

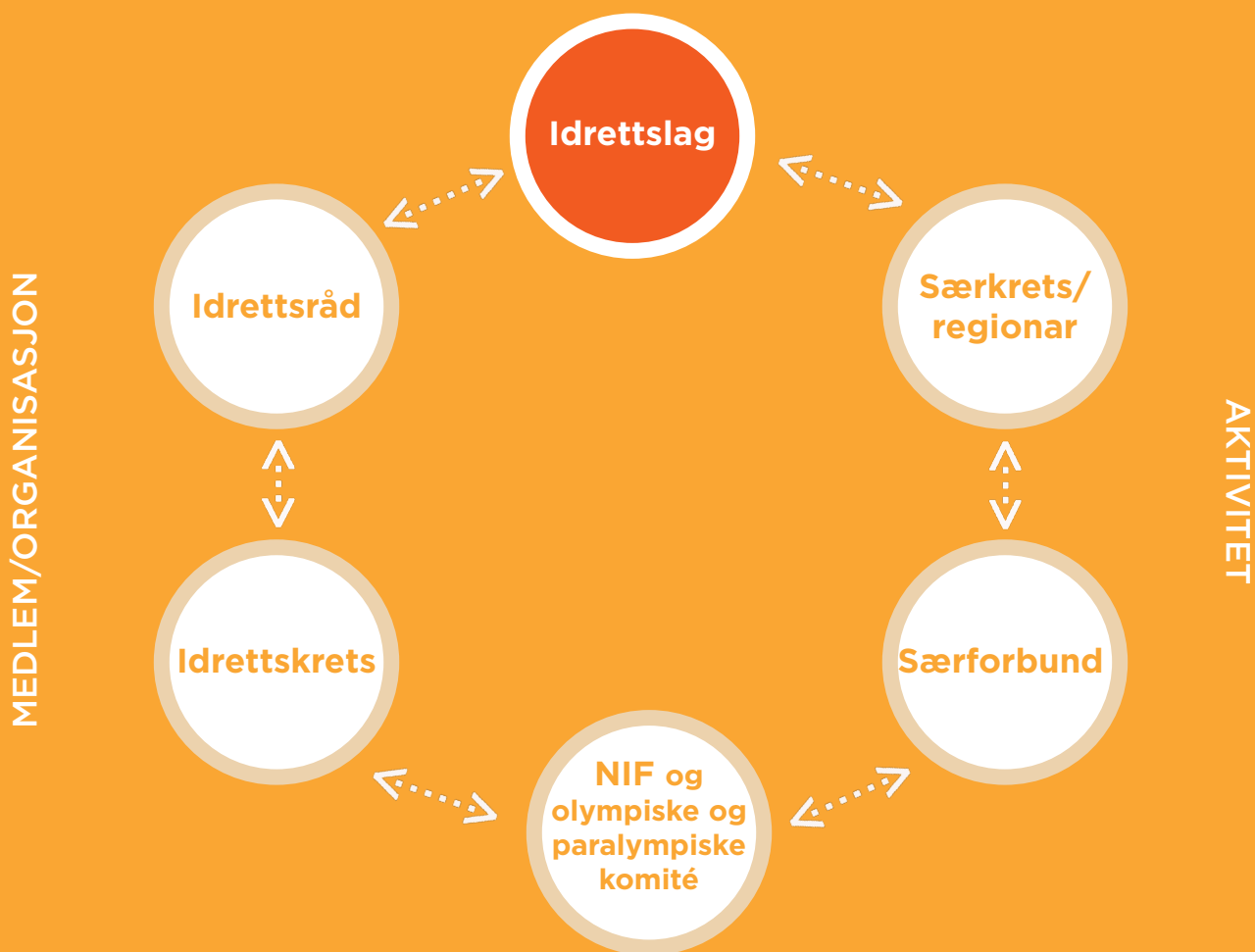


NORGES
IDRETTSFORBUND
Vestland idrettskrets



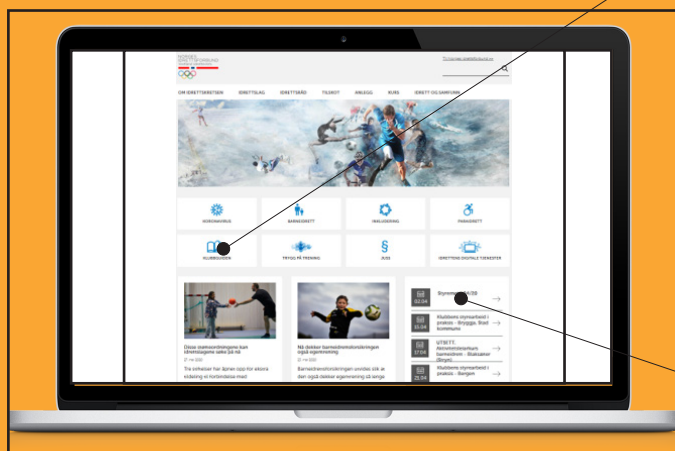
DETTE KAN VI HJELPE DYKK MED
Vestland idrettskrets sine tilbud

KVAR ER IDRETTSLAGET I NIF SIN ORGANISASJON?



BRUK NETTSIDENE TIL IDRETTSKRETSEN

www.idrettsforbundet.no/vestland



1. Klubbguiden er eit hjelpeverktøy for idrettslaget. Her finn du alt om retningslinjer, økonomi, klubbhandbok, politiattest og lover/reglar.
2. Kurs er ei oversikt over alle kursa våre. Her kan idrettslaga bestille kurs «heim» til seg eller delta på opne kurs.
3. I menyen øvst på sida finn du emneknappar for idrettslag, idrettsråd, tilskot og kurs m.m.
4. Dei seks første kursa/arrangementa fram i tid viser på framsida vår. Ønskjer du å sjå alle kursa/aktivitetane som ligg inne, må du klikke på «Vis hele kalenderen».

“BETRE KLUBB”

Idrettslaga blir oppfordra til å gå gjennom Betre klubb-verktøyet ein gong i året, til dømes på første styremøte etter årsmøte. Styreleiar loggar seg inn på www.bedreklubb.no og svarar på sju spørsmål som lista opp under. Paragrafane viser til lovnorm for idrettslag.

