



Glede - Gode holdninger - Utvikling - Langsiktighet

FIF-POSTEN

www.fagerstrand.no

NR 2 • 2005 INFORMASJON FRA FAGERSTRAND IDRETTSFORENING



FOTO: AKERSHUS AMTSTIDENDE



FOTO: TROND FOLCKERSAHM

Mangedoblet tilbud til jentene

Inntil våren 2002 hadde FIF et magert tilbud til jentene i lokalmiljøet. Hovedstyret satte derfor i gang et arbeid for å skape et bedre tilbud til yngre jenter på Fagerstrand. Parallelt ble det jobbet med å bevisstgjøre dette i de eksisterende gruppene. Resultatet av dette langsiktige arbeidet er at tilbudet til denne målgruppen er mangedoblet de siste tre årene. I denne utgaven av FIF-posten fokuserer vi spesielt på jenter i alle aldre.

Av SVEIN JOHNSEN, styreleder FIF
Hovedstyret nedsatte våren 2002 en arbeidsgruppe som skulle komme med en anbefaling til hvilke tilbud FIF skulle etablere for yngre jenter. For å finne ut hva målgruppen ønsket seg ble det foretatt en spørreundersøkelse. Denne la grunnlaget for anbefalingen om å etablere en håndballgruppe i klubben. Høsten 2002 startet etablering av en håndballgruppe. Resultatet av dette arbeidet ser vi nå: 111 medlemmer og hele 90 jenter er i dag aktive håndballspillere i FIF.

Det er imidlertid ikke bare håndball som sørger for at jentene er i aktivitet. I november 2002 ble innebandygruppa etablert.

Primus motor Carl-Otto Evensen startet umiddelbart opp med tilbud til to jentegrupper og tre guttegrupper. Siden den gang har tilbudet til jenter økt og teller i dag fire grupper. Parallelt med dette arbeidet begynte også fotballgruppa å fokusere på sitt tilbud til jenter, og våren 2003 ble det etablert et eget jentelag i fotballgruppa. Styrkegruppa, som kom i gang våren 2004, har også egen damegruppe på rundt ti medlemmer.

Dette langsiktige arbeidet har mangedoblet tilbudet til jenter i lokalmiljøet, og det er gledelig å se hvordan aktivitetene blomstrer!

Mer om dette utover i bladet.



**Fagerstrand
Idrettsforening**
p.b. 47, 1454 Fagerstrand
Org.nr. 974493586
www.fagerstrand.no

Kontaktpersoner:

Hovedstyret:

Svein Johnsen

Tlf: 66 91 56 15

srjohnsen@hotmail.com

Morten Fredriksen

Tlf: 66 91 94 30

morten.fredriksen@edb.com

Mona Nypan

Tlf: 98 26 50 04

mona.nypan@unibridge.no

Line Rødseth

Tlf: 66 91 54 33

lkrz@frisurf.no

Rolf Hildre

Tlf: 66 91 90 38

rolfhild@online.no

Fotball:

Åge Wedøe

Tlf: 66 91 8818

age@storyfactory.no

Allidrett:

Bodil Granung

Tlf: 98 48 98 23

bodil@computus.no

Innebandy:

Carl-Otto Evensen

Tlf: 66 91 12 28

carevens@online.no

Håndball:

Geir Paulsen

Tlf: 66 91 03 77

gpaulsen@ccnordic.com

Klubbhuset:

Ulf Wengersgaard

Tlf: 66 91 91 30

ulf.wengersgaard@c2i.net

Styrkegruppa:

Bente Werner

Tlf: 66 91 93 38

rune-wer@online.no

FIF-posten nr. 2/2005

1.900 eksemplarer

Ansvarlig redaktør:

Mona Nypan og Rolf Hildre

Utforming og trykk:

Rødsten Trykkeri AS

1450 Nesoddtangen

Distribusjon ved Follo Distribusjon

tlf. 915 56 964 / 66 91 07 57

Vi fortsetter den positive utviklingen...

I denne utgaven av FIF posten fokuserer vi på det målrettede arbeidet vi har hatt i klubben de siste årene med å gi jenter et godt idrettstilbud. Resultatet av dette langsiktige arbeidet er at tilbudet til denne målgruppen er mangedoblet de siste tre årene.

Vi kan vi takke våre kvinnelige styremedlemmer og trenere for en stor del av denne positive utviklingen.

FIF har mange ildsjeler som bruker mye av sin fritid på å skape et godt fritidstilbud.

Noen av disse er Ulf Wengersgaard, Jon Tjernshaugen og Espen Karlsen. De har i år jobbet iherdig med å oppgradere vårt kjære klubbhus og klargjøre det til utleie for barnehage til både Frivillighetssentralen og Nesodden kommune. De har fått god hjelp av dugnadsvillige foreldre i gruppene til dette arbeidet. Jeg ønsker å takke alle som har jobbet dugnad på klubbhuset og dermed bidratt til å sikre klubben kjærkomne utleieinntekter.

FIF-huset fremstår nå som et flott klubbhus som egner seg svært godt for utleie til både kurs og andre sosiale formål. Det har i år blitt kjøpt inn og montert utstyr som muliggjør visning av TV, Video og data på storskjerm, som vi tror vil være svært nyttig for våre grupper og leietakere.

Utvidelsen av Myklerudbanen har stått på agendaen dette året. Øivind Stenbek har hjulpet oss i dette arbeidet, og han har gjort en kjempejobb når det gjelder

fremdrift og avklaringer i forhold til kommunen. Vi var nødt til å endre de opprinnelige planene om plassering, og er i dialog med grunneier om et annet areal. Årsaken er at dammen i enden av Myklerudbanen inneholder salamandere. Området er



også et LNF-område, og det betyr at vi må søke om å få omgjort arealet til idrettsformål.

