

Nyhetsbrev fra Finnmark idrettskrets august 2012

Høsten står for døra

Finnmark idrettskrets har hatt en aktiv vinter og vår der vi blant annet har vært på besøk i de fleste kommuner. I mai ble det avholdt idrettskretsting i Vadsø. Nå står høsten for døra med Superhelg i Kirkenes 19.-21. oktober som et høydepunkt. I dette nyhetsbrevet kan du blant annet lese mer om Superhelga, lokale aktivitetsmidler (LAM), styret og styrets arbeid, barn og idrett, Idrettens Barentssamarbeid, ulike kurstilbud og annen informasjon fra idrettskretsen.

SUPERHELG

Superhelg 2012

Årets Superhelg arrangeres i Øst-Finnmark, nærmere bestemt Kirkenes 19.-21. oktober. Årets tema er MOTIVASJON, og det blir et innholdsrikt program med noe for alle. Blant annet inviteres det til kurs om å motivere barn til fysisk aktivitet, til foredrag om teambygging, basistrening, tilrettelegging for funksjonshemmede, om trening av ungdom, idrettspolitisk arbeid m.m. Følg med på www.finnmarkik.no! Vi sees vel i Kirkenes?

Å motivere barn til fysisk aktivitet

Finnmark Idrettskrets har gleden av å invitere til GRATIS kurs med Marlene Olsen Öbrink i Kirkenes 20. oktober! Målgruppen er alle som tilrettelegger aktivitet for barn i idrettsskole, idrettslag eller klubb. Det er 20 plasser på kurset. Gratis pilatesball til alle som deltar! Du kan lese om Marlene og hennes virksomhet på www.skolsjukgymnasten.se Påmelding til finnmark@idrettsforbundet.no

Lokale aktivitetsmidler

I løpet av høsten skal lokale aktivitetsmidler (LAM) fordeles på lag og foreninger som har aktivitet for barn og ungdom (6-19 år). I Finnmark er det i år 2 432 352 kroner til fordeling. Det er idrettsrådene som står for fordelingen i den enkelte kommune. I kommuner uten idrettsråd er det Finnmark idrettskrets som fordeler midlene. [Mer om LAM kan du lese her.](#)

Lederkurs for ungdom 15-18 år

Kurset forbereder deltakerne på lederverv i idretten, og gir ungdommene relevant kompetanse til å delta aktivt der beslutningene tas i de ulike organisasjonsleddene. Årets kurs arrangeres i Syltefjord 7.-9. september, med oppfølging under Superhelga i Kirkenes 19.-21. oktober. Kurset begynner å fylles opp, men det er fortsatt noen få ledige plasser igjen. [Informasjon og påmelding.](#) [Generell informasjon om lederkurs for ungdom.](#)

Nye klubber:

- Alta Jeger og Fisk Sportskytterforening
- Kautokeino Rideklubb
- Porsanger Cykleklubb

Nye grupper:

- Nesseby IF – Bordtennis
- Tana IF – Bordtennis
- Hesseng IL – Bordtennis

Styret i Finnmark idrettskrets

På idrettskretstinget i Vadsø 12. mai ble det valgt nytt styre for Finnmark idrettskrets. Det nye styret består av leder May Bente Eriksen fra Båtsfjord, nestleder Ole Dyrstad fra Nordkapp, styremedlemmene Jon-Arne Dolonen fra Gamvik, Ingrid Steinlein fra Porsanger og Thorbjørn Johnsen fra Loppa, samt varamedlemmene Gunn Anita Skoglund Sara fra Karasjok og Nils Roger Simensen fra Hammerfest. Styret hadde sitt første møte i Lakselv 15. og 16. august. Her ble planene framover for virksomheten gjennomgått, og det var enighet om at man spesielt skal satse på å arbeide for å bedre rammevilkårene for idretten i Finnmark. Med rammevilkår menes arbeid for å bedre økonomi, anlegg og idrettens generelle vilkår i fylket. Her ønsker man å rette arbeidet inn mot det offentlige regionalt og sentralt. Det vil i første rekke dreie seg om fylkeskommunen, Sametinget, KS, våre stortingsrepresentanter, men også NIF sentralt. Neste ordinære styremøte blir i Kirkenes i forbindelse med Superhelga 19.-21. oktober. Det er også satt opp styremøte i forbindelse med samling for de nordnorske idrettskretsene i Alta 23.-25. november.
[Kontaktinformasjon til styret finner du her.](#)

