



Rustad Idrettslag

Stiftet 8.11. 1967

Postboks 11, Bogerud
0621 Oslo

Årsberetning Rustad IL 2022



Fremlagt på lagets årsmøte 9. mars 2023

Årsberetning 2022 fra Hovedstyret

Hovedstyret:

Styret har i perioden 25.03.2022 – 08.03.2023 bestått av:

Leder:	Barbro Tomter Dahlen
Nestleder:	Jarle Birkeli
Styremedlem:	Vidar Larsen
Varamedlem:	Camilla Berg Hansen

Valgkomite:

Valgkomite:	Jan Henrik Karlsen (leder) Terje Fimreite Pål Nordseth (varamedlem)
-------------	---

Arbeidsutvalget:

På lagets arbeidsutvalgsmøter har i tillegg til hovedstyret også representanter fra idrettsgruppene vært til stede.

Allidrett:	Ingun Legard, Camilla Berg Hansen
Paraidrett:	Vidar Larsen
Karate:	Andrea Iacovone
Langrenn:	Barbro Tomter Dahlen

Komiteer og annen administrasjon:

Kontrollutvalg:	Hanne Marie Breivik (leder) Stian Mæland Mads Blomfeldt (vara)
Hedersmerkekomite:	Arild Andhøy Jarle Birkeli Barbro Tomter Dahlen
Økonomiansvarlig:	Gøril Kjerstad
Regnskapsbyrå:	Finanstorget AS ved Eirik Rønningen / Ulf Ower
Revisor:	Vekst Revisjon AS ved Unni Øverbø
Medlemsregisteret:	Anders Dahlen og Barbro Tomter Dahlen
Hjemmeside:	Anders Dahlen
Barneidrettsansvarlig:	Barbro Tomter Dahlen
Politiattester:	Barbro Tomter Dahlen og Jarle Birkeli

Styrets arbeid

Styremøter

Det er avholdt 4 hovedstyremøter hvorav tre av de på Teams. 34 saker er behandlet.

Spesielle oppgaver

- Informasjon fra alle gruppene
- Medlems- og treningskontingenter
- Avslutte privat konto i paraidrettsgruppa
- Omorganisering av idrettslaget
- Styrearbeidet i praksis
- Pride
- Idrettshall
- Samordnet rapport
- Nabolagsklubb – rapport, plan for bruk av midler, info og diskusjoner
- Allidrettens fond
- Skullerud idrettsanlegg – nytt arenabygg
- Fordeling av midler fra Oslo idrettskrets
- Mva kompensasjon
- Fordeling av kommunale midler / Aktivitetsmidler
- Fordeling av grasrotandelen
- Fordeling av bingopenger
- Søknader på krisepakker - Korona
- Politiattester
- Fullmaktsmatrise
- Fordeling av treningstider på Rustad- og Skullerud skole
- Årsmøte og medlemsmøte
- Regnskap
- Budsjett
- Valg
- Hedersmerker – æresmedlemmer
- Kurs i Oslo idrettskrets
- Klubbadmin /Sportsadmin
- Forberedelser til møter med idrettskretsen
- Søknader til idrettskretsen
- Lagring av data
- Informasjon fra Oslo idrettskrets
- Klubbdrift
- Sammenslåing av alle regnskap
- Drift av Skullerud idrettsanlegg

Representasjon:

- 4 møter Idrettens samarbeidsutvalg (ISU) bydel Østensjø. Barbro T. Dahlen, Jarle Birkeli (vararep.)
- 3 møter med Oslo idrettskrets vedr Nabolagsklubb – Vidar Larsen, Jarle Birkeli, Barbro T. Dahlen
- 1 møte med Oslo idrettskrets, diverse - Barbro T. Dahlen
- 1 møte for styreledere i Oslo Idrettskrets - Barbro T. Dahlen
- Infomøter med Oslo Idrettskrets på Teams - Barbro Tomter Dahlen
- Oslo Idrettskrets ting - Barbro T. Dahlen
- 12 møter Valgkomite Oslo Idrettskrets - Barbro T. Dahlen
- Ungdomsseminar Oslo Idrettskrets – Eskil Kolshus og Thea Olivia Iacovone
- Frivillighetskonferansen - Barbro T. Dahlen
- Webinar om bærekraft - Barbro T. Dahlen
- Møte med Rustad Skole vedr. utbygging – Jarle Birkeli og Jan-Henrik Karlsen

Kurs:

- Webinar om bærekraft - Barbro T. Dahlen
- Økonomistyringskurs – Barbro T. Dahlen
- Økonomikurs - Jan Erik Nilsen
- Kurs for kontrollutvalg – Hanne Marie Breivik
- Kurs for klubbens barneidrettsansvarlig - Barbro T. Dahlen

Aktivitet

Laget har følgende aktive grupper: Paraidrett, allidrett, karate, langrenn, og friidrett.

