



ÅRSMELDING FOR ØSTMARKA IL 2021

Leder:	Thomas Borge
Nestleder:	Sauveur Chirchirillo
Økonomi:	Villy Mydland
Forebygging:	Vidar Bøe
Syssel:	Rigmor Sæbø
Styremedlem:	Turid Haraldsen
Ungdom:	Benjamin Borge
Representasjon NIF:	
Thomas Borge	Styremedlem Lørenskog idrettsråd
Kjersti Lande Bøe	Revisor Lørenskog idrettsråd
Vidar Bøe	Styremedlem Oslo Akershus skøyteklubs

LEDERS KOMMENTAR:

Pandemien satte en stopper for mangt og mye i fjor. Nå er husarresten over. Det samme gjelder OL. Resultatene har gått inn i historien. Stor underholdning og medaljer er det vi husker best. En stor kontrast til dugnadsarbeidet her hjemme.

Hva betyr egentlig Olympismens mål? Jo, å bidra til å bygge en fredelig og bedre verden gjennom å utdanne ungdom gjennom idrett som praktiseres uten diskriminering av noe slag, og i den olympiske ånd som krever gjensidig forståelse og vennskap, solidaritet og fair play. Norsk idrett har en rød tråd i sitt verdierarbeidet fra grasrot til toppidrett, og Kina Maos lille røde.

Kontrastene er store også her. Noen skulle nedover for å delta i den politiske øvelsen «kampen for menneskerettigheter», men den ble utsatt. Da passer det fint at coronasmitten slapp taket, slik at frivilligheten kan opprettholde de grunnleggende verdier våre ledere kan ta med til talerstolen. Slik sett passer det godt at 2022 er frivillighetens år.

AVTALER-SAMARBEID:

- Sparebankstiftelsen DnB. Inkludering.
- Verdiseminar.
- Ridderdagene i Stordal. Integrert aktivitetshelg tilpasset for funksjonshemmede og funksjonsfriske.
- Samarbeid med Lørenskog VO og Lørenskog vgs. Integrering av flyktninger.
- Is og vann. Støtte fra Idrettskretsen.
- Allianseprosjekt inkludering. Viken fylke.

INKLUDERING:

Samarbeidsprosjektet med Lørenskog videregående skole og Rasta voksenopplæring for flyktninger fortsetter. Det samme gjelder alliansen mellom frivillige organisasjoner i Lørenskog kommune. Alt er gratis med lavterskel som basis. Den økonomiske støtten vi henter fra Sparebankstiftelsen og andre er avgjørende for aktivitet og resultat. På mange måter er prosjektarbeid sårbart. Det står og faller på bidrag. Ideelt sett burde kommunen med politiske føringer stille opp med midler for å trygge kontinuiteten. Vi viser til rapporter i beretningen.

HØSTDAGEN:

Evaluerer høstaktivitetsdagen for VO Lørenskog ved 3 IDB ved Lørenskog videregående skole. Lørenskog Voksen opplæring var svært godt fornøyd med aktivitetsdagen og mente det var det beste dagen de har hatt! Arrangement var vellykket med sosial, fin og lærerikdag. Sissel og Zoran sammen med elevene hadde satt opp følgende temaer: Læring (både natur og Norsk språk). Samhold.

Aktivitet og integrering.

3 IDB klassen var klassen som stod for hele arrangement ved valg av ulike aktiviteter på diverse stasjoner hvor det var:

Læring om norsk natur og hva vi kan finne i naturen.

Samarbeidsaktiviteter.

Integrering og bli kjent med Norske tradisjoner.

Vi har opplevd arrangementet veldig lærerikt og de følte at det var viktig med integrering hvor de kunne leke og samarbeidet sammen med elevene fra Voksenopplæring ved Lørenskog, Rasta.

Vi fikk høre at elevene ved Voksen opplæring levde mange uker etter arrangement og pratet om det.

ALLIANSESAMARBEID.

Vi fortsatte samarbeidet og aktivitetene som tidligere.

Målet med aktivitetene er: 1. Å øke andelen medlemmer med ikke etnisk norsk bakgrunn i organisert idrett og friluftsliv. 2. Utjevne sosiale forskjeller mellom barn og ungdom. 3. Åpne for flere alternative lavterskeltilbud for fysisk aktivitet og friluftsliv.

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

Det at barna blir svømmedyktig øker sjansen for at de benytter natur og friluft. Her kommer Østmarka inn med sine friluftaktiviteter. En ungdomsgjeng dro til Vestlandet på vandreturer i fjellet og klatring opp den spektakulære viafarataløyoen i Loen samt Skåla opp. Når vannet blir til is gjennomfører skøyteklubben skøyteskole. Samarbeidet klubbene i mellom gir gode resultater med god informasjonshjelp fra flyktningkontoret og skolene for å nå de som trenger tilbudene mest. Utenforskap er et stikkord og tilbudene retter seg i første rekke mot flyktningbarn og barn som bor i familier med lavinntekt.

INKLUDERING UTVIKLINGSHEMMEDE:

Tilbudene til utviklingshemmede, både fysisk og sosialt. Dette er en sårbar gruppe som strever og preges med utenfor skap. Økt isolering, stillesitting og ensomhet er konsekvenser av pandemiperioden, og de trenger mer enn noen stimulering til aktivitet og sosialt samvær utover de daglige gjøremålene. Her kreves spesialkompetanse innen området, noe vi sørger for slik at gjennomføring utføres av kompetente ledere og ledsagere.

Mestringsnivået blant utøverne varierer stort, og aktivitetene er således tilpasset den enkelte. Med dette som utgangspunkt arrangerte vi høstleir på Sørmarka.

