

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Opplæringskurs Aktivitetsguiden

April 2022

Gjennom dette kurset skal du



1. Forstå din rolle som aktivitetsguide
2. Idrett i Norge
3. Få en gjennomgang av arbeidsoppgaver
4. Casearbeid
5. Praktisk informasjon

Presentasjonsrunde



- Navn
- Alder
- Jobb eller skole?
- Ditt forhold til idrett (Norge og evt. utland)

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Om Oslo idrettskrets



Oslo Idrettskrets – deres oppdragsgiver

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



- Visjon:
«Sammen skaper vi idrettsglede »
- Verdier:
*kompetent- engasjert -
troverdig - åpen
organisasjon*

Oslo Idrettskrets

Politikk	Anleggsutvikling	Fordeling av tilskudd	Tildeling av treningstid
Bydelssamarbeid	Aktivitetsguiden	Lov og orden	Utvikling av idrettslagene
Inkludering	Paraidrett	Nabolagsklubb	Unge ledere
Klubbutvikling	Folkehelse	Aktiv på dagtid	60 pluss



Hvordan jobber Oslo Idrettskrets med idrett for alle?

- Inkludering i idrettslag – ca. 100 inkluderingstiltak.
- SommerOslo 2022
- Nabolagsklubb
- Paraidrett
- Idrett og utfordring
- **Aktivitetsguide**



OIK sitt arbeid med flyktninger



Foto: Natee127

Planlagte mottak i Oslo

Hero Norge AS	Thon hotel Munch	Oslo	400
Hero Norge AS	Thon hotel Panorama	Oslo	380
Hero Norge AS	Formannsbrakkerigg Økern	Oslo	106
Hero Norge AS	Formannsbrakkerigg Rommen	Oslo	146
Hero Norge AS	Brakkerigg, formannsbrakke, Furuset (Nyland)	Oslo	166
Hero Norge AS	Brakkerigg, formannsbrakke, Alna Park	Oslo	212
Hero Norge AS	Glittre akuttinnkvartering	Nittedal	650
Link AS	Scandic Helsfyr	Oslo	850
MD Solutions AS	Hjemly Tåsen akuttinnkvartering	Oslo	100
Super Stay AS	Tøyen hotell	Oslo	450

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Vårt arbeid

- Etablert samarbeid med kommunen
- Bidra til at frivillige organisasjoner ikke konkurrerer, men samarbeider godt lokalt.
 - Dialog med bydeler og mottakssentre
 - Etablert dialog med Røde Kors og Redd Barna
- Bidra til at idretten blir en trygg inkluderingsarena
 - Ønsker flest mulig barn og unge inn i ordinær idrettsaktivitet.
 - Voksentilbud på dagtid.
 - Benytte sommeren til ekstra tilbud og åpne aktiviteter.
- Sørge for at flyktningene finner idretten – og omvendt
 - Kartlegge flyktningenes behov og interesser.
 - Sørge for at flyktninger finner riktig idrettstilbud, i idrettslag som vil og kan.
- Sørge for at kommunale anlegg er åpne.

To faser

Aktivitet rundt mottakssentre

- Legge til rette for samarbeid mellom idrettslag i nærheten av mottakssentre
- Opprette kontakt med mottakssentre og andre organisasjoner om aktivitet i nærområdet
- IL kan søke midler

Aktiviteter i bydelen

- Skaffe kontaktpersoner i bydelene
- Koble på Aktivitetsguider for å få flyktninger inn i eksisterende aktivitet
- IL kan søke midler



Søknad om midler - Inkludering av flyktninger

I denne ordningen er det mulig å søke midler til å få flyktninger inkludert og integrert inn i idrettslag i Oslo.

Det er mulig å søke om midler til personlig utstyr, felles utstyr og lønn til trenere/følgeperson - avhengig av formen på aktiviteten.

Løpende søknadsfrist, søknadsbehandling og utbetaling frem til sommeren 2022.

Det er mulig for idrettslaget å legge inn flere søknader om aktiviteter som gjelder frem til skolen sommerferie.

Har du spørsmål til søknadsskjemaet, ta kontakt med marit.slupstad@idrettsforbundet.no

* Obligatorisk

Informasjon

Alle felt må besvares.

1. Navn på idrettslaget *

Oslo Idrettskrets

Inkludering av flyktninger

Foto: Fotograf aus Leidenschaft

Informasjon til idrettslag →

Informasjon til
mottakssentra →

Informasjon til bydeler →



Mye info på Oslo Idrettskrets nettside

<https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/oslo/>



Politiattester

- Flyktningene kan være gode ressurser som tolker, trenere, eller utføre andre oppgaver i idrettslaget.
- Det er et krav om politiattest for de som skal drive aktivitet for barn på lik linje med det vi ellers har i idretten.
- Politidirektoratet har informert om at det vil ta 3-4 dager for å få attest for norske borgere om alle papirer er fylt ut på forhånd.

Forsikring

- Barneidrettsforsikringen (til og med det året barnet fyller 12 år) omfatter fra 17.03.22 flyktninger på lik linje med andre barn.
- Ukrainske flyktninger har rett på helsehjelp via offentlige helsetjenester. Det betyr at klubbene ikke tar noen risiko ved å tilby trening/organisert aktivitet i klubbregi for flyktninger.
- Forventer at forsikringsselskapene finner løsning for ungdom.

