

Følg Oppland idrettskrets i sosiale medier!

Vi har nå fått ny hjemmeside! Du blir sendt direkte videre fra den gamle siden, så adressen er som før: www.idrett.no/oppland.

Facebook: <https://www.facebook.com/opplandik>

Twitter: som @opplandidrett,
<https://twitter.com/opplandidrett>

Instagram: @opplandidrettskrets.

Sosiale medier er, sammen med hjemmesiden, vår viktigste nyhetskanal. Lik derfor siden vår på Facebook og følg oss på Twitter, så får du all informasjon og oppdateringer som vi legger ut.

Lokale aktivitetsmidler (LAM) 2015

Endring av tippenøkkelen har også ført til en økt pott til fordeling av Lokale aktivitetsmidler. Idrettsrådene i Oppland får rekordsummen **10 447 193 kroner** til fordeling. Dette er svært gledelig, og økningen i midler vil bedre rammevilkårene for frivillig medlemsbasert arbeid for barn og unge. Idrettsrådene følger departementets retningslinjer for fordeling, men skal også ivareta lokale behov.

Det er ikke mange som har gjort denne fordelingen i Oppland ennå. Fristen for fordeling er satt til **04.12.15**, men det er ingen grunn til å vente! Pengene ligger klare til fordeling!

Les mer om dette her:

[Lokale aktivitetsmidler 2015](#)

Kommune- og fylkestingvalget 2015



Valgdagen nærmer seg! Idrettens viktigste saker ved kommune- og fylkestingsvalget i år er idrettsanlegg, rammevilkår for frivilligheten og mer fysisk aktivitet i skolen. Bruk idrettens valgkupong, og finn ut hva lokalpolitikere vil gjøre for idretten i kommunen.

Den største begrensningen idretten opplever i arbeidet med å kunne nå visjonen om å gi «idrettsglede til alle», er mangelen på steder å drive idrett. Anleggsmangel gjør at idrettstilbudet blir snevrere enn det kunne vært, og færre grupper blir prioritert.

Opplandsidretten har utfordret kommune- og fylkespolitikere på disse sakene, blant annet gjennom avisinnlegg. Under kan du lese noen av innleggene:

- [Kommunen på parti med idretten?](#) Av Berit Brørby, leder i Oppland idrettskrets
- [Idretten ønsker en time fysisk aktivitet for alle skoleelever på alle trinn hver dag](#) av Liv Krokan Murud, nestleder i Oppland idrettskrets
- ["Er du på parti med idretten - for gode lokalsamfunn"?](#) av Tore Stubrud, Organisasjonssjef i Oppland idrettskrets

Her finner du all informasjon om valget for Opplandsidretten:

[Kommune- og fylkestingsvalget 2015](#)



Styrearbeid i praksis på Raufoss



Vestre Toten idrettsråd og Oppland idrettskrets inviterer klubber tilslutta Vestre Toten idrettsråd til kurs i Klubbens styrearbeid i praksis på

Raufoss stadion, mandag 21. september kl. 17.30-21.30. Påmeldingsfrist 18. september.

Kurset er gratis og går over 4 timer.

For invitasjon med påmelding og mer informasjon om kurset se linken under:

[Styrearbeid i praksis på Raufoss](#)

Ønsker klubben din dette kurset, eller andre typer klubb utviklingstiltak? Ta kontakt med idrettsfaglig rådgiver, Roger Aa Djupvik, roger.aa.djupvik@idrettsforbundet.no, eller tlf. 91827841.

Idrettens tekstilinnsamling



Norges idrettsforbund har inngått en samarbeidsavtale med UFF og Right To Play, hvor idrettslag gjennom "Idrettens tekstilinnsamling" blir oppfordret til å bidra til innsamling av klær, sko og andre tekstiler i containere til inntekt for sitt idrettslag, samt bidra til at jenter i utvalgte land i sør får utdannings- og idrettstilbud.

Les mer om ordningen her:

[Idrettens tekstilinnsamling](#)

Kurs i tilrettelegging av fysisk aktivitet



Norges idrettsforbund, Oppland idrettskrets og Gjøvik kommune inviterer til kurs i tilrettelegging av fysisk aktivitet for ALLE. Kurset passer til deg enten du er trener i fotballgruppa, idrettskolen, støttekontakt eller er lærer og ønsker og gi et allsidig og inkluderende tilbud til alle.

Tid: 17. september kl. 18.00 – 21.00

Sted: Bjørnsveen Ungdomsskole, Gjøvik

Påmeldingsfrist 10. september

Se hele invitasjonen her:

[Kurs i tilrettelegging av fysisk aktivitet](#)

Bilder av barn på nett



Mange lurer på hvilke **regler** som gjelder for publisering av bilder av barn på idrettslagenes nettsider og i sosiale medier.

Dersom man ønsker å bruke bilder på sine nettsider skal man ha innhentet et godkjent samtykke fra alle på bildet, og fra deres foresatte dersom barna er under 15 år. Samtykke skal hentes inn før offentliggjøringen. Datatilsynet har laget en veileder "I beste mening" og et forslag til samtykkeerklæring.

