KLUBBHÅNDBOK

FOR

Siggerud Idrettslag

Sist endret av Hovedstyret 16.10.2026

Klubbinformasjon

Klubbnavn: Siggerud Idrettslag (SIL)
Stiftet: 6. februar 1955
Idrett(er): Allidrett, håndball, fotball, sykkel og e-sport.
Postadresse: Postboks 17, 1404 Siggerud
Besøksadresse: Gamle Siggerudvei 2, Siggerud
E-postadresse: leder@siggerudil.no
Internettadresse: www.siggerudil.no

Organisasjonsnummer:	984 059 027
Bankforbindelse:	DNB
Bankkonto:	1612.60.26580
Medlem av:	Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité
Tilknyttet:	Viken idrettskrets og Nordre Follo Idrettsråd fra 01.01.2020.

Innhold

Klubbinformasjon 2
Innledning 5
Om klubben 5
Verdier 5
Visjon 5
Virksomhetsidé 6
Hovedmål 6
Organisasjon 7
Organisasjonsplan 7
Årsmøtet 7
Styret 8
Utvalg/komiteer 9
Ansatte 9
Klubbens lov 9
Medlemskap 9
Medlemskontingent 9
Treningsavgifter 10
Klubbens aktivitetstilbud 10
Barne- og ungdomsidrett 10
Klubbens arrangementer 11
Reise i regi klubben 12
Retningslinjer for frivillige i Siggerud IL 12
Retningslinjer for foreldre til medlemmer i Siggerud IL 13
Klubbdrift 14
Årshjul 14
Retningslinjer for samhandling i Siggerud IL 14
1. Formål 14
2. Rettslig forankring 14
3. Grunnleggende prinsipper 14

4. Roller og ansvar 14
5. Beslutningsnivåer 15
6. Kommunikasjonsrutiner 15
7. Håndtering av initiativ og avvik 16
Retningslinjer for utvalget for samarbeid mellom gruppene 16
Formål 16
Overordnede prinsipper 16
Mandat 16
Kurs og utdanning 17
Medlemshåndtering 17
Dugnad og frivillig arbeid 17
Politiattester 18
Klubbens antidopingarbeid 19
Kommunikasjon 19
Sikkerhetsarbeid (HMS) 19
Økonomi 19
Rutiner for innkjøp av tøy og utstyr 20
Forsikringer 21
Anlegg og utstyr 21
Utmerkelser og æresbevisninger 22

Innledning

SILs klubbhåndbok er laget av styret etter innspill fra komiteer, utvalg, trenere, utøvere og foreldre i klubben. Håndboka er et arbeidsverktøy for alle medlemmer, utøvere, foreldre, styret, komiteer, utvalg, ansatte, trenere og dommere i klubben vår.

Om klubben

Siggerud IL er et fleridrettslag med rundt 800 medlemmer, stiftet i 1952.

Idrettslaget er for tiden aktive innen håndball, fotball, sykling, e-sport og allidrett.

Idrettslagets mål er å gi barn og ungdom på Siggerud et godt og tidsriktig tilbud med variert fysisk aktivitet sommer som vinter. De skal trives både sportslig og sosialt i idrettsmiljøet, og aktivitetene skal være inkluderende, både økonomisk og i bredde.

Av store idrettsprofiler oppvokst på Siggerud kan nevnes Lasse Kjus (verdens- og olympisk mester i alpine grener) og Martin Nyenget (deltaker i junior VM i langrenn og med flere gode plasseringer i senior World Cup og Norgesmesterskap).

Verdier

Siggerud IL baserer sin aktivitet på felles vedtatte verdier og veivalg for norsk idrett:
Ærlig, leken, ambisiøs og inkluderende. Klubbens arbeid skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd.

Siggerud IL sine verdier:

- **Idrettsglede**: Vi skaper trygghet og glede i aktivitet; idrett skal være lystbetont for alle aldre og nivå.
- **Inkludering**: Vi jobber aktivt for at alle skal få delta uavhengig av ferdigheter, økonomi eller bakgrunn.
- **Respekt og fair play**: Vi viser respekt for hverandre, dommere og motstandere; nulltoleranse mot trakassering og diskriminering.
- **Frivillighet og engasjement**: Vi løfter hverandre gjennom frivillig innsats og lokalt engasjement.

Verdiene skal hjelpe oss til:

- å skape et godt klubbmiljø, der vi tar godt vare på hverandre
- å skape gode holdninger, som fører til et godt treningsklima
- å være en klubb som er kjent for godt samarbeid og god oppførsel
- å fremstå slik klubben ønsker i alle sammenhenger
- å være tydelige, få frem det som skiller oss fra andre, og klargjøre vår spesielle identitet
- å være en klubb som er åpen for alle, og som speiler mangfoldet i samfunnet rundt oss

Visjon

Idrettsglede og fellesskap for alle, hele livet.

