



## Allt är möjligt för en Personal-klubb!

Tänk vilken glädje och inspiration det är att vara med i KAF. Varje år tonar KAF konferensen fram någonstans i Sverige. Med nyfikenhet och längtan till nya möten med likasinnade kommunanställda som arbetar i sin vardag för att göra arbetslivet lite roligare, gemensamare och hälsosammare på sin kommun, någonstans i Sverige. Alla föreningar är unika i sig och har sina förutsättningar. De kommuner som har förstått att använda sin personklubb i sitt personarbete har tänkt rätt. Här finns förutsättningar för att verkliggöra hälsoarbete som man aldrig kunnat föreställa sig. Gemensamma arrangemang i hälsans tecken, kulturella upplevelser, glädje och skratt som gör vardagen lättare.

Genom åren har man kunnat ta del vid KAF konferenserna av kunskapsrike föreläsare, stimulerande hälsomässor och intressanta möten som ger nya inslag i vardags arbetet i sin kommuns hälsoarbete.

Allt behöver inte vara hälsa, föreläsningar av olika infallsvinklingar, kulturinslag kan var minst lika viktiga för individens utveckling i sin egen framtoning att hitta sin aktivitet eller intresse. Kultur är ju också hälsa, att möta ett konstverk, se en pjäs eller höra överjordisk musik. Allt är utvecklande och tillför livet nya insikter och mening.

Ett av många inslag man tagit med sig från KAF konferenserna var Årets arbetskamrat, Fototävling och KreativitetSMässan. Arrangemang som ger mersmak och fantastisk feedback bland de kommunanställda. Växjö kommun och personklubben Dakapo anam-

made på idén. Först ut cirka 4-5 månader innan KreativitetSMässan går man ut med information och anmälan, så hantverkare, konstnärer, författare och mångsysslare hinner att förbereda sig. I en kommun finns det fullt med kreativa medarbetare med oanade talanger och intressen, låt dem komma fram ifrån sin skaparlya. Glädjen och spänningen startar redan här, hur publiken kommer att uppleva och se mina konst alster. Samtidigt gick vi ut med en fototävling. Alla kan var med som har en telefon med kamera eller en vanlig kamera, de börjar ju bli ovanliga nu i mobiltelefonens tidevarv. Redovisningen och presentation av fototävlingen blev perfekt att presentera vid KreativitetSMässan. Presentationen av fototävlingen går ju bra att visa upp när som helst när det passar just din kommun och tävling. Tema för vår fototävling var "Nyfiken På". Men man kan ju använda just det som passar för er förening. Populärt inslag bland de 100 talets bilder som kom in var djur och barnmotiv, alltid ett kärt inslag när man tar ett kort. Dakapo tillsammans med Kommunens konstklubb och Konsthallen bildade jury och utsåg fem vinnare. Tävlingen blev en succé och vi kommer att göra en dakapo framöver, det är roligt att ta kort!

Årets arbetskamrat är ett fantastiskt tillfälle att få skicka in någon eller några på sin arbetsplats som gör det där extra för sina arbetskamrater. Förhöjer stämningen, är hjälpsam, omtänksam arbetskamrat, är lyhörd och delar med sig av sina kunskaper. Är rätt och slätt en bra kamrat som lyfter trivseln på arbetsplatsen. Många var det som skickade in förslag till Årets arbetskamrat till Dakapo. Här fanns allt från de som drog ett skämt på morgonen eller de som tog ett stort ansvar på arbetsplats och privatlivet för vissa. Allt kan hända på en arbetsplats och alltid finns det de personer som ger det där lilla extra i livet. Här i Växjö och Dakapo hade vi en liten jury från Dakapo styrelsen som tog fram fem vinnare, som fick diplom och ett hälso-/kultur bidrag. Allt är möjligt att göra med små medel och glädje för många. Vinnarna presenterades på Dakapos hemsida och Dakapos månadsbrev.

Ingen av arrangemangen behöver kosta några pengar, bara entusiasm och energi och ni får så mycket glädje och gemenskap tillbaka. Visst kan man ha några priser, kanske man har en sponsor eller personklubben hittar på något.

