

Referat styremøte Mindfulness Norge 29. mai 2017

Til stede: Tor Magne Handeland (TM), Renate Scholz (RS), Wenche Mårvik Winnerkvist (WW), Ole Helliesen (OH), Torill Eide (TE), Oddbjørg Jonsdottir (OJ), Inger Helene Nøkleholm (ref) (IH)

Torbjørn Sandvig (TS) deltok på sak nr. 08/17

Forfall: Cathrine Helgø Sasson (CS)

Mindfulness Norge (MN)

Saker	Tema	Vedtak	An-svar
God-kjenning referat fra styremøtet 14.01.17		Godkjent	
Orien-terings-saker	Bli kjent		
	Litt orientering om hva Mindfulness Norge er og ikke er	TM orienterte litt om foreningens historie, og forsøkte å trekke opp noen linjer for hva foreningen kan drive med og hva en ikke kan bruke foreningen til	
	Økonomi	For 2017 får vi lavere inntekt sammenlignet med andre år pga at vi ikke har konferanse. Det er avgjørende med høy økonomisk bevissthet, og Torill ber regnskapsfører Jan Erik om å lage dokument som gjør det lettere å følge med på økonomisk status.	
Nye saker			
Sak 01/17	Årshjulet og fordeling av oppgaver Se vedlagt liste for oversikt over oppgaver.	Sekretær ble valgt: Inger Helene Nøkleholm Nestleder ble valgt: Renate Scholz	
Sak 02/17	Evaluering av "Stilledagen" Torill innleder	Evaluering: 19 evaluerings-skjema ble innlevert, hvorav 18 svarte kombinasjoner av "svært fornøyd" eller «fornøyd» på spørsmålene, mens 1 svarte "litt misfornøyd" på alle tre. Vi må huske å gi god info i neste gangs innvitasjon: Bl.a. hvilken form stilledagen har, om det finnes meditasjonsutstyr i lokalet. Ingen var misfornøyd med Paramita som lokale. Skal vi arrangere flere "Stille dager"/retreater andre steder i løpet av året? Sjekk pris/steder: Oslo: Paramita, Qigongsenteret, Kadampa Bergen Trondheim. Bl.a. Hysnes - nedlagt militærleir Emma Hjort i Sandvika. Vi jobber videre med saken på neste styremøte.	OJ RS WW IH TM

Sak 03/17	Evaluering av Årsmøtet 2017	Godt fornøyd med gjennomføringen av årsmøtet.	
	Bestemme dato for Årsmøtet 2018	<p>Enighet om å holde Årsmøtet med "Stille dag" på lørdag. Dato 10. mars 2018 kl. 09.00-17.00 (17. mars som backup om alle lokalene er opptatt.) Registrering "Stille dag" fra kl. 09.00-10.00 "Stille dag" 10.00-15.00. Årsmøtet kl. 15.30-17.00</p> <p>Hvor skal vi være? Sjekk pris/sted/størrelse/ledig og maile info til styret snarest:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Paramita-senterets rom klarer 25 stk. • Qigongsenteret på Grønnland? • Kadampa meditasjons-senter Majorstua? <p>Avgjørelse for tid og sted taes pr. mail</p> <p>Styret gir beskjed til Torbjørn når stedet er bestemt. Han sender da ut invitasjon</p>	<p>OJ</p> <p>Styret</p> <p>Styret</p>
Sak 04/17	Mindfulness-NYTT Hvordan få dette opp og gå igjen? Tor Magne innleder	Ansvarlig for å "holde i Mindfulness Nytt-trådene"	OH
		Ansvarlig for utførelse	TS
		<p>Idémyldring:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alle i styret engasjeres i å finne stoff/skribenter • Lage rammer for tekstinnhold i avisen. • Oppfordre medlemmer til å komme med idéer/stoff på web-siden og MNs FB-gruppe <p>Vi jobber videre med denne saken på neste styremøte.</p>	<p>Styret</p> <p>TM</p>
Sak 05/17	Forespørsel om Mindfulness Norge vil ha en «experiential MBCL Retreat» med Frits Koster og Erik van den Brink 7.-13. mai 2018 Tor Magne innleder	<p>Sted: Dharma Mountain. Nfon har evt. praktisk ansvar. Retreaten gir adgang til MBCL-Teacher Training-kurs, og er rettet mot Mindfulness-instruktører/-lærere o.l.</p> <p>Styret stiller seg positive til denne retreaten, men først må vi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Avklare om lønnen til Frits og Erik bør ligge på samme nivå som lærere på Hadeland Folkehøgskole-Retreatene. • Skal vi lage faste regler for denne type lønn? • Vi må minst gå i null • Hva er avmeldingstidsfrist? <p>Kontakt Frits ang. kostnader o.l.</p> <p>Styret jobber videre med saken:</p>	<p>Styret</p> <p>TM</p> <p>Styret</p>
Sak 06/17		Feil i oppsettet. Det var ingen sak her.	