Virksomhetsidé

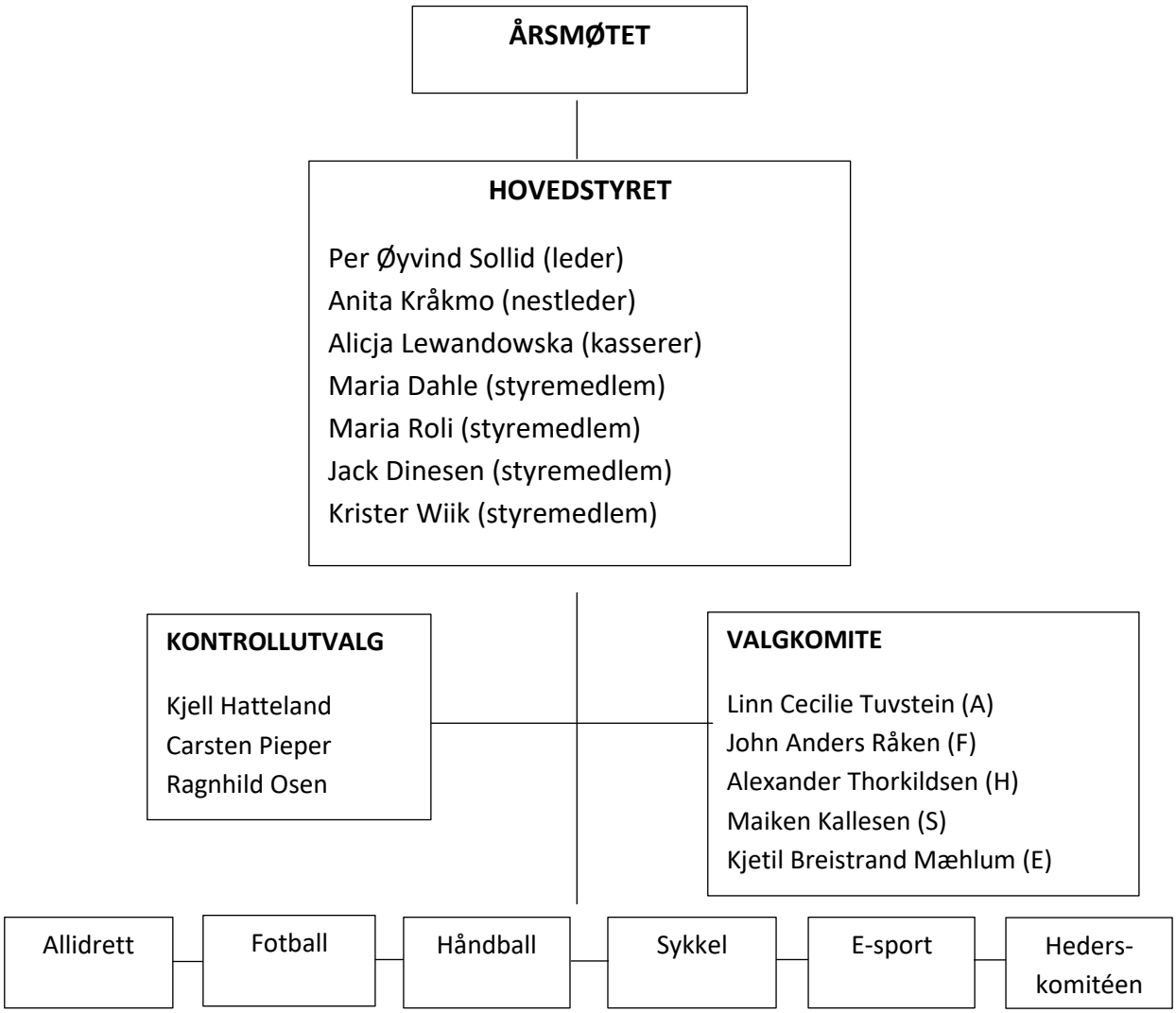
Siggerud IL tilbyr et bredt og lavterskel idrettstilbud for barn, ungdom og voksne i Siggerud-området. Gjennom trygge og inkluderende aktiviteter vil vi fremme idrettsglede, mestring og fellesskap, uavhengig av ambisjonsnivå og økonomisk bakgrunn. Klubben drives av frivillig innsats og samarbeid med lokalmiljøet, med særlig fokus på barn og unge.

Hovedmål

Innen 2028 skal Siggerud IL være et fleridrettslag der flest mulig barn og ungdom i nærmiljøet deltar jevnlig i organisert idrett, og der alle medlemmer opplever tilhørighet, trygghet og idrettsglede, uavhengig av ferdighetsnivå eller bakgrunn.

Organisasjon

Organisasjonsplan



Årsmøtet

Årsmøtet er klubbens høyeste myndighet og avholdes hvert år innen utgangen av mars måned. Årsmøtets oppgaver er nærmere beskrevet i klubbens lov. Der fremgår det også hvordan årsmøtet skal innkalles.

For å ha stemmerett og være valgbar må et medlem ha fylt 15 år i løpet av kalenderåret, vært medlem i klubben i minst én måned og ha betalt kontingent.

Innkalling til årsmøtet skal annonseres på klubbens hjemmeside, og på epost til alle medlemmer.

Årsmøtet legger grunnlaget for klubbens virksomhet og styrets arbeid. Alle som ønsker å være med på å bestemme hva klubben skal gjøre, og hvordan den skal drives, bør delta på årsmøtet. Protokollen fra årsmøtet skal gjøres tilgjengelig på idrettslagets hjemmeside.

Styret

Styret er klubbens høyeste myndighet mellom årsmøtene.

Lovpålagte oppgaver for styret:

- Sette i verk årsmøtets og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak
- Påse at idrettslagets midler brukes og forvaltes på en forsvarlig måte, i samsvar med de vedtakene som er fattet på årsmøtet eller i et overordnet organisasjonsledd, og sørge for at idrettslaget har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen og en forsvarlig økonomistyring

Leder

- Mål- og strategiarbeidet i klubben
- Er klubbens ansikt utad og klubbens representant i møter og forhandlinger
- Står for klubbens daglige ledelse og koordinerer styrets og klubbens totale aktivitet
- Innkaller til styremøter, forbereder saker og leder møtene
- Idrettsregistreringen
- Ansvarlig for politiattestordningen

Nestleder

- Er stedfortreder for lederen

Barneidrettsansvarlig

- Sørge for at Siggerud IL følger idrettens bestemmelser om barneidrett og barnas rettigheter.
- Sørge for at idretter og grupper samarbeider, koordinerer og videreutvikler et mangfoldig og variert aktivitetstilbud for ALLE barn i idrettslaget.
- Jobbe for at alle barn blir inkludert i idretten, og at kostnaden for å drive idrett er lavest mulig.