Ett diplom är enkelt att ta fram på datorn, och deltagarna har ett bevis på att de deltog. Det viktigaste är att man deltar, då är man ju redan en vinnare. Bilderna kan man ha på föreningens hemsida eller en informations vägg, där alla kan se de inskickade bilderna. Det är roligt att visa sina bilder för andra!

Kreativetsmässan genomfördes i början av februari 2017 i en stor foajé i en av Växjö's gymnasieskolor, alltid bra att samarbeta. Information om evenemanget skedde genom Dakapos e-post och hemsida och kommunens annonssida, om vad som sker i staden. Allmänheten var välkomna! Skolans fik var öppet, mycket trevligt. Det enda som kostade något för föreningen var att vi bjöd de 25 utställarna på kaffe och smörgås. Sångkör, författarföreläsare, utställare, ställde upp gratis! Programmet varade mellan kl. 11.00-15.00 en lördag i vinterkylan. Över 300 personer kom för att uppleva den glädje och kreativitet som flödade ut från de kommunanställdas konstnärliga och kulturella gåvor. En succé och ett trevligt sätt att arrangera ett gemensamt evenemang inom en personklubb, någonstans i Sverige.

*Per-Anders Löthman*  
Personalklubben Dakapo/KAF



## Framtidens melodi – Samarbeta!

### Tips på vägen för Din förening!

Hur gör ni? Vad gör de? I en tid där alla siktar mot egna mål, är det också en poäng att lära av varandra och samarbeta!

Under min period med KAF sedan 2002 har jag lärt mig att man inte behöver upptäcka allt själv. Runt omkring i vårt avlånga land funderar man, producerar och levererar allt möjligt för sina arbetskamrater i våra kommunala fritidsföreningar, allt för den härliga kamrat skapen och en hälsosammare arbetsplats.

KAF:s mångåriga och inspirerande konferenser hos våra Årets föreningar är en fantastisk inspirationskälla till nya idéer och aktiviteter. Här lär

man känna eldsjälarna i våra kommunala fritidsföreningar, som på arbets- och fritidstid ger sig hän att man trivs och känner gemenskap i just sin kommun. Sådant går inte att värdesätta i pengar, det har ett högre värde som betalar sig under en längre period och ger en goodwill till den aktuella kommunen. Priset för allt arbete och utveckling under tiden kan vara att man får utmärkelsen Årets fritids-föreningen genom Kommunanställdas fritidsförbund KAF.

### Lära för livet

En av många upplevelser man fått med sig från KAF konferenserna är alla härliga föreläsningar. Med skratt och tårar kan man känna igen sig vardagens alla möten mellan arbetskamrater och klienter. Föreläsningar som berikar arbetsdagen och ett hälsosammare liv.

Ett bra sätt att få ner kostnaderna för en föreläsare i din kommun är att samarbeta med andra hälsoaktörer i din stad. Här finns Landstinget, Korpen och andra företag som satsar på en hälsosammare arbetsplats. Ta första kontakten, hitta eldsjälarna, organisera och kontakta föreläsaren. Ju fler ni är som samarbetar, desto mer information och tips får ni av varandra att utveckla er hälsoorganisation. När man samarbetar blir priset för respektive förening mindre till föreläsararvodet, som kan vara lite drygt ibland för den enskilda föreningen. Samtidigt går allt mycket lättare när ni samarbetar och organiserar arrangemanget tillsammans. Och roligt har ni samtidigt i ert arbete med evenemanget.

### Hälsoinspiration

En nystart eller kick off för Din förening kan vara att satsa på en Hälsa & Mångfaldsmässa. Föreningen tar kontakt med sina samarbetspartners inom hälsoinstitutioner i staden, massörer och butiker. Har man inga hälsokontakter, så kontaktar man ändå, alla vinner på det! Kontakta kulturskolan om ett kulturinslag för evenemanget. Se om ni har någon bra föreläsare som passar er mässa, kanske finns personen i staden eller kommunen. Hälsoinstitutionerna är intresserade att visa upp sin verksamhet och artiklar, kostnadsfritt! Kulturinslaget och den lokala föreläsaren behöver inte bli så dyr. Bilda en grupp inom föreningen som har olika ansvarsområden. Det kan vara allt från lokal, kultur, hälsoföretag, föreläsning och strategigrupp för mässan. Allt är möjligt om bara viljan finns!