Status i bydelene

- Fortsatt uoversiktlig i mange bydeler
- Noen har begynt å bosette, noen har ikke kommet i gang
- Bosettingen skjer løpende i løpet av året
- 2000 stk. i først omgang i Oslo- Stor sjanse for flere

Bosetting av flyktninger fordelt på bydelene

Bydel	Fordeling av 2000 flyktninger	Herav enslige mindreårige flyktninger
Gamle Oslo	165	5
Grünerløkka	175	
Sagene	130	6
St.Hanshaugen	120	3
Frogner	200	
Ullern	100	
Vestre Aker	145	
Nordre Aker	152	15
Bjerke	70	5
Grorud	70	6
Stovner	100	
Alna	125	20
Østensjø	145	2
Nordstrand	195	
Søndre Nordstrand	95	5
Bymif (fordeles på bydelene senere)	13	13
Oslo i alt	2000	80

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Idrett i Norge

Hvorfor er idrett viktig?

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



- Ha det gøy sammen med andre
- Få venner
- Mestringsfølelse
- Del av et større sosialt nettverkfelleskap
- Trygt miljø og rammer rundt seg/tilhørighet
- Regelmessig aktivitet i ukedagene
- Fysisk aktivitet gir barna mer energi
 - Mer energi kan igjen føre til bedre konsentrasjon og innsats på skolen
- Større sjanse for å drive med idrett som voksen hvis man har drevet med det som barn.

Barrierer for deltakelse



- Kostnader
- Språk
- Idrettskultur i familie
- Skole
- Kulturforskjeller

abcnyheter

Nyheter

Penger

Helse og livsstil

Motor

Reise

Stemmer

Været

Privatekonomi

Forbruker

Makroøkonomi

Børs og finans

Næringsliv

Stemmer

Fritidsaktiviteter er i ferd med å skape et
klasseskille

24. jan. 2019 18:37 – Oppdatert 24. jan. 2019 18:37

f Del (49)

tweet

Epos



SPORT SPORT

Den ene idretten er over fem ganger dyrere enn den billigste



Foto: ALLE FOTO: KNUT BJERKE

vårtland

Søk i hele verdidebatt.no

Registrer deg

LOGG

Alle debatter

Retningslinjer

RSS

VL.no

PRIMA VERDIDEBATT

Generalsekretær i Nasjonalforeningen for folkehelsen

46

Idretten er fortsatt ikke for alle

Lommeboka er med på å avgjøre barns mulighet til å bli med i idretten. For å bekjempe sosial ulikhet, må vi bokstavelig talt få ungene på banen. Idretten har et stort ansvar for å få til det.

Publisert: 24. mai 2019

Distrikt Mer

14:37:58 Rogaland TV Radio Tips oss!

Tusenvis av barn utestengt fra idretten – blir for dyrt

– Klasseskillet i Norge er økende. Det er også et problem innen idretten, sier generalsekretær i Norges idrettsforbund.

Johan Mjålie Laugaland

Journalist

Torcel Anstensrud Schibevaa

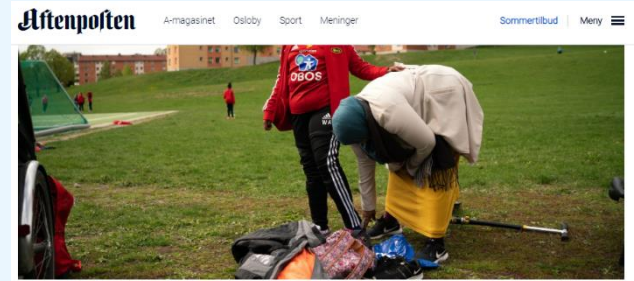
Journalist

Stine R. Rørvik

Journalist

Publisert 21. aug. 2018 kl. 21:20

Forbalkklubber vil hindre at barn ikke får delta i idretten på grunn av høye kostnader.



Kostnadene i Oslo-idretten kalles «urovekkende»: – Jeg har tre barn. Jeg kan ikke betale for tre aktiviteter.

Oslo-idretten har fått mer penger av det offentlige. Likevel er det blitt dyrere å drive med idrett for barn og unge.

Oslo Idrettskrets - "Sammen skaper vi idrettsglede!"

Hvilke kostander har vi idretten?



- Medlemskontingent
- Treningsavgift
- Utstyr
- Reiser
- Cuper
- Serie og konkurranselisenser

Ved betalingsutfordringer

Bydelen

- Tilskudd til fritidsaktiviteter
- NAV

Annet

- Coop- dugnaden
- Zuccarellostiftelsen
- BUA

Dialog med idrettslaget

- Delbetaling?
- Redusert betaling?
- Støtteordninger i klubb?
- Lån av utstyr?
- Noen kostander man ikke trenger å betale?

Frivillighet og dugnad



- Har du jobbet frivillig?
- Hva fikk du ut av å jobbe frivillig?



Norges idrettsforbund ✓

22. september 2017 · 🌐

Frivillig arbeid er den desidert største bidragsyteren til norsk idrett 🏆 Faktisk kan den årlige frivillige innsatsen i idretts-Norge estimeres til 18,5 milliarder kroner 💰 Likevel blir frivillighetsgenerasjonen stadig eldre 🙄🙄

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Norge | Koronaviruset

Dugnadsånden sprer seg i Norge: - Rørende å se hvor mange som vil hjelpe

Lærere hjelper hverandre med digital undervisning. Andre tilbyr å ha eller folk i karantene. Slik er dugnadsånden i koronakrisen.

PUBLISERT:

13. november 2017

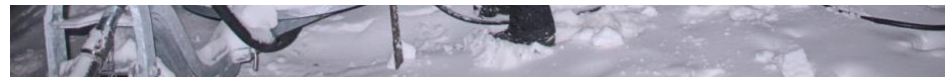
Nær halvparten av foreldre med barn i skolealder har gjort en gratis innsats for et idrettslag siste år.