Politiattestansvarlig

- Ansvar for at det kreves og dokumenteres fremvist politiattest for alle personer som utfører oppgaver for idrettslaget.
- Kontinuerlig jobbe for forbedring av system for politiattester.

Andre oppgaver som fordeles blant styrets medlemmer

- Føre protokoll fra alle styremøter og referat fra medlemsmøter
- Ta seg av inngående og utgående post, og eventuell arkivering
- Lage møteplan sammen med hele styret og distribuere den til alle styremedlemmer
- Lage oversikt over idrettslagets tillitsvalgte

Medlemsansvarlig

- Vedlikeholde medlemsregisteret
- Sende ut medlemskontingenter
- Lage oversikt over idrettslagets tillitsvalgte

Ansvarlig for klubbhus og utleie

- Vedlikeholde klubbens kalender for booking
- Klubbens kontakt ved utleie
- Ansvarlig for drift av klubbhuset

Ansvarlig for hjemmeside og sosiale medier

- Oppdatere idrettslagets hjemmeside
- Ansvarlig for klubbens kontoer i sosiale medier

Andre oppgaver som fordeles på styremedlemmene

- Føre protokoll fra alle styremøter og referat fra medlemsmøter
- Ta seg av inngående og utgående post, og eventuell arkivering

Hovedstyrets arbeid

Hovedstyret har møter minst en gang i måneden, og oftere ved behov. Møtene holdes på Siggerud Ils klubbhus.

Styret er vedtaksført når et flertall av styrets medlemmer er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet er møtelederens stemme avgjørende. Styremedlemmene plikter å respektere et styrevedtak, selv om det er fattet mot vedkommendes egen stemme.

Styremøter kan avholdes per e-post eller per telefon, se lovnorm § 10. Det skal alltid føres protokoll fra styremøtene.

Hvert styremøte bør innledningsvis starte med spørsmål om det foreligger mulig inhabilitet i noen av sakene, og behandlingen av inhabilitet skal alltid protokolleres. Om inhabilitet, se lovnorm § 9.

Utvalg/komiteer

Vi oppnevner komiteer ved behov.

Ansatte

Siggerud IL har ingen ansatte.

Klubbens lov

Link til Siggerud Ils lov.

Medlemskap

Alle medlemmer har en egen personlig idrettsside på Min Idrett.

Alle som har betalt medlemskontingent i klubben, er medlemmer. Medlemskapet regnes fra den dagen kontingenten er betalt.

En ansatt kan være medlem i idrettslaget, men har ikke stemmerett på årsmøtet og kan heller ikke inneha årsmøtevalgte verv i idrettslaget. Unntak gjelder for personer som kun innehar noen få betalte trenertimer i uken.

Medlemskapet i idrettslaget kan opphøre ved utmelding, strykning eller eksklusjon.

Medlemskontingent

Medlemskontingenten i Siggerud IL fastsettes av årsmøtet og betales forskuddsvis:

Medlemskap SIL junior	250,-
Medlemskap SIL voksen	350,-
Medlemskap SIL familie	500,-
Medlemskap SIL støttemedlem	150,-

Medlemskap SIL æresmedlem	0,-

Familiemedlemskap er ikke automatisk et felles medlemskap for hele familien, men et eget medlemskap for hvert enkelt familiemedlem som registreres. Alle i familien som skal være medlemmer skal registreres med navn, fødselsdato, adresse og epostadresse.

Treningsavgifter

Allidrett	0,-
Håndball	0,-
Fotball	1500,-
Sykkel	500,-
E-sport	500,-

Klubbens aktivitetstilbud

Siggerud IL tilbyr følgende idretter:

- Allidrett
- Håndball
- Fotball
- Sykkel
- E-sport

Barne- og ungdomsidrett

Alle som trener barn og ungdom i Siggerud IL må gjennomføre trenerattesten. Trenerattesten er en elektronisk løsning.

Siggerud IL ønsker å beholde flest mulig barn og unge lengst mulig! Vi skal legge til rette for mestringsorienterte treninger som skaper læringsoptimister, og gir en livslang glede i å være i bevegelse.

Barneidrett

Vi følger idrettens bestemmelser om barneidrett og idrettens barnerettigheter.

Dette innebærer at

- aktiviteten skjer på barnas premisser
- barna har det trygt
- barna har venner og trives
- barna opplever mestring
- barna får påvirke egen aktivitet
- barna kan velge om og hvor mye de vil konkurrere

I aldersgruppa 6-12 år gjelder allsidighetsprinsippet. Vi skal legge til rette for at barn kan trene variert, og delta i flere ulike idretter.
Les mer:

Bestemmelser om barneidrett
Idrettens barnerettigheter

Klubben har et organisasjonsutvalg med leder i Siggerud IL, ledere i gruppestyrene, barneidrettsansvarlig og sportslig ledelse i gruppene. Mandatet til utvalget er å sørge for at gruppene samarbeider om:

- Treningstider
- Lager en felles treningsplan for å unngå kollisjoner mellom idrettene
- Ressursdeling
- Felles dugnad og sosiale tiltak (klubbdag)
- Felles kommunikasjonsflyt til foreldre og utøvere
- Dialog om utfordringer

Ungdomsidrett

Alle som er trenere for ungdom i klubben, skal kjenne til retningslinjene for ungdomsidrett. Klubben og trenerne skal sørge for

- at ungdom kan bli så gode som de selv vil
- å legge til rette både for dem som vil konkurrere, og dem som ikke ønsker å konkurrere
- at ungdom får være med på å bestemme over egen aktivitet
- at ungdom får bidra med det de kan
- at ungdom får utdanning eller kurs for å utvikle seg
- at treningsavgiften er overkommelig for ungdom

Les mer
Retningslinjer for ungdomsidrett fra Norges Idrettsforbund

Paraidrett
Siggerud IL har per i dag ikke et eksisterende tilbud for paraidrett.

