetskvinnene og andre frivillige organisasjoner skal markere året fra nord til sør, fysisk på tur og med andre arrangementer – og noe vil skje digitalt. På medlemsnett finner du mer informasjon om de ulike signalarrangementene og hvordan Sanitetskvinnene kan delta i feiringen av disse.

Allerede den 7. april er det verdens helsedag. Dette er fin mulighet for din lokalforening å rette søkelyset mot kvinners helse og livsvilkår. På medlemsnett finner du tips til ulike måter din forening kan markere denne dagen på.

**Send oss gjerne tips om og bilder fra arrangementer dere deltar på.**

Kontaktperson: [tonje.russwurm@sanitetskvinnene.no](mailto:tonje.russwurm@sanitetskvinnene.no) eller [brit.olssoen@sanitetskvinnene.no](mailto:brit.olssoen@sanitetskvinnene.no)

Les mer på medlemsnett her

## Kollektiv ulykkesforsikring for medlemmer og frivillige

N.K.S. har inngått en kollektiv ulykkesforsikringsavtale med Tryg Forsikring som dekker dugnadsarbeid/aktiviteter for våre medlemmer og frivillige på alle nivå (lokalt, regionalt og nasjonalt).

[Les mer her](#)

## KAMPANJER



oppgi informasjon om enkeltforeninger, kun tall på organisasjonsnivå, evt. fylkesnivå. På forhånd tusen takk for hjelpen!

[Les mer](#)

## På tide å bestille maiblomster

Salg av maiblomster i 2022 starter lørdag 23. april og varer frem til 17. mai. Felles salgsdag er lørdag 30. april samme dag som **Vår dag**, Sanitetskvinnenes egen dag i Frivillighetens år. En dag der vi håper flest mulige foreninger vil ha salg for å oppnå god felles synlighet.

Mange har et godt samarbeid med andre i sitt lokalmiljø om hvordan de kan få hjelp til å selge maiblomster. Ta kontakt med lokale bedrifter, for eksempel barneklær- og barneutstyr butikker, blomsterbutikker eller bildeler butikker, som kan bistå med salget. Mange vil gjerne bidra til å skaffe mer inntekt for lokalforeningens arbeid for barn og unge.

[Bestill maiblomstmateriell her](#)

## Fastelavn

### Undersøkelse om solgte ris i 2022

Det er nyttig for sekretariatet å vite hvor mye vi som organisasjon selger ris for. Dette er interessant i rapporter, i dialog med media osv. Derfor sender vi ut en kort undersøkelse på e-post til foreningsleder i uke 9 om antall solgte ris. Vi håper dere kan ta dere tid å svare på denne. PS! Vi kommer ikke til å



**Vi selger  
maiblomster**  
Inntektene går til arbeid for barn og unge



# Orklautdeling

Vi kan med glede melde om at Orkla-samarbeidet med vareutdeling har blitt forlenget med to år, ut 2023. I 2022 blir det to utdelinger, en til påske og en til jul. Vi inviterer nå lokalforeninger til å søke om å ha vareutdeling til påske. Målgruppen er barnefamilier i sårbare livssituasjoner. Frist for søknader er **mandag 28. februar** for utdelinger til påske.

Kontaktperson: Katrine Jamtli, epost: [katrine.jamtli@sanitetskvinnene.no](mailto:katrine.jamtli@sanitetskvinnene.no)

[Les mer om Orkla samarbeidet her](#)

## AKTIVITETER OG BASISAKTIVITETER



### Midler til å babysvømming og kaféturer

Vår satsning på barseltreff har til nå satt søkelys på utendørsturer, men det går an å planlegge andre babyvennlige aktiviteter

som babysang, baby massasje eller babysvømming? Tilbudet om støtte gjelder til mai.

For mer informasjon ta kontakt med Midler til å babysvømming og kaféturer [ingvild.ardalsbakke@sanitetskvinnene.no](mailto:ingvild.ardalsbakke@sanitetskvinnene.no) eller telefon 90 163 173.

## Ny film om vårt omsorgsberedskapsarbeid

Sanitetskvinnenes

omsorgsberedskapsgrupper har fått mye oppmerksomhet den siste tiden. Mange har fått øynene opp for hvor viktig vår innsats har vært, og mange har blitt nysgjerrige og vil vite mer om oss. Derfor har vi laget en kort film som kan brukes både i møter f.eks.

med kommuner og andre samarbeidspartnere, men ikke minst med medlemmer. Vi håper filmen kan skape stolthet og vise hvordan sanitetskvinner bidrar til trygge lokalsamfunn.