Nordmenn på verdenstoppen i dugnadsjobbing

Nordmenn er i verdenstoppen i frivillig arbeidsinnsats. Det norske begrepet *dugnad* har lange historiske røtter, og forskere anslår verdien av den årlige satsen til 5 milliarder kroner.

En stor andel nordmenn deltar i frivillig arbeid

63 prosent av befolkningen har gjort frivillig arbeid i løpet av det siste året, viser årets Frivillighetsbarometer.



Dugnadsånden øker i Norge

På Linderudkollen bruker skiforeldre natten til å ferdigstille langrennsanlegg.

MANDAG, 25 JANUAR, 2016 - 10:32

Frivillig arbeid- hva kan man bidra med?



- Tid og innsats
- Deler din kunnskap med andre
- Dine erfaringer, egenskaper og kompetanse
- Gi trygghet til dine barn

Frivillig arbeid- hva får man?



- Språktrening
- Arbeidstrening (særlig om man er med i en komite/verv)
- Venner og lokalmiljø
- Sosial omgangskrets
- Fast møteplass
- Opplæring i et interessefelt
- Kompetanse som senere kan stå på en CV

Pause

NORGES
IDRETTSFORBUND
ts

Opplysninger
til
lønnskontoret





AKTIVITETSGUIDEN

Aktivitetsguide



- Oppstart 2016
 - Målgruppen de nyankomne flyktningene
- Fra 2017 ble målgruppen:
 - 6-19 år
 - Lavinntektsfamilier
 - Minoritetsbakgrunn
- Fra 2020: i hele Oslo
- Hjulpet over 896 barn og unge siden oppstart



Oslo Idrettskrets - "Sammen skaper vi idrettsglede!"

Aktivitetsguiden

- Aktivitetsguiden er et gratis tilbud som hjelper barn og unge mellom 6-19 år og deres familie med å finne veien inn i et idrettstilbud.
- Bindeledd mellom familien, idrettslaget, og ofte bydelens tjenester/skoleverket
- Bryte ned kulturelle,- språklige,- og økonomiske barrierer
- Informasjon om «idrett i Norge»

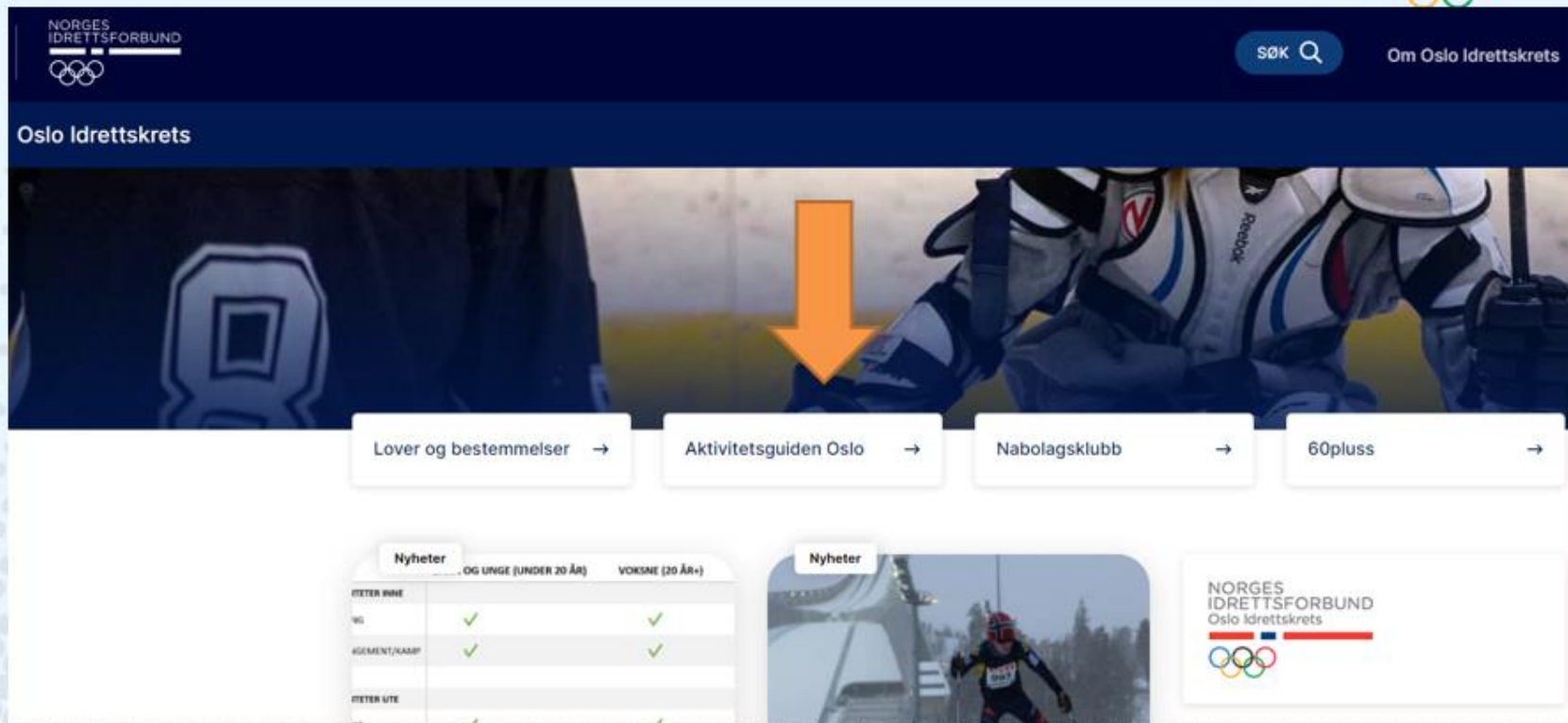
Våre aktivitetsguider

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Oslo Idrettskrets - "Sammen skaper vi idrettsglede!"

