

# Veileder til Retningslinjer for Ungdiabetes i fylket

## Retningslinjer

Tekst med hvit bakgrunn er Retningslinjer for Ungdiabetes i fylkene. Dette er regler som gjelder for Ungdiabetes i alle fylkene.

## Veileder

Tekst i grønne bokser er veileder til retningslinjene. Dette er forklaringer på hva retningslinjene betyr, og tips til hvordan man kan følge dem.

Ungdiabetes er en del av Diabetesforbundet og skal følge Diabetesforbundets vedtekter og etiske retningslinjer i sitt arbeid. Retningslinjer for Ungdiabetes er et tillegg til disse dokumentene, med formål å presisere Ungdiabetes sin rolle i organisasjonen og organisering innad.

Ungdiabetes jobber for ungdom med diabetes i alderen 14–30 år og deres pårørende, og skal jobbe med ulike tiltak innenfor hele målgruppen. Ungdiabetes i fylket skal gjøre det samme i hele sitt fylke.

### Ungdom med diabetes

Dette inkluderer alle typer diabetes. Dette er viktig å huske på når man markedsfører arrangementer. For eksempel kan man skrive i invitasjonen at arrangementet er åpent for alle mellom 14 og 30 år, uansett type diabetes.

### Alderen 14-30 år

Dette er målgruppen til Ungdiabetes, som skal dekkes i alle fylker. Vil man arrangere noe for 14–18 eller 18–30 år, er dette selvfølgelig helt greit. Men pass på at det da er et annet arrangement i løpet av ca. et år som dekker den andre aldersgruppen. Man kan også ha arrangement som passer best for én aldersgruppe, men som er åpne for alle.

### I hele sitt fylke

Dette betyr at man skal ha tilbud til alle i fylket, ikke bare i utvalgte områder. Man kan variere plasseringen av arrangementene fra gang til gang, slik at det blir tilgjengelige for ulike målgrupper, men det skal alltid være åpent for hele fylket.

## Organisering av styret i fylket

Ungdiabetes i fylket bør bestå av minimum ett og maksimum syv styremedlemmer. Minimum tre styremedlemmer er anbefalt.

### Antall styremedlemmer

Grunnen til at det er anbefalt et antall styremedlemmer er at man skal få til gode diskusjoner og beslutninger i styret. Er man flere enn syv personer i styret, vil det kunne bli vanskelig å få til en god diskusjon hvor alle får sagt sin mening, og det kan bli vanskelig å finne oppgaver til alle. Er man færre enn tre, kan det bli vanskelig å få gode diskusjoner rundt saker før de avgjøres. I begge tilfellene kan det også bli vanskelig å ivareta demokratiet. Syv er et antall som erfaringsmessig fungerer godt.

Dersom det er mulig, bør det hvert år legges til rette for demokratiske valg av styremedlemmer, hvor fylkets medlemmer i målgruppen har stemmerett. Valg anbefales selv om det er færre enn syv kandidater til styrevervene.

### Gjennomføring av valg

**Stemmerett** Alle fylkets medlemmer i målgruppen 14-30 år skal ha muligheten til å delta med sin stemmerett. Det er kun denne målgruppen som skal ha stemmerett.

**Arrangement** Valget kan gjerne være en del av et arrangement man har, for eksempel bowling og pizza. Man kan også innkalle til et årsmøte med valg, for eksempel samtidig med fylkeslagets årsmøte.

**På forhånd** Det er viktig at man sier fra til deltakerne på forhånd at det skal foregå et valg. Da skal også kandidatene presenteres.

**Valg** Man starter med å velge en som er møteleder og styrer valget. Deretter velger man en sekretær som skriver referat fra valget.

Valget kan foregå ved håndsopprekning eller skriftlig. Ifølge Diabetesforbundets vedtekter skal man gjennomføre valg ved håndsopprekning, men dersom noen ønsker skriftlig valg, må man ha det.

Valgrekkefølgen kan man velge selv. Leder skal alltid velges for seg, men man kan gjerne velge styremedlemmene i såkalt «bolk». Det vil si at man stemmer på alle unntatt leder samtidig, slik at benkeforslag ikke blir personlig, men basert på verv.