[Se filmen her](#)

## Aktiviteter for kvinner på asylmottak



Flere asylmottak ønsker å samarbeide med sanitetskvinnene om å skape gode aktiviteter for kvinner som bor på asylmottak. Lavterskelaktiviteter med fokus på sosialt samvær, mestring, fysisk aktivitet og turer i lokalsamfunnet er spesielt etterspurt. Lokalforeninger kan søke om midler til å arrangere ulike aktiviteter for kvinner og barn. Ønsker dere å vite mer om hvordan dette kan organiseres?



Ta gjerne kontakt med [cathrine.salvesen@sanitetskvinnene.no](mailto:cathrine.salvesen@sanitetskvinnene.no) eller telefon 93 44 67 18. Vi kommer gjerne på besøk for å fortelle mer om denne aktiviteten!

## Har deres lokalforening vært med på koronavaksinering?

Til dere som ikke har omsorgsberedskapsgruppe, men har bistått med vaksinerings. Vi ønsker en oversikt over hvilke kommuner våre medlemmer har bistått. Slik kan vi få et bedre bilde av Sanitetskvinnenes innsats under pandemien.

Ta kontakt med [pernille.naess@sanitetskvinnene.no](mailto:pernille.naess@sanitetskvinnene.no) for å få din lokalforening med i oversikten.

[Les mer](#)

## ARRANGEMENTER OG KURS

### Fredrikkeprisen 2022 - utsatt til 27. august

Det fysiske arrangementet i forbindelse med Fredrikkeprisen er utsatt fra 12. mars til lørdag 27. august. Dere som allerede har kjøpt billett har mottatt en egen epost om ny dato og eventuell refusjon. Selve utdelingen av prisen vil skje digitalt på stiftelsesdagen 26. februar kl. 12.00 - følg med på Facebook for å få vite hvem årets vinner er.

Lørdag 27. august blir det derfor en fysisk markering av Fredrikkeprisen 2022 i historiske omgivelser i Samfunnssalen i Oslo. Vi håper dere vil trives i godt selskap med andre sanitetskvinner og gjester. Deltakeravgiften dekker hele arrangementet inkludert festforestilling og lunsj.

**Tid:** Lørdag 27. august 2022 kl 12. Dørene åpner kl 11. Avslutning ca. kl 15:30

**Sted:** Samfunnssalen, Arbeidersamfunnets plass 1, 0181 Oslo

**Deltakeravgift:** 570 kr + billettavgift kr 30 per pers inkl. lunsj (drikke betales av den enkelte)

**Antrekk:** Pent

Vi oppfordrer sterkt alle gjester til å bli til arrangementets slutt.

For de som ikke har muligheten til å delta i Samfunnssalen, vil arrangementet live-streames. Mer informasjon om dette kommer i senere utgave av Nytt og Nyttig.

### **Billettsalget er i gang**

Billettsalg gjennomføres via Ticketmaster. Vi anbefaler at man kjøper billetter per forening slik at man får sitte samlet. Prisen er 570 kr per person. En billettavgift på 30 kr per billett kommer i tillegg.

### **Dere kan kjøpe billetter på følgende måter:**

Ticketmaster.no: <https://www.ticketmaster.no/event/680181>

Ticketmaster-App (lastes ned i App Store eller Google Play)

Telefon 815 33 133 / 22 82 81 97

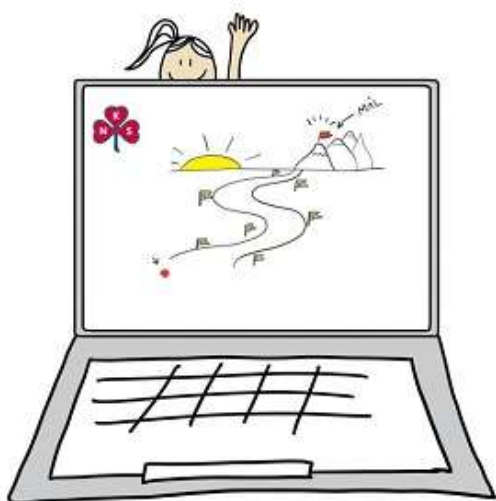
Billettluke i Oslo Spektrum, Sonja Henies Plass 2, 0185 Oslo.

Betalingsmåter man kan velge er kort, Vipps eller Klarna (faktura). Dere velger selv hva slags leveringsmetode dere vil bruke: Mobilbillett, e-billett eller billett tilsendt i posten. Når dere bestiller, kan dere velge hvor dere vil sitte (så lenge det er ledig). Det er samme billettpris uavhengig av hvor man sitter.