1. **Årsmøtet må gjennomførast innan 31. mars**

Alle idrettslag må ha gjennomført årsmøte innan utgangen av mars månad. NIF har laga ei hugseliste med ferdige malar som sikrar at idrettslaget oppfyller dei krava som blir stilt for medlemskap i NIF, § 14. Sjå www.klubbguiden.no for malane.

2. **Ny lovnorm i 2020**

Ny lovnorm for idrettslag tredde i kraft 01.01.2020. Det er fleire endringar. Alle idrettslag må ta i bruk ny lovnorm. Sjå § 24.

3. **Idrettslag skal bruke eitt av dei godkjente elektroniske medlemssystema**

Idrettsstyret i Norges idrettsforbund vedtok å etablere eitt felles medlemssystem for norsk idrett, gjeldande frå 31. desember 2019, for å sikre eigarskap, kvalitet og kontroll over eigne medlemsdata. Idrettslag må anten velje NIF sitt medlemssystem KlubbAdmin eller eit frå ein godkjent integrasjonspartner. § 3 (8)

4. **Idrettslaget skal ha rutinar som sikrar at idretten sine rekneskapsvedtekter blir etterlevd**

I ny lovnorm står det bl.a. at årsmøtet skal velje kontrollutval (tidlegare revisor) § 16 punkt 14 b. Sjå også § 11, 12 og kontrollutvalets oppgåver § 21.

