



ÅRSRAPPORT ØSTMARKA IL 2005.

STYRET

Leder:	Vidar Bøe
Økonomi:	Jan Arnt Skjølde
Forebygging:	Siri Strøm Engebretsen
Sykkel:	Rigmor Sæbø
Triatlon:	Øyvind Johannessen
Klatring:	Tom Erik Edvardsen

REPRESENTASJON

Leder Idrettsrådet:	Vidar Bøe
Styremedlem Akershus idrettskrets:	Vidar Bøe
Styremedlem Akershus funksj. idrettskr:	Vidar Bøe
Medlem lovkomiteen NFI:	Vidar Bøe
Integreringsansvarlig NCF:	Vidar Bøe
Sekretær Akershus sykklekrets:	Kjersti Lande Bøe

ARRANGEMENT

- Vasshjulet. Terrengtrippet med start og innkomst ved Mønevann ble arrangert for 10. gang.
- Losbydagene er et utstillingsvindu for klubben. Vi hjelper til med ulike familieaktiviteter. Vikingskipet er en stor attraksjon.
- Den årlige sykkeldagen på Benterud skole er en viktig oppgave. Politiet sjekker sykler og lokalavisa sammenfatter den tradisjonsrike begivenheten.
- Storbyprosjektet har også høy prioriteringsgrad. Sjoaturen er fortsatt hovedattraksjonen. Sosial integrering med vektlegging på innvandrerjenter er et nytiltak som videreføres fra Storbyprosjektet. Klubben samarbeider med fire andre lag.
- Øvrige prosjekt og andre aktiviteter kommenteres under de forskjellige gruppevirksomheter.

FOREBYGGENDE

SOSIAL INTEGRASJON.

Aktivitetsutvikling og sosial integrering i foreninger rettet mot barn og ungdom med innvandrerbakgrunn, med særlig vekt på jenter er hovedmålet.

Vi tilhører en region med store flerkulturelle miljøer. Dette er en samfunnsmessig stor utfordring, også for idretten. I den sammenheng samarbeider Lørenskog skiklubb, Lørenskog friidrettslag og Østmarka O-klubb. Vi ønsker å tilrettelegge aktiviteter som gir et godt og variert tilbud, ikke minst med tanke på dem som faller utenfor organisert trening. Vi tilbyr barn og unge med etnisk minoritetsbakgrunn de samme mulighetene som andre. Arbeid mot rasisme og diskriminering som foregår i lokalmiljøet, der barn og unge møtes har også stor overføringsverdi.

Det tverrfaglige mangfoldet vil være en dobbelt ressurs både for ungdommen og deres foreldre. Flere kjente ansikter med forskjellig bakgrunn og kunnskap å forholde seg til vil være en gevinst, også utenom de ordinære aktivitetstilbudene. Det "å bli sett" vil være en ekstrabonus.

Det er også viktig å få de med som medlemmer i idrettsorganisasjonen.

Samarbeidsmodellen bedrer satsingsområdet mot innvandrerjenter all den tid vi har knyttet til oss Tamilske idrettsorganisasjoner i det aktuelle distriktet. Det er kjent at svært få innvandrerjenter er med i idrettslag. Vi håper å bedre på dette, med Skolen som en viktig medspiller. Kjønnssrollemønsteret i innvandremiljøene er en utfordring. Mødrene kan være en brekkstang og begynnelse for å øke jentenes deltakelse. Vi er kjent med at mange jenter nekter å ha mannlige trenere. Derfor har vi lagt til rette for kvinnelige faddere dersom dette er aktuelt.

Vårt prosjekt bygger på et nettverk som har stor betydning for den sosiale kapital, både lokalt men også i større perspektiv. "Kunnskapsrikdommen" det frivillige apparatet besitter i modellen vil etter vår mening påvirke lokalmiljøets rekkevidde da det offentlige er en viktig aktør. Kommune, Skolen og Barnevern bør være viktige bidragsytere med tanke på å velge de som trenger tilbudene mest. Idrettskretsen støtter prosjektet økonomisk.

VERDIFOREBYGGENDE SEMINAR

Verdiskapende møter og seminar skaper forventning og personlig påfyll i en oppjaget hverdag. Idrettslaget ser den tverrfaglige nytteverdien av å samarbeide med andre interesseorganisasjoner som har det samme målet. En tryggere oppvekst for barn og unge samt fellesskapets betydning i lokalmiljøet har stor samfunnsnytte. Cato Zahl Pedersen er en av våre faste foredragsholdere.