Allidrettsgruppa har fått ny leder i høst, og jeg ønsker Bodil Granung velkommen til klubben.

Samtidig ønsker jeg å takke avtroppende leder Ann Kristin Gullie for den innsatsen hun har gjort som leder for Allidretten det siste året.

Arbeidet med våre hovedsamarbeidspartnere er videreført dette året. Hvem disse er kan du se på siste siden av FIF-Posten.

Våre samarbeidspartnere vil med sin støtte være med å bidra i den videre utviklingen av klubben. De er dermed også med på å støtte det positive og forebyggende arbeidet som et idrettslag står for i lokalsamfunnet.

Jeg vil sist men ikke minst takke alle trenere, lagledere, foreldrekontakter og aktive for den innsatsen de har gjort for klubbens positive utvikling. I tillegg ønsker jeg å takke styremedlemmer, foreldre og andre som gjør det "usynlige" men likevel viktige arbeidet i gruppene. Det er en glede å se resultatene av deres fantastiske innsats!

Så gjenstår det bare å ønske alle en riktig god og fredfull juleferie!

Svein Johnsen, desember 2005

Allidretten: Allsidig aktivitet, lek og moro!

Av **BODIL GRANUNG** og **LINE RØDSETH**.

Lek og bevegelse

Allidretten har alltid fokusert på uhøytidlig lek, bevegelse og samvær. Denne sesongen har vi to grupper fordelt på årskull 1999, 2000 og 2001. Trenerne våre har i høst fått ide-påfyll for aktiviteter i sal. Når, eller kanskje hvis, snøen kommer tar vi en aketur eller skitur i nærmiljøet. Vi prøver oss også på skøyter hvis vi får is. Til våren kan det hende vi tusler en liten tur i skogen og henger litt i trærne.

Og vet dere hva? Dette synes ungene det er gøy å ha med foreldrene på! Og de fleste voksne har godt av litt bevegelse og lek. Så her er en oppfordring: Ta med deg barna og bli med og lek! Du trenger ikke være med hver gang, men hyggelig for oss alle om det blir av og til.

Lek i vann

Som om lek i trær, sal og natur ikke er nok disponerer vi bassenget hver fredag. Mye lek sprut og moro. Hovedtrenerne for gruppene og svømming er Kari Vestby, Angela Riquelme og Else Marie Wenersgaard



Alle trenger en pust i bakken innimellom!



Basseng-kveldene er kjempepopulære!

Ny leder for gruppa er Bodil Granung

Håper våre aktive barn vil være med oss noen år fremover, så lek kan være en buffer før alvoret setter inn. Jaggu kan man få en proff skiløper eller fotballspiller som har litt annet i bagasjen før de fyller 12 år. Motorikk og fysisk aktivitet er allikevel viktig.



Dansegalla i Bakkeløkkahallen

Jenny Jenssen med en av gutta i bandet før det braker løs. Dugnads-gjengen fra FIF i bakgrunnen.

Lørdag den første oktober arrangerer fotballgruppa i FIF dansegalla i Bakkeløkka flerbrukshall!

Av BJØRN WILLY BJERKELUND, arrangementskomiteen.

Idèen

FIF-veteran Vidar Syvertsen fikk idèen, og etter behandling i fotballstyret på vårparten ble det besluttet å gjennomføre dansegalla i Bakkeløkka flerbrukshall den første lørdagen i oktober. Tanken var å skape liv og røre på Fagerstrand, få litt blest omkring FIF, og vise fram den fine flerbrukshallen vår. Det tror jeg jeg gatte!



Det vanket selvfølgelig blomster til vokalistene. Bilder fra www.septimus.no

Forberedelsene

En arbeidsgruppe bestående av styremedlemmer og andre frivillige ble dannet allerede i mai. Det tar tid å forberede et slikt evenemang! Hallstyret tok ansvar for mat- og kiosksalget.

Den store kvelden!

Etter kjempeinnsats fra veldig mange var endelig alt klart. Dørene åpnet kl 18, og dansebandene Trond Eriks og Jenny Jenssen og Septimus spilte opp til dans fra klokken 20. Da klokken passerte 21 var dansegulvet stuvende fullt og stemningen høy, og det holdt seg kvelden ut.

Totalt var det rundt 300 gjester innenfor dørene, men vi hadde plass til 500, så vi kunne gjerne tatt imot flere. Bortsett fra at alle fikk en tur ut i friluft på grunn av en brannalarm tidlig på kvelden, gikk det hele som planlagt. Det var svært hyggelig å få tilbakemeldinger fra gjester om at man syntes dette var et flott arrangement og at dette var noe man kunne tenke seg å være med på flere ganger. Vi fikk også skryt fra bandene, både for arrangement og dansegilde gjester, og det er vi stolte av.

Fotballgruppa ønsker å rette en stor takk til alle som bidro til et vel gjennomført arrangement, tusen takk skal dere ha! Kanskje det blir dansegalla neste år også?



*La deg inspirere -
aktivitet gir glede!*

Nærsenteret på Tangen
Tlf 66 96 32 00 Faks 66 96 32 01
e-post sporten@e-huset.no
www.e-huset.no

Som medlem i NIF
får du rabatt hos Sport'n på alle
ordinære priser

Vi støtter idretten på Nesodden!