Mångfaldsmässan fick jag tips om vid en härlig KAF konferens i Borås i början av 2000-talet!

## Upplevelser

Att resa tycker alla om, inom Sverige, Norden och världen. Tillsammans med likasinnade arbetskamrater kan allt bli till ett stort äventyr och ett minne på livet resa.

Här i Småland & Blekinge samarbetar vi sedan snart 15 år tillbaka genom att resa tillsammans ut i världen. Allt började mellan Växjö personalklubb Dakapo och Karlshamns personalförening Tur & Retur. Vi reste till våra vänorter och firade jul. En resa till Berlin 2001 blev startskottet till ett stort antal resor i Europa, Island och USA. Nu reser vi tillsammans med kommunerna från Vetlanda, Kalmar, Ljungby via Växjö ner till Karlshamn och Sölvesborg ut i världen. Samarbetar man blir bussen full och kostnaderna hålls nere, ju fler desto bättre och roligare. Kanske har ni eldsjälarna i er förening som brinner för att resa och att vara reseledare. Bilda ett arbetslag, bestäm mål, kanske en vänort eller något som ligger i tiden, det behöver inte vara i fjärran land utan i närmiljön. Någon inom föreningen tar kontakt med ett lokalt bussbolag. Forma resan med boende och utflykter. Gå ut med informationen i bred front i kommunen.

***Kontakta grannkommunen och hör efter om de vill vara med på resan. Allt är möjligt, bara någon tar första steget.***

Bilda kontaktnät i ditt län. Hör efter med grannkommunen hur de arbetar med hälsofrågor i sin kommun. Har de en personalförening och hur går de tillväga med sitt arbete?

Samarbeta in i framtiden. Tillsammans är vi starka och den förenande delen för alla personalföreningar i Sverige är KAF. Förbundet som förenar hälsa, kultur, kunskap och samhörighet för kommunernas fritids-, personal- och idrottsföreningar.

*Per-Anders Löthman*  
KAF/DAKAPO

---

## KreativitetSMÄSSA!

*Tips från Norr, blev succé i Söder!*

Alla människor har sin egen kreativitet. Med åren kommer krav och synsätt in i livet, att vara vuxen i omvärlden, barnet inom en försvinner. Man slutade att sjunga, måla och skriva, men minnena finns levande. Vissa vågar ha känslan kvar och hänger sig till det kreativa kulturella. Det är som Vilhelm Moberg säger: Tag vara på ditt liv! För nu är det Din stund på jorden. Allt är möjligt, det gäller bara att våga flyga och att ta fram din kreativa sida, den finns. Och den kommer till sin fulla blomning på en KreativitetSMÄSSA.

Dessa härliga, inspirerande och stimulerande KAF konferenser. I Umeå 2016 såg vi hur den populära Umeås personalklubb Sporren, utövade en dags KreativitetSMÄSSA i Sporrens regi! Detta skulle kunna passa här i Småland. Med små medel kan man göra större underverk! Arrangera en KreativitetSMÄSSA med din personklubb, där de kommunala medarbetarna visar upp sitt skapande och inspirerar varandra och besökarna med sina alster och hantverk. Man har möjlighet att sälja sina saker som man skapat.

Gå ut med information till alla anställda och hela samhället, där ni är. Alltid roligt att alla kan komma.

Var i en lokal som en stor gymnasieskola, men en gångbar foajé. Nära till parkering och entré i anslutning till foajén. Ta till vara skolsalar för mindre aktiviteter och en aula för uppvisning och underhållning. Har skolans fik öppet, blir det ännu roligare för publiken.

Utställare av konst, författare, smycken, hantverk, stickat och mycket mer är möjligt på en KreativitetSMÄSSA.