Billettene vil være tilgjengelig så lenge det er plasser ledige. Det vil i år ikke være noen venteliste. Her er det førstekvinne til mølla som gjelder.

Husk å gi beskjed til oss om matallergier ved å sende en epost til [pamelding@sanitetskvinnene.no](mailto:pamelding@sanitetskvinnene.no)

Til billettsalg hos Ticketmaster



## **Språkvenn digital kompetanse**

Vi tilbyr å arrangere fysisk datakurs for våre frivillige i Språkvenn-aktiviteter og medlemmer. Kurset som er gratis, tilpasses deltakernes opplæringsbehov. Vi setter av tid til å teste og gjøre praktiske oppgaver underveis. Kurset er utviklet for at de frivillige lettere skal kunne ta i bruk ulike digitale løsninger i foreningsarbeidet og i hverdagen generelt. Som en del av dette prosjektet tilbyr vi også å dekke et lokalt datakurs for

minoritetsspråklige kvinner på deres eget språk.

Ta kontakt på epost [ingvild.aardalsbakke@sanitetskvinnene.no](mailto:ingvild.aardalsbakke@sanitetskvinnene.no) eller telefon 90 16 173 for mer informasjon.

## Digitale møteplasser for integreringsaktiviteter

Driver dere integreringsaktiviteter, eller er dere nysgjerrige på å starte? Vi tilbyr jevnlig digitale «drop in»-møteplasser for dere. Dette blir korte møter på 45 minutter en gang i måneden der vi tilrettelegger for prat dere frivillige imellom.

Neste møte er **onsdag 9. mars kl.18-18.45**. Dere kan logge på med spørsmål, innspill eller bare lytte til andre. Neste møte blir etter påske.

(Meeting ID: 853 9737 6073, passcode: 254202).

Trykk deg inn på denne lenken



## Sisterhood-gruppelederkurs 26.-27. mars i Oslo

Vi inviterer alle nye Sisterhood-frivillige til gruppelederkurs i Oslo, helgen 26.-27. mars. Du vil få en innføring i Sisterhood og hva metoden går ut på, samt veiledning i ulike praktiske øvelser. Vi anbefaler at det deltar minst to fra hver lokalforening. Deltakere vil en metodebok. Reise og opphold dekkes av

N.K.S. sentralt. Begrenset antall plasser, maksimalt 14 deltakere totalt.

Avvent med bestilling av reise til du hører fra oss. **Påmeldingsfrist 1. mars.**

Har du spørsmål kontakt: [cathrine.salvesen@sanitetskvinnene.no](mailto:cathrine.salvesen@sanitetskvinnene.no)

Meld deg på her

## Kvinnehelse: Det personlige er politisk - vi varmer opp til kvinnedagen kvelden 7. mars

Vi varmer opp til kvinnedagen med arrangementet Kvinnehelse: Det personlige er politisk. Arrangementet vil være fysisk på **Youngs Oslo**, men vil også strømmes, den **7. mars kl. 18-20.00**.

Likestilling i 2022 handler om kvinnehelse. Ved å dele pasienthistorier der kvinner forteller om typiske skjulte kvinnesykdommer er budskapet at summen av disse er et samfunnsproblem, som har store ringvirkninger. Det vil også være et ekspertpanel med forskere og fagfolk som diskuterer ulike tiltak og løsninger. Vi starter med en kvinnehelsequiz

og det vil være rom for spørsmål. Følg med på [Facebook](#) eller [våre nettsider](#) for mer informasjon.

## ØKONOMI, EIENDOM OG RAPPORTERING

### Ny kompensasjonsordning for strømutfgifter

Regjeringen kommer har kommet med en egen pakke for å hjelpe idrettslag og andre frivillige organisasjoner med de høye strømprisene. Ordningen gjelder fra desember 2021 til mars 2022. Saken er fortsatt til behandling i Stortinget, men skal forvaltes av kommuner som hadde en gjennomsnittlig strømpris på mer enn 70 øre per kWt. Mer info når ordningen er på plass.

