

# Copenhagen Insight Meditation

## Mødereferater: Generalforsamlinger

**Date:** 24 oktober 2024, kl. 17.00 – 18.00  
**Type of Meeting:** Generalforsamling  
**Venue:** Zoom  
**Participants:** Christin, Signe, Gerit, Klaus, Jon  
**Apologies:** NA  
**Chair:** Christin

**Dagsorden:**

1. Valg af dirigent og referant
2. Velkommen og beretning v Christin
3. Økonomi v. Klaus
4. Året foran os
5. Kort status fra mandagsgruppen
6. Kort status hjemmeside
7. Kort status SoMe
8. Valg til bestyrelsen. Alle er på valg. Signe stiller op til forposten.
9. Evt?
10. Dato for næste møde.

| No. | Item/description   | Responsible/<br>Date |
|-----|--|----------------------|
|     | <b>Bestyrelsesmøde blev lovligt indkaldt og er beslutnings dygtig.</b>   |                      |
| 1.  | <b>Valg af dirigent: Jon</b>   |                      |
| 1   | <b>Valg af referent: Christin</b>  |                      |
| 2.  | <b>Beretning: ligger i mappen beretninger</b>  | Christin,            |
| 3.  | <b>Økonomi v. Klaus</b> , gennemgang af regnskabet der er blevet godkendt af Christa Wolf <b>Wolf skrivtilchrista@gmail.com</b> . Alle udtrykte taknemmelighed for at hun var trådt itil. Vi skal stadig låne penge til CIM for at kunne betale vores skyldige depositum til Mellem-Rummet. Om Signe og Christin skal udskyde at få løn for praksisdag, vil vi diskutere til næste bestyrelsesmøde 11/12. Foreløbig vil Ci og SG lade indtægter stå hos CIM. Alle skal tænke over hvor vi står i forhold til at udskyde løn, eller alternativt give et lån til CiM.<br>Selvom der i dette regnskabsår er flere indbetalinger for mandagsmeditationer og sangha-aftener er der lidt færre medlemmer. Vi skal have regnskabet fysisk underskrevet og Christa tager det med, så vi kan underskrive efter vores sanghaaften. | Klaus                |
| 4.  | <b>Året foran os</b> , fra juli, vi har haft en lidt svær start på "året" men fremad rettet, er der god energi m mange tilmeldinger til nov. Praksisdag. Vi vil fortsætte med at annoncere praksisdage og alm mandagsmeditation uden særligt fokus og emne, men som mulighed for at fordybe sin praksis i et fællesskab. Vi har sammen m Helen og Ci en nytårsretreat-weekend til januar. Vi har en studiegruppe til marts om Kamma m SG og Ci. Der er plads til pop-ups, og andre events, måske kommer Katrine også med nye ideer. Signe pointerede at vi trods økonomiudfordringer, stadig har en god energi sammen og at vi er en god gruppe til at samarbejde. Jon har   |                      |

# Copenhagen Insight Meditation

## Mødereferater: Generalforsamlinger

|     |  |  |
|-----|--|--|
|     | undersøgt lidt om sommerhuse til en sangha weekend og vi vil pitche tankerne om det om mandagen. CI laver et dokument i dropbox, hvor vi kan dele links til sommerhuse, spejderhytter mm.  |  |
| 5.  | <b>Kort status fra mandagsgruppen,</b><br>Jon siger der har været en sjov kommen og gåen af meget forskellige sammensætninger af deltagere. Der kan være nogle specielle energier, med stor spredning af erfaring. Der er overordnet en rigtig god stemning og god snak i sanghaen.<br>Gerit nævnte at det er ærgerligt at der ikke er ordentlig adgang til mobilepay, så man kan se hvem der betaler. G sagde at vi stadig er i vækst, tænker hun. Vi sætter Dana på programmet til næste bestyrelsesmøde 11/12 |  |
| 6.  | <b>Kort status hjemmeside.</b> Den fungerer ok som den er. Gerit kunne tænke sig at der kunne ligge en video om hverdagspraksis.   |  |
| 7.  | <b>Kort status SoMe,</b> Vi sætter det på vores næste møde, så vi kan finde en model til at vedligeholde, da det glider lidt ud og der ligesom ikke er en ansvarlig.   |  |
| 8.  | <b>Valg til Bestyrelsen,</b> Signe stiller op til forpersonsposten, Signe blev valgt, Klaus blev genvalgt, Gerit genvalgt som næstforperson, Alle andre end Signe kommer på valg igen i 25.<br>Katrine Bregengaard er hermed inkluderet i bestyrelsen og kommer med på valg næste gang, da det fordrer at hun er fysisk til stede. Vi byder hende velkommen på mandag d. 28/10   |  |
| 9.  | <b>Evt?</b>  |  |
| 10. | <b>Dato næste møde,</b> d. 11/12 16:30 i Rventlowsgade 18  |  |

**Date:** 03 oktober 2023, kl. 19.00 – 20.45  
**Type of Meeting:** Generalforsamling  
**Venue:** Zoom  
**Participants:** Christin, Signe, Gerit, Klaus, Jon  
**Apologies:** NA  
**Chair:** Christin

| No. | Item/description | Responsible/<br>Date |
|-----|------------------|----------------------|
|-----|------------------|----------------------|