I anslutning till dagen kan man höra om det finns någon föreläsare som kan tala i ämnet kreativitet. Se efter inom kommunen om ni har någon musik kör eller annan underhållning, som kan framträda under dagen. Allt ger mångfald. Vi här i Växjö och Personalklubben Dakapo bjöd upp mellan kl. 11.00-15.00 på en lördag, med fri entré.

I samband med mässan visade vi upp alla vinnarna i vår kommunala fototävling "Vinterdrömmar", ännu mer kultur för besökarna, dubbel glädje.

Kreativetsmässan behöver inte kosta mycket för förening. Kanske är lokalerna grattis, utställarna ställer upp utan kostnad. Underhållning och föreläsare kan kosta, men för det mesta är det fritt. En liten slant kan det vara värt att få en stimulerande underhållning, kultur ska inte alltid vara grattis!

Vill man inte ha en Kreativets mässa, kan man arrangera en Hälso- eller mångfaldsmässa. Allt är möjligt i en kommun personalklubb. Per-Anders Löthman Personalklubben Dakapo Nätverk – framtidens melodi

Att bygga nya kontakter och gemenskap, det är framtidens melodi. Ensam är inte alltid starkast. Det är tillsammans som man bygger något som håller på längre sikt.

Sverige är ett långt land och KAF finns överallt i våra kommuner. Därför är det att rekommendera att höra av sig hur grannkommunens personalförening har det, kanske kan ni samarbeta i vissa gemensamma aktiviteter.

Att bygga nätverk i sin egen region, kan vara framtiden för just din personalklubb.

Här i södra Sverige har man under flera år haft gemensamma nätverksträffar med personalklubbar från Varberg, Falkenberg, Halmstad, Hässleholm, Kristianstad, Torsås och Kalmar. Säkert har jag missat någon kommun, men många har de varit som sammanstrålat i personklubbs ärenden.

Från början var nog nätverksträffarna här i södra Sverige ett litet KAF konferens i miniatyr. Upplagt under två dagar med diskussioner, brainstorming och trevlig samvaro mot aftonen. Två dagar behöver man ju inte göra idag, det kan räcka med en heldag. Det viktigaste är ju att man träffas och spånar idéer och inspireras av varandra.

I november 2017, uppbäckade av KAF konferensen i Vänersborg 2017 kom vi överens om att träffas i Hässleholm. Initiativet kom från personalklubben i Höganäs och Växjö kommuns personalklubb Dakapo var med för första gången.

Vi diskuterade om hur man kan samarbeta i framtiden. Här fanns tips om att skicka förslag till varandra, bygga upp en e-postkontakt mellan föreningarna. Fylla platser om det fanns något erbjudande i grannkommunens erbjudande. Ta

kontakt med fem grannkommuner och höra var det arbetar med och om de har en personalklubb. Komma med förslag på aktiviteter som man kan göra tillsammans i framtiden. Arrangera mini-RM på regional nivå i golf, hälsohelger med flera aktiviteter som volleyboll, boule mm. Samarbeta när en föreläsning sker i regionen och förlägga föreläsningen till två eller flera kommuner för att pressa priset på föreläsaren. Att mötas snart igen i nätverket och följa upp våra intentioner till ett bättre samarbete i regionen in i framtiden.

I Växjö samarbetar personalklubben Dakapo sedan 2009 med hälsoaktörer som Korpen, Landstinget och andra företag och tar hit en gång om året en populär föreläsare. Först ut var Blossom Tainton, sedan Babben Larsson, Olof Röhlander, Kjell Enhager, Pia Sundhagen, Petter, Louise Hoffsten, Martin Lidberg, Maria Lundqvist och Klas Hallberg. Alla står för hälsa, skratt och kunskap. Viktiga ingredienser i det vardagliga arbetet och är utvecklande. Det gemensamma föreläsarna står för, är att de är mycket populära och dyra. Det som är positivt är att om man samarbetar kommer kostnaderna för den enskilda personalklubben. Ännu ett bra sätt att samarbeta i den lokala och regionala miljön.

