

KODEKS FOR MUSKELSTYRKENS FRIVILLIGE ARBEJDE

Muskelstyrken har til Netværksmødet 2025 valgt dette kodeks, som overordnet fortæller hvad der er grundlaget for det frivillige arbejde i Muskelstyrken. Alle skal kunne se sig selv i dette kodeks, og arbejde efter de værdier det udtrykker.

1. Fællesskab

Fællesskab handler om at høre til og være en del af noget større. Det skabes gennem relationer, samarbejde og fælles oplevelser, hvor man føler sig velkommen og inviteret ind. Der er plads til forskelle i fællesskabet, og mulighed for at mødes og dele både glæder og udfordringer i trygge rammer.

2. Anerkendelse

Anerkendelse betyder at blive set, hørt og værdsat – både af ansatte, deltagere og andre frivillige. Det kommer til udtryk gennem ros, feedback og respekt for den tid og indsats, man bidrager med. Når man bliver anerkendt, styrkes motivationen og lysten til at engagere sig.

3. Meningsfuldhed

Meningsfuldhed opstår, når det frivillige arbejde gør en forskel og har et formål. Det handler om at give noget tilbage, se frugten af sin indsats og være med til at udvikle fonden. Det er en oplevelse, der skaber glæde både hos frivillige og medlemmer.

4. Tillid

Tillid er fundamentet for et trygt og respektfuldt samarbejde. Det indebærer ansvar, ærlighed og frihed til at sige både ja og nej – og at man stoler på hinanden. Tillid giver plads til fejl, udvikling og åbenhed, og styrker fællesskabet.

5. Respekt

Respekt handler om at lytte, give plads og anerkende forskelligheder. Det viser sig i tonen, i relationerne og i måden man samarbejder på. Når der er respekt, er der også rum for nysgerrighed, dialog og fælles retning.