Energihuset Treningssenter:

Til deg som ikke har tilbud i NIF eller
som ønsker annen form for trening
– vi hjelper deg i gang!!

Mer info får du på: www.e-huset.no, eller tlf. 66 91 40 40
Velkommen til en prøvetime i våre lokale ved Nesodden kirke.



Innebandyjentene stormer frem!

EMBLA er symbolet for norsk innebandys jenteprosjekt. Og som i mytologien skal hun symbolisere vekst for jenteinnebandyen, kreative innebandyjenter og spennende prosjekt.

EMBLA er jenter som vil ha det gøy med innebandy.



Av **CARL-OTTO EVENSEN**, leder innebandygruppa

Våre EMBLA-jenter, Ingrid, Martina, Christina og Emilie, skal:

- Være aktivitetsskapere i klubben sin, og arrangere innebandyaktiviteter spesielt rettet mot jenter.
- I løpet av sesongen 2005/2006 starte opp et eget ukentlig aktivitets-/treningstilbud for jenter.
- I løpet av sesongen 2005/2006 arrangere minst 2 innebandyarrangement.



FOTO: TROND FOLCKERSAHM

Arrangementene skal ha som hensikt å rekruttere flere jenter til å starte med innebandy, men arrangementene kan gjerne være åpne for alle.

Minijenter.

Våre EMBLA-jenter har sørget for at FIF Dragons nå har egne treninger på mandager i Bakkeløkka flerbrukshall kl. 18.30—19.15 for jenter født i 1999/1998/1997/1996/1995 (Minijenter).

Minijentene var med og spilte kamper i Minirunden i Bækkelagshallen søndag 20. november. Her viste våre yngste jenter stor idretts glede i fire kamper. Det ble også registrert stor iver hos samtlige foresatte. Under kampene synliggjorde de fleste foresatte at de har store potensialer som trenere og ledere for jenter, så fremtiden i FIF Dragons på trenerresiden for jenter er godt sikret.

Jenter/kvinner er en viktig del av styret, det sportslige og miljøet i FIF Dragons. Innebandyen har en målsetting og et styrevedtak som sier at jenter og gutter skal ha like tilbud i alle aldre.

I dag har vi egne Minijentelag og Jentelag og i tillegg spiller det jenter på samtlige guttelag (Minigutter, Lillegutter 94/95,



FOTO: TROND FOLCKERSAHM

Smågutter 90/91 og Guttelaget 88/89/90). Vi har jenter med som trenere, dommere og ledere.

Styret håper at vi på kort sikt kan få til at vi kan stille egne Lillejentelag og Småjentelag slik at vi på denne måten har lag både for jenter og gutter i alle klasser.

TimeOut.

Fagerstrand IF innebandy er eneste innebandy-avdeling-/klubb som er med i TimeOut-prosjektet til Norges Idrettsforbund. Dette er et prosjekt som i første omgang rettes mot spillere i 11-13 års alderen og trenere/foresatte til disse. Dette for å være med på å skape gode idrettsmiljøer for barn og ungdom og på denne måten være med på å forebygge at disse

starter med rus/røyk i tidlig alder. Mer om TimeOut på www.fagerstrand.no (nettsiden til Fagerstrand IF).

FIF Dragons "vokser" snart ut av Bakkeløkka flerbrukshall.

Pågangen fra barn og ungdom (fra 6 til 60 år) er stor for å være med å oppleve innebandy. Problemet vårt, som for de fleste hallaktivitetene på Nesodden, er at tid i hall ikke strekker helt til for å kunne gi alle et så godt tilbud som vi ønsker. Vi har i dag pågang av skolebarn fra samtlige barne- og ungdomsskoler på Nesodden i tillegg til Dal skole. Vi har foreløpig plass til pågangen av nye spillere og håper at vi slipper å sette barn og ungdom på venteliste på grunn av manglende hallkapasitet.

Treningstider f.o.m. 1. oktober i Bakkeløkka flerbrukshall

Mandager

Kl. 1600-1700 Jenter (91-92-93)
Kl. 1830-1915 Jenter (95-96-97-98)
Kl. 1915-2000 Gutter (95-96-97-98)
Kl. 2000-2100 Jenter (88-89-90)
Kl. 2100-2215 Gutter (88-89-90)

Onsdager

Kl. 1630-1730 Gutter (93)
Kl. 1730-1830 Gutter/Jenter (94-95)
Kl. 1830-1930 Gutter/Jenter (91-92)
Kl. 1930-2015 Gutter/Jenter
Kl. 2015-2115 Halvøya IBK (menn sr.)
Kl. 2115-2215 Kvinner/Menn 1980 el. tidl.)

Har du lyst til å prøve Innebandy?

Alle som har lyst til å prøve innebandy får en prøvetid på 3 uker. I denne perioden kan du få låne en innebandykølle av klubben. Ellers trenger du vanlig treningstøy og innesko.

Senest etter 3 uker må du melde deg inn i FIF og må da også kjøpe din egen innebandy-kølle. En innebandykølle koster fra ca. kr. 400,- eller dyrere. Det er viktig når du kjøper en innebandykølle at den er godkjent for bruk i kamper. Det eneste klubben forventer av deg som utøver er at du trives med innebandy som idrett og at du trives sammen med de andre på laget og treneren din.