NIF har mange målsettinger for fysisk aktivitet og en visjon om at idrett er til for alle og at alle skal med, men det er ikke de som eier rettighetene for hvordan vi ønsker å ivareta vår helse og hvem som kan legge til rette for aktivitetstøteplasser.

Alle vet at fysisk aktivitet og forebyggende helse gir velvære og lavere odds for å takle hverdagens utfordringer bedre.

Hvordan er så vår målgruppe prioritert i denne sammenheng. Er det fine ord på talerstolen. Er idrettslagene og frivilligheten i stand til å følge opp, eller er det familieapparatet som må bære ansvaret, og sette av sin tid.

Vi har fra tid til annen gjennom min idrettstid forsøkt å legge til rette for ulike aktiviteter innen paraidrett og psykisk utviklingshemmede, men må erkjenne at dette er krevende og til tider ensomt. Dette er en oppgave vi ønsker å utfordre. For det er neppe noen forskjell på våre ambisjoner og behov knyttet til deltakelse i møtet med andre og konkurransedyktighet.

Våre erfaringer viser at det ikke er noen ulikheter om du er mann, kvinne, ung eller gammel når det gjelder idrettsglede og seiersbrøl knyttet til fellesskap og resultat. Uenighetene slik vi har oppfattet det har stått mellom foreldre, fagansatte og støttekontakter hvorvidt fysisk aktivitet skal måles i resultater.

Med dette som bakteppe la vi opp til en aktivitetsløype under NFU's leir på Sørmarka forrige helg. Den skulle favne alle, og skulle med. Resultatet av løypesammensettingen bygde da på flere variable aktivitetskriterier. Krav til samarbeid, presisjon, styrke, sprint, kondisjon, teknikk, iaktakelse og ikke minst lagånd, og det laget som fikk flest poeng var vinneren. Idealtid som noen ønsket var utelukket. Isteden fikk alle deltakerpremie for fullført løp. 40 ialt. Selve premieutdelingen foregikk slik vinnere skal kåres. Pallen bestemmer, og de tre beste ble premiært.

**SAMARBEIDET MED RASTA VOKSENOPPLÆRING OG LØRENSKOG VIDEREGÅENDE SKOLE:**

Inkluderingsprosjektet for flyktninger fortsetter inn i det fjerde året. 15-20 elever fra kombinasjonsklassen deltar på trening. 20-40 elever fra voksenopplæringen til faste treningstider. Elever fra skolen stiller opp som treningsveiledere, og elevene får virkelig prøvd seg som pedagoger. De må snakke langsomt og også gjøre seg forstått gjennom kroppsspråk. 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.

FUNKSJONSHEMMEDE:

Ridderdagene i Skjeberg. Avlyst på grunn av pandemien

SYKKEL/TURGRUPPA:

Den årlige sykkelturen til Loen holder liv i gamle tråkk. En tur til Skeikampen ble det også. Konkurransene er lagt på hylla. Likevel. Treningsturene viser at formen er god når motbakker og smårykk dukker opp.

IDRETTENS VERDISEMINAR 2021

«Vi lar bølgen snakke for oss,
da ser vi havet hvile mot fjellan der minner bor»

Med ord fra sangen Gressholmen inviterer vi til årets verdiseminar.
Foreleserne går i land, og deler sterke opplevelser.
Hendelser som har satt spor, på godt og vondt.

Hva skjer med oss når verden vender? Hvordan takler vi suksess og medgang, og hvordan bearbeider vi kriser?

Vi ønsker alle velkommen til Lørenskog videregående skole
onsdag 10. november kl 18:00



Program:

- 17:30 Bevertning med kaffe og kaker
- 18:00 Åpning og kulturelt innslag med trubadur Finn Evensen
- 18:20 Yngve Hågensen. Fra barnehjem til LO sjef.
- 18:50 Ronny René Nielsen. Politimannen som søkte etter mer spenning, det fortsatte med kokain og kriminalitet
- 19:20 Sigbjørn Johnsen - Det beste i livet
- 19:50 Tre OL gull på hjemmebane, men ingen dusjer med medaljene på Johan Olav Koss
- 20:20 4 ungdommer fra skolen setter ord på sine verdier

Det er gratis adgang, parkering og bevertning.

Seminalet støttes av idrettsrådet. De delte også ut Årets hederspris til Tom Nilsen i Skøyteklubben Lørenskog for hans mangeårige innsats for idretten i Lørenskog. En verdig og overrasket prisvinner mottok prisen under Idrettens verdiseminar. Som tidligere var det god oppslutning, og fornøyde benkeslitere.

SAMARBEID IOGT SKOGBLOMSTEN:

Samarbeid med JUBAS årlige sommerleir. Avlyst på grunn av pandemien.

I år var det stor glede over at JUBA - Oslo og Akershus krets fikk gjennomført sommerleiren. Den var imidlertid nedskalert med færre lag og deltagere enn vanlig. Det ble totalt 24 deltagere fra Lørenskog inkludert fire voksne ledere og tre hjelpeledere. Vi har et samarbeid med Flyktninge- og integreringskontoret med at de kan tilby sine kontakter plasser på leieren. Vi betalte for 6 av disse i år. Leiren samlet ca. 100 deltakere i alderen 7-14 år. Tema for leiren var «Under åpen himmel». De fleste aktivitetene ble holdt utendørs og i faste kohorter. Det var strålende vær hele uka og det ble på alle måter en vellykket leir tross strenge corona-regler.



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.
- Tilby gode verdiseminar.