Viser til alle gruppers årsberetninger når det gjelder aktivitet og resultater som ligger bakerst i årsmeldingen.

Arrangementer

Ingen felles idrettsarrangementer for hele idrettslaget dette året.

Gruppene har hatt stor aktivitet og flere grupper har også noe samarbeide på tvers.

Karate, langrenn og paraidrett har også deltatt aktivt i nabolagsklubbprosjektet gjennom Oslo idrettskrets, se eget pkt. i årsmeldingen.

På det sosiale plan har vi i år ikke gjennomført noe arrangement

Nabolagsklubb

Høsten 2020 gikk vi over fra å være en foregangsklubb til å være en nabolagsklubb.

I år og to år fram i tid så har vi fortsatt fått tillit som nabolagsklubb, dette setter vi stor pris på.

Dette er med på å bevisstgjøre, inspirerer oss alle til nye aktiviteter og ikke minst få masse gode tips og ideer fra andre idrettslag.

Som inkluderingsansvarlig og ungdomsrepresentant i nabolagsklubb-prosjektet har Barbro T. Dahlen fungert.

Våre tildelte midler har i all hovedsak blitt brukt på de innsatsområdene som vi har forpliktet oss til, inkludering, kompetanse, frivillighet og dugnad, ungdomssatsing og klubbhåndbok.

Gjennom året har vi hatt mest fokus på å opprettholde størst mulig aktivitet. Dette har også medvirket til noen nye innsatsområder.

Midlene på kr. 325 000,- fra Nabolagsklubb-prosjektet for 2022 er fordelt utover tre av lagets grupper etter «søknader» om midler til ulike prosjekter gjennom hovedlaget. Idrettslaget drives fortsatt på frivillig grunnlag og en del av midlene er dokumentert med dugnadsinnsats. Inkluderingsarbeid, ungdomsprojekter, ulike aktiviteter, brukmarked, klubbhåndbok, innkjøp av nytt utstyr, lån av utstyr, trenerkurs og godtgjørelse for trenergjerninger er prosjekter som er prioritert.

Vi er fortsatt klubben som tar imot alle, uansett økonomisk bakgrunn. Alle grupper i idrettslaget har fortsatt veldig lave treningsavgifter samt at også medlemskontingenten til Rustad IL er lav. Våre prosjekter har stort sett blitt utført etter planen og fulgt opp.

Disse prosjektene har vært:

Inkluderingsarbeid (kr. 100 000,-)

Langrenn:

- Skilek – Mandagsaktivitet januar-april 2022, Rustad IL / Mortensrud Aker sportsklubb (gratis)
35 barn fra MASK har deltatt på skilek på mandager sammen med Rustad IL. Fått inn to ekstra trenere hver mandag til dette prosjektet.
- Skilek (3 tirsdager i februar) med drøye 360 deltakere og Barnas skidag i Østmarka med ca. 750 deltakere. 30 barn fra MASK har deltatt (gratis)

- Sosiale samlinger alle grupper – kveldsmat, pizza- og vaffelkvelder.
- Holmenkollstafetten – 4 lag på tvers av gruppene 15-16 år, junior, senior og veteran damer og veteran herrer – gratis deltakelse for alle
- Bølerstafetten – Her stilte vi med 9 lag à 6 løpere på tvers av gruppe 7-15 år. Gratis deltakelse for alle
- Alle barn og ungdom har fått delta gratis i alle skikonkurranser (ca. 250 000,- i et normalår).



Støtte til treningsavgifter/samlinger - fond (50 000,-)

- I dette prosjektet er ikke alle midler delt ut i 2022. «Søknader» til hovedlaget vil bli behandlet på nyåret i 2023.

