



ÅRSMELDING FOR ØSTMARKA IL 2018.

Leder:	Thomas Borge
Økonomi:	Villy Mydland
Nestleder:	Sauveur Chirchirillo
Forebygging:	Vidar Bøe
Sykkel:	Rigmor Sæbø
Styremedlem:	Hans Håkon Ruud
Styremedlem:	Turid Haraldsen
Ungdomsrepresentant:	Benjamin Borge

TILLITSVERV KNYTTET TIL NIF:

Styremedlem Akershus idrettskrets:	Vidar Bøe
Valgkomiteen NIF:	Vidar Bøe
Interimstyret Viken:	Vidar Bøe

ÆRESBEVISNINGER:

NIF`s hederstegn:	Vidar Bøe
Akershus Idrettskrets hedersbevis:	Vidar Bøe

LEDERS KOMMENTAR:

Mandag 10. desember falt en vegg. Budskapet om at Hans Håkon var død, lammet og sjokkerte oss alle. Kjernekaeren, den gode lagkameraten og han som orket alt var borte. Nå har du parkert sykkelen for godt Hans Håkon, men ditt store hjerte for idretten banker videre. Tusen takk for den fine tiden vi fikk sammen med deg.

Godt lagarbeid er som regel avgjørende for gode resultater, og hemmeligheten bak klubbens virksomhet er en indre sirkel dugnadsarbeidere som har holdt sammen siden etableringen. Hans Håkon var et lim i dette arbeidet. Et lim som ikke tørket. Dugnadsånden og samholdet som har preget vennegjengen har vært viktige for klubbverdiene, og de resultater som er oppnådd.

I disse dager pynter skiNorge TV ruta med flotte bilder og beundringsverdige resultater. Utøvere som har stått i det klatrer til den øverste trinnet på pallen. Vårt verdisystem fra det lokale idrettslaget til toppen fungerer, men idrett er mer enn lagoppstillinger. Folkehelse, fellesskapet, inkludering og barns drømmer og mestring har også viktige verdier i lokalsamfunnet og Mor Norge. Takk til dere i klubben som er til når dette arbeidet skal fortsette. Prosjekter som gir mening for fellesskapet og som gir gode opplevelser for mange enkeltmennesker, vil ha kraft i seg selv til å overleve.

AVTALER-SAMARBEID:

- Sparebankstiftelsen DnB. Inkludering. Egen rapport.
- Rusforebyggende samarbeid med Lørenskog kommune.
- Losbydagen er et stort fellesarrangement for organisasjonslivet i Lørenskog. Dette er et kommunalt utstillingsvindu.
- Ridderdagene i Stordal. Integreert aktivitetshelg tilpasset for funksjonshemmede og funksjonsfriske. En rekke friluft og kulturelle aktiviteter.
- Samarbeid med Lørenskog VO og Lørenskog vgs om integrering av flyktninger.

INKLUDERING:

Samarbeidsprosjektet med Lørenskog videregående skole og Rasta voksenopplæring for flyktninger fortsetter. Med økonomisk støtte fra Sparebankstiftelsen trygges både rammekvaliteten og forutsigbarheten i avtalen. Det er satt av egen lærer og en klasse elever til aktivitetene, og treningen innendørs er blitt en nyttig del av faget treningsledelse. Vinter og høstdagen er også viktige aktiviteter som styrker flyktningenes lokalkunnskap, vennskap og norske tradisjoner. Vi har stor tro på å få med voksne familiemedlemmer inn i aktivitetene. De er rollemønstre og har en nøkkelrolle i påvirkningen av barnas valg og deltakelse mot aktiviteter.

Vinterdagen ble arrangert ved Sørlihavna og Losbyområdet. Dagen var arrangert med tanke på å gi flyktninger en moro dag med masse lek. Det var muligheter for å lære seg å gå på ski, stå på skøyter eller bare kose seg ved de mange bål plassene eller rett og slett ha det gøy i bakken med akebrett. Dagen brakte mange mennesker sammen, flyktninger, elever og lærere. Dette ga alle muligheten til å møte seg og å bli kjent. «Arrangementets terning viste en sekser. Det var ingenting å sette fingeren på var konklusjonen.