For å telle opp stemmene, velger man tre personer som ikke har stemmerett, til et såkalt «tellemekorps». De teller enten opprakte hender eller lapper. Er det ingen uten stemmerett til stede, kan møteleder og sekretær telle opp stemmene. Det viktigste er at de som er på valg ikke teller stemmene.

Det kan være lurt å ha en valgkomité, som består av to til tre personer utenfor styret. Disse kan jobbe mellom valgene med å finne og forespørre kandidater. Dersom man ikke har nok frivillige til å kunne opprette en valgkomité, må styret gjøre denne jobben selv.

Ungdomskontakten fra fylkesstyret og representant fra Ungdiabetes nasjonalt må gjerne inviteres til arrangementet og informeres om valget.

**Oppmøte** Dersom ingen eller veldig få deltakere kommer, kan dere fortsatt gjennomføre valget. Så lenge det er annonsert på forhånd, og alle i målgruppen har fått muligheten til å delta, er det ikke noe krav til antall personer til stede.

Fylkesstyret godkjenner Ungdiabetes sitt styre. Dersom fylkesstyret ikke godkjenner styret, må det være saklig begrunnet i tråd med Diabetesforbundets verdier og retningslinjer. Fylkesstyret skal da bringe saken inn for Ungdiabetes nasjonalt og sentralstyret.

### Fylkesstyrets godkjenning

Fylkesstyret skal godkjenne Ungdiabetes sitt styre, for å sørge for at Ungdiabetes opprettholdes og følger regler og retningslinjer. Det vil si at når valget er gjennomført skal fylkesstyret gi sin godkjenning, før styret er endelig valgt. Leder av Ungdiabetes i fylket bør

informere fylkesstyret i forkant av valget, om hvilke kandidater som stiller til valg. Det er også lurt å arrangere et felles møte etter valget, hvor fylkesstyret får bli kjent med det nyvalgte styret og kan gi sin godkjenning. For at fylkesstyret ikke skal godkjenne Ungdiabetes, kreves en veldig god grunn. Fylkesstyret kan uansett ikke bestemme det alene, de må involvere Ungdiabetes nasjonalt og Sentralstyret.

Alle styremedlemmer, inkludert leder, bør velges for ett år av gangen.

### Ett år av gangen

Styremedlemmer bør velges for ett år av gangen fordi målgruppen går gjennom store forandringer i løpet av et år. Når man er mellom 14 og 30 år, vet man ofte ikke hvor man er neste høst, hvor mye tid man har til rådighet o.l. Derfor er ett år den anbefalte varigheten på et verv i Ungdiabetes.

Man kan selvfølgelig stille til gjenvalg året etter, slik at man sitter flere år i et verv. Alle styremedlemmer må ikke byttes ut hvert år.

For å sørge for jevn utskiftning av styremedlemmer, bør man ikke inneha samme verv lengre enn seks år sammenhengende. Etter én valgperiodes opphold er et medlem på nytt valgbart til samme verv.

### Inntil seks år

Det viktigste med dette punktet er at medlemmene bestemmer. Det skal være åpning for å bytte ut styremedlemmer og leder når det er ønskelig. Særlig etter seks år bør man gjøre en grundig jobb med å prøve å rekruttere nye styremedlemmer. Men klarer man ikke å finne noen nye, er det ikke forbudt å fortsette i vervet. Spør gjerne Ungdiabetes nasjonalt om råd i slike tilfeller.

Ungdiabetes i fylket konstituerer seg selv, og roller bør fordeles etter interesse.

### Konstituering

Det å konstituere seg betyr at man fordeler roller innad i styret. For eksempel er nestleder en rolle som styret selv bestemmer hvem som skal ha. Det vil si at det bare er leder som velges spesielt under valget, mens de andre rollene fordeles internt når styret er på plass. Slik fungerer det også i andre styrer i Diabetesforbundet.

En oversikt over rollene i styret finner du her: [diabetes.no/minside/for-tillitsvalgte/ungdiabetes/ungdiabetes/](https://diabetes.no/minside/for-tillitsvalgte/ungdiabetes/ungdiabetes/)

En av styrets oppgaver bør være å rekruttere nye kandidater til styret.