5. **Idrettslaget sitt årsmøte må velje det talet på tillitsverv som følgjer av idrettslaget si lov**

Årsmøtet må til styret velje minst eitt medlem og eitt varamedlem i tillegg til leiar og nestleiar. Vidare må dei velje kontrollutval med minst to medlemmar og eitt varamedlem, samt valkomité med leiar, to medlemmar og eitt varamedlem. Andre val i samsvar med organisasjonsplan. § 16 punkt 14 a, b, d og e.

6. **Nemne opp ein ansvarleg for politiattest**

Dersom idrettslaget organiserer aktivitet for mindreårige eller mennesker med utviklingshemning skal styret nemne opp ein politiattestansvarleg og personleg vara. Dei er ansvarleg for innhenting og oppfølging av politiattest. §20 (2) d. Dette skal gjerast gjennom eit styrevedtak, slik at det til ei kvar tid kan dokumenterast kven som har og har hatt dette ansvaret.

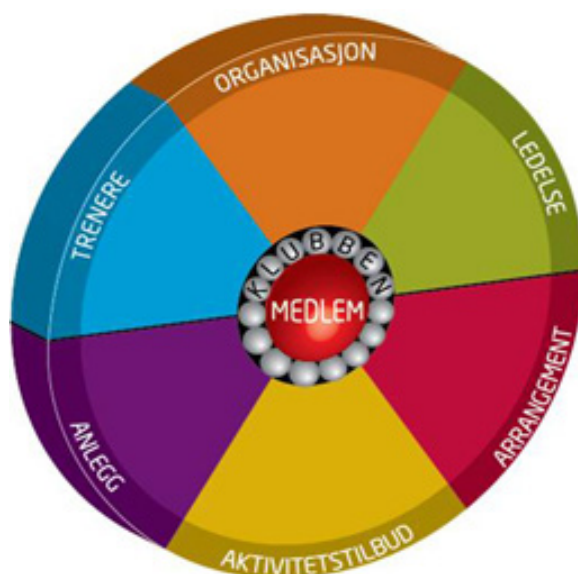
7. **Nemne opp ein ansvarleg for barneidretten**

I alle idrettslag som organiserer aktivitet for barn, skal styret nemne opp ein barneidrettsansvarleg (§ 20). Oppgåvene er til dømes å sikre gode rutinar for oppfølging av barneidretten, og sørge for at så mange som mogleg er klar over kva dette tyder i den daglege aktiviteten. Personen som får ansvar for barneidretten skal tale barna si sak og setje barna sitt beste i sentrum. Blant anna handlar dette om å vurdere og diskutere om tilbodet idrettslaget gir er i tråd med «Idretten sine barnerettar og bestemmingar».

KLUBBUTVIKLING

Alt som blir gjort for at idrettslaget utviklar seg frå dagens situasjon til ein ønska og betre framtidig situasjon er klubb utvikling. Idrettskretsen tilbyr ulike tiltak for idrettslaga. Idrettslag er veldig ulike – nokon har berre behov for eit klubbbesøk eller eit kurs, medan andre vil gjennomføre alle fire punkta.

1. «Betre klubb» del 1 er ein nettbasert sjekk for klubben på viktige område (sjå over). Gjerast enkelt på ca. 10-15 min for hovudstyret i fellesskap, evt. styreleiar.
2. «Klubbbesøk» - korleis står det til i klubben? 30-45 minutt på eitt av klubben sine styremøte. Lytte til ønskjer og behov og på bakgrunn av dette anbefale eventuelle kurs eller klubb utviklingstiltak.
3. «Klubbens styrearbeid i praksis» - kurslærer kjem til ditt idrettslag. Sjå neste side.
4. «Verksemdsplan» - rettleiar kjem til idrettslaget.
Kvifor eksisterer klubben? Kva er målet? Kven skal de vere til for og korleis? Har klubben ein visjon? Verdier? Veit styret og trenarane kva som blir forventa av dei? Utarbeiding av ei klubbhandbok kan vere ein del av denne prosessen. Tidsbruk er avhengig av kor omfattande idrettslaget ønskjer at planen skal vere.