Han trives i manesjen. Både som klovn og filosof. Olaf Olsvik har også kraft i sine ord når han formidler jaget etter rus, suksess og penger. Fortellingene om næringslivets skjulte grådighet gir et bilde av et samfunn som slår sprekker. Idrettens valgspråk raskere, høyere og lengre blir ofte satt på prøve i kamp om posisjoner, penger og medieprofilering. Samsvaret med Olsviks opplevelser er skremmende likt. Idrett for alle og klubben i mitt hjerte står fortsatt som viktige mål for Idrettsorganisasjonen, men det er dessverre gradvis færre som tar ansvar?

SYKKELSKOLE

Årlig samarbeid med Lørenskog cykleklubb og Benterud skole. Skolen følger opp den teoretiske biten, mens idrettslagene tar ansvar for den praktiske gjennomføringen. Fullført løp og bestått prøve gir bekreftelse på godkjent sykkellisens. Dvs at barna får sykle til og fra skolen.

Politiets synliggjøring har en rekke positiv effekter for gjennomføring og forebygging.

ALLIDRETTSSKOLE FOR FUNKSJONSHEMMEDE

Samarbeid med andre idrettslag på Nedre Romerike. Hensikten med allidrettsskolen er å skape gode treningsmiljøer. Dette er også et ledd i integreringsprosessen. Kommune og foreldre er viktige samarbeidspartnere. Evalueringen var også positiv, så bra at vi fortsetter med nye aktiviteter.

LOSBYDAGEN

Vikingskipet var igjen på plass. Roturen på Mønevann er en begivenhet for barna, og en balsam for familier som har vandret og lett etter poster i rebusløpet. Det er et syn for øyet når båten skrider frem i naturskjønne omgivelser.

Det var rekordstort oppmøte i år, noe vaffelselgerne kunne bevitne.

SJOATUR

Det at engasjert resurssterk ungdom ved hjelp av aktiviteter i naturen og idrettsleker får andre ungdommer til å bryte ut av kriminelle gjenger, er av stor samfunnsmessig stor betydning. Vi lar Helgas betraktninger, en av fadderne, stå som et vitnemål i denne sammenheng.

"I situasjoner litt utenom det dagligdagse, slik som det vi opplevde denne helgen, er det ofte lettere å skape et samarbeid mellom ulike grupper mennesker enn det ville vært i det vanlige dagliglivet. Men når man først har fått til et slikt samarbeid på en litt ekstraordinær tur, kan det bli enklere å ta dette med seg også inn i hverdagen hjemme. Mennesker kan ha lett for å ha litt tilbakeholdenhet overfor mennesker med en annen bakgrunn enn en selv. Vi kan være litt "redd" for det ukjente og hvordan en skal forholde seg til ulike mennesker.

Jeg skal ærlig innrømme at jeg var litt usikker i starten med tanke på hva jeg kunne si og spørre personer med funksjonshemming eller en vanskelig fortid om, uten at jeg "tråkket noen på tærne" eller spurte om ting de helst ikke ville snakke om. Det er heller ikke alltid like lett å vite hva og hvor mye en skal hjelpe til med. I og med at de fleste jo ønsker å klare seg selv i størst mulig grad, måtte jeg bare prøve å finne og bli kjent med balansen mellom det å være behjelpelig og det å være tilbakeholdende. En må også lære seg å kjenne igjen ulike behov hos den enkelte, ettersom dette er noe som vil variere fra hver enkelt person. Så finner en raskt ut av hvordan en kan forholde seg til forskjellige mennesker, hva en kan spøke med osv. Og dette gjelder for alle typer mennesker.

Jeg tror at dette er en utfordring for mange i samfunnet, og jeg føler meg bedre rustet til dette allerede nå, etter denne lille helgeturen. Vi hadde alle sammen forventninger til turen, og utfordringer vi håpet å overvinne. Det kunne være å raft ned en vill elv, eller kaste seg ut fra en bro 18 meter over bakken, men uansett forutsetninger måtte vi samarbeide og stole på andre for å gjøre det mulig og få ting til å fungere. Det må vi ellers i samfunnet også, det er bare ikke så mange som er klar over det enda... "Takk for en flott tur!