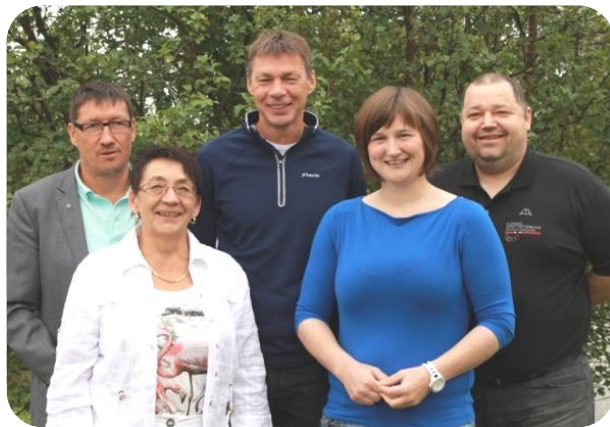
Administrasjon for små idretter

Årets kretsting i Finnmark ba om at Finnmark idrettskrets skal arbeide for å få opprettet en administrativ stilling for å bistå små idretter, uten egen administrasjon. Styret i kretsen hadde saken som tema på sitt første styremøte, og har bedt administrasjonen arbeide videre for å få på plass en slik administrasjon.

Bli treningskompis!

Hvis du er over 16 år, er interessert i fysisk aktivitet, friluftsliv og arbeid med andre mennesker, kan du bli treningskompis. Flere kommuner i Finnmark motiverer til fysisk aktivitet gjennom støttekontaktordningen, og ønsker å knytte til seg personer som vil være treningskompis. Alta kommune inviterer, i samarbeid med Finnmark Fylkeskommune og Finnmark Idrettskrets, til et 16 timers treningskompiskurs 28.-30. september. Kurset er gratis og det bygger på prinsippet om at en gjennom fysisk aktivitet oppnår positiv effekt også på andre områder i livet. Det gir kompetanse i bruk av fysisk aktivitet i måltrettet oppdrag, innenfor støttekontakttjenesten. Temaer i kurset er treningslære, fysisk aktivitet og helse, ulike sykdomstilstander og fysisk aktivitet, psykisk helse og fysisk aktivitet, kosthold og ernæring, fysisk aktivitet i praksis. Nærmere informasjon kan fås hos:

jorunn.nordholm@alta.kommune.no
majakristine.mathisen@alta.kommune.no
anita.romsdal@alta.kommune.no



FIKs styre (fra venstre) Thorbjørn Johnsen, Ingrid Steinlein, Ole Dyrstad, May Bente Eriksen og Jon-Arne Dolonen. Varamedlemmene var ikke tilstede da bildet ble tatt.

Oppgavefordeling i styret

Idrettsråd og kommune:

Nils Roger Simensen: Hammerfest, Kvalsund

Gunn Anita Skoglund Sara: Karasjok, Kautokeino

Ole Dyrstad: Nordkapp, Måsøy, Vardø

Thorbjørn Johnsen: Loppa, Hasvik, Alta

Ingrid Steinlein: Porsanger, Tana, Nesseby

Jon-Arne Dolonen: Gamvik, Lebesby, Vadsø

May Bente Eriksen: Båtsfjord, Berlevåg, Sør-Varanger

Idrett og samfunn:

Folkehelse: Jon-Arne Dolonen

Skole: Ole Dyrstad

Funksjonshemmede: Ingrid Steinlein

Toppidrett: Thorbjørn Johnsen

Internasjonalt arbeid: May Bente Eriksen

Stipendutvalgene:

Ulvangstipendet: Thorbjørn Johnsen

Ishavskraftstipendet: May Bente Eriksen

Telefon 784 55 609 / 784 55 615
Telefon 45 39 69 39
Telefon 40 72 08 48



Smarte vaner

frukt.no

5 om dagen – Idrett

Opplysningskontoret for frukt og grønt (OFG) fortsetter satsingen på frukt og grønt på idrettsarenaen. 5 om dagen-Idrett, tidligere MER-kampanjen, er et gjennomprøvd verktøy for idrettslag og andre foreninger som ønsker å tilby spiseklar frukt og grønt. OFG tilbyr alle klubber som ønsker å satse på salg av oppkuttet frukt og grønt GRATIS VERKTØYKASSE som gjør det enkelt å komme i gang. [Les mer her.](#)



Hederstegn og bragdpokal for 2011



Under idrettskretstinget i Vadsø i mai ble det delt ut bragdpokal og hederstegn for 2011. Bragdpokalen ble tildelt hundekjører Roger Dahl (til venstre) fra Alta for hans seier i Finnmarksløpet. Hederstegn for aktiv innsats ble tildelt Sigurd Rushfeldt (midten) fra Vadsø, mens hederstegn for administrativ innsats ble tildelt Helmer Birkely fra Porsanger.

Barn driver idrett fordi det er moro!