### Finne nye kandidater

For å finne nye kandidater, kan man ha øyne og ører åpne både på egne og på BFU sine arrangement. Lokallagenes arrangement for ungdom kan også være en god rekrutteringsarena. Snakk med folk, og merk deg de som kan være aktuelle kandidater. Gi navnene deres til valgkomiteen eller styret, og ta kontakt når det er aktuelt. Styret er mer ute blant medlemmene enn valgkomiteen er, og kan derfor hjelpe valgkomiteen med denne jobben.

### Når noen melder interesse

Hvis noen viser sin interesse når det er lenge til valg, kan man gi dem oppgaver som frivillig. Man må ikke ha et verv for å kunne hjelpe til. Under arrangementer, møter eller på sosiale

medier er det alltid oppgaver som skal gjøres, og da trenger man folk. For styret er det en nyttig ressurs å ha flere å spille på enn styremedlemmene når oppgaver skal fordeles. Det å gi de interesserte egne oppgaver, er også med på å opprettholde interessen deres frem mot valget.

Styremedlemmer i Ungdiabetes i fylket forventes å stille på styremøter og ta på seg arbeidsoppgaver, med mindre annet er avtalt.

### Forventninger til styremedlemmer

Det finnes mange måter å gjennomføre styrearbeid på. Derfor er det viktig at man i styret er enige om hvordan man vil gjøre det. En nyttig rutine er å gjennomføre en forventningsavklaring én gang i året, hvor man blir enige om hva som forventes av styremedlemmene.

Eksempler på forventninger man kan bli enige om:

- Alle skal svare på e-post, gjerne innen en viss tid som dere kan bli enige om i styret. Bli gjerne også enige om hvor ofte man bør sjekke e-post.
- Alle skal gjøre oppgavene de tar på seg/får tildelt, eller gi tydelig beskjed i god tid dersom det ikke lar seg gjøre eller man trenger hjelp.
- Alle har taushetsplikt om saker som snakkes om i styret og informasjonen man får gjennom vervet sitt.
- Det er lov å si fra hvis man har en dårlig dag eller periode, og styret respekterer og legger til rette for dette.

Ungdiabetes i fylket bør være bosatt i fylket de representerer.

### Bosted

Dette punktet handler om samarbeid og deltakelse i styrearbeidet. Det er viktig at alle er tilgjengelige og kan gjøre sin del av arbeidet. Derfor anbefales det at alle i styret bor i fylket de representerer.

## Representasjon

Leder av Ungdiabetes i fylket har vedtektsfestet møte- og talerett på fylkets årsmøte. (Diabetesforbundets vedtekter kap. 4 §24)

### Vedtektene

I vedtektene står det at leder i Ungdiabetes i fylket har rett til å møte på fylkets årsmøte. Les vedtektene her: [diabetes.no/min-side/for-tillitsvalgte/styringsdokumenter](https://diabetes.no/min-side/for-tillitsvalgte/styringsdokumenter)

### Manglende invitasjon

Dersom leder i Ungdiabetes ikke blir invitert til årsmøtet, må man ta dette opp med fylkesstyret og vise til vedtektene. Om man har behov, kan man ta kontakt med Ungdiabetes nasjonalt. Det oppfordres til at hele styret inviteres, ikke bare leder.

### Deltakelse

Det er viktig å delta på årsmøtet for å vise frem Ungdiabetes og deres arbeid, og for å holde kontakten med de andre tillitsvalgte. Ungdiabetes sitt arbeid er en del av den store helheten, og det synes tydeligere når man er representert på årsmøtet. Legg gjerne frem en egen årsberetning for Ungdiabetes. Dersom leder ikke har anledning til å delta, kan en annen fra Ungdiabetes sitt styre delta i stedet.

### Et godt inntrykk

Husk at man representerer Ungdiabetes når man deltar på årsmøter og andre arrangementer. For at Ungdiabetes skal bli tatt på alvor og bli inkludert, bør man gi et godt inntrykk. Noe som kan bidra til dette er blant annet å delta på det som skjer, holde tiden og la mobilen ligge.

Styremedlemmer bør holde seg oppdatert og delta der det er mulig på nasjonale arrangementer for tillitsvalgte. Dette gjelder spesielt Ungdomskonferanse med generalforsamling. Styret anbefales å etterstrebe en demokratisk prosess ved valg av representanter til nasjonale arrangementer.