Kontaktperson Carl-Otto Evensen • carevens@online.no • Tlf. 66 91 12 28

SAMARBEIDS- PARTNERS SPALTE

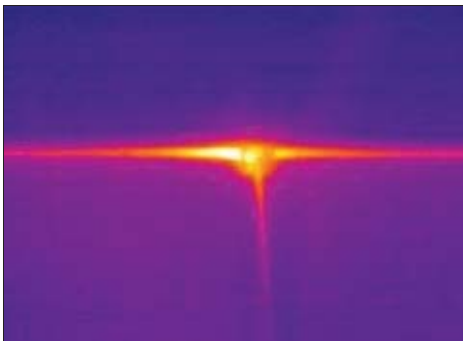
Samarbeidet mellom FIF og klubbens nye hovedsamarbeidspartnere er i full gang. For at medlemmene skal bli kjent med disse vil FIF-posten ha en fast spalte hvor hver og en blir presentert.

Denne gangen er turen kommet til Nett-Partner AS.

Av SVEIN JOHNSEN, styreleder FIF Nett-Partner AS, tidligere Nesodden Energi, har siden tidlig på nittenhundretallet vært en viktig leverandør av el-tjenester på Nesodden. I tiden fram til endringen fra Nesodden Energi til Nett-Partner AS hadde selskapet ansvar for all drift og bygging av linjer i kommunen. I dag er det Energi 1 som har nettansvar mens Nett-Partner AS har blitt et rent montasjeselskap. Nett-Partner AS som installasjonsbedrift er en virksomhet som fortsatt har stor betydning i lokalmiljøet, og avdelingen har i alle år hatt en stor del av installasjonsmarkedet både når det gjelder boliger, industri og andre næringsbygg. Ikke minst i Fagerstrandsområdet har dette vært tilfelle. Det siste store anlegg er Bakkeløkka flerbrukshall. Et anlegg som FIF også har stor nytte av.

El-sikkerhetstjenester, som gjøres på oppdrag av Energi 1 og som bidrar til å sikre liv og eiendom, har etter hvert blitt et annet viktig arbeidsområde for Nett-

Partner AS. I hovedsak utføres el-sikkerhetsarbeidet i henhold til føringer fra sentrale myndigheter, men her kan du som kunde også søke hjelp hvis du er urolig for kvaliteten på elanlegget. Et nytt tilbud er muligheten for å få en kontroll av elanlegget ved hjelp av termografering foretatt av NEMKO-sertifiserte medarbeidere. Med termofotografering avsløres de svake punktene uten demontering av anlegget. Nett-Partner AS har samarbeidet med FIF i mange år. Hovedårsaken er at de som lokal energileverandør og installatør ønsket å støtte lokale grupper som var med på å gjøre lokalmiljøene levende og samlende. Det har selvsagt også hatt betydning at mange av selskapets medarbeidere har hatt adresse på Fagerstrand. Nett-Partner AS ønsker å støtte FIFs arbeid også i tiden fremover, både fordi et slikt samarbeid gir positive ringvirkninger for nærmiljøet og fordi Nett-Partner AS kan være et aktuelt tilbud når eloppgaver skal løses.



Termofotografering: Her ser man hvordan feilen i el-anlegget framkommer ved kontrollen. Bildet til venstre viser hva man ser uten kamera, mens bildet til høyre avslører feilen.

Montér®

MONTÉR FAGERSTRAND
Tlf. 66 96 52 40

bare lave priser



REMA 1000 Nesodden
Åpningstider: 8 - 21 (9 - 20)

Mål og verdi- grunnlag

FIF skal gi lokalsamfunnet, spesielt barn og ungdom, et godt idrettslig tilbud og et stimulerende og godt sosialt miljø for både medlemmer, trenere og foreldre. Vi ønsker at våre medlemmer skal være kjent for glede og gode holdninger, både under konkurranse, trening og i andre sammenhenger.

Fire verdier ligger til grunn for FIFs aktiviteter:

**Glede - Gode holdninger -
Utvikling - Langsiktighet**

Les mer om FIFs mål og verdi-
grunnlag på www.fagerstrand.no



Flere kvinner gir positiv utvikling

FIFs tilbud til jenter har blitt mange-doblet de siste tre årene. En stor del av denne positive utviklingen kan vi takke våre kvinnelige styremedlemmer og trenere for.

Av SVEIN JOHNSEN, styreleder FIF
I klubbens vedtekter står det at kjønnsfordelingen i medlemsmassen skal være retningssivende for sammensetningen av styret, dog slik at det er minst to representanter fra hvert kjønn. De siste årene har våre grupper hatt en økning i antall kvinnelige styremedlemmer. Dette har skjedd i takt med det økede idrettstilbudet vi har skapt de siste årene. Disse har bidratt til

at klubbens tilbud til jenter har fått oppmerksomhet.

Våre 15 kvinnelige styremedlemmer i hovedstyret og gruppene gjør i dag et fremragende arbeid for klubben.

Kvinnelige styremedlemmer bidrar til at diskusjoner får en "kvinnelig" vinkling på saker før beslutninger tas. De mange kvinnelige trenerne bidrar til den positive utviklingen, og synliggjør overfor aktive så vel som foresatte at det ikke bare er menn som kan lede lagene fra sidelinja med fast hånd.

Kvinnelige trenere og ledere er en styrke for klubben, og er gode rollemodeller for våre aktive, spesielt jentene.



CONTAINER
NORWAY AS

www.container-norway.no

Tlf. 66 96 55 20

Velværesenteret

FAGERSTRAND

ABSOLUTT HYGGELIG

66 91 50 50

Selvbetjent Internett

Husk vår populære Quiz-kveld, siste lørdag hver mnd.