<p>Sak 07/17</p>	<p>Retreat 2017 Velge kontaktperson i styret. Status påmelding? Hvem fra styret ønsker å delta?</p>	<p>Både mai-retreaten og august-retreaten er fulltegnet.</p> <p>Kontaktperson for retreatet</p> <p>Det er bestemt at styret har to gratis-plasser og at reisen betales selv.</p> <p>Mai-retreat-plassene tildeles:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wenche, som skal på mai-retreaten og jobbe. 2. Renate <p>August-retreat-plassene tildeles:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Inger Helene får august-retreaten. 2. Ikke bestemt ennå 	<p>WW</p>
<p>Sak 08/17</p>	<p>Hvordan dra best mulig nytte av Torbjørn Sandvik, vår eneste lønnede medarbeider?</p> <p>På kort varsel har Torbjørn sagt ja til å stikke innom styremøtet ca kl 14.00.</p> <p>Mulighet for nye medlemmer</p>	<p>For at styret skal få redusert utgiftene ser vi på muligheter hvor det kan spares penger.</p> <p>Styret har i ca. 5 år engasjert freelancer Torbjørn til å avlaste styret med en del praktiske oppgaver. Er det mulighet til å spare inn penger på denne posten?</p> <p>Kan styret evt. engasjere en student til å gjøre denne jobben? Dette fant styret at ikke ville bli en trygg og god løsning.</p> <p>Styret setter stor pris på Torbjørns arbeid, og undres om det er mere vi kan bruke han til innenfor hans avtalte engasjement. Vi mangler en stillingsbeskrivelse på hans arbeid.</p> <p>Det ble bestemt at Torbjørn ordner flg:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Egen stillingsbeskrivelse m/timer og lønn. • Vi ønsker en oversikt over hvilke "typer" medlemmer vi har. Den ønsker vi klar til neste styremøte. • Innloggingsspalten til høyre på web-siden er forstyrrende. Den må endres. • Endre URL på web-siden fra NFON til Mindfulness Norge. • Torbjørn lager fane/side for medlemsbrev og Mindfulness NYTT. <p>Torbjørn redegjorde for sine arbeidsoppgaver/lønn/timer:</p> <p>Torbjørns lønn er kr. 96.000, som blir kr 120.000 pga MVA. Han jobber som freelance 4 timer (á kr. 500 t) pr. uke - tilsvarer en 10% stilling.</p> <p>Hans jobb består av mye pirketing, f.eks.: Nettsiden, svare på alle henvendelser, noen melder seg av, noen på, lurert på ditt og datt. Hjelper folk ved påmelding. Sender purringer på ubetalt medlemskontingent. Den gode nettløsningen vi har sparer han for mye arbeid. Dette gjør det mulig for han å klare jobben på 4 t pr. uke, sier han.</p> <p>Han har lyst på oppgaver med artikler til nettsiden, sende spørresjema, Mindfulness NYTT.</p>	<p>TS</p>

		<p>Innbetaling av medlemskontingent Torbjørn sender purringer - 4 påminnelser, så slettes de. 110 av 610 medlemmer har ennå ikke betalt.</p> <p>Hvordan kan vi lage mer interesse for å være medlem? Disse sakene jobber vi videre med neste møte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fakturaer med oversikt over neste års arrangementer som "gulerot"? • Skal Torbjørn kan sende ut "Ønske-liste fra medlemmene" for å finne ut hva de ønsker/savner for å holde deres praksis i gang? • Skal Torbjørn lage link til FB-gruppa når det skjer noe på web-siden? <p>Mindfulness Norges FB-gruppe er sak på neste møte Tilsvare FB-gruppens vilkår det som faktisk publiseres der? Jon Vøllestad er redaktør. Hvor skal vi legge lista på innlegg?</p>	Styret
Sak 09/17	Behov for et høst-arrangement, f.eks. stilledag, workshop	Tor Magne har kontakt med Marvin Belzer, Marc-senteret, USA. Han kommer gjerne og holder "Relation Mindfulness-workshop" for medlemmer ca. 20. august. TM tar tak i det praktiske.....	TM
Sak 10/17	Konferanse 2018 Finnes det noen, evt. er det mulig å engasjere noen som vil ta på seg denne oppgaven?	Vi må passe på så evt. konferanse ikke krasjer med "Emotion Revolution" i Bergen, Steven Hays, Paul Gilbert - april 2018. Renate kan sjekke om MN kan ha stille retreat i forbindelse med den og evt. hanke inn nye medlemmer. Wenche foreslår konferanse med tema "Stress" i Trondheim. Alle i styret sjekker/tenker flere muligheter/idéer fram til neste styremøte.	RS Styret
Eventuelt		<p>Avtalte styremøter 2017: 17. juni kl. 10.00-16.00 23. september kl. 10.00-16.00 18. november kl. 10.00-16.00</p> <p>Wenche får fullmakt til å ordne gave på kr. 1.000,- til lokalene RedRabbit, som styret har fått låne fire ganger nå. Hun spør om å få låne lokalene i september.</p> <p>Styret satser på Skype-møte i november.</p> <p>Foreløpige saker til neste styremøte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • "Stille dag" i Bergen? Andre steder? (Ref. Sak 02/17) • Flere retreatere? (Ref. Sak 02/17) • Mindfulness NYTT - har vi fått skribenter osv? (Ref. Sak 04/17) • «Experiential MBCL Retreat» (Ref. Sak 05/17) • Hvordan kan vi lage mer interesse for å være medlem? (Ref. Sak 08/17) • Mindfulness Norges FB-gruppe (Ref. Sak 08/17) • Styremøte i november på Skype? 	WW TM