Med vennlig hilsen Helga

SJOATUR FOR FUNKSJONSHEMMEDE

Jeg kunne godt tenke meg noe slikt igjen", fortalte Susanna i fjor. Og slik ble det. Her kommer noen ord fra en av lederne på årets tur.

"Vi skriver 9. september 2005. Vi har pakket sekken og er klar for en spennende weekend i Sjoa. Transport er ordnet av arrangøren, det er bare å sette seg godt til rette å nyte turen oppover Gudbrandsdalen. 2 lettere, men godt fungerende, psykisk utviklingshemmede menn + boveileder har fått muligheten til å være med på ekspedisjonen. Vi har store forventninger og samtidig litt urolige for hva som venter oss.

Det er mørkt innen vi kommer frem til Heidal hvor vi skal overnatte. Det "summer" i hele huset, mange kjenner hverandre fra tidligere og noen er nye. Personer med forskjellige funksjonshemninger, psykiske – handikappede – assistenter og veiledere er samlet til kveldsmat og romfordeling. Ingen særbehandling, vi er alle like og stues sammen på rommene. Vi går til ro for natten. Forventningene er store til morgendagen.

Rafting i Sjoa. Vi har sett scenarier på TV, ville stryk, høye bølger og steile klipper!

Med våtdrakt, redningsvest og hjelm + god instruksjon går vi i båtene. De lekker som en sil, mye vann kommer inn langs sidene, men det forsvinner. Padleårene går hver sin vei, litt kaos før vi blir enige om hvem som fører takten. 5 båter er klare for den ville ferden ned elva. Det ble en minneverdig opplevelse for oss alle. Vi hadde greid det. Vi har raftet i Sjoa.

Vi har mestret angsten, redselen, vi er ikke funksjonshemmede som ikke kan eller våger noe. Vi har vunnet! Over oss selv og vi har vunnet nye venner!

Neste dag var vi på seterbesøk. Frisk luft, historie, samhold. Det var som vi hadde kjent hverandre i mange år. Vi må ikke glemme den deilige maten vi har spist disse dagene. Hjemmebakst, rømmegrøt, spekemat og ertersuppe. Skikkelig gardsmat på historisk grunn.

På vegne av oss fra Hvam Brl. vil jeg takke alle deltakerne for en flott og minnerik helg. Særlig Vidar, som har planlagt og jobbet mye for denne ekspedisjonen. Vi må heller ikke glemme de som har gjort denne turen mulig for oss. For meg, som er funksjonsfrisk, har denne helgen sammen med så mange fine personer gitt meg inspirasjon og glede. Å få gi noe tilbake, til en person som trenger en håndsrekning. Vi er alle forskjellige, men likeverdige. Jeg er takknemlig for at jeg har fått oppleve dette samholdet blant så mange viljesterke mennesker og håper det er mulig å gi, både denne gruppen og flere, slike muligheter fremover. De fortjener det, mer enn noen."

Ærbødigst
Leif Wikstad

JENTEPROSJEKT

Et treårig prosjekt er nå avsluttet. I følge lederne var dette vellykket. Ikke minst med tanke på at alle var med fra start til slutt. Dette var jenter som var plukket ut fra Skolen av ulike årsaker for å delta i ukjente omgivelser og fremmede aktiviteter. Gruppens mål var å møte en annerledes hverdag som en positiv motvekt til den tøffhet de ellers opplever. Gruppen dro i hovedsak på overnattingsturer i skogen. På turene vektla lederne naturopplevelser, vennskap, samarbeid og ansvar. Ulike temaer som jentene interesserer seg for, samt problemer og konflikter ble også diskutert når det falt seg naturlig.

I løpet av tre år har det skjedd en radikal utvikling i gruppa. Jentene har blitt bedre venner på turene, de har gradvis taklet konflikter og de har også knyttet viktige bånd. Jentenes interesse for naturen har også hatt betydning i sosialiseringen. Det som før var "teit skog" er nå blitt til vakre opplevelser.

KLATREGRUPPA

Klatregruppa har hatt en sentral rolle i forbindelse med mange av prosjektene som beskrevet.