Alle rettigheter. Velkommen

HANDLERIET

NYSTEKTE BAKERVARER

Hver dag 10-22. Lør/søn 11-22

66 96 03 40

2. etg kan tilby skreddersydde velværepakker for grupper/lag som ønsker det lille ekstra. Selvbetjent sol

NOE XTRA

Personlig pleie og utvikling • Fotpleie/massasje, parafinbehandling, negledesign, m.m. Reiki og coaching. Gavekort selges.

Tif. 988 89 689

UNIQUE

Hud og velværesalong • Hudpleie/dyprens, massasje, kroppsinnpakninger, lifting, muskelstimulator m.m. Gavekort selges

Tif. 419 264 45

BLOMST & GAVEBUTIKKEN

KRISTIN «TUPPI» LARSEN

Lager alt i dekorasjoner, buketter, sorgbinderi og bryllup.

Ring 66 96 00 81

Småbarn og idrett; Bare lek og moro?

Debatten om hvor tidlig barn skal spesialisere seg innenfor en enkelt idrettsgren er langt fra ny, men like fullt stadig aktuell. Ikke minst er det viktig for et idrettslag som har barn og unge i sin målgruppe å ha et bevisst forhold til problemstillingen.

Av INGER LISE WELHAVEN
For en del år siden ble bestemmelser om Barneidrett knyttet til lovverket i Norges Idrettsforbund.

– Bestemmelsene fastslår at man ikke bør drive spesialisering innen en idrett før barna er mellom 10 og 12 år gamle. Det betyr imidlertid ikke at man ikke kan begynne opplæringen innen enkelte eller flere idretter. Hovedpoenget er at aktiviteten skal være preget av lek og allsidighet, og være en innføring og innfallsport til flere idretter, forklarer Torbjørn Tråslett (bildet) som er leder for idrett og kompetanseavdelingen i Norges Idrettsforbund (NIF). For mange foreldre kan det være vanskelig å ikke bli overivrig på sine egne barns vegne. Mange har gode minner fra sin egen oppvekst hvor de selv var aktive innenfor en spesiell idrett, og ønsker så inderlig at barna skal få ta del i det samme. Ser man attpåtil et talent hos sin lille håpefulle er det lett å bli en pådriver for tidlig spesialisering.

– Forskning viser at de som blir aller best



innenfor en idrettsgren har hatt en allsidig bakgrunn. En undersøkelse viser blant annet at 18 toppidrettsutøvere helt klart var veldig aktive som barn, og at de drev med mange forskjellige aktiviteter. De som begynner spesialiseringen tidlig når sitt eget toppnivå tidligere enn de som har en allsidig bakgrunn. Forskningen tyder imidlertid på at disse ikke når like høyt som barn som har en mer allsidig tilnærming, forteller Tråslett.

Olympiatoppen og toppidrettsutøvere har i den senere tid blitt mer opptatt av basistrening. Det betyr for eksempel at hvis du vil bli en bra ballspiller må du også trene balanse, koordinasjon og styrke. Blir det så helt feil når en klubb som Fagerstrand

Idrettsforening inviterer seksåringene til fotballtrening? Ikke nødvendigvis, ifølge Tråslett. –Hvis det bare sparkes fotball kan dette være en begynnende spesialisering. Hvis derimot idrettsforeningens totale tilbud til ungene omfatter flere tilnærminger og idrettsgrener, og dette benyttes, er det helt greit med enkeltgrupper, fastslår han. Aller helst ønsker Idrettsforbundet at barn opp til 12 år deltar i såkalte allidrettsgrupper. Derfor er NIF veldig fornøyd med alle de nye allidrettsgrupper- og skoler som dukker opp rundt omkring i landet. –Mange av disse gruppene dukker opp nettopp fordi foreldrene ønsker at barna skal få en allsidig tilnærming til idretten, noe vi ser svært positivt på, understreker Tråslett.

Follo Distribusjon støtter FIF

Distribusjon på Nesodden?

Tlf 66 91 07 57 • Faks 66 91 07 56

Telefonen er betjent tirs og tors kl. 10-12

Bestemmelser om barneidrett – Norges Idrettsforbund og Olympiske komité

Barneidrett bør i stor grad sees på som en forlengelse av barns egenorganiserte lek og spill. Dette er en del av barnekulturen som er viktig å ta vare på. Det bør derfor oppfordres til egenorganisert aktivitet i nærmiljøet uten voksen-deltagelse. Det organiser-te tilbudet skal være lek-betont, og ikke styres av voksenidrettens vurderinger og krav. Planer for tilbudet (årsplaner) må inneholde progresjon, slik at grad av mestring økes i takt med barnets forutsetninger og utvikling. Allsidighet må hele tiden ha en helt spesiell plass i barneidretten.

Idrettsopplæringa for barn bør følge følgende utviklingsplan:

5-7 år: Lek og allsidig aktivitet for å stimulere barns utvikling og de aldersbestemte trenbare egenskaper.

8-9 år: Allsidig aktivitet med sikte på opplæring og innføring i flere forskjellige idretter.

10-12 år: Allsidig aktivitet, opplæring og begynnende spesialisering i enkelte (en eller flere) idretter.

Vil du vite mer?

Se www.nif.idrett.no eller www.fagerstrand.no

Fotballdilla i ett voksende lite lokalsamfunn

FIF er vel å regne som en ungdom her i landet. Jeg har lyst til å minne lesere av FIF-posten om at nær sagt alle klubbene i våre omgivelser har flere medlemmer og mye større bredde i antall per aldersbestemte klasser.

