

GUIDE

Sådan starter I nemt en ny forening

Udskrevet: 2025



CFSA

CENTER FOR FRIVILLIGT
SOCIALT ARBEJDE

Indhold

Sådan starter I nemt en ny forening	3
---	---

Sådan starter I nemt en ny forening

Få hurtigt svar på, hvordan I etablerer en frivillig forening, udformer vedtægter, holder orienteringsmøde og stiftende generalforsamling.

Det er nemt at stifte en forening, og det kræver ingen tilladelse, da vi har foreningsfrihed i Danmark. Et formål, en bestyrelse, et sæt vedtægter og et stiftende møde – er faktisk alt, hvad I behøver for at starte en forening.

I denne guide kan du læse om:

- Fordelene ved at etablere en forening
- Hvilke overvejelser I skal gøre jer, før I opretter foreningen
- Hvilke formelle krav der er til foreninger
- Hvordan I drøfter de vedtægter, som skal gælde
- Hvordan I afholder orienteringsmøde og stiftende generalforsamling.

Før I beslutter jer for at danne en ny forening, kan det være en god idé at undersøge, om der allerede findes netværk, foreninger eller fonde med samme formål. Overvej, om det giver mening at samarbejde med en eksisterende organisation i stedet for at starte fra bunden. Tag kontakt til dem for at høre om jeres muligheder for at samarbejde. Få overblik i [CFSA's Foreningsportal](#) med mere end 600 landsorganisationer inden for det frivillige sociale område.

Suppler denne guide med CFSA's [Startpakke til nye foreninger](#) med grafiske redskabsark, som guider dig og din initiativgruppe gennem de spørgsmål, I skal tage stilling til, når I vil gå fra ide til køreklar forening.

Hvad er en forening og hvorfor skal I etablere jer som en forening?

En forening er en frivillig sammenslutning af personer eller grupper af personer, som går sammen om et fælles formål. Formålet kan fx handle om at arbejde for et sæt værdier eller en sag, at dyrke en aktivitet eller varetage medlemmernes fælles interesser.

Foreningers juridiske status

En forening er det man kalder en selvstændig juridisk person - dvs. en selvstændig enhed, der kan handle på sine egne vegne, ligesom en virksomhed eller en person. Det betyder, at foreningen kan indgå aftaler, eje formue og ejendom, have penge på en bankkonto og påtage sig ansvar – uden at medlemmerne hæfter personligt. På den måde er en forening adskilt fra sine medlemmer, og dens handlinger og forpligtelser påvirker kun foreningen, ikke den enkelte person i foreningen.

For at en forening i juridisk forstand kan godkendes som en 'selvstændig juridisk person', er det dog ikke nok bare at være en frivillig sammenslutning. Her skal foreningen opfylde en række krav, som

viser, at den formelt er en forening. Læs mere om krav til foreninger i guidens afsnit 2: Skal I leve op til særlige krav?

En forening er en god ide, hvis I vil:

- Skabe en demokratisk organisation, der er åben for alle, og hvor medlemmerne er med til at træffe beslutningerne.
- Have fordele i forhold til skat, moms og andre regler, som kun gælder almennyttige foreninger.
- Gøre det let at ændre formålet og evt. nedlægge organisationen igen.
- Undgå, at bestyrelsen, medlemmer eller andre stilles personligt til ansvar (og evt. straffes) for foreningens handlinger.
- Slippe for at skaffe penge eller større opstartskapital.

1. Overvej jeres formål

Før I stifter en forening, er det vigtigt at reflektere over, hvorfor I ønsker at oprette foreningen, hvordan I vil drive den, og hvilke aktiviteter I vil gennemføre. At have en klar idé om disse elementer vil hjælpe jer med at sikre en stærk og meningsfuld struktur.

Stil jer selv følgende spørgsmål:

Formål:

- Hvorfor stifter vi denne forening?
- Hvad ønsker vi at opnå med foreningen?