Les mer om regler her:

[Bilder av barn på nett](#)

«Tren smart – den unge idrettsutøver»



120 entusiastiske deltakere møtte opp på 360 grader på Gjøvik for å høre på Erlend Slokvik, avdelingsleder i Olympiatoppen innlandet, og Kristian Holm, barnelege ved Sykehuset innlandet Lillehammer.

Seminaret "Tren smart - den unge idrettsutøver" er et samarbeid mellom Olympiatoppen innlandet, Sykehuset innlandet og Oppland idrettskrets. I går var det to foredrag: Kristian Holm tok opp problemstillingen "Infeksjoner og trening, hvordan balansere treningsbelastning og totalbelastning?" og Erlend Slokvik holdt foredraget "For mye, for lite, allsidighet, spesialisering, variasjon, mengde, intensitet – fysisk trening er individuelt, men ikke så vanskelig. Hvorfor er det forskjell på voksenidrett og ungdomsidrett?"

Les mer om seminaret på våre hjemmesider

[«Tren smart – den unge idrettsutøver»](#)

Saksbehandlerseminar på Otta!

Oppland Fylkeskommune arrangerte nylig seminar for kommunale saksbehandlere med ansvar for idrett og friluftsliv i Hedmark og Oppland. Årets seminar ble holdt på Otta, og det var lagt opp til veldig spennende og aktuelle tema. Blant annet stod fremtidens ski- og skiskytteranlegg, nytt fra

spillemiddelbestemmelsene, momskompensasjon, sikkerhet i idrettsanlegg og ikke minst flere suksesshistorier fra Gudbrandsdalen på agendaen! I tillegg til alt dette var det også omvisning hos Pillarguri badmintonklubb og mulighet for både badminton spilling og rafting i Sjoa! Et flott seminar med andre ord!



Even Aleksander Hagen stod for åpningen av seminaret.

Åpning av studenthybler



Olympiaparken studentboliger i Lillehammer er nå offisielt åpnet. De 360 studenthyblene blir i februar omgjort til deltakerlandsby under Ungdoms-OL. Kulturminister Thorhild Widvey stod for «åpningsserven» på sandvolleyballbanen utenfor de nye boligene. Les mer om åpningen:

[En serve og 360 studenthybler nærmere Ungdoms-OL](#)



Fotoprojekt

Fotograf Øystein Nordås fra Lillehammer fotoklubb, har starta på et spennende fotoprojekt der han ønsker å speile aktivitetsmangfoldet i alle idretter i hele Oppland! Vi har inngått et samarbeid med han, der vi kan få bruke litt av bildene han tar til bruk på heimeside, i nyhetsbrev og ikke minst til å dokumentere all aktivitet og frivillighet som blir lagt ned ute i alle idrettslag i Oppland. Fotografen vil sjølv ta kontakt med klubber som han ønsker å besøke, og det er sjølv sagt frivillig om man ønsker å være med på dette.

FUNKISIDRETT



I Oppland har vi en fagkonsulent som jobber opp mot klubber, trener og utøvere som trenger bistand og veiledning i forhold til idrett og funksjonsnedsettelse. Dette kan være synshemmede, bevegelsehemmede, hørselshemmede og utviklingshemmede. Opplandsidretten ønsker å gi ALLE mulighet til å drive fysisk aktivitet. Ved hjelp av fagkonsulenten innen dette området kan muligheten for å lykkes med å få til et aktivitetstilbud for de med en funksjonsnedsettelse være større.

Ta kontakt:

- Hvis du ønsker å begynne med idrett, eller prøve en ny aktivitet

- Hvis ditt idrettslag eller idrettsråd ønsker å sette i gang aktivitet for de med en funksjonsnedsettelse i deres lokallag
- Hvis idrettslaget ønsker å skolere trenere og ledere
- Hvis IR ønsker tips og rådgiving i forhold til samarbeid med kommunen

NIF sin regionale fagkonsulent kan blant annet bistå i forhold til følgende punkt:

- Oversikt over aktivitetstilbud og hvem de er for.
- Følge opp og bistå utøvere som har vært på opphold blant annet på Beitostølen helsesportsenter
- Kompetanse i forhold til å forsterke nye eller eksisterende aktivitetstilbud.
- Legge til rette arenaer for utprøving av idretter og aktivitetshjelpemidler
- Gjennomføre kurs og temakvelder for idrettens trenere, ledere og utøvere i samarbeid med Oppland idrettskrets
- Samarbeid med idretten og kommuneadministrasjonen for å bedre rammebetingelsene for målgruppen

Aktuelle informasjonssider:

- www.idrettsforbundet.no/andre/funksjonshemmede
- Facebook: Idrett for funksjonshemmede eller funksidrett

På disse sidene legges det jevnlig ut nyheter.

Opplandsidrettens fagkonsulent kan kontaktes på følgende:
Hilde Håkenstad
Tlf: 93 03 05 25
Email: hilde.haakenstad@idrettsforbundet.no

IKKE NØL MED Å TA KONTAKT!