I södra Sverige finns redan sedan flera år tillbaka ett resesamarbete mellan ett antal kommunala personalklubbar från Vetlanda ner till Kristianstad. Vi reser över hela världen, upplever New York, vandrar i alperna, möter vulkanerna på Island och maffian på Sicilien. Allt är möjligt för en personalklubb om man samarbetar. Ju fler, desto billigare blir resan. Initiativtagare till resor är personalklubben i Karlshamns kommun, Tur och Retur.

Framtiden ligger i att personalföreningarna närmar sig varandra på lokal och regional nivå. Försöker att samarbeta på flera plan inom hälsa, föreläsningar, företag och kulturevenemang. Alla föreningar kommer att bli vinnare, det gäller bara att ta kontakt med sin grannkommun, så kan nya tankar och idéer samlas. Allt är möjligt för en personalklubb, bara man har den rätta energin och viljan.

Per-Anders Löthman  
DAKAPO/KAF

# Hur man blir en populär personalklubb!

För att hitta den goda vi-känslan och att få kommunen i rörelse behövs det flera goda viljor inom en så stor arbetsvärld som en kommun är. Att starta en personklubb kan vara en del till en positiv känsla inom personalkåren och att främja den goda hälsan. En förening som sätter extra krydda i arbetslivet och på fritiden och som gör att det är roligt att vara anställd i just din kommun.

Det finns säkert mycket som ni i er kommun redan har genomfört och har på gång, många kommunala personalföreningar har redan ett rikt utbud och en väl fungerande förening. Som KAF:s utbildningsansvarig sedan 2005 har jag sett hur våra KAF föreningar har problem att starta upp sin styrelse och få inspiration för sitt fortsatta föreningsarbete. Här kommer tips för framtiden och hur vi i personalklubben Dakapo i Växjö kommun har arbetat under 2000-talet. Vad jag har lärt mig under mina år som ansvarig tjänsteman för Dakapo sedan 2000 och mina kontakter med andra kommunala föreningar och KAF konferenser.

Allt börjar med att man har en positiv personalpolitik som integrerar personklubbens aktiviteter som en viktig del i kommunens hälsoarbete och har en vision för den goda arbetsplatsen. Att man ger förutsättningar till styrelsens föreningsarbete för medlemmarnas bästa.

## Styrelsearbete

Först och främst behövs den goda viljan och positiva förutsättningar att man kan starta en förening. Att man kan komma loss någon gång i månaden för ett föreningsmöte.

För att sammanstråla och hålla ihop föreningen behövs en styrelse. Ordförande, vice ordf. som är sammankallande och leder mötena. Sekreterare som antecknar och för protokoll, kan också vara informatör för föreningen. En kassör ser till det ekonomiska och redovisar mot revisorerna och övriga styrelsemedlemmar fördelade över förvaltningar, bolag och politiker.

I en kommun finns alltid de som är extra intresserade av att hitta på saker för sina arbetskamrater, försök att hitta dem och styrelsen börjar ta form. Allt organiserat i en god demokratisk

ordning med stadgar för föreningens arbete. Se till att ha en positiv arbetande styrelse som kan komma på mötena och att de känner sig delaktiga i föreningens ex. olika hälso-, kultur-, rese- och företagsgrupp.

Gör en enkätundersökning via Intranätet och se vad medlemmarna vill ha utav sin förening, man kan ju inte komma på allting själv. Solidaritet med föreningen gör att man ställer upp för föreningens utbud.

Samarbeta med personalkontoret, kommunhälsan och kommunledningen om det finns något gemensamt tema för året och ta till er det i föreningens verksamhet, som en del av framtida program.

När man startar upp sin förening, gör det med lust och inspiration efter era förutsättningar. Tänk nytt och nya banor. Ta ett föreningsnamn som ni känner har anknytning till er kommun och bygd. KAF medlemmar med trevliga namn är exempelvis Carisma i Kristianstad, Axet i Vetlanda och Markiserna i Marks kommun. Det blir roligare och mer sammanhållande än att kalla föreningen för Idrottsförening!