Les mer
Informasjon om paraidrett fra Norges Idrettsforbund

Klubbens arrangementer

- Nattmarsjen
- Idrettens dag/Alle med
- Teknikkmerket
- Nattcup
- Fotballskole
- Siggerudløpet

Reise i regi klubben

Reiser i regi av klubben skal være avklart med nærmeste leder.

Vær oppmerksom på at det må innhentes politiattest for foreldre og andre voksne som er med en gruppe mindreårige på et utenlandsopphold eller trenings-/konkurranseopphold i regi av laget.

Retningslinjer for frivillige i Siggerud IL

Formål med retningslinjene:

Siggerud IL bygger sin virksomhet på verdiene idrettsglede, inkludering, respekt og frivillighet, i tråd med Norges Idrettsforbunds verdigrunnlag og gjeldende lover og retningslinjer. Alle som bidrar som frivillige, enten som trener, lagleder, tillitsvalgt eller i annen rolle, er viktige representanter for klubben og skal bidra til å fremme et trygt, positivt og inkluderende idrettsmiljø. Retningslinjene er ment å hjelpe alle frivillige i idrettslaget til å opptre i tråd med gjeldende virksomhet, verdier og visjon.

1. Felles ansvar

Som frivillig i Siggerud IL forventes du å:

- opptre i samsvar med klubbens verdier, visjon og retningslinjer,
- vise respekt for alle utøvere, foreldre, dommere, andre frivillige og motstandere,
- bidra til et miljø fritt for trakassering, mobbing, diskriminering, rus og vold,
- være et godt forbilde, både på og utenfor arenaen.

2. Brudd på verdier, lover eller retningslinjer

Siggerud IL skal være en trygg og rettferdig organisasjon. Dersom en frivillig deltar i, støtter eller fremmer handlinger eller holdninger som:

- er i strid med NIFs lover og etiske retningslinjer,
- bryter med Siggerud ILs verdier eller retningslinjer,
- skader klubbens omdømme eller tryggheten i miljøet,

kan vedkommende bli bedt om å fratre sitt verv, trene-, leder- eller støtteoppdrag.

Dette gjelder handlinger i klubbsammenheng.

3. Prosess og rettferdig behandling

Klubben skal alltid behandle saker knyttet til brudd på retningslinjene på en saklig og respektfull måte:

- Den frivillige skal få mulighet til å forklare seg før beslutning tas.
- Vurdering og beslutning skal tas av klubbens styre eller gruppestyrer etter mandat fra styret, eventuelt i samråd med idrettskretsen ved behov.
- Eventuelle sanksjoner skal stå i forhold til handlingens alvor.

Målet er ikke å "straffe", men å ivareta klubbens trygghet, verdier og tillit.

4. Forpliktelse

Ved å påta seg et frivillig oppdrag i Siggerud IL, bekrefter man at man:

- kjenner til og vil etterleve klubbens verdier, lover og retningslinjer.
- forstår at brudd på disse kan få konsekvenser for videre frivillig engasjement.
- bidrar til å bevare et trygt og positivt miljø for alle medlemmer.

Retningslinjer for foreldre til medlemmer i Siggerud IL

Foreldre og foresatte til medlemmer i Siggerud IL forventes å være positive støttespillere som heier på barnas innsats, viser respekt for alle i klubben, bidrar med frivillig arbeid og hjelper til med å bygge et trygt, inkluderende og gledelig idrettsmiljø. Det forventes derfor at foreldre/foresatte:

1. Støtter barnets idrettsglede og utvikling, som innebærer å

- Heie på innsats og glede framfor resultat og prestasjon.
- La barnet eie sin egen idrett.
- Bidra til at barnet lærer verdier som fair play, respekt og samarbeid.

2. Bidrar til et trygt og positivt miljø, som innebærer å

- Være et godt forbilde på treninger og kamper: *snakk positivt om dommere, trenere og motstandere*.
- Møte andre foreldre, barn og frivillige med respekt, også når man er uenig.
- Unngå negativ kritikk eller høylytte reaksjoner under kamp, både på og utenfor banen.
- Hjelpe til med å forebygge mobbing, utestenging og diskriminering.

3. Deltar aktivt som frivillig ressurs, som innebærer å

- Bidra med frivillig innsats når klubben trenger hjelp (dugnad, kjøring, arrangement, kiosk, styrearbeid, osv.).
- Se på frivillighet som en *felles investering i fellesskapet*, ikke som et pålegg.
- Være lojal mot klubbens dugnadsordninger, retningslinjer og kommunikasjonskanaler.

4. Har god kommunikasjon med klubben, som innebærer å

- Sette seg inn i klubbens regler, verdier og forventninger (fair play, sportslig plan, dugnadsrutiner, osv.).
- Melde fra om fravær, skader eller utfordringer som påvirker barnets deltakelse.
- Bruke hensiktsmessige kanaler for spørsmål og tilbakemeldinger.
- Vise forståelse for at trenere og ledere er frivillige, og møte dem med respekt.