Klubbguiden

På nettstaden www.klubbguiden.no finn de ulike malar, verktøy og hjelpemidlar ein kan nytte i utvikling av klubben, mellom anna malar for innkalling, sakliste og protokoll til årsmøte, informasjon om politiattest, forsikringsordningar og tilskot.

Betre økonomisk oversikt

For å gjere det enklare for klubbar å halde orden på rekneskap og økonomi er det utarbeidd ei rekkje verktøy og hjelpemidlar. [Sjekk klubbøkonomisidene på Klubbguiden på nettsida](#). Vestland idrettskrets tilbyr rekneskapstenester til klubbar, idrettsråd og særkretsar/regionar til sjølvkost og langt rimelegare enn dei fleste rekneskapsbyrå.

Rapportering av opplysningar innan 30. april

Rapportering av medlemsopplysningar og søknad om momskompensasjon innan 30. april. Fristen er sett for å sikre at registrering av opplysningar i idretten sin database samsvarar med val av nytt styre m. m. på årsmøta, samt å redusere talet på fristar for klubbane. Logg inn på ka.nif.no.

ORGANISASJONSKURS

Tid:	Kursa er frå 2 – 4 timar
Stad:	Etter behov. Anten opne kurs eller internt i klubben. Sjå nettsida vår for oversikt
Pris:	Gratis

Slik kjem styret best i gang etter årsmøtet

God aktivitet i eit idrettslag krev god organisering. I kurset «Klubbens styrearbeid i praksis» får styret hjelp til å strukturere og effektivisere styrearbeidet. Kva er styret sitt ansvar og arbeidsområde? Kva inneber det å vere tillitsvalt i ein klubb? Vi tilrår å gjennomføre kurset etter årsmøtet, slik at nye og gamle tillitsvalde får eit felles utgangspunkt og kjem best mogleg i gang.

Slik får de orden på medlemsregisteret i klubben

KlubbAdmin er idretten sitt felles medlemsregister. Vi kan hjelpe deg som er medlemsansvarleg/kasserar i klubben slik at du kan handtere medlemsregisteret best mogleg og fakturere medlemskontingent, treningsavgift, innbetalingar for klubbklede o.a. Med rett oppsett blir jobben enkel og oversiktleg.

Slik får de god økonomistyring i klubben

Leiar og kasserar i idrettslaget er sentrale i å halde orden på klubben sin økonomi. Dette er enkelt når du veit kva som krevst. Kurset «Økonomistyring og rekneskap» vil auke kompetansen på rekneskaps- og revisjonsvedtektene, rekneskapsrutinar, budsjett, meirverdiavgift, innsikt i aktuelle lover og vedtekter. Kurset passar også for styret og kontrollutvalet.

Slik får de mest ut av idrettsanlegget

Anlegg gir auka aktivitet. Har de planar om bygging eller rehabilitering av idrettsanlegg, nærmiljøanlegg eller friluftslivsanlegg er det mykje pengar å hente gjennom statlege spelemidlar. I dette kurset vil det blant anna bli ein gjennomgang av søknadsordninga, finansieringsmoglegheiter, momskompensasjon og tips til utfylling av søknad samt tips til andre stader å søkje hjelp.



Fordi barna fortener det!

I norsk idrett har vi som mål at alle barn skal bli møtt av ein kvalifisert trenar fordi det første møtet med idretten også legg grunnlaget for livslang aktivitetsglede. I barneidretten er det viktigare å vite korleis ein trenar barn, enn å ha ekspertkunnskap innanfor éin idrett.

Barneidrett er idrettsaktivitet for barn til og med året dei fyller 12 år.



”Visste du at idretten har egne rettår og bestemmingar for barn”?

Idretten sine barnerettår set barna sine behov i sentrum, og uttrykker dei verdiane som skal ligge til grunn for barneidretten i Norge. Rettane vart første gong vedtatt på Idrettstinget i 2007, og baserer seg på FN sin barnekonvensjon. Rettane vart sist revidert på Idrettstinget i 2019. Bestemmingane regulerer konkurransetilbodet til og med det året barna fyller 12 år.