Vision og mål:

- Hvad er den overordnede vision for foreningen?
- Hvilke konkrete mål vil vi sætte os for at opnå visionen?

Værdier:

- Hvilke værdier og principper skal præge foreningen, vores beslutningstagning og aktiviteter?
- Hvordan skal vores værdier afspejles i de konkrete aktiviteter, vi gennemfører?
- Hvordan sikrer vi, at vores handlinger og mål er i tråd med disse værdier?

Aktiviteter og organisering af arbejdet:

- Hvilke specifikke aktiviteter vil vi fokusere på, og hvordan relaterer de sig til vores formål?
- Hvordan skal foreningen være organiseret?
- Hvem træffer beslutninger, og hvordan bliver arbejdet fordelt?
- Skal der være udvalg, arbejdsgrupper eller projektarbejde, og hvordan fungerer disse?
- Hvordan sikrer vi, at foreningens arbejde forbliver demokratisk og åbent for medlemmerne?

Økonomi og ressourcer:

- Hvilke udgifter forventer vi? Skal vi leje lokaler, købe udstyr eller dække andre omkostninger? Tænk også på eventuelle startomkostninger til fx forplejning og mødelokaler i forbindelse med det stiftende møde, oprettelse af bankkonto, gebyrer og evt. administration (fx regnskabsprogrammer). Det kan være en god idé, at I har en buffer til uforudsete udgifter i starten.
- Skal der være medlemskontingent, og hvad skal det dække?
- Vil vi søge offentlige tilskud, fondsmidler eller sponsorater?
- Hvilken økonomisk støtte kan vi få fra kommunen, fx lån af lokaler eller tilskud?
- Er der specifikke krav til foreningen, hvis vi modtager penge fra kommunen eller andre eksterne kilder?
- Hvordan sikrer vi, at vi har en bæredygtig økonomisk model på lang sigt?

2. Skal I leve op til særlige krav?

I Danmark har vi ikke en lov om foreninger, og der er ingen præcise regler for, hvordan en forening skal se ud. Det betyder, at I har stor frihed til at stifte og udvikle jeres forening, som I ønsker.

I skal imidlertid være opmærksomme på, at i det øjeblik foreningen skal administrere en økonomi eller have ejendele som fx lokaler og udstyr, er det nødvendigt at leve op til de juridiske grundkrav for foreninger.

På baggrund af blandt andet tolkning af retspraksis og vores rådgivning til foreninger i hele landet, har vi fundet frem til fem grundkrav, som en forening skal opfylde for at blive anerkendt juridisk og formelt.

De fem grundkrav til foreninger

1. **Vedtægter:** I skal udforme og vedtage et sæt vedtægter, der fastlægger foreningens formål, medlemskab, ledelse og regler for opløsning. Vedtægterne er de interne regler for foreningens drift.
2. **Ledelse:** Foreningen skal have en ledelse (bestyrelse), der kan tegne foreningen og handle på dens vegne. Der er ingen faste krav til sammensætningen, men typisk vælges en forperson, næstforperson og kasserer.
3. **Medlemmer:** I vedtægterne skal I beskrive, hvem der kan være medlem og hvor mange medlemmer I skal have. Det er vigtigt at overveje, om der er en afgrænsning for medlemskab - herunder hvorvidt fx virksomheder og andre foreninger kan være medlemmer. Vær opmærksom på, at Erhvervsstyrelsen stiller krav om, at der skal være mindst to medlemmer i foreningen, hvis I skal have et CVR-nummer.
4. **Afgrænset økonomi:** Foreningen skal have sin egen økonomi, adskilt fra medlemmernes privatøkonomi. Det betyder, at foreningens midler skal være på egne konti og regnskaber, og ingen personer (hverken stifter eller bestyrelsesmedlemmer) må få privat gevinst af foreningens penge.