### Demokratisk prosess

I denne sammenhengen betyr dette at styret bør fatte vedtak om hvem som deltar på hvilke arrangementer hvert år. Det er viktig å sørge for at alle får muligheten til å melde sin interesse, også de som er nye i styret. Er det flere som er interessert enn dere har mulighet til å sende, kan dere ha loddtrekning. Det kan også være fint å sørge for at det ikke er de samme som får delta år etter år. Husk også at deltakelse på arrangementer må avklares med fylkesstyret.

Fylkesstyret skal der det er mulig legge til rette for at Ungdiabetes i fylket er representert på nasjonale arrangementer for tillitsvalgte. Dette gjelder spesielt Ungdomskonferanse med generalforsamling.

### Der det er mulig

Dette handler først og fremst om økonomi. Har man penger nok i fylket og det ikke er andre spesielle omstendigheter, skal fylkesstyret la Ungdiabetes sende representanter til nasjonale arrangementer. Dersom det oppstår utfordringer med dette, ta kontakt med Ungdiabetes nasjonalt.

## Samarbeid med fylkesstyret

Årsberetningen for Ungdiabetes i fylket bør utarbeides i samarbeid med fylkesstyret.

Leder av Ungdiabetes i fylket har vedtektsfestet møte-, tale- og forslagsrett i fylkesstyret. (Diabetesforbundets vedtekter Kapittel 6 §42)

### Vedtektene

I vedtektene står det at leder av Ungdiabetes i fylket har rett til å møte på fylkesstyrets møter. Dette innebærer ikke at man får et verv i fylkesstyret, men at man har en plass i tillegg til styremedlemmene i fylkesstyret. Les vedtektene her: [diabetes.no/min-side/for-tillitsvalgte/styringsdokumenter](https://diabetes.no/min-side/for-tillitsvalgte/styringsdokumenter)

### Manglende invitasjon

Dersom leder i Ungdiabetes ikke blir invitert til møter, må man ta dette opp med fylkesstyret og vise til vedtektene. Om man har behov for hjelp, kan man ta kontakt med Ungdiabetes nasjonalt.

### Deltakelse

Det er viktig å delta på fylkesstyrets møter for å representere ungdom og være deres stemme i alle saker som behandles. I tillegg får man innflytelse på saker som angår ungdom og Ungdiabetes. Ungdiabetes sitt arbeid er en del av den store helheten, og det

synes tydeligere når man er representert på styremøtene. Dersom leder ikke har anledning til å delta, kan en annen fra Ungdiabetes sitt styre delta i stedet.

### **Et godt inntrykk**

Husk at man representerer Ungdiabetes når man deltar på fylkesstyremøter og andre arrangement. For at Ungdiabetes skal bli tatt på alvor og bli inkludert, bør man gi et godt inntrykk. Noe som kan bidra til dette, er blant annet å delta på det som skjer, holde tiden og la mobilen ligge.

Både Ungdiabetes i fylket og fylkesstyret har ansvar for å legge til rette for god kommunikasjon og jevnlig oppdatering mellom styrene.

### **Ungdomskontakt**

Alle fylkesstyrene bør ha en ungdomskontakt, og Ungdiabetes kan selv foreslå en person fra fylkesstyret eller BFU. I veilederen for ungdomsarbeid i fylkene står det:

«Det er fylkesstyret, med fylkesleder i spissen, som skal invitere Ungdiabetes til å foreslå en ungdomskontakt. Personen som Ungdiabetes velger må allerede være tillitsvalgt i fylkesstyret eller BFU. Dersom Ungdiabetes ikke kommer med et forslag innen første fylkesstyremøte etter årsmøte - er det fylkesstyret/BFU som oppnevner ungdomskontakten. Ungdomskontakten velges for ett år om gangen.»

Les veilederen her: [diabetes.no/minside/for-tillitsvalgte/ungdiabetes](https://diabetes.no/minside/for-tillitsvalgte/ungdiabetes)

### **Legge til rette**

For å legge til rette for kommunikasjon og oppdatering, bør man sende sitt referat til fylkesstyret eller ungdomskontakten etter et møte. Det samme bør fylkesstyret gjøre tilbake. Dersom det lar seg gjøre, kan man også arrangere parallelle styremøter, hvor man har deler av programmet sammen. Dette kan bidra positivt til samarbeidet, og det gir begge styrene mulighet til å bli kjent med hverandre. Her kan leder og nestleder veksle på å delta på fylkesstyrets møte, for eksempel.