# Copenhagen Insight Meditation

## Mødereferater: Generalforsamlinger

|     |   |                                   |
|-----|---|-----------------------------------|
| 11. | <b>Bestyrelsesmøde blev lovligt indkaldt og er beslutnings dygtig.</b>  |                                   |
| 12. | <b>Valg af dirigent: Signe</b>  |                                   |
| 13. | <b>Valg af referent: Gerit</b>  |                                   |
| 14. | <b>Opfølgning fra sidste generalforsamling</b><br>Overvej, om kontakt med Center for Mindfulness og Mindfulness foreningen skal genoptages.   | Christin,<br>Signe, Jon,<br>Gerit |
| 15. | <b>Året der er gået</b><br>Christina & John: 20 deltagere<br>James Baraz: under 15 deltagere – måske svært som ”ældre, hvid mand” at indtage et nyt land i denne tid.<br>Leela Sarti: blev inviteret, men kommunikation var så svært, at vi stoppede det<br>Praksisdage: Dec22, Apr23, Sep23; vi kunne ønske flere deltagere.<br>Mandagsgruppen: Der kommer flere nye om mandagen – måske, fordi vi taler og skriver lidt mere enkelt og forståeligt for alle og ikke kun personer, der kender til Indsigtsmeditation.  |                                   |
| 16. | <b>Aktiviteter fremad</b><br>Overvej at lave en praksisdag, som ligner en introduktionsdag til stille praksisdag.<br>Akincano kommer til oktober: 14 fysiske deltagere og 10 online<br>Retreat på Samsø pt. 13 deltagere, som er virkelig flot.<br>Online studiegruppe blev aflyst pga for få deltagere.<br>Kirsten Kratz kommer tilbage i Juni 2024.<br>Helen Stephenson laver noget med Christin i det Nye År.<br>Vi er også i kontakt med Zohar og Nathan, som kigger i deres kalender.<br>Til næste år ingen kurser fra Bodhi College, fordi BC ikke længere holder fysiske weekend kurser. Måske kan vi lave noget selv, f.eks. med Martine Batchelor.<br>James Baraz kommer ikke i 2024, men kommer igen i 2025, hvor CIM ikke vil involveres i dette event.<br><b>Aktion:</b> nyhedsbrev for Akincano, hvor vi skriver, at man online kan deltage med det beløb, man kan give. | Gerit,<br>Christin,<br>Signe      |
| 17. | <b>Mandagsgruppen</b><br>Pt ser det ok ud og folk snakker godt sammen. Måske kan vi lave en slags evaluering på et tidspunkt, hvor vi spørger deltagerne om deres oplevelse ved mandagsmeditation og formatet.<br>Lige nu skal vi bare blive ved med det, vi gør.<br>Der er mange idéer til fremtiden, f.eks. en online gruppe på engelsk, går tur sammen etc.<br>Mandagsmeditation skal forblive på Dansk og det skal vi sige til deltagere.<br>Alle, der deltager hos CIM bliver medlem af CIM, men skal det gøres mere tydeligt.<br>Det blev besluttet, at det skal siges ved alle Sangha aftener, så det bliver tydeligt for alle og ikke er skjult. Kopiere en seddel der kan ligge ved danasedlen.  | Signe,<br>Christin, Gerit         |
| 18. | <b>Hjemmeside</b><br><b>Aktion:</b> Alt omkring at blive medlem hos CIM skal stå ved mandagsmeditation event på hjemmeside, så det bliver tydeligt.<br>Videoen er lagt op på hjemmesiden.   |                                   |

# Copenhagen Insight Meditation

## Mødereferater: Generalforsamlinger

|     |  |   |
|-----|--|---|
|     | <p><b>Aktion:</b> Den engelske side for events skal tages ud, fordi det skaber for mange udfordringer. About us på engelsk bliver til 'In English'</p> <p>Et forslag er, at vi kun har det hele på dansk og sletter alt, der er på engelsk. Der skal tages en beslutning til December kvartalsmøde.</p>  | <p>Jon</p> <p>Signe, Jon,<br/>Christin, Gerit</p> |
| 19. | <p><b>SoMe</b></p> <p>Facebook er ændret således, at der er mange færre, der på en organisk måde kommer til at se vores posts.</p> <p>Betalt reklame rækker nu meget længere ud, men man ved ikke, om det ender i tilmeldinger eller nye medlemmer.</p> <p>Derfor er det vigtigt at spørge nye, hvor de har fundet os.</p> <p>Måske lave en betalt reklame en gang om måneden på facebook (Vi har penge i budgettet).</p> <p>Evt. lave en google reklame. Der er ikke så mange, der har betalte google annoncer, som tilbyder lignende. + søgeoptimere vores side.</p> <p>Især nye til meditation eller efter deltagelse i et MBSR kursus søger nok mest på google.</p> <p>Også diskuter, om eller hvordan vi skal bruge Instagram.</p> <p><b>Aktion:</b> tage et møde omkring markedsføring</p> | <p>Jon, Christin,<br/>Gerit, Signe</p>            |
| 20. | <p><b>Økonomi</b></p> <p><b>Aktion:</b> Standard formular for udenlandske lærere, hvor de godkender, at de har fået betaling fra CIM skal udarbejdes.</p> <p><b>Aktion:</b> Dem, der har ansvar for en event skal afgive et regnskab til Klaus.</p> <p>Regnskab: der er underskud i 2023, men lige nu går det bedre og budget til 2024 ser ok ud, men er måske lidt stram og vi skal overveje, hvor vi skal bruge pengene.</p> <p>Refundering af kørsel til mandagsmeditation og Sangha aften er ikke lige nu en mulighed.</p>   | <p>Gerit</p> <p>Christin,<br/>Signe, Gerit</p>    |
| 21. | <p><b>Valg</b></p> <p>Alle er på valg, inkl. Jon og Klaus og alle gen/opstiller og er gen/valgt.</p>   |   |