Ordfører kom også, og ved første øyekast så hun mange mennesker som hadde det morsomt med snø og glatte ski. Hva hun selv sa etter en felles aketur: «Jeg syntes det er bra at det er dere ungdommer som arrangerer dette. Arrangementet virker positivt og burde holdes flere år fremover i tid. Det viktige er at dere møtes og har det gøy sammen, fremfor at det er et arrangement som er der for dem.» Så får vi håpe at de etter hvert finner seg til rette i kommunen. Dette var en fin velkomst for 250 nye søkere til vinterlandet.

HØSTDAGEN:



Kjennparken var arena for 150 flyktninger. 5 stasjoner, med rulling rundt på alle stasjonene. Aktivitetene varierte fra 10 treks med ball + stafett i rundløype, litt fotball, natursti rundt på gangveiene med innlagte spørsmål om Norge samt praktiske oppgaver. Så typisk norske stafetter (ala 17 mai leker) sekkeløp, løp med potet på skje, kaste erteposer i rokkeringer. Deretter frisbee golf og til slutt 30 leken. 30 nummerte ark med lærerike spørsmål som var plassert i skogen. Elevene skulle kaste terning og finne posten som hadde det nummer som terningen viste. Spørsmål om ting i skogen, Norge, utlandet ol. Etter dette smakte det med grillmat, salat og brus.

SAMARBEIDET MED RASTA VOKSENOPPLÆRING OG LØRENSKOG VIDEREGÅENDE SKOLE:

Inkluderingsprosjektet for flyktninger har slått rot. 20 elever fra kombinasjonsklassen deltar på trening. 20-40 elever fra voksenopplæringen til faste treningstider. Elever fra skolen stiller opp som treningsveiledere. Elevene får virkelig prøvd seg som pedagoger. De må snakke langsomt og også gjøre seg forstått gjennom kroppspråk. Mange i målgruppen har sammensatte helseutfordringer og sliter med traumer. Da er det viktig å tilpasse aktiviteten til den enkeltes mestringsnivå. I løpet av denne tiden er målet bl a å få flyktningene klare for det ordinære skolesystemet og arbeidslivet.

SAMARBEID FJELLHAMAR MENIGHET:

Fotball for hele verden. Et lavterskeltilbud for fysisk aktivitet, med tanke på å øke andelen ikke etniske norske inn i organisert idrett. Fotballtrening for voksne på Fjellhamar stadion. Til tross for ugunstige treningstider er oppmøtene på

treningene stabilt på 30 personer. Tor Martin Synnes som leder treningene har under våre seminarer bekreftet at idretten som brobygger har ført til raskere tilhørighet og flere venner. Bosetting og jobb har ført til lavere aktivitet, men igjen idrett som brobygger i en tidlig startfase er en god inngang i inkluderingsarbeidet. Det vil alltid stilles spørsmål om hvor lenge inkludering skal baseres på prosjekter. Etter hvert må sivilsamfunnet bli en naturlig del i dette arbeidet.

SAMARBEIDET MED LØRENSKOG OG RÆLINGEN KAPPSVØMMEKLUBB OG FLYKTNINGETATEN:

«Hver nordmann en svømmer – hver svømmer en livredder».

Det har deltatt 30 barn og 15 ungdom- voksne. Svømming og orientering har en kunnskapsbasert læring i seg mer enn bare aktiviteten. Mestring fører til en utvidelse og trygghet mot bevegelse i friluft. Det at foreldre også har deltatt i svømmeopplæringen innebærer at de også oppsøker vann i friluft. Norsk natur er en viktig brikke i integreringsprosessen, som en god sosial opplevelse og økt forståelse for vår kultur og tilpassing i samfunnet.

SAMARBEID MED LØRENSKOG SKØYTEKLUBB:

Vi var med i dette samarbeidet økonomisk. Nystartet skøyteopplæring på uteis for barn i alderen 6-13 år. 12 deltakere samt 13 barn fra fritidsklubben.