Fylkesstyret har ansvar for å bistå Ungdiabetes i deres arbeid, spesielt under oppstart av nytt styre.

Fylkesstyret bør jobbe for alltid å ha et eget Ungdiabetes i sitt fylke.

Ungdiabetes i fylket bør tilegnes selvstendighet til å oppfylle sitt formål, innenfor de rammer som foreligger.

### **Tilegnes selvstendighet**

Dette betyr at fylkesstyret bør la Ungdiabetes selv bestemme mest mulig over sitt eget arbeid. Ungdiabetes kjenner sin målgruppe best og vet best hva som fungerer for dem. Derfor er det ikke nødvendigvis en god idé at fylkesstyret skal blande seg for mye i deres arbeid. Samtidig er det viktig at fylkesstyret sørger for at Ungdiabetes har det de trenger for å kunne utføre sitt arbeid, som for eksempel et møtested. De kan også bidra med kunnskap rundt styre- og arrangementsarbeid. Fylkesstyret er en viktig ressurs for Ungdiabetes, slik Ungdiabetes er det for dem.

### **De rammer som foreligger**

Ungdiabetes kan ikke gjøre akkurat som de vil, selv om fylkesstyret ikke skal blande seg. Man må følge fylkesstyrets vedtatte budsjett, retningslinjer og avtaler som inngås, i det

arbeidet man gjør. Retningslinjer for Ungdiabetes er et eksempel på en slik ramme som man må jobbe innenfor. Fylkesstyret har ansvar for å gjøre Ungdiabetes kjent med dette.

Ungdiabetes i fylket sine tillitsvalgte har anledning til også å stille som kandidater til fylkesstyret. Dette er da et personlig kandidatur, og ikke i kraft av verv i Ungdiabetes.

### Personlig kandidatur

Dette betyr at man kan sitte i både fylkesstyret og Ungdiabetes i fylket. Da er det viktig at man har den rollen som en enkeltperson, og ikke som for eksempel «leder av Ungdiabetes». Eksempel: Knut er styremedlem i Ungdiabetes i fylket, men ønsker også å være styremedlem i fylkesstyret. Da kan han stille til valg på neste årsmøte som «Knut», ikke som «styremedlem i Ungdiabetes». Dersom han slutter i Ungdiabetes, er han fortsatt med i fylkesstyret– og omvendt.

## Økonomi

Fylkesstyret har overordnet ansvar for Ungdiabetes i fylket sin økonomi.

### Overordnet ansvar

Årsmøtet i fylket bestemmer budsjettet for alt som skjer i fylket, også Ungdiabetes. Fylkesstyret har ansvar for å følge dette budsjettet, også for Ungdiabetes. Det vil si at de har ansvar for å føre regnskap, og for eventuelle over- eller underskudd. Dette betyr at Ungdiabetes må ha et tett samarbeid med fylkesstyret, for å følge opp økonomien sin gjennom et år.

Fylkesstyret skal legge til rette for et rammebudsjett til Ungdiabetes i sitt budsjett hvert år, og orientere Ungdiabetes i fylket om dette.

### Rammebudsjett

Dette er et budsjett som fastsetter en sum penger til et formål. Det vil si at fylkesårsmøtet vedtar en sum til Ungdiabetes, som Ungdiabetes selv kan disponere til ulike formål. Budsjettet skal være i tråd med vedtatt aktivitetsplan for kommende år. Eksempel: Årsmøtet vedtar kr. 50 000 til Ungdiabetes i fylket i 2020. Ungdiabetes i fylket setter seg ned på neste styremøte og fordeler pengene på sine arrangement og tiltak: Hyttetur: 10 000,- Bowling og pizza: 5000. Styremøter: 5000. Juleverksted: 5000. Høstarrangement: 25 000.

Ungdiabetes i fylket kan fremme forslag til eget budsjett, hvor fylkesstyret godkjenner innenfor egne rammer.