Intern utlånsentral / bruktmarked (50 000,-)

Langrenn

- Har hatt fast bruktmarked på facebook - kun internt i klubben (dugnad)
 - I det nye arenahuset har vi det siste halvåret av 2022 hatt åpent to ganger i uken for å kjøpe / selge brukt utstyr (dugnad). Dette har vært en kjempesuksess.
 - Gått til innkjøp og supplert med flere utlåns ski høsten 2022
- Alt arbeid med utlån og vedlikehold utføres på dugnad



Oppstart av nye aktiviteter (30 000,-)

Langrenn

- Åpen skilektdag en helgedag (januar-mars) var planen. Koronarestriksjoner på vinteren satte en stopper for denne dagen. Som en erstatning ble det gjennomført en aktivitetsdag i september i samarbeide med Skiforeningen. Det ble delt ut 255 aktivitetskort. Kortene ble delt ut per familie, så hvis vi ganger dette med 3-4 personer så hadde vi 700-1000 mennesker innom aktivitetene i løpet av dagen. Her var våre ungdomstrenerne i sving. De fikk godtgjørelse som aktivitetsledere.
- Åpen treningsdag i mai for veterangrupper og august for grupper 7-16 år. Gratis deltakelse, utført av trenere for gruppene hvor de fikk vanlig lønn som for en vanlig trening.



Kurs for ungdom (15 000,-) Lederkurs, trenerkurs, dommerkurs

To av klubbens ungdommer har gjennomført lederkurs for ungdom på Sørmarka konferansesenter. I tillegg har trenerne i gruppene gjennomført trenerkurs.

Karate

- Trenerkurs er gjennomført av en av gruppas trenere

Langrenn

- Trenerkurs både interne og eksterne er gjennomført av flere av langrennsgruppas trenere.



Oppfølging av unge ledere (15 000,-)

Samlinger for alle ungdomstrenerne i Rustad IL langrennsgruppa. Alle ungdomstrenerne har blitt tatt godt vare på og fulgt opp gjennom hele 2022. I tillegg har de aller fleste ungdomstrenerne i langrenn vært med på en treningssamling i klubben og fått erfaring med å være trenere på en samling.

Ungdomssatsing (35 000,-)

Klubben har startet et ungdomsforum på tvers av alle grupper. Det har vært en deltaker fra karate, en fra paraidrett og 8-10 deltakere fra langrennsgruppa.

Det har blitt gjennomført tre samlinger, to internt i klubben og et i samarbeid med Oslo idrettskrets. Midlene har gått til tre ulike grupper.

- **Langrenn**
 - o Lønn til ungdom i arbeid for gruppa
- **Paraidrett**
 - o Lønn til ungdom i arbeide for gruppa
- **Karate**
 - o Lønn til ungdom i arbeide for gruppa

Klubbhåndbok (10 000,-)

Oppstart av revidering av håndbok, retningslinjer mai 2022 – ansvar langrenn

Dette arbeidet er utført på langrennsgruppas håndbok og retningslinjer. Idrettslagets håndbok skal revideres våren 2023. Vi lager en felles håndbok da for hele idrettslaget etter mal fra langrennsgruppa.

Valgfritt utviklingsområde (20 000,-)

Utvikle samarbeide på tvers av gruppene i idrettslaget (dugnad). Gruppene i idrettslaget har bidratt på hverandres treninger. Det har vært utført karatetrening i allidretts- og langrennsgruppa og skilek for allidrettsgruppa i regi av langrennsgruppa.

Det har blitt Innkjøp noe nytt utstyr til karategruppa i tillegg til at noe av midlene har blitt benyttet til markedsføring av karategruppa.



Økonomi

Økonomien og økonomistyringen i idrettslaget er meget god i alle lagets grupper og hovedlaget, noe som vises i gruppenes regnskaper.

Til tross for at idretten også i 2022 led under restriksjoner grunnet fortsatt pandemi klarte idrettslaget seg godt økonomisk selv om tiltakspakkene etter hvert ble faset ut.

Det var kalkulert med et underskudd i idrettslaget i 2022, men det ble ikke så stort som budsjettet la opp til. Underskuddet var bevisst budsjettert da idrettslaget hadde solide overskudd i både 2020 og 2021.

Regnskapet for 2022 gjøres opp med et underskudd på kr. 179 755,-. Underskuddet i 2022 er det

kalkulert med da vi de seneste to år har gått med et stort overskudd.

Styret har jevnlig gjennomgang og oppfølging av den økonomiske situasjonen i klubben.

Videre er det et løpende fokus på aktiviteter og tiltak som kan bidra til økte inntekter.

Det jobbes godt med å skaffe samarbeidspartnere som kan bidra økonomisk inn i klubben i form av sponsing og søknader.

Gjennom mange år har klubben også spart opp midler som er tenkt brukt til spesielle tiltak.

God og solid økonomi er bærebjelken for all aktivitet i klubben, og et av de aller viktigste fokusområdene for klubbens styre gjennom året.

Medlemstall

Antall registrerte medlemmer 31. desember i 2022 var 804 medlemmer.