5. Støtter klubbens verdier og retningslinjer, som innebærer å

- Etterleve klubbens verdier: idrettsglede, inkludering, respekt og engasjement, både på og utenfor banen.

- Bidra til at alle barn får være med.
- Støtte klubbens arbeid for økonomisk rettferdighet (for eksempel ved å bruke klubbens ordninger for utstyr, deling og støtteordninger).

6. Samarbeider for barnas trivsel og utvikling, som innebærer å

- Samarbeide med trenere og andre foreldre for å bygge trygge og gode grupper.
- Oppmuntre barnet til allsidighet og variert aktivitet.
- Ta ansvar for at barnet møter presis, er forberedt og viser respekt for fellesskapet.

Klubbdrift

Årshjul

Siggerud Ils årshjul.

Retningslinjer for samhandling i Siggerud IL

1. Formål

Disse retningslinjene skal bidra til tydelig og forutsigbar samhandling mellom hovedstyret, gruppestyrer og lag/trenere i Siggerud IL. De skal legge til rette for gode initiativ og lokal handlefrihet, samtidig som idrettslagets helhetlige ansvar, demokratiske styring og lovpålagte plikter ivaretas.

2. Rettslig forankring

Retningslinjene bygger på Norges idrettsforbunds (NIF) lov, herunder særlig § 2-22 om disposisjoner av vesentlig betydning, ekstraordinær karakter eller betydelig omfang, samt NIFs lovnorm for idrettslag. Retningslinjene er ment som et praktisk styringsverktøy innenfor rammene av gjeldende lovverk og vedtak fattet av årsmøtet i Siggerud IL.

3. Grunnleggende prinsipper

Samhandlingen i Siggerud IL skal bygge på følgende prinsipper:

- Siggerud IL er ett idrettslag med felles ansvar for økonomi, omdømme og langsiktig utvikling.
- Gruppene skal ha stor grad av autonomi innenfor tydelige rammer.
- Beslutninger skal fattes på riktig nivå, basert på sakens karakter og konsekvenser.
- God informasjonsflyt og tidlig dialog skal forebygge misforståelser og konflikter.

4. Roller og ansvar

Hovedstyret har det overordnede ansvaret for idrettslaget som juridisk og demokratisk enhet, herunder økonomi, strategi, anlegg, omdømme og etterlevelse av lover og regler. Hovedstyret har også ansvar for å sikre god informasjonsflyt mellom seg og gruppestyrene.

Gruppestyrene har ansvar for å lede og utvikle sin idrett innenfor rammene fastsatt av årsmøtet og hovedstyret, og for å sikre god informasjonsflyt mellom seg og lag/trenere og mellom seg og hovedstyret.

Hver gruppe skal ha én navngitt kontaktperson overfor hovedstyret. Dette vil normalt være gruppelederen. Kontaktpersonen har ansvar for å videreformidle informasjon, løfte saker som krever avklaring, og sikre samordning internt i gruppen.

Trenere og ledere har ansvar for den daglige sportslige aktiviteten og for å løfte saker som har, eller kan ha, betydning for andre enn eget lag til gruppestyret.

5. Beslutningsnivåer

For å tydeliggjøre handlingsrom og ansvar opererer Siggerud IL med tre beslutningsnivåer som angitt under.

5.1 Nivå 1 – Fritt handlingsrom

Tiltak som kan gjennomføres uten godkjenning eller varsling, forutsatt at de er innenfor vedtatt budsjett og etablerte retningslinjer.

Eksempler:

- Organisering og gjennomføring av treningsopplegg innenfor tildelte treningstider.
- Organisering og gjennomføring av gruppeaktiviteter innenfor gruppens budsjett.
- Løpende innkjøp av treningsutstyr innenfor gruppens budsjett.

5.2 Nivå 2 – Meldeplikt

Tiltak som kan gjennomføres, men som skal varsles gruppestyret eller hovedstyret før eller samtidig med iverksettelse, fordi de kan ha betydning utover eget lag eller egen gruppe.

Eksempler:

- Etablering av nye inntektsbringende tiltak rettet mot foresatte eller lokalmiljø.
- Kontakt med kommune eller andre eksterne aktører i gruppas eller idrettslagets navn.
- Tiltak som kan skape presedens for andre lag eller grupper.

5.3 Nivå 3 – Godkjenningsplikt

Tiltak som ikke kan iverksettes uten godkjenning fra gruppestyret, eller hovedstyret eller årsmøtet i tråd med NIFs lov § 2-22.

Eksempler:

- Anleggsprosjekter eller større oppgraderinger.
- Avtaler som forplikter idrettslaget økonomisk eller juridisk.
- Sponsoravtaler eller profileringsgrep som kan ha betydning utover eget lag eller gruppe.

6. Kommunikasjonsrutiner

Hovedstyret og gruppene skal ha faste og forutsigbare kontaktpunkter. Informasjon som er relevant for flere nivåer i organisasjonen skal deles tidlig på e-post til kontaktperson i gruppa (for gruppene) eller leder i Siggerud IL (for hovedstyret). **Er du i tvil om en sak krever varsling, ta kontakt med nærmeste overordnede ledd (gruppe eller hovedstyret) så raskt som mulig.**

7. Håndtering av initiativ og avvik

Gode initiativ ønskes velkommen. Dersom tiltak er igangsatt uten nødvendig avklaring, skal dette primært håndteres gjennom dialog og korrigering av prosess. Formålet er læring og forbedring.

Retningslinjer for utvalget for samarbeid mellom gruppene

Formål

Utvalget skal bidra til best mulig koordinering av treningstider og aktivitet mellom idrettene i Siggerud IL, slik at barn gis reelle muligheter til å delta i én eller flere idretter, i tråd med Idrettens barnerettigheter og gjeldende retningslinjer fra NIF og særforbundene.