I barne- og ungdomsårene dannes grunnlaget for gode aktivitetsvaner seinere i livet. For å ta vare på idrettsgleden og lysten til å drive fysisk aktivitet livet ut, har en i Norge bestemt at barneidretten skal skje gjennom idrettens verdier der idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett danner grunnlaget for et allsidig og variert aktivitetstilbud for alle. Det er viktig at barneidretten er åpen og inkluderende, og gir alle barn opplevelse av mestring, trygghet og varig idrettsglede. [Les mer om barneidrettsbestemmelsene her.](#)

La barn styre selv

Det er viktig at barn ikke blir organiserte i hjel fra ung alder, og at man vektlegger den uorganiserte aktiviteten i større grad. De kan bli slitne og går fortere lei, sier Mari Bjone som er rådgiver i idrettsforbundet. [Se her.](#)

Idrettsskole for barn

Finnmark Idrettskrets anbefaler idrettslagene å starte idrettsskoler for barn, for å gi et variert aktivitetstilbud hvor barn til og med det året de fyller 12 år får prøve seg i flere idretter og i flere miljøer, for eksempel i sal, på løkka, i skog og mark, på snø og is eller i vann. Det skal legges vekt på å utvikle en god grunnmotorikk, gjennom lek og aktiviteter som er tilpasset barnas utvikling. Idrettsskolen kan etableres som et tilbud i idrettslaget, eller en kan inngå et samarbeid med et annet idrettslag. FIK tilbyr svært rimelige [aktivitetslederkurs](#) til idrettslag som vil styrke medlemmenes kompetanse i tilrettelegging av aktivitet for barn. Det er også mulig å søke økonomisk støtte både til oppstart og til videreutvikling av idrettsskolen. [Mer om idrettsskole for barn her.](#)

Gratis forsikring

Alle barn (til og med 12 år) som er medlem av et idrettslag som er tilsluttet Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF) eller som deltar i organisert aktivitet i lagets regi, er forsikret i If. [Les mer her.](#)



Ny prosjektleder for Idrettens Barentssamarbeid

Claes Gregart (bildet) er blitt ansatt i NIF som prosjektleder for prosjekt "Barentsidretten". Han begynner i stillingen 27. august, og prosjektet varer ut 2014. Stillingen er plassert i Finnmark idrettskrets i Lakselv. Prosjektet er finansiert av alle fire involverte land; Norge, Sverige, Finland og Russland. Bakgrunnen for prosjektet er behovet for å videreutvikle idretten i topp og bredde, koordinere idrettsprogrammene og få med flere idretter og regioner i samarbeidet i Barentsregionen. [Les mer om Barentsidretten her.](#)

Bli sprek med idrettsmerket

Å ta idrettsmerket er en fin måte å holde seg i form på. Kravene varierer i de ulike aldersgruppene, og forhåpentligvis er de satt såpass høyt at de fleste må trene for å klare dem. Idrettslaget ditt kan selv arrangere idrettsmerkeprøver for dere!

[Les mer om idrettsmerket her.](#)

Penger til utstyr

Det er bestemt at tilskuddsordningen spillemidler til utstyr fortsetter i 2012. Ordningen er iverksatt av Kulturdepartementet, og har vart siden 2003. Totalt har ca. 114 millioner kroner blitt gitt i tilskudd til utstyr i klubber og barneidrettsskoler! [Les mer her.](#)



STÅ OPP MOT URETT!

TV-aksjonen 2012

Årets TV-aksjon går av stabelen 21. oktober. I år samles det inn penger til Amnesty International. Organisasjonen arbeider for rettferdighet for mennesker som blir diskriminert, forfulgt eller fengslet. Finnmark idrettskrets er del av fylkesaksjonskomiteen for TV-aksjonen. Vi oppfordrer alle idrettslag og idrettsfolk til å støtte opp om aksjonen dersom dere har mulighet til det, enten det er i form av noen kroner i bøssa, som bøssebærere eller ved positiv omtale og profilering av aksjonen. Vær med og stå opp mot urett! [Les mer om årets TV-aksjon her.](#)

Fylkeslekene

for psykisk utviklingshemmede

Etter ett års opphold på grunn av restaurering av skolens internat, har Pasvik folkehøgskole igjen gleden av å invitere til fylkesleker for psykisk utviklingshemmede. Lekene går av stabelen helgen 14.-16. september. Fjorårets arrangement var dypt savnet av mange, og arrangørene har som mål at årets leker skal bli "best games ever." Deltakerne bor og spiser på skolens internat, og i tillegg til idrettsglede, er det også tid for sosiale aktiviteter. Motto for lekene er "Idrett for alle". Det er begrenset med plasser og påmeldingsfrist er 3. september.