Av TOM LIEN, trener FIF 96
Hvorfor tenker så jeg på dette? Som forelder med til dels ekstrem fotballdilla bruker jeg mye av fritiden min på denne sporten. Utfordringen som vi i FIF står ovenfor er å beholde våre barn og unge så lenge at vi kan si at vi har lært dem alt vi som en liten klubb har å tilby. Hva har vi så å tilby? Vel, det er mange ting å tenke på i utviklingen av tekniske ferdigheter, men ikke minst må vi også tenke sosialt. Vi er tross alt en liten breddeklubb.

Lokal tilhørighet

For det første skal det alltid være lov å være god! Dette er nå den største utfordringen for FIF på lik linje med alle klubber som utfordres på spillere fra en som har en høyere status enn den man selv representerer. FIF er idag så heldig at vi har spillere og trenere i klubben som har erfaring fra både bredde- og toppfotball. Dette kan vi

uomtvistelig se på resultatene som mange av våre lag presterer når vi møter antatt sterkere lag med tilgang til adskillig bedre forhold og tider å trene på. Men som Tom Nordli så greit sier det - det er gratis å trene - det kommer bare an på innsatsen. Jeg vil derfor minne om det magiske ordet - Lokal tilhørighet - Det er mange med meg som mener at det er vesentlig for engasjementet og treningsvilje for de unge at det skal være enkelt å ta seg til og fra trening. Så snart man skal bruke mere enn en halv time til og fra en treningsøkt går dette ut over andre behov som de unge måtte ha. Særlig gjelder dette skolearbeid (selv om de synes det er et ork) eller rett og slett den sosiale omgangen med skolevenner. Undertegnede har både fra eget miljø og gjennom utveksling av erfaring med andre klubber, sett at spillere som utvikler et potensiale drar til klubber med større bredde og bedre treningsfasiliteter. Selvsagt er dette lov - det skulle bare mangle! Men i slike situasjoner skal foresatte være klar over at i tillegg til treningen kommer den nevnte reisetiden. Det har vist seg gang på gang i mange av klubbene at spille-

re finner dette veldig slitsomt, og får ikke den forventede utviklingen. Mange blir lei, og effekten er rett og slett at de søker seg tilbake til den lokale tilhørigheten.

Det er i slike situasjoner vi får en utfordring. Problemet for en liten klubb som FIF er at lagene går i oppløsning! Vi er i utgangspunktet så få spillere i hvert kull at det er nok til ett 11'er lag. Når en eller flere går til andre klubber har vi ikke noe tilbud til de som blir igjen her på Fagerstrand.

Det er trist å registrere.

Så kjære foresatte til våre unge som øns-

ker at vi skal ha et tilbud til barna fra de er 6 til de er 18: Vi har mange muligheter som kan utnyttes i breddefotballens verden - men vi må ha et engasjert lokalsamfunn for å kunne ta vare på dette! Man trenger ikke være fotballekspert for å kunne bidra!! Det er tilrettelegging administrativt og selvsagt noe transport til og fra eventuelle kamper +++ - Jada, selvsagt er det dugnader, men hva gjør vel det når man blir kjent med så mye kjekke folk?

Kanskje vi snakkes?

Fra 0 til 25 på tre år

Jentelaget startet for-siktig for tre år siden. En håndfull små piker har nå vokst til noen-og-tjue knalltøffe Fagerstrand-jenter i alderen fra 12 til 14 år. Så mange har de blitt at lagledelsen nå vurderer om de skal stille to lag neste sesong. Da trenger de riktig nok noen jenter til, så dersom det er flere som vil være med så ta kontakt (adresser finner du på websidene

93-guttene har fått et nytt tilbud!

Ettersom laget hadde for få spillere til å stille lag i 11-serien neste år, valgte noen få å gå til NIF. Alle de som er igjen her og som ønsker det (noen har allerede begynt) – er hjertelig velkommen til å være med i en utvidet 94-gruppe. Den gruppen er allerede fotballmessig svært dyktige, og de vurderer nå å stille lag i 11-serien neste år (de går da opp ett årstrinn og spiller i 93-serien). Med tilgang av våre talentfulle 93 gutter vil dette kunne bli en mulig løsning neste år. Ennå er ikke alt avklart, men ta kontakt med Bengt Fagernes – så finner han helt sikkert en løsning.

Treningsavgift – har du betalt?

Hører du til dem som har glemt treningsavgiften for 2005? Kasserer melder at det fremdeles er noen som har glemt å betale den. Det er heldigvis ikke mange, men er du en av dem så vær snill å få betalt den snarest. Vi trenger hver krone. På forhånd takk for hjelpen!
Med hilsen
fotballstyret

Høsttilbud: Refleksvester kr 75,- FIF supporter t-shirt kr 100,-

Vestene får du kjøpt i Fagerstrand Storkiosk

Supporter-skjortene selges fra klubbhuset.

Send mail til fif@noit.no med opplysninger om hvilken størrelse du vil ha. (M L XL)

Laber dugnadsvilje

Det er med vemod vi må erkjenne at den fine dugnadsånden i fotballgruppa som har preget hele Fagerstrand-samfunnet i mange tiår, nå synes å ligge på sotteseng. Selv blant de som har sagt ja til dugnadsalternativet, er det mange som snur på hælen når de blir innkalt til å gjøre en innsats. Vi har forståelse for at det ikke alltid passer for alle. Men ettersom vi har hatt problemer med å stille folk på det ene dugnadsoppdraget etter det andre – kan vi ikke tolke det annerledes enn at dette vil folk helst slippe. For all del – mange har også stilt opp og gjort en formidabel innsats med alt fra flyttedugnader til dansegallaen i Bakkeløkkahallen. Hjertelig takk til dere. Det er kjærkomne kroner dere har bidratt med!