Oslo Idrettskrets sin hjemmeside



NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo Idrettskrets

SØK

Om Oslo Idrettskrets

Oslo Idrettskrets

Lover og bestemmelser → Aktivitetsguiden Oslo → Nabolagsklubb → 60pluss →

Nyheter

	OG UNGE (UNDER 20 ÅR)	VOKSNE (20 ÅR+)
FIKTER BUNE		
WG	✓	✓
ÅGEMENT/KAMP	✓	✓
FIKTER LITE		
WG	✓	✓

Nyheter

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo Idrettskrets

Aktivitetsguiden Oslo



Søknadsskjema

- Samtykke fra familien
- Familien skal høre fra oss innen to uker
- Både familien og søker får beskjed hvis det er ventelister
- Ønsker du informasjon? Skriv det i søknadsskjema

Aktivitetsguiden er et gratis tilbud i hele Oslo som hjelper barn og unge mellom 6-19 år og deres familie med å finne veien inn i et idrettslag.

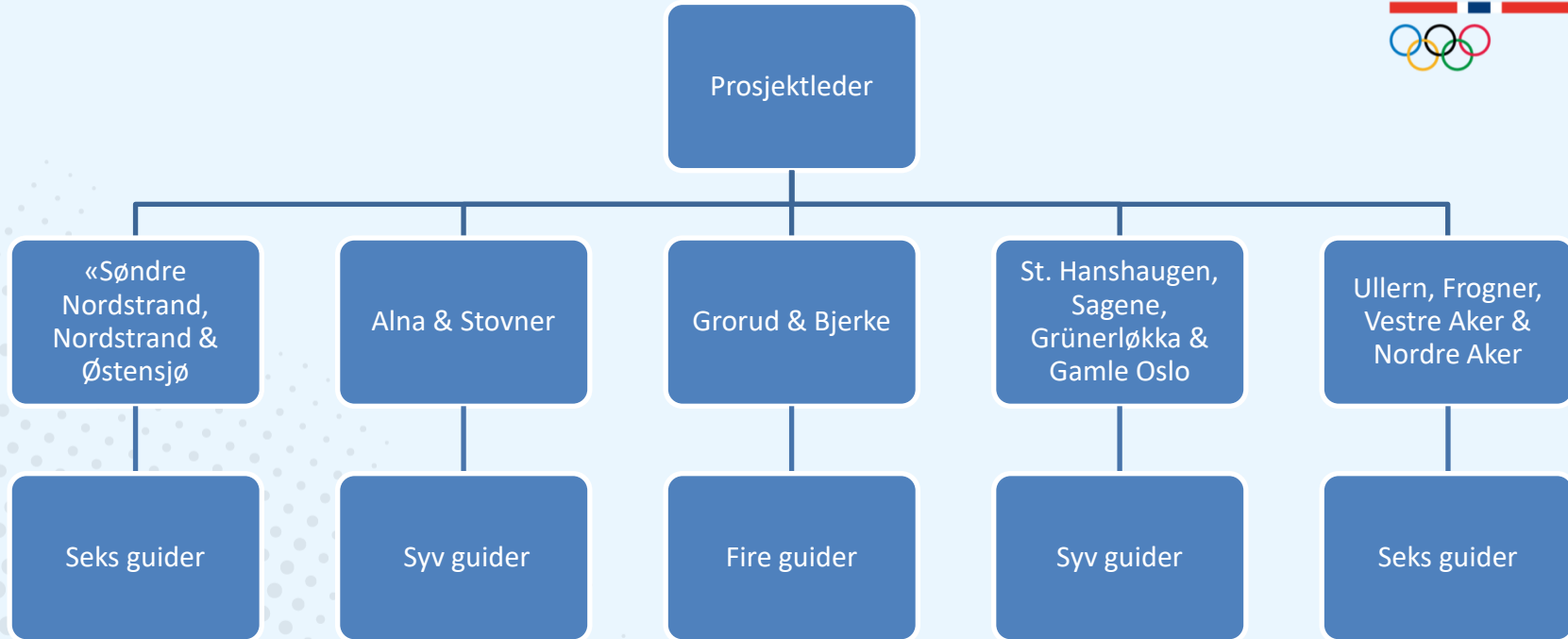
Aktivitetsguiden kan komme hjem til familien og presentere lokale idrettstilbud, forklare hvordan idretten fungerer og svare på spørsmål. Aktivitetsguiden legger til rette for et trygt og godt første møte med idrettslaget og kan også følge til og fra trening i bevegelse. Hvis familien har betallingsutfordringer, hjelper aktivitetsguiden familien.



**Ingvild Vårdal
Bredeesen**

Rådgiver

E-post
936 90 759



Hvordan kan du hjelpe familien?