Allidrett for barn

Eit variert aktivitetstilbod der barn får prøve fleire ulike idrettår i fleire ulike miljø, til dømes i sal, i skogen, på løkka, på snø, is eller i vatn. Det blir lagt vekt på å utvikle god grunnmotorikk gjennom leik og aktivitetår som er tilpassa barna sit utviklingsnivå. Allidrett kan organiserast av eit fleiridrettslag, eit særvidrettslag eller gjennom eit samarbeid mellom fleire idrettslag.

Støtte til allidrett

NIF ønskjer å stimulere til at fleire idrettslag startar opp eller vidareutviklar allidrett for barn. Alle idrettslag tilslutta NIF kan søkje om oppstarts- og utviklingsstøtte til dette. For å bli godkjent som allidrett og kunne få tildelt støtte må til dømes barna får prøve seg på minst tre idrettår/aktivitetår i løpet av året og ha ein aktivitetsplan på 20 veker eller meir.

Les alt om støtteordninga på [idrettsforbundet si nettside om barneidrett](https://idrettsforbundet.no/nettside-om-barneidrett)



Slik vert du barna sin beste trenar!

Vi har kurs for deg som vil bli barna sin beste trenar. Få barna til å oppleve glede, tryggleik og meistring medan dei leikar seg inn i idretten. Morosame kurs med både teori og praksis.

Kurstilbod

Aktivitetsleiarkurs barneidrett

Kurset går på tvers av idrettane og gir deg dei grunnkunnskapane du treng for å ta på deg eit trenaransvar for barna. I tillegg får du konkrete praktiske tips og øving i å legge til rette for aktivitetar og bygge opp ei trening slik at barna opplever meistring og allereie gler seg til neste økt.

Aktivitetsleiarkurset vert gjennomført anten internt i idrettslaget, eller som ope kurs ulike stadar i fylket. Følg med på kurskalenderen vår, eller ta direkte kontakt for å bestille kurs.

Engasjert i barneidrett i idrettslaget?

Temakveld om barneidrett

Vite meir om og utveksle erfaringar innanfor tema som allidrett, idretten sine barnerettar, bestemningar, og verdigrunnlaget? Oppgåvene og rolla til den barneidrettsansvarlege? Vi gjennomfører temakveldar internt i idrettslaget eller for fleire idrettslag samla anten med fysisk oppmøte eller digitalt.

Barneidrettsansvarleg i idrettslaget

Er du ny i rolla? Ønsker du å vite meir om oppgåvene dine og få fagleg påfyll? Ta kontakt med idrettskretsen om du treng råd og rettleiing. Sjå utfyllande informasjon på [idrettsforbundet si nettside om barneidrett](#).

Følg med på tilbod om kurskveldar for barneidrettsansvarlege i idrettslaga.



Ungdom kan, vil og får til!

Idrettslaget skal ha ein tydeleg profil på kva tilbod dei har til medlemmane sine, også ungdom 13-19 år. Idretten ønskjer å halde på så mange som mogleg, så lenge som mogleg og skape livslang idrettsglede. Idrettslaget bør strekkje seg etter å ha eit fleksibelt og variert tilbod i tråd med ungdom sine ønskjer og behov! Ungdom kan aktivt rekrutterast til ulike verv i idrettslaget (trenar, leiar, dommar, styremedlem eller frivillig som utfører andre oppgåver i idrettslaget), samt få tilbod om kurs og kompetanseheving.

Leiarkurs for ungdom (15-19 år)

Har du fått eit verv i idrettslaget ditt? Eller kunne du tenkje deg eit verv? Kurset skal gi deltakarane innblikk i og forståing for ulike delar av klubbarbeidet. Kunnskapen og verktøya som ungdommane lærer, skal gi relevant kompetanse for å kunne delta aktivt der avgjerdene blir tatt. Samtidig vil dei få lære meir om kommunikasjon og leiing, med mål om å utvikle seg som leiarar. Leiarkurs for ungdom kan vere starten på ei karriere som idrettsleiar.