Basert på årets erfaringer vil Markedsgruppa komme til å fremme forslag for årsmøtet om at vi gjør det samme som Drøbak og andre – at vi skal kutte dugnader og heller sette opp treningsavgiften. Vi registrerer at både Drøbak og NIF har til dels langt høyere treningsavgifter enn oss.

Samtidig synes vi at det er litt trist også – det er så fantastisk mye positiv moro på disse dugnadene. Har du meninger om dette er fotballstyret lutrer øre. Send oss en mail, ring eller besøk et styremedlem.

Du finner adressene på www.fagerstrand.no

Nesodden Røde Kors



Norges Røde Kors

Har du litt tid til overs da bør du bli med i Røde Kors

Nesodden Røde kors er en frivillig humanitær organisasjon som består av og driver Hjelpekorps, Besøktjeneste, Ambulansetjeneste, Røde Kors Ungdom, Barn og unge i Røde Kors, Krise-Omsorgs tjeneste., Nesodden Røde Kors ble stiftet i 1956, og har i dag ca 500 medlemmer. Besøksadresse: Knutstua, Knutsvei 102, 1450 Nesoddtangen
Vi kan tilby deg opplæring i førstehjelp, arbeid for og med andre mennesker i et trivelig og romslig sosialt miljø.

Vi du vite mer om oss kan du ta kontakt på telefon 90 87 30 73, eller skrive til postboks 296, 1451 Nesoddtangen

BLI MED

BLI MEDLEM

Spennende satsing for G 90 og A-laget

Det er nå under etablering en egen treningsgruppe bestående av våre talentfulle G90 spillere og A-laget. Hensikten er at 15-åringene våre skal få brynt seg skikkelig mot eldre og dyktige fotballspillere, samtidig som mange av dem selv er istand til å tvinge frem noen ekstra svettedråper på de etablerte A-lagsspillerne.

Av ÅGE WEDØE, leder fotballgruppa
Foreløpig er dette et treningssamarbeide, men vi ser ikke bort fra at om ikke lenge så vil vi kunne se at A-laget får en etterlengtet foryngelse. Mye har skjedd bare i høst – der de beste spillerne fra 88-årgangen meldte seg tilbake til tjeneste på A-laget. Noen av dem har allerede markert seg svært godt i seriekampene. I følge hovedtreneren for gruppen, Terje Davidsen – er det en klar målsetting å få A-laget opp en divisjon i løpet av kort tid. Det tror vi de klare!

Et viktig resultat av dette nye tilbudet, er at klubbens yngre talenter ikke lenger behøver å tenke på å skifte klubb når de blir 14-15 år - for å bli virkelig god. Nå finner de tilbudet i egen klubb; solide trenere og støttespillere som de neppe finner bedre andre steder, vi har nærheten til klubben og treningsområdene, og vi er en lokal klubb som kjenner spilleren gjennom mange år og som støtter ham/henne i den videre utvikling.

Følg utviklingen av den nye gruppen på våre websider!



Håndlaft as

1450 Nesoddtangen

Tlf.: 950 23 777 - 906 80 819

Lsrusnor@online.no

www.haandlaft.com

FAGERSTRAND NÆRSENTER

Myklerudveien 3

Larkin

Tlf 66 96 00 16

Jeanettes
Hårstudio

Fagerstrand
Damen/hvite frisør

Tlf. 66 91 66 80



Tlf. 66 96 26 66

TOPP TIL TÅ

Frisør Hudpleie Fotterapeut Sol

1 ÅRSJUBILEUM!

Jubileumstilbud hele desember

Solkort kr 500

PS. Vi har splitter nye solrør!

Vi har også Gavekort til jul

Tlf. 66 91 94 57

ÅPNINGSTIDER

mandag 10 - 16

tirsdag 10 - 17

onsdag 10 - 16

onsdag Drop-in 16 -21

torsdag 10 - 19

fredag 10 - 17

lørdag 09 - 14



Av GEIR PAULSEN, leder håndballgruppa

Foto: Akershus Amtstidende

Ja slik kan det også formuleres. Eller hva med en-en-en. Saken er den at håndballgruppa i skrivende stund teller 111 registrerte aktive utøvere. Dette inkluderer ikke trenerne, ledere, styre eller foreldregruppe, men kun aktive, svette, blide og sunne håndballspillende barn, voksne, gutter og jenter. Det kan kanskje kalles en "luksusutfordring" for en håndballgruppe som er inne i sin andre seriespillende sesong, men tilveksten er så stor blant de yngste at det har vært opp mot 35 barn samtidig på trening. Dette blir det godt "sirkus" av og det gir trenerne Mona, Ole Erik, Anita og Jane, noen spesielle utfordringer. Styret ser et stort behov for å finne en bedre løs-

ning for de yngstes trening, men med kun 6,5 time per uke i hallen, er det ikke åpenbart hvordan dette skal løses.