Overordnede prinsipper

Utvalget skal legge følgende prinsipper til grunn i sitt arbeid:

1. **Barnets rettigheter er overordnet**
   Arbeidet skal ta utgangspunkt i Idrettens barnerettigheter, herunder barnets rett til å velge idrett og aktivitetsmengde selv.

2. **Mest mulig deltakelse**
   Løsninger skal søke å ivareta og opprettholde deltakelse i eksisterende lag og miljøer, og unngå tiltak som medfører vesentlig frafall.

3. **Prioritering av interne forhold**
   Utvalget skal, så langt det er mulig, prioritere å redusere unødige kollisjoner mellom idrettene i SIL, fremfor å tilpasse seg eksterne fritidsaktiviteter – samtidig som barns egne valg respekteres.

4. **Lokal og fleksibel tilpasning**
   Retningslinjene skal brukes som et styringsverktøy, ikke som absolutte krav. Løsninger må tilpasses lokale forhold som anleggskapasitet, halltid, trenerressurser og sammensetningen av det enkelte kull.

5. **Ingen sentral regulering av total aktivitetsmengde**
   Utvalget skal ikke fastsette eller håndheve grenser for barns samlede treningsmengde eller pålegge faste sesonger eller aktivitetsnivåer på tvers av idretter.

6. **Dialog og forutsigbarhet**
   Endringer i treningstider eller organisering som berører flere idretter eller lag skal, så langt mulig, skje i dialog og med rimelig forutsigbarhet for trenere, lagledere, spillere og foresatte.

Mandat

Utvalget skal sørge for at gruppene samarbeider om:

- Treningstider
- Lager en felles treningsplan for å unngå kollisjoner mellom idrettene
- Ressursdeling
- Felles dugnad og sosiale tiltak (klubbdag)
- Felles kommunikasjonsflyt til foreldre og utøvere

- Dialog om utfordringer

Kurs og utdanning

Siggerud Idrettslag oppfordrer alle frivillige til å ta så mye relevant utdanning for arbeid i idrettslaget som mulig, og skal anstrenge seg for å legge til rette for gjennomføring av denne utdanningen. Følgende er en ikke-uttømmende liste med eksempler på kurs og utdanning som tilbys gjennom idrettslaget, ofte via forbund eller krets:

- NIF e-læring
    - https://ekurs.nif.no/
- NIF Viken Idrettskrets kursportefølje
    - https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/viken/for-idrettslaget/kurstilbud/
- Kurs fra de ulike forbundene og tilhørende kretsene, som trenerkurs, dommerkurs og lignende
    - https://www.handball.no/regioner/nhf-sentralt/utvikling/utdanning/
    - https://www.fotball.no/kretser/oslo/klubb-leder-og-trener/
    - https://sykling.no/utdanning/
    - https://www.esportalliansen.no/kurs

Medlemshåndtering

Siggerud IL håndterer medlemmene i MinIdrett.

Klubben benytter KlubbAdmin, som er et elektronisk medlemssystem. Vi sender elektroniske betalingskrav til medlemmene, noe som gir enklere oversikt over utsendelser og rimeligere innkreving av kontingenter.

KlubbAdmin er gratis å bruke for klubben og klubbens medlemmer inn til et visst punkt. Fakturering koster. KlubbAdmin er integrert med idrettens øvrige systemer. Via MinIdrett kan medlemmene selv utføre innmelding/utmelding på en enkel måte.

Rutiner for medlemsansvarlig

- Typer medlemskap og fastsetting av kontingent skjer på årsmøtet hvert år.
- Faktura for medlemskontingent sendes ut 15. januar sammen med informasjon om støtteordninger
- Første purring skjer 1. juni med frist 14 dager sammen med informasjon om støtteordninger
- Andre purring skjer 1. oktober med frist 14 dager sammen med informasjon om støtteordninger og varsel om utmelding ved manglende betaling
- Anbefalt for barn: sjekke opp med foresatte eller trener/lagleder om barnet fortsatt er aktiv i idrettslaget før utmelding
- Utmelding ved manglende betaling etter utgått frist fra andre purring

Dugnad og frivillig arbeid

Idrettslaget drives i hovedsak av frivillige. Det vil si at foreldre, foresatte eller andre stiller opp uten å motta lønn. Denne ubetalte innsatsen bidrar til at idrettslaget har gode aktivitetstilbud og at kostnadene blir lavere. Det er mange oppgaver som skal løses i idrettslaget, blant annet vaske drakter, rydding i klubbhuset, parkeringsvakt under turneringer, kjøring til og fra kamper og

kiosksalg. I tillegg kommer arbeid for tjene penger til cupdeltagelse, utstyr og sosiale aktiviteter. Dette frivillige arbeidet som kommer idrettslaget og medlemmene til gode, kalles «dugnad». Dugnadsarbeid gir mange gode opplevelser og en følelse av å bidra til fellesskapet. Din innsats blir satt stor pris på!

Dugnadsvett – noen enkle kjøreregler:

1. Dugnad er frivillig og skal stå i et rimelig forhold til medlemmenes faktiske evne til å bidra. Idrettslaget bør stimulere til dugnad ved å gjøre det til en sosial møteplass for medlemmene.

2. Idrettslaget kan ikke pålegge ikke-medlemmer (for eksempel foreldre) å stille på dugnader.

3. Idrettslaget kan beslutte at enkeltmedlem som deltar på dugnad får en rimelig reduksjon i kontingent og/eller avgift. Med avgift menes utgifter knyttet til aktiviteten i idrettslaget (eksempelvis treningsavgift). Beslutning om hvilken økonomisk virkning deltakelse på dugnad skal få for medlemmet bør forankres på årsmøtet.