Temakveld ungdomsidrett

Ønskjer du å ta opp, diskutere og utvikle ungdomsidretten i ditt idrettslag? Ta opp utfordringane ved å gjennomføre ein temakveld om ungdomsidrett. Målet med temakvelden er å gjere idrettslaget meir medvitne på tilbodet dei har for ungdom i alderen 13-19 år, samt å diskutere moglege tiltak og handlingar idrettslaget kan iverksette for å utvikle tilbodet.

Ungdomsutval

Vestland idrettskrets har eit ungdomsutval som består av medlemmar frå ulike stader og ulike sær-idrettar i Vestland i alderen 15-26 år. Ungdomsutvalet skal blant anna hjelpe styret i Vestland idrettskrets i arbeidet med å utvikla ungdomsidretten i fylket. Dei kjem på besøk i klubbar for å sette ungdomsidrett på agendaen.

Allidrett for ungdom

Alle idrettslag som er medlem av NIF kan søkje om midlar til å sette i gang eller utvikle eit variert lågterskeltilbod med minst to idrettar for ungdom – Allidrett for ungdom. Klubben kan sjølv legge innhald og namn på tilbodet.

Retningslinjer for ungdomsidrett

Ungdom har rett til eit trygt, variert og inkluderande idretts- og konkurransetilbod. Ungdom skal sjølve bestemme på kva nivå og i kva omfang dei ønsker å drive idrett.

- Utdanninga i norsk idrett skal leggst til rette slik at ungdom kan delta. Ungdom har rett til å delta på alle utdanningstilbod ut frå sine kvalifikasjonar.
- Ungdom skal aktivt rekrutterast til leiarverv i idrettslaget. Idrettslaget skal ha ein tydeleg profil på kva tilbod dei skal gi medlemmane sine, i dette tilfelle ungdom.
- På [idrettsforbundet si nettside](#) kan du lese meir om retningslinjer for ungdomsidrett.



PARAIDRETT

Vi vil skape «Idrettsglede for alle!»

I idretten skal vi skape eit idrettstilbod som inkluderer og er tilrettelagt for alle. Vi skal ha eit breitt aktivitets- og konkurransetilbod for parautøvarar og auke talet på konkurransar for parautøvarar som er integrert i konkurransar for funksjonsfriske.

Vi ønskjer å legge til rette for at barn, unge og vaksne med funksjonsnedsettingar skal få høve til å delta og utvikle seg i sitt nærmiljø gjennom å:

- Stimulere og støtte idrettslaga i tilrettelegging for paraidrett, og rekruttering av utøvarar
- Bidra til å skape gode rekrutterings- og møtearenaer både for breidde- og toppidrett i samarbeid med idrettslag, særforbund og Olympiatoppen Vest
- Auke forståinga for og styrke samarbeid med kommunane for å oppnå gode rammevilkår for både klubbar og utøvarar

Vi kan hjelpe med:

- Råd og rettleiing, erfaringsutveksling
- Informasjon om tilbod og arrangement ut til målgruppa
- Kurs i tilrettelegging av idrettsaktivitet for barn, unge og vaksne med funksjonsnedsettingar
- Paraidrettsdagar
- Kvar ein kan søke økonomisk støtte

[På vår nettside kan du lese meir om Paraidrett](#)



INKLUDERING

Idretten jobbar aktivt for å hindre utanforskap i organisert idrettsaktivitet. Vi ønskjer at alle som vil skal kunne delta i idrettsaktivitetar uavhengig av t.d. kjønn, alder, erfaring, etnisitet, kultur eller seksuell orientering. Vi vil auke deltakinga frå barn, unge og vaksne med fleirkulturell bakgrunn, både som aktive deltakarar og som frivillige. Vi jobbar for å styrke idrettslaga i deira inkluderingsarbeid, og å setje søkelyset på aktuelle problemstillingar og utfordringar som er mest aktuelle i deira område. Idrettskretsen kan hjelpe til med å vidareformidle erfaring frå idrettslaga og informere om ulike støt-teordningar.