Varför inte tävla bland medlemmarna och ta fram ett trevligt namn och en rolig och gemensam logga som anknyter till just er förening och namn! Allt förhöjer vi-känslan och sammanhållningen i föreningen och kommunen.

Varje år vid KAF:s Årets konferens utdelas årets pris till Årets förening och logga, kanske är det er tur framöver.

Medlemskap i föreningen kan antingen vara betalande eller icke betalande medlemmar, där alla anställda automatiskt är medlemmar i föreningen. Allt beroende på de ekonomiska förutsättningar föreningen har och det bidrag föreningen tillhandahåller från kommunen.

För att få ut sin information till medlemmarna och de anställda är dagen e-post system det snabbaste, billigaste och mest riktade verktyg för information. Hör med din IT-enhet hur förutsättningarna är för er förening att skicka föreningsinformation. Här tjänar man också kostnader för pappersförbrukning och miljön vinner på att inte distribuera pappersinformation. En väl fungerande och attraktiv aktuell hemsida på Intranätet är alltid välkommande. Här kan man ha föreningsinformation om aktuella aktiviteter, styrelse, medlemskap och utbud.

Vissa föreningar använder Facebook, Twitter och Instagram för sin informations flöde. Delegera till någon i styrelsen att sköta detta. Alla kanaler är bra för föreningens utbud.

Har ni en populär anslagstavla, använd den till kommande evenemang.

Bilder från aktiviteter är alltid trevligt att förmedla och initiera en känsla av närvaro och personligt intresse.

Bli en del av kommunens introduktion för nyanställda. Ta fram ett material som kan förmedlas till de nyanställda och få cheferna att informera om föreningen vid introduktionen.

Om kommunen har hälsoinspiratörer inom förvaltningarna, använd dem som informatörer för ert utbud. Direkt information vid arbetsplatsmöten är alltid bra.

Vilken är målgruppen finns i en traditionell svensk kommun? Av de anställda är det cirka 80-85 % kvinnor som arbetar inom den kommunala sektorn. Alla kvinnor vill inte spela innebandy i Korpen och gå på sportevenemang, de vill ha kultur och ett mångfaldsrikt utbud. Det kräver att man har en brett spektra av aktiviteter som attraherar både män och kvinnor. Här kommer tips hur man kan gå tillväga i föreningen. Ett av de viktigaste erbjudanden är inom Hälsa och friskvård.

### Hälsoarrangemang

Hälsoarbetet inom den kommunala föreningen kan få stor feedback och vara en del i kommunens strävan att få en friskare personal.

Föreningen kan ha ett rikt utbud av stadens friskvårdsinstitutioner i sin regi, som erbjuder säsongs- och årsrabatter. Har man egna kommunala idrotts- och simhallar kan dessa erbjuda fina förmåner för de anställda. Alla är vinnare och man får en hälsosammare personal.

Om kommunen har en friskvårdsersättning till sina anställda, kan föreningens hälsoutbud bli ett attraktivt sätt att använda sin ersättning.

Satsa på att göra egna hälsoarrangemang som Stegräknartävlingar, Kommunklassiker och Hälsolopp för era kamrater. Det finns ingen begränsning på fantasin när det gäller nya aktiviteter, allt är möjligt för en personalförening, bara det går hand i hand med föreningens visioner och stadgar. Hälsoarrangemangens insatser som inte behöver kosta några pengar, bara att

arrangera och informera. Har man sedan en liten budget kan man ju alltid ta fram priser och lotta ut till vinnarna, men det viktigaste är ju att man deltar.

I Dakapo går våra kommunala äskade medel till hälsoinsatser under året. Dessa går till bland annat våra friskvårdssektioner som bowling, fotboll, innebandy, tennis, badminton och golf. Sektionsdeltagarna betalar 50 % av sin aktivitet och Dakapo står för de övriga 50 %. Sektionerna har aktiveter och tränar och har trevligt tillsammans under hela året. Sektionerna kan i sin tur ordna med kommunmästerskap i sina grenar, ett populärt arrangemang för dem som tycker om att tävla i sin sport.