4. Idrettslaget kan ikke ilegge «bøter» eller pålegge medlemmene å betale «dugnadsavgift» for manglende deltakelse på dugnad.

Grupper og lag i Siggerud Idrettslag oppfordres til å planlegge dugnader som innebærer fysisk tilstedeværelse med et sosialt utbytte for medlemmene og/eller deres foreldre/foresatte.

Politiattester

Klubben krever politiattest av alle tillitsvalgte og frivillige som skal utføre oppgaver for klubben som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Det er to viktige overordnede grunner til at norsk idrett har innført en ordning med politiattest:

1. Seksuelle overgrep mot barn er totalt uforenlig med idrettens verdigrunnlag.
2. Norsk idrett skal være et trygt sted å være for barn, og et trygt sted for foreldre å sende sine barn.

Rutine for å søke om rolle i idrettslaget som krever politiattest:

1. Meld deg inn i Siggerud IL (se f.eks. idrettslagets hjemmeside)
2. Søk om rolle i idrettslaget via MinIdrett (Min Side > Roller og verv > + Søk om ny rolle) og velg riktig rolle i listen ut fra det du skal gjøre/være
    - **Barnetrener:** Barnetrener
    - **Ungdomstrener:** Ungdomstrener
    - **Andre frivillige med kontakt med barn/ungdom (f.eks. lagleder):** Frivillig med ansvar for mindreårige og/eller mennesker med utviklingshemming
3. Politiattestansvarlig får din søknad, bekrefter formål digitalt og du får e-post om videre prosess
4. Du søker om politiattest via lenker og info i e-posten
    - NB! Ikke huk av for å få attesten *per post*, det er veldig mye enklere å få den digitalt i Digipost og dele med SIL derfra
5. Mens du venter på politiattesten tar du relevant trenerattest

6. Når politiattesten (eller brev om at attest allerede eksisterer) foreligger får du den i Digipost. Del den derfra med SIL.
7. Politiattestansvarlig godkjenner politiattesten
8. Når politiattest og eventuell trenerattest er registrert i MinIdrett godkjennes rollesøknaden av rolleansvarlig i idrettslaget

Se ellers beskrivelse her og video her.

Klubbens antidopingarbeid

Klubben og medlemmene er omfattet av idrettens bestemmelser om doping.

Kommunikasjon

All formell informasjon finnes på klubbens hjemmeside https://www.siggerudil.no/. Kommunikasjon fra Siggerud Idrettslag og de respektive gruppene om ulike arrangementer og lignende gjøres i de kanaler som de ansvarlige vurderer som mest aktuelle med tanke på å nå relevante mottakere og sikre god og tilgjengelig informasjon. Slike kanaler kan blant andre være idrettslagets hjemmeside, digitale kommunikasjonstjenester som Spond, sosiale medier som Facebook eller fysiske varianter som å henge opp plakater i nærområdet.

Sikkerhetsarbeid (HMS)

Klubben har ansvar for sikkerhet for medlemmer og andre som kommer i kontakt med klubben på arrangementer, på dugnader, under reiser og under opphold i klubbens lokaler og anlegg.

Økonomi

Det er styret som har det overordnede økonomiske ansvaret for klubbens økonomi. Det innebærer at styret har ansvar for at

- klubbens midler brukes og forvaltes på en forsiktig måte
- klubben har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen
- klubben har en forsvarlig økonomistyring

Styret kan delegere oppgaver knyttet til den daglige oppfølgingen av økonomien til klubbens daglige leder. Den daglige lederen kan delegere arbeidsoppgaver knyttet til den løpende bilagsføringen og ajourhold av regnskapet til regnskapsføreren/kassereren.

Styrets oppgaver knyttet til regnskap og økonomi:

- Styret skal sikre at det er en forsvarlig ansvarsdeling knyttet til regnskap og økonomistyring. Det skal utarbeides en fullmakts matrise og en tydelig rolleavklaring.
- Styret skal utarbeide et realistisk budsjett.
- Styret skal sikre at regnskapet føres fortløpende.
- Styret skal sikre at klubben har en egen bankkonto.
- Styret skal påse at det kreves to signaturer i banken.
- Styret skal påse at klubben har tegnet underslagsforsikring.
- Styret skal påse at klubben har valgt kontrollutvalg.

Rutiner for innkjøp av tøy og utstyr

Hva hovedlaget dekker

Hovedlaget dekker følgende innkjøp av tøy til trenere:

- 1 trenerbukse m/trykk
- 1 trenerjakke m/trykk (genser/zip-up)
- 1 trenerjakke m/trykk (ytterjakke)
- 1 shorts og 1 t-skjorte

Øvrig behov for å dekke innkjøp av trenertøy vurderes i hvert enkelt tilfelle. Øvrig behov for trenerutstyr, som fløyte og lignende, dekkes av gruppene selv slik de bestemmer.

Hovedlaget dekker innkjøp av følgende tøy til utøvere:

- 1 drakt m/trykk

Øvrig behov for utøvertøy, som shorts, sokker og lignende, dekkes av gruppene selv slik de bestemmer.

Innkjøp av tøy og utstyr til dommere dekkes av gruppene selv slik de bestemmer.

Tøy, utstyr og profilering på lagene

Kjøp av tøy og utstyr til laget:

- Ved innkjøp av bekledning eller utstyr til lagene skal klubbshop benyttes.
- Bekledning og utstyr fra klubbkolleksjonen levert av klubbens utstyrsleverandør og som selges i klubbshopen skal benyttes.
- Det er ikke anledning for lagene til å skaffe annet treningstøy eller utstyr for å omgå klubbens fastsatte retningslinjer.
- Lagene får 20% rabatt på veiledende pris ved fellesbestilling (min. 10 stk.) til laget.