5. **Stiftelsesmøde:** For at oprette foreningen formelt bør I holde et stiftelsesmøde, hvor I vælger ledelse (bestyrelse) og vedtager et sæt vedtægter. Et stiftelsesdokument skal dokumentere foreningens oprettelse og bør indeholde foreningens navn, formål, stifternes navne og underskrifter.

Andre krav til foreninger

Vær opmærksom på at der kan være andre krav, I skal opfylde. Fx hvis I søger tilskud fra offentlige puljer og tilskudsordninger, eller når I modtager penge og støtte fra sponsorer.

Får I tilskud fra en offentlig pulje eller tilskudsordning, har I pligt til at dokumentere, at midlerne er brugt til formålet. Nogle tilskudsordninger stiller desuden krav om, at jeres regnskab skal revideres af en professionel revisor. Og hvis I skal have tilskud under Folkeoplysningsloven, er der krav om, at foreningen er demokratisk opbygget, medlemmerne skal betale et kontingent, og der er fastsat et minimum for antallet af medlemmer i bestyrelsen.

Læs mere om kommunale krav til foreninger i CFSA's guide: [Krav til foreninger, der søger tilskud eller låner lokaler hos kommunen](#)

Hvis I ikke lever op til de fem grundkrav for foreninger

I kan sagtens kalde jer en forening og arrangere aktiviteter, uden at have vedtægter, en valgt ledelse (bestyrelse) eller en formel struktur for økonomi og medlemskab. Men i juridisk forstand vil I ikke blive anerkendt som en forening – I vil blot være en gruppe personer, der samarbejder om fælles aktiviteter.

Hvis I vælger **ikke** at etablere en forening, som kan anerkendes juridisk, kan det få følgende konsekvenser:

- **Ingen mulighed for CVR-nummer:** I kan ikke registrere jer og oprette et CVR-nummer, derfor kan foreningen fx heller ikke få en bankkonto. [Læs mere i CFSA's guide om CVR-nummer, registrering mv.](#)
- **Personligt ansvar for tilskud:** Hvis I modtager offentlige eller private tilskud, vil den person, der har underskrevet ansøgningen, hæfte for pengene – også hvis vedkommende senere trækker sig fra gruppen. Der er også risiko for, at beløbet bliver betragtet som personlig indkomst og dermed beskattet.
- **Ingen adgang til foreningsfordele:** I kan ikke benytte de særlige fordele, der gælder for foreninger i dansk lovgivning, såsom skatte- og momsfratagelse, skattefrie godtgørelser til frivillige eller modtage skattefrie gaver. Hvis I alligevel gør det, kan enkeltpersoner i gruppen blive gjort personligt økonomisk eller juridisk ansvarlige. Læs mere i CFSA's guider: [Skat i foreninger](#) og [Moms og foreninger](#)

3. Skriv jeres vedtægter

Der findes ikke lovgivning for foreninger i Danmark. Derfor er foreningens vedtægter de eneste "love", der regulerer foreningens interne forhold - fx hvem der kan optages som medlem, hvordan I

træffer beslutninger, hvor mange bestyrelsesmedlemmer I skal have og hvordan I løser uoverensstemmelser mellem medlemmer eller mellem bestyrelse og medlemmer.

Vedtægterne er derfor vigtige, fordi de skaber klare rammer for, hvordan foreningen skal fungere og hvordan man træffer beslutninger. Når I har klare vedtægter, bliver det også nemmere at forebygge misforståelser og undgå konflikter.

Tag jer god tid til at beslutte, hvad jeres vedtægter skal forholde sig til. I kan sagtens tage udgangspunkt i en skabelon, men det er vigtigt, at I tilpasser den til netop jeres ønsker og behov.

Vi anbefaler, at foreningens initiativgruppe skriver et udkast til vedtægter, som I præsenterer på den stiftende generalforsamling. Udkastet er en god lakmusprøve på, om I har et fælles billede af foreningen, hvad I arbejder for, og hvordan I vil arbejde for det.

