

## Handleplan for Mødrehjælpens lokalforening Lyngby 2026

- Bestyrelsesarbejdet

Bestyrelsen har brugt 2025 på at forsøge at rekruttere flere frivillige både til butikken og aktiviteterne. Vi er fortsat ikke i mål. Det er svært at rekruttere i vores område, da der er mange frivillige organisationer.

Bestyrelsen vil derfor fortsat bruge 2026 på rekruttering.

Bestyrelsen vil fortsat se lokalforeningen som en helhed, og derfor vil vi på butiksmøderne forelægge, hvad vi drøfter i bestyrelsen samt få feedback fra de frivillige. De frivillige vil også fortsat blive orienteret om bestyrelsesarbejdet ved at få tilsendt referat af bestyrelsesmødet.

- Butikken

Bestyrelsen har i 2025 arbejdet på at holde åbent 6 dage om ugen, hvilket ikke er lykkedes helt. I 2025 har der fortsat været lukket flere fredage eftermiddage og få lørdage.

I hverdagen er vi dækket ind med 3 ad gangen formiddag og/eller eftermiddag to dage om ugen, hvilket indebærer, at der ved sygdom ikke har været alenearbejde de dage.

Et af målene i 2025 var at få flere tovholdere, så der er 2 personer på hvert ansvarsområde. Dette lykkedes ikke i 2025, så vi fortsætter arbejdet i 2026.

Lyngby lokalforening ligger i et område, hvor vi får rigtig mange og for det meste flotte donationer, hvilket har betydet, at vi har kunnet give donationer til andre mødrehjælpsbutikker, når vi har fået mere, end vi selv har kunnet sælge. Det har dog været en udfordring i 2025, da nogle af de butikker, vi har givet videre til, selv har fået nok.

- Kursus for frivillige

Bestyrelsen vil i samarbejde med Hjerteforeningen afholde et Førstehjælpskursus for alle frivillige i lokalforeningen primo 2026.

Bestyrelsen vil sikre indkøb og løbende vedligeholdelse af brandudstyr i samarbejde med Falck.

- Frivillig rekruttering og pleje

For at fastholde de frivillige samt mulighed for at rekruttere nye, vil frivilligpleje fortsat være noget, der vil have høj prioritet. Vi vil fortsat holde forårskur, sommerfest og julefrokost. Ved et af arrangementerne vil der blive et fagligt oplæg.

Vi vil holde butiksmøder ca. hver anden måned eller efter behov.

- Kommunikation og synlighed

Bestyrelsen vil blive bedre til at bruge facebook og instagram for at gøre opmærksom på butikken og gøre reklame for os selv i lokalområdet.

- Fundraising

Bestyrelsen vil bruge 2026 på at undersøge og udarbejde en liste over, hvor vi kan fundraise i vores område, udover §18-midler

### **Lokal implementering af Mødrehjælpens strategi 2026-20230**

Da vi har fået to aktivitetsfrivillige i 2025, vil vi bruge 2026 på at opruste aktiviteterne. Vi vil gennemgå de enkelte punkter i strategien for at tage stilling til, hvilke af strategierne vi kan implementere.

De fleste tidligere aktiviteter vil fortsættes i 2026, da de giver børn og deres pårørende en fælles oplevelse.

#### **1) En god start**

Støtte til gravide og småbørnsfamilier – især i sårbare situationer – så både børn og forældre får en tryk begyndelse på familielivet.

#### **2) Ud af krisen**

Hjælp til familier i svære livskriser med rådgivning, støtte og fællesskaber, så de kan få overblik og komme videre.

<b>Aktivitet 1 og 11: Den Rullende Kagemand</b>	
<b>Formål</b>	At sikre, at børn af sårbare mødre/familier kan holde fødselsdag for børnenes kammerater enten i daginstitutionen, skolen eller hvis familien har ressourcer til det at holde det hjemme
<b>Målgruppe</b>	Børn op til 13 år
<b>Tidsplan</b>	Der er afsat resurser til at bevilge 40 arrangementer pr år, men hvis der er behov for yderligere bevillinger, vil det blive vurderet, om der er midler til det.
<b>Udgift, samlet</b>	Der bevilges en kagemand og boller samt gavekort på 300 kr. til cacao/saftboller, flag, balloner m.m. og 250 kr. til en gave Der afsættes 42.000 kr. til formålet: 20.000 kr. til kagemand og boller og til gavekort 22.000 kr.
<b>Aktivitetstype</b>	Hjælpeaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“Ud af krisen”

<b>Aktivitet 8: Babystartpakker</b>	
<b>Formål</b>	At give mødre/familier med få resurser og en stram økonomi en babystartpakke ved fødslen. Uddeling sker i samarbejde med sundhedsplejersker i kommunerne og jordmødre. Vi har en særlig aftale med en jordmoder på Hillerød Hospital, at hun kan ringe og “bestille” pakker. De fleste kvinder i vores optageområde føder på Hillerød.
<b>Målgruppe</b>	Sårbare enlige og børnefamilier i Lyngby, Gladsaxe, Gentofte, Birkerød, Nærum, Holte, Vedbæk og Birkerød.
<b>Tidsplan</b>	Hele året
<b>Udgift, samlet</b>	Der afsættes ingen midler, da det jo er udgiftsneutralt for foreningen
<b>Aktivitetstype</b>	Hjælpeaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“En god start”
<b>Aktivitet 3: Brunch</b>	