Gruppa var også på plass under integreringsprosessen i norsk idrett på Beitostølen. Idrettslaget tar dette arbeid på alvor all den stund vi også deltok under tilsvarende prosjekt med Norges Cykleforbund.

KLATREPROSJEKTER FOR FUNKSJONSHEMMEDE

Vi har også i år gjennomført klatrekurs for handikappede barn i Fjellhamarhallen. Målt fremgang i koordinasjon og styrke bekrefter viktigheten av tilbudet. Tilfredse foreldre er vitne til at viktige barrierer brytes.

Norges Handikapforbund hadde høstsamling på Tomb jordbruksskole. Østmarka deltok med utøvere i forbindelse med dette. Fra å bli lenket løs fra rullestol til å henge 40 meter over bakken, ga de de tilstedeværende en støkk. Handikapet kan ikke stoppe meg sa blinde Tahir da han rappellerte for første gang fra samme høyde. Deltakelse i slike sammenhenger er viktige innslag i integreringsprosessen. Vi har også deltatt under Idrettskretsens handikapidrettsdag i Lillestrøm og under sykkelforbundets integreringsseminar på Beitostølen.

INNEBANDY

Sitat fra fjorårets rapport, siste avsnitt:

"Neste sesong vil uansett by på store sportslige og økonomiske utfordringer. Vi må brette opp ermene, og trå til med dugnadsarbeid da avgifter og reising vil tyngre på utgiftene. Sportslig ønsker vi ca 10-15 nye spillere samt to trenere, skal vi kunne hevde oss."

Slik ble det ikke. Innebandygruppa har slått seg sammen med Lørenskog.

TRIATLON

Øyvind Johannessen bor fortsatt i Australia, og klubbens økonomiske støtte er en vesentlig årsak til at han satser videre.

Treneren mener at han skal klare å få ham kvalifisert til OL i 2008. Dette er uvesentlig i forhold til bidraget.

Øyvind trener og konkurrerer der nede.

Han skriver fra tid til annen reisebrev, og når disse tar slutt, håper vi at han igjen vil prege norske resultatlister.

Jonas Nielsen, en av landets besteskiløpere, vil dette året representere klubben.

SYKKELGRUPPA

Fellestreningene har stor betydning for miljø og samhold. Vennekretsen er stabil. Klubbens nestor Hilde Anthonisen har trukket seg tilbake. Linda Halvorsen har nå tatt over ansvaret for treningene. Flere av jentene har fått barn, og nye ansikter har møtt opp og meldt seg inn i klubben. Slik sett er det bevegelser også i konkurransebildet.

Det har vært en flott innsats fra medlemmene i Østmarka også denne sesongen.

Birkebeineren og Grenserittet er de som trekker flest fra klubben. Espen Aune og Hans Håkon Ruud sine resultater fra Birkebeinerrittet kan godt nevnes uten at det begås noe justismord.

Styrkeprøven er også populær. Starten fra Lillehammer frister mest, men det er også noen som velger Eidsvold.

Tahir Hussain og Harald Helgesen som pilot vant klassen for blinde. Kirsti Ruud gikk til topps i dameklassen.

Fra Trondheim syklet Vidar i ensom majestet fra Trondheim. Takket være egen følgebil klarte han 17.15.26 timer.

EGNE RITTARRANGEMENT

Vasshullet. 25 km langt terrengritt. Rittet har få men trofaste slitere. Dette var sannsynligvis siste løp til tross for gode tilbakemeldinger. Liten dugnadsinteresse får ta skylden.

KVINNEPROSJEKTET "ALLE HAR EN SYKKEL"

Kvinneprosjektet fortsetter sukseen. Sosial og helsedirektoratet har gitt nye bevilgninger til aktiviteten.

Rigmor Sæbø styrer prosjektet med stolthet. Et av målene med dette var å få damene litt bort fra stress, slit og husarbeid. "Friminuttet" har tydeligvis gjort godt. I fjor fullførte alle Eidsvoll- Oslo. Da var de 36. Nå har

medlemsantallet steget til over 100. Prosjektet har høstet lovord fra lokalavis til TV innslag. Ryktene går og nysgjerrigheten spres. Rigmor får spørsmål fra andre klubber om å fortelle fra prosjektet. Den såkalte pila peker i denne sammenheng bare oppover, og under Sykkeltinget i februar, ble hun valgt inn i Styret.