Få inspiration til at udforme jeres vedtægter i CFSA's guider og grafiske ark:

- [Sådan skriver I foreningens vedtægter](#)
- [Foreningens vedtægter](#)
- [10 trin til de gode foreningsvedtægter](#) (ark)

4. Afhold et orienteringsmøde

Når I har et klart billede af foreningens formål, aktiviteter og et udkast til vedtægter, kan I invitere til et orienteringsmøde. Her kan I samle potentielle medlemmer og andre interessenter for at præsentere jeres ide, få input og vejre stemningen for at stifte en forening.

Overvej eventuelt at afholde en stiftende generalforsamling i umiddelbar forlængelse af mødet.

Hvem vil I invitere?

Tænk over, hvem der kunne være interesserede i jeres sag. Stil jer selv spørgsmålet: Hvem kan have gavn af eller bidrage til vores forening? Fx:

- Mennesker, som er berørte af jeres sag
- Pårørende til jeres målgruppe
- Ekspertter eller fagfolk
- Kommunalt ansatte
- Andre foreninger eller organisationer

Hvordan når I dem?

Vælg de bedste metoder til at komme i kontakt med jeres målgruppe:

- **Direkte henvendelse** til udvalgte personer
- **Sociale medier**, hjemmesider og nyhedsbreve
- **Annoncer** i dagblade eller ugeaviser

- **Fysiske opslag** på arbejdspladser, institutioner, frivilligcentret eller i lokalområdet
- **Information via kommunal oplysning** om møder og arrangementer

Praktisk planlægning

Vælg et mødested, der passer til antallet af deltagere og som er tilgængeligt – overvej fx placering ift. offentlig transport og om der er nem adgang til mødelokalet for mennesker med handicap.

Forslag til dagsorden

En klar dagsorden hjælper jer med at holde fokus og giver samtidig deltagerne et godt overblik.

Her er forslag til punkter og indhold:

Velkomst

- Byd velkommen, præsenter initiativgruppen og mødelederen
- Fortæl hvad deltagerne kan forvente af mødet.

Baggrund og formål

- Forklar, hvordan ideen er opstået, og hvad formålet med foreningen er
- Giv plads til spørgsmål og debat.

Økonomi

- Præsenter det økonomiske grundlag og fx forslag til kontingent
- Giv plads til spørgsmål og debat.

Vedtægter

- Gennemgå udkast til vedtægter
- Inviter til input og diskussion.

Afrunding

- Mødelederen opsummerer hovedpunkterne og konstaterer, om der er stemning for at stifte foreningen.

5. Stiftende generalforsamling

For at dokumentere, at jeres forening er formelt oprettet, anbefaler vi, at I holder et stiftelsesmøde / stiftende generalforsamling. På mødet anbefaler vi, at I som minimum vælger en ledelse og vedtager et sæt vedtægter, så rammerne for foreningens drift er på plads fra starten.

Det kan være en god ide at kombinere orienteringsmødet med en stiftende generalforsamling. I kan vælge at holde møderne:

- I forlængelse af hinanden (samme dag)
- På forskellige tidspunkter (hvis I ønsker tid til at bearbejde input fra orienteringsmødet).

På den måde får I en god start og en fælles forståelse for, hvad jeres forening skal være og arbejde for.

Dagsorden for den stiftende generalforsamling

På den stiftende generalforsamling gennemgår initiativgruppen vedtægterne punkt for punkt. Sammen vedtager I paragrafferne en ad gangen med simpelt flertal, og til sidst vedtager I de samlede vedtægter.