[Les mer](#)

### Forlenget koronakompensasjon for frivilligheten

Det er besluttet at de tidligere ordningene skal forlenges fram til og med juni 2022. I denne perioden kan man innen 20. april søke om støtte for arrangementer og aktiviteter i perioden 1. januar til 31. mars 2022. For å kunne søke i de to ordningene må man være registrert i Frivillighetsregisteret på søknadstidspunktet. Dersom myndighetspålagte restriksjoner, råd og anbefalinger knyttet til covid-19 legger begrensninger på gjennomføring av aktiviteter og arrangementer, kan organisasjonene søke om å få dekket en andel av sine merkostnader og mindreinntekter. Det kan mottas støtte for både nedskalerte og avlyste aktiviteter og arrangementer. Ordningen skal forvaltes av lotteritilsynet som tidligere. <https://lottstift.no/>

### Rammeavtale om taksering og vedlikeholdsplaner – oppdatering

Takst, tilstandsrapporter og vedlikeholdsplaner kan være til god hjelp i planleggingen av drift og vedlikehold av eiendommer dere har. I Nytt og nyttig nr. 1 januar 2022, informerte vi at sekretariatet har inngått en rammeavtale med takstfirmaet Takst-Forum Trøndelag. Lokalforeninger og fylkesforeninger kan bruke denne avtalen. Vi gjør oppmerksom på at vi nå har fått ny hovedkontaktperson i Takst-forum og en ny juridisk kontaktperson i sekretariatet.

Rammeavtalen dekker bistand over hele landet, og kan omfatte bl.a. verdivurderinger, tilstandsrapporter, vedlikeholdsplaner, regulering/utvikling, rådgivning knyttet til næringseiendom og utvikling av eiendommer. En standard tilstandsrapport med vedlikeholdsplan inneholder:

- Tilstandsanalyse basert på visuell inspeksjon med enkle målinger
- Tilstandsanalysen beskriver anbefalte tiltak for kommende år, herunder behov for umiddelbare tiltak.



- Oversikt over vedlikeholdsoppgaver 5-10 år fram i tid
- Økonomisk oversikt med anslag på kostnader, til budsjettering av vedlikeholdskostnader

Fo bistand eller informasjon, kontakt:

Sekretariatet: Advokat Laila M. Thomassen, telefon 907 574 50 eller e-post:

[laila.thomassen@sanitetskvinnene.no](mailto:laila.thomassen@sanitetskvinnene.no)

Daglig leder i Takst-Forum, Sigurd Sivertsen, telefon 400 04 445 eller e-post:

[sigurd.sivertsen@tft.no](mailto:sigurd.sivertsen@tft.no)

## Planlegger dere omdisponeringer i fast eiendom?

Som lokalforening og fylkesforening bestemmer dere mye selv. Denne selvbestemmelsesretten er begrenset når dere vil omdisponere (salg, gave eller annet) fast eiendom (tomter, bygninger og annet) til andre. For styret er det viktig å huske på at omdisponering av fast eiendom alltid er "ekstraordinært" for foreningen. Det betyr at verken styret eller årsmøtet kan beslutte alene, men må få godkjenning fra både fylkes- og sentralledd for å sikre at man følger de prosedyrene som er vedtatt. Fast eiendom har ofte stor verdi og formålet med prosedyrene er å sikre at omdisponeringen er grundig vurdert, at styremedlemmene har handlet rett og at prosessen har gått riktig for seg. I tillegg sikrer dere dokumentasjon, i tilfelle noen senere skulle stille kritiske spørsmål.

### Slik går dere frem:

1. Forslag med begrunnelse og eiendomsdokumentasjon sendes på høring, først til fylkesledd og så videre til sentralstyrets arbeidsutvalg
2. Etter at fylkesledd og sentralstyrets arbeidsutvalg har godkjent at tiltaket er i tråd med de vedtatte retningslinjene, skal saken legges frem for årsmøtet i lokalforeningen for endelig beslutning og fullmakt for gjennomføring.

Husk å informere medlemmene om prosessen på medlemsmøter, etc., heller litt mye enn for lite. Sekretariatet kan hjelpe til med avtaler og dokumenter, slik at dere ikke sitter med dette alene. Reglene for overdragelse av fast eiendom finner dere i N.K.S.' vedtekter §§ 15-4 og 17-4 F (lokallag) og §§ 11-3 og 13-4 G (fylkesledd). Det er flere detaljer i N.K.S.' veileder for omdisponering av fast eiendom. Vedtekter og veileder finner du her:

**Vedtekter**

**Veileder: Råd ved salg eller annen omdisponering av eiendom**

Når sekretariatet hjelper til med saker om fast eiendom, lagrer vi dokumentasjon, slik at vi enklere kan hjelpe dere hvis det oppstår nye spørsmål.