SAMARBEID IOGT SKOGBLOMSTEN:

Det deltok 10 flyktningbarn på den årlige sommerleiren. En drømmeplass for å bli kjent med norske barn gjennom aktivitet og natur.

FUNKSJONSHEMMENDE:

I år deltok vi under Ridderdagene med Sune Wentzel og hans aktiviteter. 600 deltok under dette arrangementet som har blitt en stor familiefest over tre dager. Aktivitetstilbudet er tilpasset både funksjonshemmede og funksjonsfriske. Ridderdagene på Storedal er en videreføring av Erling Stordahls filosofi om økt livskvalitet for funksjonshemmede gjennom aktiviteter i friluftsliv, kultur og natur.

FOREDRAG:

Det er som i tidligere år holdt foredrag knyttet til virksomheten. Rus, helse, mestring og inkludering er den røde tråden. Verdiseminaret er klubbens hovedsatsing. I år med tittelen Felleskapets kraft. Sterkt verdiseminar i Lørenskog. Et sammendrag fra Ove Berrefjord, Svarstad idrettslag:

«Etter åpning ved rektor og ordfører, var Biskop emeritus Per Arne Dahl første foredragsholder. Han evner å komme med mange tankevekkende poeng, samtidig som han gjerne får tilhørerne til å åpne latterdøra på vidt gap. Slik ble det også denne kvelden. Dahl minte oss gjennom sitatet «Å elske skaper styrke», at vi mennesker betyr uendelig mye for hverandre. Guro Røen er en av Lørenskogs egne idrettskjendiser. Hun har gjennom en årrekke vært en av Norges og kanskje også en av verdens beste håndballdommere. Hun gav oss mange inntrykk fra en lang dommerkarriere med mange gleder, men hun kom også med tankevekkende perspektiv på kjønnsdiskriminering i idretten, særlig ute i Europa. Dette årlige arrangementet har også musikalske innslag, og i år var det trioene som kaller seg «Blåstrå», som sang og musikk. Stor stemning i salen da »Blåstrå» formidlet bluegrassmusikk og sanger av Johnny Cash, Dolly Parton med flere. Så kanskje kveldens sterkeste opplevelse. Ekteparet Arne og Mona Bratland opplevde for et år siden det verst tenkelig som foreldre; Å miste sin sønn over natten etter en dødelig lek med et narkotisk stoff. Forelesningen ble gripende, fordi ekteparet, i stedet for å sette seg ned og gi opp livet, nå reiser rundt på skoler for å advare andre unge og foreldre. Sønnen deres tilhørte ikke noe belastet narkotikamiljø, men dessverre kan noen ganger et enkelt forsøk med stoff få det mest tragiske utfall.

Verdiseminaret ble avrundet av en av Norges største idrettsprofiler gjennom tidene; alpinisten Kjetil Andre Aamodt. Fortellinger, ledsaget av filmklipp, tok salen med på en svært interessant reise gjennom en suksessfylt karriere, men også gjennom alt det slitet som lå bak. En svært vellykket kveld, hvorav flere av oss hadde reist ganske langt. Så er det å håpe at enda flere finner veien til Lørenskog vgs til neste år, for det fortjener virkelig arrangørene.»

SYKKEL/TURGRUPPA:

Det har ikke vært noe aktivitet i sykkelgruppa på landevei dette året. Terrenggruppa er i full drift med 6 medlemmer.

Turgruppa har hatt 2 turer i 2018. En jentetur for mødre med døtre til Hafslo og en familietur med flere ungdommer til Beitostølen. Fantastiske plasser.

En ungdomsgruppe dro også til Vestlandet. Galdhøpiggen og Loen. Opplevelsene i dette landskapet har sitt eget garderobespråk.



FREMOVER:

- Vi ønsker fortsatt å være en døråpner for lokalt samarbeid og samspill i det forebyggende helsearbeid.
- Å fortsette samarbeidet med faglige kommunale ressurspersoner og frivillige organisasjoner, IR og Skolen. At dette fører til at ungdommen tar idrettslig leder og samfunnsansvar.