- Gi informasjon om lokale idrettstilbud
- Svare på spørsmål og gi tips
- Ha dialog med idrettslaget på vegne av familien
- Finne et passende tilbud hvis barnet/ungdommen har en funksjonsnedsettelse
- Bistå med å finne løsninger hvis familien har betalingsutfordringer
- Ved behov kan du følge til og fra trening i starten

Arbeidsoppgaver

Rammer for arbeidet

- 3-4 uker per oppdrag
- Inn i et idrettslag
- Følge 1-3 ganger

Et oppdrag- steg for steg

Får oppdrag av din
koordinator

Innhenter nødvendig
informasjon

Kontakter idrettslaget og
følger opp avtalen med
familien

Avslutter oppdraget
når sjekklisten er
oppnådd

Du kontakter
familien og lager
en avtale

Møter familien som
avtalt

Følger til og fra
trening i starten ved
behov

Fyller inn
rapporteringsskjema

Den første samtalen

- Hvordan skape tillit?

Den første telefonsamtalen

- Presenter deg selv og fortell hva en aktivitetsguide er, hvem du jobber for og hva din oppgave er.
- Oppgi hvem som har søkt på vegne av familien
- Hva trenger familien hjelp til?
- Avklar om dere forstår hver andre
- Fortell om prosessen videre
- Lag en konkret avtale

Den første telefonsamtalen

- Presenter deg selv og fortell hva en aktivitetsguide er, hvem du jobber for og hva din oppgave er.
- Oppgi hvem som har søkt på vegne av familien
- Hva trenger familien hjelp til?
- Avklar om dere forstår hver andre
- Fortell om prosessen videre
- Lag en konkret avtale

Hvis du ikke får kontakt med familien?

- Send en sms og fortell hvem du er og hvorfor du tar kontakt
- Ring igjen om 2-3 dager
 - Send en ny sms

Fortsatt ikke hørt noe?

- Send en siste avsluttende sms

Et oppdrag- steg for steg

Får oppdrag av din
koordinator

Innhenter nødvendig
informasjon

Kontakter idrettslaget og
følger opp avtalen med
familien

Avslutter oppdraget
når sjekklisten er
oppnådd

Du kontakter
familien og lager
en avtale

Møter familien som
avtalt

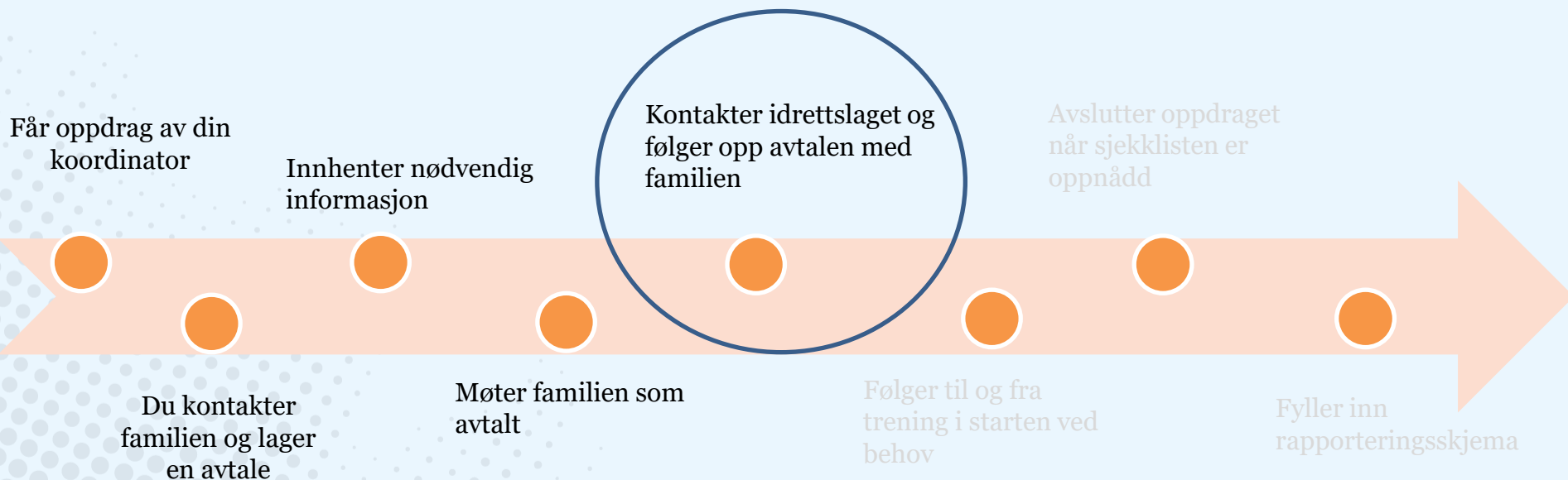
Følger til og fra
trening i starten ved
behov

Fyller inn
rapporteringsskjema

I møte med familien

- Kom forberedt
 - Finne ut av tilbud i området som passer ønsket aktivitet
 - Ha med nødvendig informasjon
 - Ta med Bli med! Brosjyren
 - Oversikt over kostnader og nødvendig utstyr
- Hva vil det si å være medlem av et idrettslag
 - Kostnader
 - Avklarer rundt evt. utstyr
 - Frivillighet og dugnad
- Avtale hva som skjer videre