Forslag til dagsorden for stiftende generalforsamling:

1. Velkomst og introduktion ved stiftelsesgruppen
2. Valg af dirigent, som leder forsamlingen gennem punkterne på dagsordenen.
3. Valg af referent
4. Baggrund og formål med foreningen
5. Forslag til vedtægter
6. Forslag til fremtidigt arbejde og aktiviteter
7. Forslag til budget og kontingent
8. Valg af foreningens bestyrelse
9. Valg af revisor
10. Eventuelt

Læs mere i [CFSAs tema om generalforsamlingen](#)

Referatet er et vigtigt dokument

Referatet fra den stiftende generalforsamling er et centralt dokument og kaldes et 'stiftelsesdokument'. Det bekræfter, at foreningen formelt er stiftet. Dokumentet er nødvendigt som dokumentation i mange sammenhænge fremover - fx hvis I skal have en konto i en bank.

Det er derfor meget vigtigt, at I udarbejder et referat fra stiftelsesmødet, der indeholder alle de beslutninger, som blev truffet på den stiftende generalforsamling. Dokumentet bør som minimum indeholde:

- Foreningens navn
- Dato for stiftelsen
- Formålet med foreningen
- Navne på stifterne
- Bekræftelse på vedtagelse af vedtægter
- Underskrifter fra stifterne.

Vi anbefaler, at både referenten og dirigenten underskriver referatet for at bekræfte dets gyldighed. Husk at gemme referatet et sted, hvor I kan finde det igen, når I får brug for det.

6. Skal foreningen registreres?

Der eksisterer ikke et krav om, at foreninger skal registreres.

I skal dog være opmærksomme på, at I skal have en NemKonto og være CVR-registreret, hvis I modtager offentlige tilskud, ansætter personale eller er selskabsskattepligtige (skattepligtige foreninger er fx andelsboligforeninger og foreninger, der driver erhverv).

Læs mere i CFSA's guide [Sådan registrerer I jeres forening](#)

7. Fortæl om jeres forening

Når I har stiftet en ny forening, er det vigtigt, at I gør opmærksom på jeres initiativ.

Tænk over, hvem der bør vide, at I eksisterer, og hvordan I bedst når dem. Det kan være med til at tiltrække medlemmer, skabe samarbejdsmuligheder og styrke jeres netværk.

Hvem skal I informere?

Overvej, hvilke målgrupper I vil nå ud til. Det kan være:

- **Potentielle medlemmer eller brugere**, der kan få glæde af eller bidrage til jeres arbejde
- **Mulige samarbejdspartnere**, som kan støtte jeres sag eller samarbejde om aktiviteter
- **Offentlige myndigheder**, fx kommuner, regioner eller ministerier, som har relevans for jeres område
- **Frivilligcentre og lokale foreninger**, der arbejder inden for samme område
- **Landsorganisationer, branche- og paraplyorganisationer**, som kan hjælpe med netværk og viden.

Hvor kan I gøre opmærksom på jer selv?

Her er nogle vigtige kanaler, hvor I kan fortælle om jeres forening og nå de rette målgrupper:

- **Lokale medier**: Kontakt dagblade, ugeaviser og lokalradio med en kort pressemeddelelse om jeres forening.
- **Sociale medier**: Opret profiler på relevante platforme som Facebook, Instagram eller LinkedIn, hvor I kan dele nyheder og invitere til aktiviteter.
- **Hjemmesider og nyhedsbreve**: Udnyt kommunale hjemmesider, frivilligcentre og foreningsportaler, der ofte har oversigter over lokale foreninger.
- **Offentlige opslagstavler**: Sæt opslag op i biblioteker, medborgerhuse, uddannelsesinstitutioner eller lokale butikker.
- **Netværksarrangementer**: Deltag i events, borgermøder eller andre arrangementer, hvor I kan præsentere jeres forening og knytte kontakter.

7 råd til nye foreningsstiftere

En forening starter med mennesker, der deler en idé – og viljen til at gøre den til virkelighed. Når I sammen skaber rammerne, giver I jeres fællesskab de bedste betingelser for at vokse og trives.