[Mer informasjon og påmeldingsskjema finner du her.](#)

Ny løsning for medlemsadministrasjon

NIF har startet utvikling av ny løsning for medlemsadministrasjon i norsk idrett i forbindelse med krav om føring av elektronisk medlemsregister.

[Les mer om løsningen her.](#)

Språk som virker

Idretten er med i Voksenopplæringsforbundet, som inviterer til deltakelse på seminaret "Språk som virker" i Oslo den 6. september. Partner i First House og tidligere nyhetsredaktør i VG Hans Christian Vadseth innleder. Det er førstemann til mølla!

[Programmet ser du her.](#)

Helhetlig klubb utvikling

Målet med klubb utvikling er at dere skal oppnå det dere selv ønsker. Utgangspunktet for en prosess er at klubben selv setter av tid til å vurdere hvordan situasjonen i klubben er og finne ut hva klubben trenger? Deretter vil klubben selv bestemme hvor mye de vil gjøre for å forbedre sin egen situasjon. Særforbundene og idrettskretsen stiller med veileder etter henvendelse, så bare ta kontakt! [Les mer om klubb utvikling her.](#)

Stipendmottakere i 2012

Hver vår deles det ut stipender fra Ulvangfondet for toppidrett og fra Ishavskraftfondet. Motocrosskjører Marie Simensen Pettersen (bildet) fra Alta ble tildelt toppidrettsstipendet fra Ulvangfondet på 30 000 kroner. Ishavskraftfondet som i år var økt til 50 000 kroner, skal medvirke til å øke aktiviteten og oppslutningen om barne- og ungdomsidretten i Nord-Troms og Finnmark. Fondet ble fordelt på fem gode tiltak som fikk 10 000 kroner hver. Disse var: Hammerfest og Kvalsund Golfklubb - Juniorsamling Kirkenes taekwondo klubb - Treningsmatte Nordkapp svømmeklubb - Utstyr svømmeopplæring Alta IF avdeling barn og ungdom - FFU-laget Skjervøy sykkel og skøyteklubb - Ishockeyutstyr Les mer om [Ulvangfondet](#) og [Ishavskraftfondet](#).



Foto: Magne Ek, Altaposten

Bedre økonomi = bedre idrett

Vi gir deg en oppdatering i forhold til regnskapsstyring, regnskapsregler og bokføring i et kurs som er utviklet av Norges Idrettsforbund med tanke på å dyktiggjøre organisasjonens tillitsvalgte.

Regnskapet skal være et styringsverktøy mellom årsmøtene, og skal vise all økonomisk aktivitet i regi av klubben/ laget. Kurset består av tre kursmoduler, som gir deg tipsene om hvordan dere best styrer økonomien:

1) Regnskap og revisjonsbestemmelser. 2) Økonomistyring. 3) Styrets ansvar og bokføring. Hvis dere har deltakere nok i klubben kjører vi kurset hos dere. Det er bare å ta kontakt! Det er for øvrig planlagt kurs i Kirkenes 1. september og i Alta 6. oktober. [Meld på!](#)

Kontaktinformasjon for ditt idrettslag

Vi ber om at dere sjekker navn, adresse, telefon og e-post til idrettslaget/idrettsrådet. Husk - vi vet ikke om du/dere har fått ny e-post eller nytt telefonnummer eller nye tillitsvalgte. Endringer i kontaktinformasjon kan registreres hele året enten i www.sportsadmin.no eller i www.klubbenonline.no.

Følg FIK på Web og Facebook

Finnmark idrettskrets bruker hjemmesiden www.finnmarkik.no aktivt for å spre informasjon til sine medlemmer. Bruk den aktivt du også! På Facebook er det over 2000 som liker oss. Gjør du?



NORGES
IDRETTSFORBUND
Finnmark idrettskrets



Antidopingseminar

Antidoping Norge arrangerer fagkurs for trenere, støtte- og helsepersonell i Tromsø 13. september.

[Info og påmelding](#)

Mosjon er helt greit

Også idrettslagene i Finnmark opplever et stort frafall i idretten blant ungdom i alderen 13-19 år. Stortingsmelding 26 (Den norske idrettsmodellen) sier noe om ungdommens treningsvaner, og peker på at kun 26% av ungdommen trener i idrettslag. Idrettskretsen oppfordrer idrettslagene til i større grad gi et tilbud til ungdom som vil mosjonere. Bare ved å uttale at det er OK å være med på treninger, selv om en ikke har lyst til å være med i konkurranser kan for noen være en bekreftelse på at en kan følge ordinære treninger. Dette er det sannsynligvis enklest å få til i individuelle idretter, derfor oppfordres det til opprettelser av mosjonslag og turneringslag i lagidretter. [Idrettskoler for ungdom](#) er et godt alternativ. En kan søke tilskudd til oppstart og til videreutvikling av idrettsskolen!