Et oppdrag- steg for steg

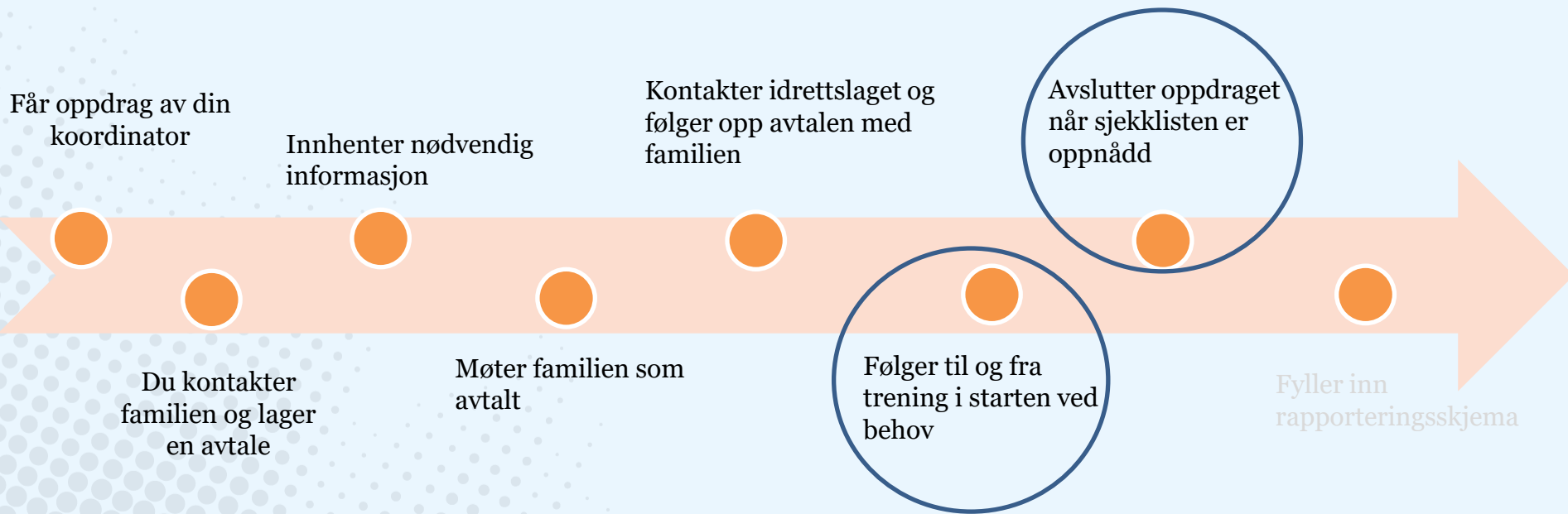


Dialog med idrettslaget



- Teste aktiviteten?
- Avklaringer rundt trening, utstyr og kostander
- Dialog rundt betalingsutfordringer
- Avklare fremtiden
 - kontaktperson

Et oppdrag- steg for steg



Sjekkliste ved avslutning av oppdrag

- ✓ Barnet er innmeldt i idrettslaget og føler seg trygg
- ✓ Familien har den praktiske informasjonen de trenger
- ✓ Foreldrene vet hvem i idrettslaget de skal kontakte ved behov
- ✓ Treningskontingenten er betalt av familien eller det er avtalt en løsning
- ✓ Det er avklart hvordan man løser fremtidige kostander (hvis det er betalingsutfordringer)

Et oppdrag- steg for steg; Rapportering

Får oppdrag av din
koordinator

Innhenter nødvendig
informasjon

Kontakter idrettslaget og
følger opp avtalen med
familien

Avslutter oppdraget
når sjekklisten er
oppnådd

Du kontakter
familien og lager
en avtale

Møter familien som
avtalt

Følger til og fra
trening i starten ved
behov

Fyller inn
rapporteringsskjema



Pause

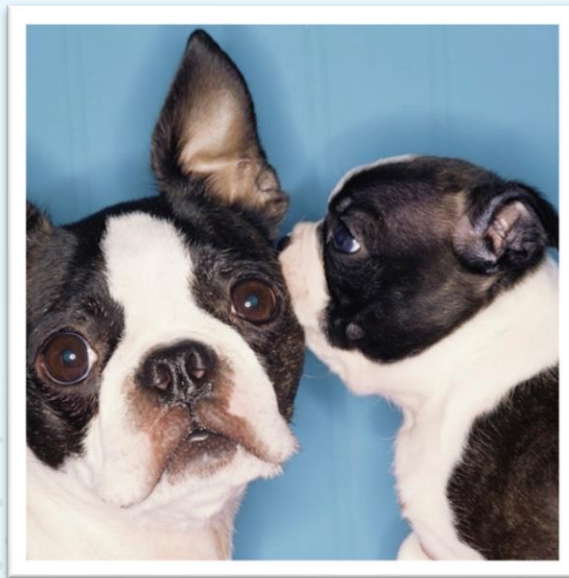
Caser

- 3 ulike problemstillinger
- 3 og 3 i gruppe
- Mors perspektiv og aktivitetsguidens perspektiv – bytt på
- Veiledning i etterkant



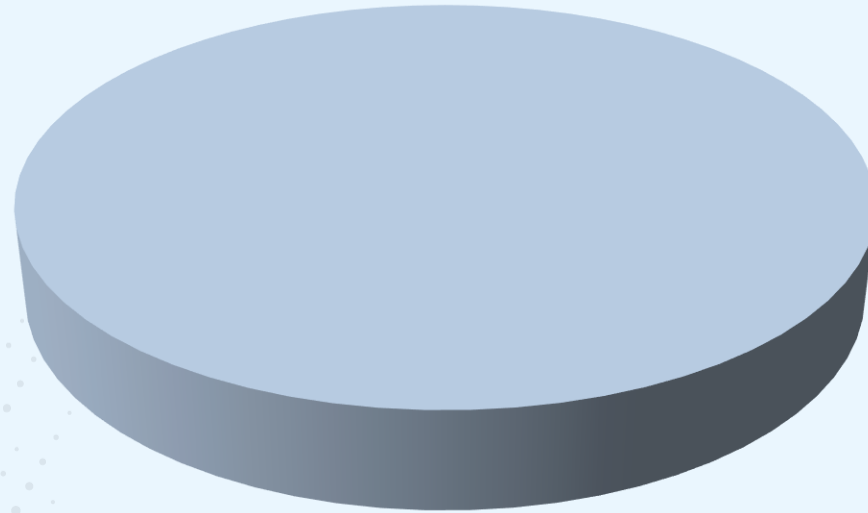
Kommunikasjon

Hva er kommunikasjon?