Dette er en nedgang på 42 medlemmer fra 31.12.2021.

	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	27	119	48	7	138	339
Menn	63	123	57	24	198	465
Totalt	90	242	105	31	335	804

Medlemsutvikling siste 6 år:

	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Kvinner	445	438	452	405	343	338
Menn	775	863	870	830	503	466
Totalt	1220	1301	1322 (1293)	1235	846 *	804

* Nedgangen fra 2020, skyldes at Fotball sine medlemmer er flyttet over til ny klubb (RASK).

Oppsummering 2022

Rustad idrettslag er først og fremst basert på frivillig innsats fra medlemmer og foreldre.

Starten på 2022 var også preget av pandemien og smittevernrestriksjoner på både inne- og utetreninger. Utpå vårparten slapp alt opp og vi var tilbake til en normal hverdag. Det var utrolig godt. I de over to årene som pandemien varte har det vært tøft å holde idrettslaget i gang. Men, vi kan være stolte av at det har vært mye aktivitet for alle barn

og ungdom nesten i hele perioden i Rustad IL. Så tusen takk til alle som har bidratt til dette!

Året 2022 har også vært litt spesielt for gruppene i idrettslaget. Vi mistet en hjørnestein i idrettslaget i slutten på 2021 når fotballgruppa gikk over til et samarbeide med Abildsø IF, men vi har nå gjennom året fått stabilisert et medlemstall på godt over 800 medlemmer og fått bygd opp et godt og tett samarbeide mellom de fire (fem) gjenværende gruppene.

Gruppene i idrettslaget er veldig ulike i antall medlemmer og langrenn, som er den aller største gruppa, bidrar litt ekstra for å drifte idrettslaget nå framover bla med regnskapsfunksjoner.

Økonomisk har vi også i 2022 klart oss veldig bra. Inntektene våre kommer i stor grad fra kommunale midler, dugnader, sponsorer, søknader og arrangementer.

På anleggssiden har Rustad IL hatt driftsansvar for et anlegg, Skullerud idrettsanlegg som er et skianlegg. I januar 2022 sto arenabygget på Skullerud idrettsanlegg klart og dette har blitt en kjærkommen møteplass for både barn og voksne i klubben.

I tillegg leier Rustad IL Fjeldstadstua på en femårskontrakt og også ansvar for en liten aktivitetspark/styrkepark ved Fjeldstadbakken.

Stor takk til alle som bidrar i disse anleggene, dere gjør en kjempejobb.

Idrettslaget har lite inne fasiliteter så gymsalene på Rustad og Skullerud skole er spesielt viktige for de aller yngste samt våre ungdommer. Uten disse gymsalene ville vi ikke kunne tilby noe aktivitet til disse på høst og vinter.

Rustad idrettslag består av både bredde- og toppidrettsutøver. For oss som klubb er det viktig å ha begge deler, da får vi en helhet i idrettslaget. Viktig også å ha noen lokale forbilder. I år har klubben tatt til sammen 1 EM-medalje, 4 medaljer i Norgesmesterskap og en deltaker med i U-23-VM. Vi gratulerer vår karateutøver Andrea Iacovone med bronse i EM og NM, Iver Tildheim Andersen

med 1 gull og 1 bronse i NM på ski og 6. plass i U-23-VM, Synne Andersen Buen med 2 bronsemedaljer i junior-NM og Tørres Lutnæs med 1 bronse også i junior-NM på ski.

Ellers er vi veldig takknemlige for å få være en nabolagsklubb, noe som har vært med på å løfte idrettslaget også i 2022. Vi har gjennomført det aller meste av prosjektene etter planene og gleder oss til å ta fatt på et nytt år som nabolagsklubb.

Vi kommer også i 2023 til å jobbe med våre verdier som ikke kan gjentas for ofte!

Aktivitetene vår baserer vi på felles vedtatte aktivitetsverdier for norsk idrett:

- Idrettsglede
- Fellesskap
- Helse
- Ærlighet

Og vi drives etter idrettens organisasjonsverdier:

- Frivillighet
- Demokrati
- Lojalitet
- Likeverd.

Til slutt er det på sin plass og si tusen takk til alle trenere og tillitsvalgte som har stått på gjennom året og gjort alt som har vært mulig for å holde aktiviteten i gang.

Vi ser fram til et nytt spennende og aktivt idrettsår sammen med barn ungdom og voksne.

Oslo 20. februar 2023

Barbro Tomter Dahlen
Leder

Jarle Birkeli
Nestleder

Vidar Larsen
Styremedlem