Spons på egne lag:

- Lagene skal ikke foreta oppsøkende virksomhet overfor sponsorer med mindre det er godkjent av hovedstyret på forhånd. I dette ligger også at sponsorer bør ha en viss tilknytning til det aktuelle laget, f.eks. foresattes arbeidsgivere o.l.
- Enhver sponsor og avtale skal på forhånd skriftlig godkjennes av hovedstyret før avtaleinngåelse. Dette bl.a. for å unngå konflikt med klubbens eksisterende og potensielt nye samarbeidspartnere.
- Tilførte sponsormidler skal komme hele laget til gode.
- Fakturering av sponsoravtaler gjøres av klubben på vegne av laget, signert avtale som benyttes som fakturagrunnlag sendes til økonomiansvarlig.

Profilering av lagenes egne sponsorer:

- Lagene gis anledning til å ha reklame for egne sponsorer på gensere, jakker, sekker og t-skjorter.
- Lagleder sørger for innkreving av evt. egenandeler fra spillere/foresatte.

Profilering på kampantrekk:

- Det gis ikke dispensasjon til egen draktreklame for lagene.
- Avtale om draktreklame inngås kun av hovedstyret som inngår avtaler på vegne av hele klubben.
- Øvrig kampantrekk, dvs.; shorts og strømper skal være fri for reklame.

Forsikringer

Alle barn som er medlemmer av lag tilsluttet NIF, er forsikret gjennom Norges Idrettsforbund frem til den datoen de fyller 13 år. Eldre utøvere forsikres gjennom en egen forsikring fra det aktuelle særforbundet som kommer i tillegg til medlemskontingent og eventuell treningsavgift i klubben.

Anlegg og utstyr

Siggerud Idrettslag benytter følgende anlegg:

- Klubbhuset – SIL har alt ansvar her.
- Siggerudhallen – kommunen har ansvaret her, SIL må følge regler for utleie gitt av kommunen.
- Siggerud fotballbane – kommunen har ansvaret her, SIL må følge regler for utleie gitt av kommunen.
- Siggerud sykkelpark – kommunen har ansvaret her, SIL må følge regler for utleie gitt av kommunen.

Personlig utstyr:
Shorts og sokker dekkes av den enkelte eller via lagets lagkasser.

Klubbens utstyr:
Drakter dekkes av klubben, og leveres inn etter hver sesong.

Utmerkelser og æresbevisninger

Siggerud Idrettslag deler ut hedersbevisning til medlemmer som har ytt laget store og verdifulle tjenester, som man ønsker å hedre.

Følgende hedersbevisninger kan gis i Siggerud Idrettslag:

A. Æresmedalje med diplom (lagets høyeste utmerkelse)
B. Fortjenestemedalje
C. Hederstegn

Rådet for hedersbevisninger:

Rådet for hedersbevisninger skal bestå av minimum 3 medlemmer som skal velges på lagets årsmøte, og kandidater foreslås av årmøtets valgkomité. Hvert medlem velges for 3 år og kan gjenvelges. Rådet velger selv sin leder og sekretær. Medlemmer av Rådet skal selv inneha en hedersbevisning.

Kriterier for tildeling av hedersbevisninger:

- For tildeling av Hederstegn eller Fortjenestemedalje fordres minimum 5 års medlemskap, og for utnevnelse av Æresmedlem 10 års medlemskap. Under særlige omstendigheter kan man fravike disse kravene.
- Siggerud Idrettslag er en organisasjon som ivaretas og drives av medlemmers frivillighet for å gi barn, ungdom og voksne et idrettslig- og sosialt tilbud i lokalmiljøet. Medlemmer som foreslås til å motta hedersbevisning skal ha ytet innsats og arbeid over lang tid til beste for lagets fellesskap og skal ha et engasjement ut over hva som kan forventes.
- Oppfølging og trening av egne barn og lag hvor egne barn er aktive, er en vesentlig innsatsfaktor for laget. Denne innsatsen alene anses normalt ikke tilstrekkelig for å motta hedersbevisning, men Rådet foretar vurderinger ved hvert forslag.

Forslag til hedersbevisninger:

- Forslag om tildeling av hedersbevisning kan fremmes av hovedstyret, gruppestyrene eller minst 25 stemmeberettigede medlemmer av laget. Rådet kan selv foreslå kandidater til hedersbevisning.
- Forslag leveres Rådet innen 1. november, og forslaget skal være skriftlig og godt begrunnet i henhold til kriteriene for tildeling.

Behandling av forslag:

- Rådet vurderer forslag og innhenter nødvendig supplerende opplysninger om foreslått kandidat.
- Rådets innstilling til tildeling av hedersbevisning fremmes av leder av Rådet på et hovedstyremøte hvor forslaget krever 3/4 flertall blant de tilstedeværende for at innstillingen kan godkjennes. Aktuelle kandidater til hedersbevisning deltar ikke på dette møtet.

Tildeling av hedersbevisning:

- Tildeling foretas av Rådet på lagets årsfest eller annen felles tilstelning for hele laget.
- Rådet begrunner tildelingen med en kort oppsummering av medlemmets innsats for laget.
- Rådet overrekker medlemmet for:
    - Æresmedalje: Innrammet diplom og skriftlig begrunnelse.
    - Fortjenestemedalje: Nål med Siggerud IL emblem, eikeblader og norsk flagg. Skriftlig begrunnelse.
    - Hederstegn: Nål med Siggerud IL emblem og skriftlig begrunnelse.