<b>Formål</b>	At give børn og deres pårørende en oplevelse, hvor de laver mad sammen og sammen med andre familier for herigennem at give inspiration til madlavning i egen familie. Målet er også at kvinderne danner netværk.
<b>Målgruppe</b>	Børn i alderen 3-14 år og deres pårørende
<b>Tidsplan</b>	En søndag om måneden
<b>Udgift, samlet</b>	12.000
<b>Aktivitetstype</b>	Oplevelses-, og netværksaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“Ud af krisen”

<b>Aktivitet 4: Babycafe</b>	
<b>Formål</b>	At give nybagte mødre/fædre mulighed for at mødes en gang om måneden og udveksle erfaringer. Endvidere vil vi forsøge at få relevante frivillige fagprofessionelle til at komme med et oplæg.
<b>Målgruppe</b>	Nybagte mødre/fædre I samarbejde med Mødrehjælpens rådgivning og kommunerne i vores optageområde
<b>Tidsplan</b>	Primo 2026
<b>Udgift, samlet</b>	10.000
<b>Aktivitetstype</b>	Netværksaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“En god start”

<b>Aktivitet 15: Københavns historiske marked</b>	
<b>Formål</b>	At give familier og deres børn en god oplevelse sammen og med andre børnefamilier i ferieperioder
<b>Målgruppe</b>	Børn i alderen 3-16 år og deres familie
<b>Tidsplan</b>	Pinsen 2026. Billetterne gælder alle 4 dage i pinsen
<b>Udgift, samlet</b>	6.000 kr. til mad
<b>Aktivitetstype</b>	Oplevelses- og netværksaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“Ud af krisen”

<b>Aktivitet 5: Frilandsmuseet</b>	
<b>Formål</b>	At give familier og deres børn en god oplevelse sammen og med andre børnefamilier i ferieperioder
<b>Målgruppe</b>	Børn i alderen 3-16 år og deres familie
<b>Tidsplan</b>	Forår eller sommer
<b>Udgift, samlet</b>	10.000 kr.
<b>Aktivitetstype</b>	Oplevelses- og netværksaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“Ud af krisen”

<b>Aktivitet 5: Jul på Frilandsmuseet</b>	
<b>Formål</b>	At give familier og deres børn en god oplevelse sammen og med andre børnefamilier i ferieperioder
<b>Målgruppe</b>	Børn i alderen 3-16 år og deres familie
<b>Tidsplan</b>	November/december
<b>Udgift, samlet</b>	10.000 kr.
<b>Aktivitetstype</b>	Oplevelses- og netværksaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“Ud af krisen”

<b>Aktivitet 13: Eksperimentariet</b>	
<b>Formål</b>	At give familier og deres børn en god oplevelse sammen og med andre børnefamilier i ferieperioder
<b>Målgruppe</b>	Børn i alderen 3-16 år og familie
<b>Tidsplan</b>	Sommer eller efterår
<b>Udgift, samlet</b>	12.000 kr.
<b>Aktivitetstype</b>	Oplevelses- og netværksaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“Ud af krisen”

<b>Aktivitet 18: Dinos Legeland</b>	
<b>Formål</b>	At give familier og deres børn en god oplevelse sammen og med andre børnefamilier i ferieperioder
<b>Målgruppe</b>	Børn i alderen 3-10 år og deres familier
<b>Tidsplan</b>	Foråret 2026
<b>Udgift, samlet</b>	10.000 kr.
<b>Aktivitetstype</b>	Oplevelses- og netværksaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“Ud af krisen”

<b>Aktivitet 19: Zoologisk Have</b>	
<b>Formål</b>	At give familier og deres børn en god oplevelse sammen og med andre børnefamilier i ferieperioder
<b>Målgruppe</b>	Børn i alderen 0-16 år og deres familier
<b>Tidsplan</b>	Sommer 2026
<b>Udgift, samlet</b>	20.000 kr.
<b>Aktivitetstype</b>	Oplevelses- og netværksaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“Ud af krisen”

<b>Aktivitet 7: Juletræsfest</b>	
<b>Formål</b>	At give børn og deres familier en hyggelig juletræsfest med klippe/klistre, dans om juletræ, gaver m.m.  Vi vil forsøge at gøre det i samarbejde med Kvindehuset i Lyngby, der er et tilbud til voldsramte kvinder. Hidtil har det været arrangeret af charity - udvalget på Øregård gymnasium, der har holdt julefesten for os flere år.
<b>Målgruppe</b>	Børn i alderen 0-16 år og deres familier.
<b>Tidsplan</b>	November/december 2026
<b>Udgift, samlet</b>	20.000 hvis Øregård ikke inviterer i 2026
<b>Aktivitetstype</b>	Oplevelses- og netværksaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“Ud af krisen”

<b>Aktivitet 2: Skovtur</b>	
<b>Formål</b>	At give børn og deres familier en skovtur til Sofienholm med båd. Brunch-holdet smører madkurve om morgenen.
<b>Målgruppe</b>	Børn i alderen 0-16 år og deres familier.
<b>Tidsplan</b>	maj/juni 2026
<b>Udgift, samlet</b>	11.071 - §18-midler
<b>Aktivitetstype</b>	Oplevelses- og netværksaktivitet
<b>Strategi ambition</b>	“Ud af krisen”