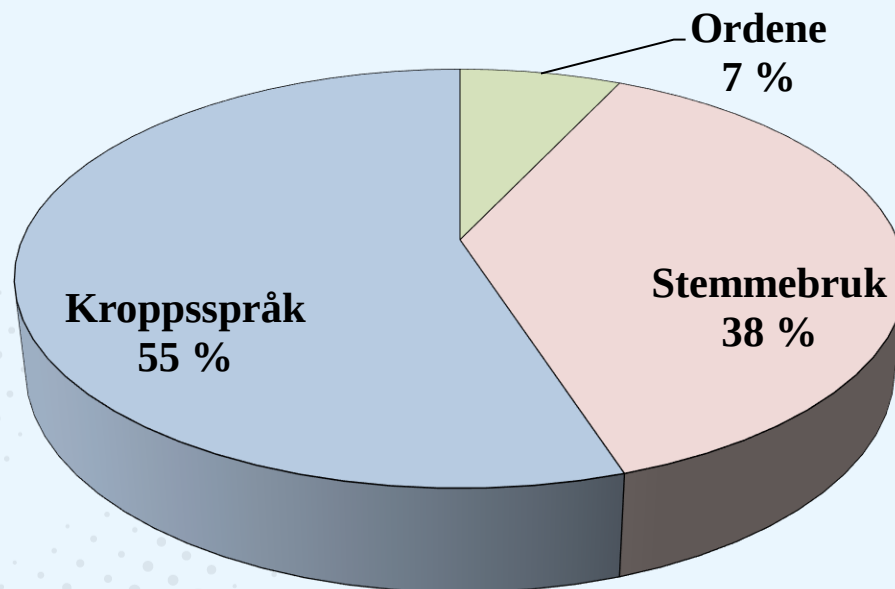


Kommunikasjon - hva oppfattes?

- 1: ordene?
- 2: kroppsspråk?
3. stemmebruk?



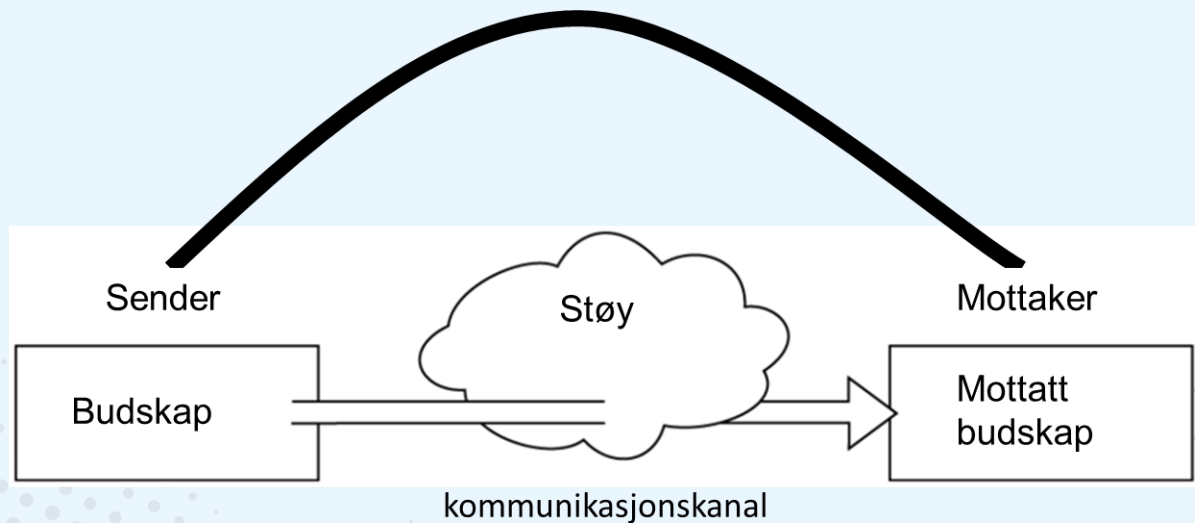
Kommunikasjon - hva oppfattes?



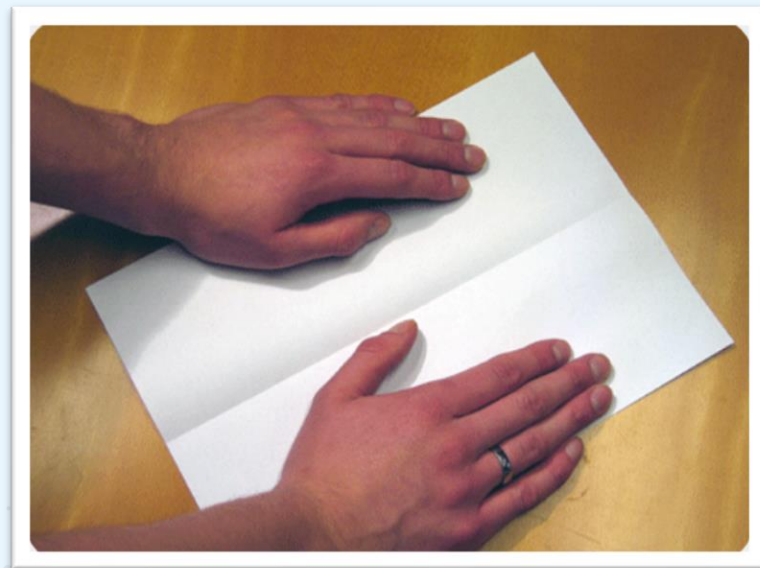
Albert Mehrabian,
- Studie av følelser og holdninger.