Vi kan hjelpe med:

- Råd og rettleiing, erfaringsutveksling
- Informasjon om aktuelle stønadsordningar
- Aktivitetstimar og anna feltarbeid
- Materiell

Bli med på ein INKLUDERINGSIDRETTSKVELD

Vi kan kome til idrettslaget og jobbe saman med dykk om korleis idrettslaget skal bli gode på inkludering i praksis



ANDRE KURS

Blir sett opp på førespurnad og etter behov

Trygg på trening - slik skapar du eit trygt idrettslag

For å gjere idretten endå tryggare for alle barn og unge tilbyr idrettskretsen Trygg på trening-kurs. Vi ønskjer å skape ein tryggare arena gjennom at trenarar og frivillige får auka kunnskap og handlingskompetanse om seksuelle overgrep mot barn og unge. Vi tilbyr foredrag, samt oppfølging og rettleiing i korleis ein kan lage etiske retningslinjer og beredskapsplan. Trygge vaksne gir trygge barn. Kurstid: Frå 2-4 timar.

Slik får alle delta i idrettslaget

Vår visjon er «Idrettsglede for alle». I dag forsvinn mange barn og unge frå idretten på grunn av familien sin økonomi. Saman kan vi jobbe for å finne gode løysingar som sikrar barn og unge si deltaking i idrett. Verktøyet ALLE MED kan hjelpe idrettslaget å gjere det lettare for alle å delta, uavhengig av familien sin økonomi. Sjå www.allemed.no
Kurstid: 30-60 minuttar

Slik vinn du konkurransen om sponsorpengane

Korleis skaffe klubben større inntekter i ein krevjande sponsormarknad? Korleis ta vare på sponsora-
ne? Det er ein del feller du kan gå i når du skal på sponsorjakt. Med rett kompetanse og framgangsmåte kan du sikre klubbøkonomien. Stikkord: Merkevarerbygging, den viktige førstekontakten, sponsorstruktur, kommunikasjonsmetodikk, møte og oppfølging.
Kurstid: 2 timar

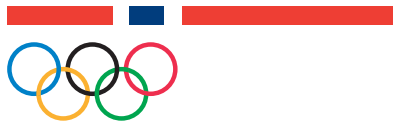
Ta kontakt dersom du/de har behov for andre kurs/temakveldar

Vi skreddarsyr etter behov og vidareformidlar dersom vi sjølv ikkje kan hjelpe dykk. Dette kan til dømes vere andre fellesidrettslege tema som ernæring, førebygging av skadar og mental trening. Då er Olympiatoppen Vest vår samarbeidspart.

E-læring

Vil du ta ei enkel innføring i styrearbeid i idrettslaget? Sjå oversikta over tilgjengelege e-læringar i Idrettsforbundet på ekurs.nif.no (krev innlogging med Min Idrett).

- [Innføring i styrearbeid i idrettslaget](#)
- [Idretten som arbeidsgjevar](#)
- Trenarløypa – til dømes [«Barneidrettens verdigrunnlag»](#) og [«Paraidrett»](#)



KONTAKT OSS - VI ER TIL FOR DYKK!

Vestland idrettskrets har to kontor:

Idrettens Hus, Bergen

Besøksadresse Bergen: Kniksens plass 3,
Brann stadion, 5036 Bergen

Idrettens Hus, Førde

Besøksadresse: Firdavegen 6,
Concordbygget (3. etg), 6800 Førde

Felles telefon: 55595800

Felles e-post: vestland@idrettsforbundet.no

Heimeside: idrettsforbundet.no/idrettskrets/vestland

Facebook: facebook.com/VestlandIdrettskrets

Idrettsglede for alle!

Betre idrettslag

Livslang idrett

Fleire og bedre anlegg

Ærleg

Leiken

Felles

Ambisiøs