Under året erbjuder vi pröva på aktiviteter vid starten på säsongen, allt för att medlemmen ska hitta sin friskvård. Mycket populärt är våra massagekampanjer, där ett stort antal medlemmar tar del av Dakapos hälsopeng. Den enskilde medlemmen hittar nya aktiviteter och mår bättre.

Ett sätt att starta upp eller se som ett nytt lyft för föreningen är Mångfalds- & Hälsokvällar.

Ett populärt inslag genom åren som vi tog med oss från KAF konferensen i Borås 2006. Man bjuder in sina samarbetspartner i hälsofrågor i staden, butiker och institutioner. Dessa kan vara massörer, ansiktsvård, hälsoföretag, sportbutiker till kommunalt mångfaldsarbete. Företagen är intresserade att visa upp sina artiklar. Trevliga föreläsare kan finnas inom kommunen som talar om hälsofrågor och mångfald. Bjud in Kulturskolans elever för underhållning.

Dakapo brukar alltid vara i ett gymnasium med stor foajé för utställande företag, massörer, sidorum för föreläsningar och aula till underhållning och pröva på aktiviteter. Bjud gärna på en frukt eller fralla och en kaffe/festis och hela familjen kommer och det blir en succé.

Allt är upp till föreningens fantasi och vad som erbjuds i er stad och kommun. Allt är möjligt!

### Föreläsningar - inspirerar till goda sammankomster och kunskapskällor

Ett sätt att få inspiration och utbildningsmöjlighet för kommunen är att anordna en attraktiv föreläsning. Föreläsningar handlar om igenkännande, bekräfta egna värderingar, se saker med nya glasögon och få ny energi. Allting är ju

subjektivt, men kanske ni hitta er föreläsare och tema som passar er kommun och er personalklubb just nu.

För personalklubben Dakapo är föreläsningar ett sätt att mötas och lära oss nya saker, hur man är i gruppen, kommunikation, mångfald, hälsa, kost och friskvårdstips. Att skratta tillsammans är frigörande och att mötas över förvaltningsgränserna är en viktig del i personalpolitiken. Dakapos arrangemang förläggs till stora aulor i skolans värld, detta håller nere lokalkostnaden. Föreläsningarna sker på kvällstid, runt kl. 18.30-21.00.

Information om föreläsningen sker via kommunens e-post system till alla anställda och via föreningens hemsida. Oftast är det hela arbetslag som anmäler sig, men vill man ta med en anhörig, så är de välkomna, det kan bli dubbel glädje av upplevelsen. Föreläsningarna är gratis för Dakapomedlemmarna med anhörig, allt för den goda hälsan och arbetsplatsens bästa. Bra profit och renommé för kommunens hälsoarbete. Givetvis kan man ju ta en skälig entréavgift om det behövs för att täcka ekonomin för föreläsningen.

Här i Växjö har vi sedan 2008 ett samarbete med hälsoorganisationer hos Landstinget, Korpen, VISMA, DHL m fl och arrangerar större föreläsningar med kända namn på vårt Konsert-hus. Samarbetar man så kan man hålla nere utgifterna. Vid dessa arrangemang tar vi ut en reducerad entréavgift från medlemmen för att täcka kostnaderna.

Hitta föreläsare gör man via Googles, kontakter, egna erfarenheter, tips från medlemmarna och KAF konferenserna. Kontakta föreläsarna privat om det går, går man via föreläsarföretag kan priserna bli höga, med all provision dessa tar.

### Kulturevenemang

Kultur är hälsa och en viktig länk i föreningens utbud för att nå ut till medlemmarna. En kommun är alltid en attraktiv informationsväg för arrangörer av hälsa och kulturarrangemang i och med att vi för det mesta är ortens största arbetsgivare, med flera 1000 anställda.

Har man sedan snabba informationskanaler inom kommunen blir man ännu mer intressant. Som gammal kultursekreterare har jag sedan tidigare rikt kontaktnät i kulturens värld. Bilda i

styrelsen en kulturgrupp som arbetar med kultur i er stad och gästande arrangörer, det kan vara cirkusbolag,

Lycka till i föreningsarbetet  
*Per-Anders Löthman*  
KAF/DAKAPO