### Egne rammer

Fylkesstyret må vurdere hvor mye fylket har råd til å bruke på Ungdiabetes, og må ta hensyn til dette når de skal sette opp budsjettet. Det er lurt at Ungdiabetes og fylkesstyret har gode rutiner og dialog rundt budsjett og regnskap, og at de blir enige om disse i fellesskap.

### Aktivitetsplan

Ungdiabetes kan gjerne legge frem en aktivitetsplan for fylkesstyret sammen med et eget forslag til budsjett, for å vise hva man tenker å bruke pengene på. Fylkesstyret kan være en god støttespiller, og gi tips til beregning av pengebruk. Når fylkesstyret har kommet med sine innspill, og Ungdiabetes sitt forslag samsvarer med deres budsjettforslag til årsmøtet, kan Ungdiabetes gjerne presentere sin aktivitetsplan for årsmøtet.

Ungdiabetes i fylket har ansvar for å holde seg oppdatert på egen økonomi.

Ungdiabetes i fylket står fritt til å søke midler til tiltak innenfor sin målgruppe, hos interne og eksterne aktører, innenfor Diabetesforbundets retningslinjer.

### **Ansvar**

Dersom man søker midler, har man ansvar for å følge de kriteriene som gjelder for tildelingen. Man er også ansvarlig for rapportering når prosjektet er ferdig. Et slikt ansvar kan man ikke ha dersom man er under 18 år. Det er uansett alltid lurt å samarbeide med fylkesstyret om søknader, da de har ansvaret for økonomien til Ungdiabetes.

### **Interne aktører**

Dette kan være lokallag, det nasjonale leddet, fylkeslaget eller andre innenfor organisasjonen.

### **Eksterne aktører**

Det finnes mange ulike steder man kan søke penger til ungdomsarbeid. Stiftelsen DAM (tidligere Extra) og Herreløs arv er kanskje de beste tipsene. Les mer om hvor og hvordan man kan søke penger her: [diabetes.no/minside/for-tillitsvalgte/inntekter/](https://diabetes.no/minside/for-tillitsvalgte/inntekter/)

## **Aktiviteter og arrangementer**

Ungdiabetes i fylket bør definere hvem som er ansvarlig voksen ved arrangementer hvor det er mindreårige tilstede. Fylkesstyret skal bidra til og følge opp dette.

Ungdiabetes-arrangement med mindreårige til stede skal være alkoholfrie. Der Ungdiabetes deltar på Diabetesforbundets arrangementer, skal deres tilstedeværelse hensyntas.

### **Alkohol**

Ungdiabetes skal være et trygt sted å være for alle mellom 14 og 30 år. Et av tiltakene for å få til dette, er å unngå fokus på alkohol og drikkepress. Derfor skal det ikke være alkohol på Ungdiabetes-arrangement med deltakere under 18 år. Har man et arrangement for de over 18 år, kan man ha alkohol, men det skal ikke være hovedfokuset og bør begrenses.

### **Alkohol og styrearbeid**

Styremedlemmer anbefales å holde alkoholinntaket til et minimum på arrangementer der det er aktuelt. Har man ansvar for mindreårige (på andre arrangementer enn deres egne, som for eksempel BFU-arrangementer), bør man la være å drikke under arrangementet. Styremedlemmer i Ungdiabetes i fylket representerer Ungdiabetes i alle situasjoner, selv når programmet er over. Dette er viktig å huske på. På dagtid eller mens programmet pågår er det ikke lov å drikke alkohol på arrangementer.

### **Diabetesforbundets arrangement**

På nasjonale eller fylkesvise arrangement hvor de fleste er voksne, kan man ikke nekte de voksne å drikke alkohol. Men det er viktig at det tas hensyn dersom Ungdiabetes er til stede. Opplever dere at voksne er overstadig beruset, eller det oppstår uheldige situasjoner, bør dette tas opp med fylkesstyret. Ta kontakt med Ungdiabetes nasjonalt for råd og støtte.

### **Etiske retningslinjer**

I Diabetesforbundets Etiske retningslinjer er det regler for alkohol på arrangement. Les dem her: [diabetes.no/minside/for-tillitsvalgte/retningslinjer/etiske-retningslinjer/](https://diabetes.no/minside/for-tillitsvalgte/retningslinjer/etiske-retningslinjer/)