Kontakt sekretariatet ved advokat Laila M. Thomassen for hjelp: e-post:

[laila.thomassen@sanitetskvinnene.no](mailto:laila.thomassen@sanitetskvinnene.no) /telefon: 90 75 74 50

## Informasjon fra medlemsservice

### **Purring av medlemskontingent 2022:**

I disse dager sender vi ut den første purringen på manglende betaling av kontingent. Purringen kommer som e-faktura direkte i nettbanken og/eller på Vipps, som SMS-faktura på mobil, eller som papirfaktura i posten.

Alle medlemmer som ikke har fått betalingen sin registrert hos oss, vil motta en betalingspåminnelse. Merk at innbetalinger kan krysse utsendelse av purringer. Dersom et medlem nylig har betalt (i løpet av de siste sju dagene), kan man se bort fra betalingspåminnelsen.

Vi oppfordrer våre medlemmer til å opprette avtalegiro for automatisk trekk av årskontingenten. Det er miljøvennlig samtidig som det sparer NKS for tid og penger. Du oppretter selv avtalegiro i nettbanken din.

### **Ikke mottatt kontingentkrav:**

Vi får en del henvendelser fra medlemmer som ikke har mottatt kontingentkrav. I mange tilfeller har medlemmet enten avtalegiro eller de har fått kravet som efaktura. Ved avtalegiro blir kontingenten trukket automatisk fra konto, og trekkdato var 25. januar. Ved efaktura ligger kontingentkravet klart til godkjenning i nettbanken.

Derfor oppfordrer vi alle til å sjekke i nettbanken sin om de enten har avtalegiro eller efaktura.

Vi ser også at enkelte har en annen postadresse enn den gateadressen de har oppgitt til oss. I slike tilfeller kommer ikke posten frem. Derfor ber vi om at alle med ulik gate- og postadresse informerer oss om dette, slik at vi sikrer postgangen. Medlemmer som ønsker en girokopi, kan kontakte medlemservice.

### **Medlemslister:**

Medlemservice sender ut medlemsliste for årets saldo i februar. Medlemslisten dere får i februar, viser hvem som har betalt kontingent per d.d. Utsendelsen er automatisert, og vi får derfor ikke lagt til mer informasjon i medlemslisten, slik som innmeldingsdato el. Dersom du trenger en liste med innmeldingsdato eller har spørsmål til medlemslisten, kan du kontakte medlemservice.

Har du ikke mottatt medlemsbladet Fredrikke?

Dersom du selv eller medlemmer i foreningen din ikke har mottatt Fredrikke, ber vi om at du gir medlemservice beskjed, enten per telefon 99 50 27 95 eller epost;

[medlemservice@sanitetskvinnene.no](mailto:medlemservice@sanitetskvinnene.no).

Vi trenger medlemsnummer, navn, adresse og informasjon om hvilke utgaver klagen gjelder. Fint hvis du kan oppgi om du bor i enebolig/rekkehus eller boligblokk. Vi sender klagen videre til distributøren.

Distributør av Fredrikke er Helt Hjem. De leverer bladet på samme måte som avisen, og de aller fleste vil få bladet levert på dørmatta utenfor inngangsdøren sin. Leveringsmåten er lik, enten du bor i enebolig/rekkehus eller boligblokk. Distribusjonsdato for Fredrikke, utgave 1/2022, er torsdag 10. mars.

Les mer

## VIKTIGE DATOER - 2022

19.februar....Felles salgsdag Fastelavn

2. april:..... Kvinnehelsedagen, Oslo

30. april..... Frivillighetens år - Vår dag - Maiblomsten

30.-31. mai: Fredrikkes Dag, Steinkjer

11.-12. juni...Fellessamling; styre- og aktivitetssopplæring, Gardermoen

27. august:...Fredrikkeprisen, Oslo

16.-18. sept..Regionale samlinger, 5 regioner

Uke 39..... Sanitetens uke

### **Kontonumre for innbetaling til fondene.**

Under ser dere kontonumrene for innbetaling til våre fond. Merk at det ikke er nødvendig med kidnummer. Alle foreninger som gir bidrag vil motta takkebrev. På forhånd takk!

Bankkonto:

Kvinnehelsefondet..... 1506.52.24787

Fondet for barn og unge.. 1506.52.24817

Utenlandsfondet..... 1506.52.24825

Min dag i dag..... 1506.52.24876

Følg oss på sosiale medier



Kontakt oss:

[post@sanitetskvinnene.no](mailto:post@sanitetskvinnene.no)

Telefon: 24 11 56 20

[sanitetskvinnene.no](http://sanitetskvinnene.no)

[Skriv ut nyhetsbrev](#)

[Meld meg av](#)