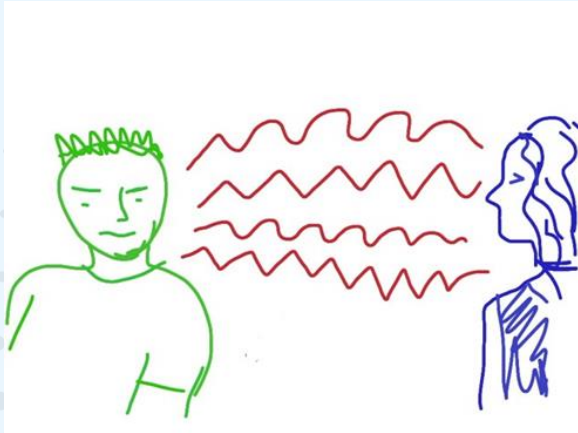
Øvelse – hvordan kommunisere med og uten ord?



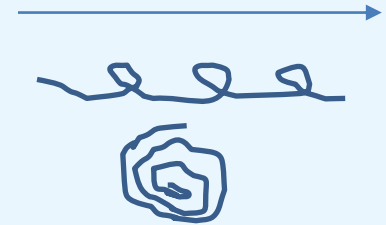
Ark-øvelse:



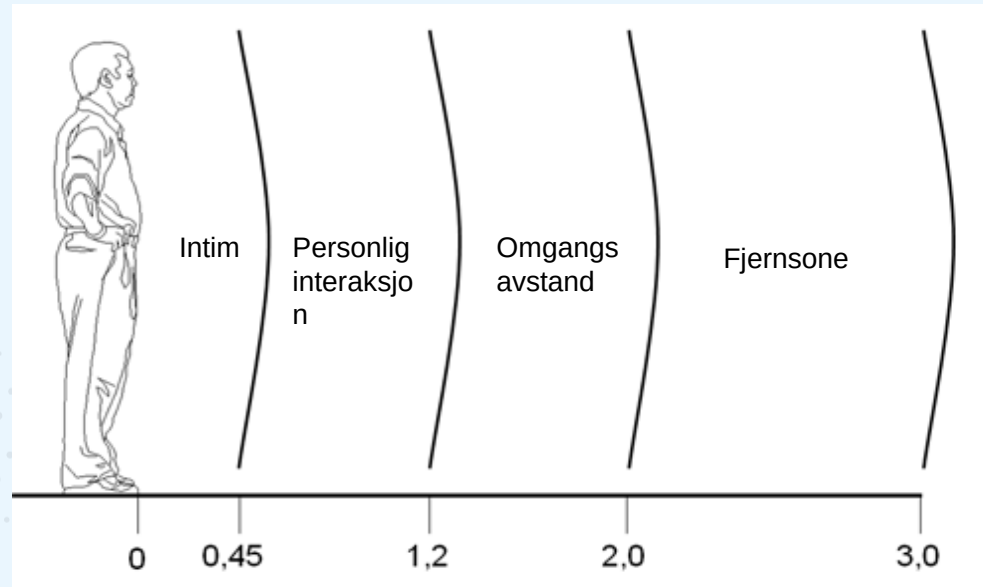
Språklig uttrykksmåte



- Linjærmodell
- Sløyfemodell
- Spiralmodell



Kommunikasjon - plassering





Praktisk informasjon

Internside for Aktivitetsguiden

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Dette er vår internside hvor vi vil dele nyttig informasjon og dokumenter med alle som jobber med Aktivitetsguiden i Oslo. Her kan du holde deg oppdatert og laste ned dokumenter som du har bruk for i ditt arbeid.

Praktisk informasjon om arbeidet og timeføring



Tilskudd- og utstyrsordninger



Aktivitetsoversikt og Nabolagsklubb



Rapportering



Kurs, temakvelder, workshop ol.



Informasjon på flere språk og verktøy



Avtale og lønn



- Oppdragsavtale
 - Oppdragsbasert
 - Ingen faste timer
 - Ikke krav på feriepenger eller sykepenger
- Lønn
 - 200 kr
 - Skatt og skattefritak

Annet



- Språkbruk og bilder
- Taushetsplikt
- Profesjonalitet
- Sensitiv informasjon/GDPR
- Politiattest

Timeføring

- Visma Expense
 - Visma attach
- Frist for timelister den 20. i måneden
- Lønnsutbetaling hver 1. i måneden
- Brukerveiledning og retningslinjer for timeføring på
internsiden

Mappen dere har fått

- Velkommen som ny Aktivitetsguide
- Bli med! Brosjyren på russisk og ukrainsk
- Brosjyren om Aktivitetsguiden på russisk og ukrainsk
- Id-kort
- Oppdragsavtalen
- T-skjorter- skal ikke brukes når dere følger til og fra trening

Hva nå?



- Sette deg inn i informasjonen på internsiden & spesielt «Velkommen som aktivitetsguide 2022»
- Signere oppdragsavtale med taushetserklæring
- Levere politiattest
- Vi tar kontakt med en gang vi har en bosatt familie som vil starte med idrett

Spørsmål?