Neden for kommer 7 opsamlende råd til jer, der skal i gang med at stifte en ny forening:

1. **Skriv vedtægterne ud fra jeres egne behov**

Lad jeres formål, værdier og arbejdsform være udgangspunktet. Det giver vedtægter, som passer til jer i praksis og ikke bare på papiret.

2. **Lav et solidt stiftelsesdokument**

Sørg for at dato, formål, stifternes navne, underskrifter og bekræftelsen af vedtægterne fremgår tydeligt. Det sparer jer for bøvl senere, fx ved oprettelse af bankkonto.

3. **Hold styr på økonomien fra dag ét**

Opret en separat bankkonto i foreningens navn, og fastlæg procedurer for budget, kontingent og regnskab. Selv små beløb kræver gennemsigtighed.

4. **Tjek særlige krav, hvis I søger tilskud**

Mange puljer og kommunale ordninger kræver bestemte medlemskriterier, demokratiske vedtægter eller revision. Undersøg det inden I sender ansøgninger.

5. **Vælg bestyrelse med klare roller**

Aftal, hvem der har ansvar for hvad, og sørg for, at bestyrelsen kan tegne foreningen udadtil. Det skaber trykthed både internt og eksternt.

6. **Planlæg, hvordan I vil nå jeres målgruppe**

Brug orienteringsmøder, sociale medier og netværk aktivt for at tiltrække medlemmer og samarbejdspartnere. En synlig forening er lettere at engagere i.

7. **Gem alle vigtige dokumenter sikkert**

Opbevar vedtægter, referater, medlemslister og regnskaber et sted, hvor de ikke forsvinder, selv hvis bestyrelsen skiftes ud.

Når I har styr på rammerne, kan I skabe et fællesskab, der samler, engagerer og gør en forskel. Så tag de næste skridt: Saml interesserede, hold det stiftende møde – og sæt jeres forening i gang!

Brug for et godt råd?

Har du brug for rådgivning om frivillighed og foreninger, er du velkommen til at sende en mail med dit spørgsmål [via CFSA's rådgivningsformular](#)

Du kan også ringe til os på telefon: 66 14 60 61. Vores telefon er åben:

- mandag klokken 12.30-15
- tirsdag - torsdag klokken 9-12.

CFSA's gratis rådgivning er forbeholdt frivillige og ansatte, som arbejder med frivillighed på socialområdet i Danmark.

Brug vores guider til at få svar på dine spørgsmål om frivillighed

Denne guide er udarbejdet af Center for Frivilligt Socialt Arbejde. På vores hjemmeside frivillighed.dk finder du mere end 50 guider, der giver svar på de mest almindelige spørgsmål og udfordringer, som arbejdet med frivillighed og civilsamfund giver anledning til.

Guiderne dækker alt fra konkrete spørgsmål om vedtægter, forsikring, og tavshedspligt til inspiration om at rekruttere og fastholde af frivillige.

Frivillige, foreninger, landsorganisationer, fonde og kommuner, der arbejder inden for det frivillige sociale arbejde, har mulighed for at få rådgivning via telefon eller mail.

Center for Frivilligt Socialt Arbejde

Center for Frivilligt Socialt Arbejde (CFSA) er et selvejende statsligt udviklings- og videnscenter om frivillighed på velfærdsområdet. Vi formidler aktuel viden om frivillighed og civilsamfund. Gennem kurser og rådgivning støtter vi foreninger, frivillige initiativer og kommuner i deres arbejde med at udvikle og styrke den frivillige indsats i hele Danmark. Vi kan også hyres til fx oplæg, udviklingsopgaver og undersøgelser. Centret er finansieret med midler fra finansloven og indtægtsdækkede opgaver.

Læs mere om CFSA på www.frivillighed.dk



Center for Frivilligt Socialt Arbejde
Kongensgade 54, 2. sal
5000 Odense C
+ 45 66 14 60 61
info@frivillighed.dk
www.frivillighed.dk