Håndball er åpenbart noe for jentene! Hele 80% av våre aktive er jenter/damer og det er godt å konstatere at deltakelsen er stabil. Selv innenfor styresammensetning innfrir håndballgruppa alle "etablerte formelle og uformelle krav om kvinneandelen". Håndballgruppa har 60% kvinner i styret hvor de har ansvaret for sentrale deler av drift og utvikling, slik som økonomi (Astrid), sportslige utvikling (Gry), dommerhåndtering (Christine) og foreldregruppe administrasjon (Marianne). Så la det være sagt, uten disse sterke, motiverte og fantastiske jentene og damene, hadde ikke Fagerstrand håndballgruppe eksistert. Verken på banen eller rent administrativt. Når jeg også kan fortelle at 70% av våre trenere og hjelpetrenere er damer, så behøver ingen være i tvil om hvem som faktisk driver frem FIF sin håndballgruppe. Noe å tenke på for enhver leder i både organisasjons- og næringsliv med tanke på kjønnsbalanse i både styre og administrasjon



Veien mot målet.....

hva nå det måtte være!

Som vi har formidlet tidligere så bygges håndballgruppa på FIF sine 4 definerte

verdier, GLEDE, GODE HOLDNINGER, UTVIKLING OG LANGSIKTIGHET. Vi vet at det blir utfordrende å holde på våre spillere når de kommer opp i ungdomsskole-trinnet og spesielt når de går over til videregående trinn. Dette er enhver klubb, lag og idretts store utfordring. Men skal vi klare å være interessante nok, må noen grunnleggende områder være på plass. Som for eksempel et godt sammensatt styre, tilstrekkelig økonomi, en god trenerstab, engasjerte foreldre, gode fasiliteter og sist men ikke minst, fornøyde aktive utøvere med solid og god sportsånd. Bortsett fra antall treningstimer, som vi har behov for flere av, så er alle disse elementene svært godt på plass. Jeg henviser dere alle til håndballgruppas websider (<http://www.fagerstrand.no/haandball/>) for å lese mer detaljert informasjon samt se både bilder og kamprapporter. Svein Roar, som håndballgruppas web-ansvarlig gjør

en super jobb og har ofte oppdatert informasjon og bilder, nesten før kampene er ferdigspilt.

Så for å avslutte der jeg begynte, nemlig med de aktive. Vi har 4 lag i seriespill og det spilles nå flere kamper i måneden, hvorav mange avvikles i Bakkeløkkahallen. Vi har både tap og seire, straffekast og utvisninger, innsatsvilje og pågangsmot og selvfølgelig glede, samhold og engasjement. Dette skal vi klare å ta godt vare på videre fremover!

Jeg ønsker å takke alle involverte aktive spillere, trenere, foreldre og styremedlemmer for den fantastiske innsatsen dere gjør (det blir ingen kiosk-, tilsyn-, sekretariat- eller malejobb i juleferien). Jeg håper dere alle får en hyggelig, rolig og avslappende jul, det har dere vel fortjent.

God Jul og Godt Nytt År Til Dere Alle!
Med hilsen Geir, en stolt leder for en fantastisk håndballgjeng!

Foreldrekontaktgruppen – FIF håndball

Av MARIANNE ØREN

Det er en meget hyggelig oppgave å få delta i styret på vegne av foreldrekontaktene i håndballgruppa. Det er en hyggelig oppgave fordi man ved deltakelse har mulighet til å påvirke saker som er viktige for barna og gruppen som helhet og fordi man bringer videre verdifull informasjon mellom foreldregruppen og styret.

Foreldrene som deltar som foreldrekontakter er veldig engasjerte og flinke foreldre samt er en verdifull ressurs for håndballgruppa!

Foreldrekontaktene viderefremidler diverse informasjon og fordeling av forskjellige oppgaver (som dugnadsfordeling og hjelp til arrangementer) til foreldre og spillere i eget lag. I tillegg er de en ressurs innad i laget hvor de er engasjerte og trekker i



trådene på forskjellige aktiviteter. De fungerer som talerør for foreldrene og bringer videre innspill til styret.

Engasjement gir glede gjennom den gode fellesskapsfølelsen man får ved å bidra. Samtidig bidrar det til trygghet fordi man gjennom deltakelse samtidig etablerer nye og hyggelige bekjentskaper som igjen er verdifullt for ungene våre.

Håndballgruppa har en "god ånd" gjennom dyktig leder og stab. Det er et hyggelig sted å være aktiv! Til slutt vil jeg rette en takk til alle engasjerte foreldre som alltid stiller opp når vi "maser"

om hjelp til diverse. Jeg vil også påpeke at idrettsgruppa er foreldredrevet og basert på frivillig innsats og at det nettopp derfor er viktig at foreldrene er engasjerte! :O)

FIF bidrar til å bedre barnehagetilbudet på Fagerstrand

I oktober startet det en **Åpen Barnehage** i regi av **Frivillighetsentralen på Nesodden på FIF-huset**. De har **åpent mandag og onsdag fra kl 10-14**.

Av **ULF WENNERSGAARD**

Barn i følge med foreldre kan komme gratis og det er mulig å få noe å spise og å drikke. FIF legger til rette for dette ved å rydde bort en del møbler og å dekke sittegruppene.

Frivillighetsentralen betaler en leie som gir en kjærkommen ekstrainntekt for oss. I tillegg synes vi det er flott å kunne være med å forbedre tilbudet på Fagerstrand.

I januar vil Fagerstrand Barnehage åpne



en filial i kjelleren på FIF-huset i påvente utbyggingen av barnehagen. Til grunn for dette ligger en avtale som har kommet i stand etter en dialog med barnehagesjefen på Nesodden. I grove trekk innebærer avtalen at Nesodden Kommune leier treningsrommet i kjelleren. I tillegg er det avtalt en sambruk av gang og garderobes. Treningsrommet har gjennomgått en betydelig oppussing for å legge til rette for barnhagen. Det er lagt et sportsgulv lik det som ligger i

Bakkelløkk, det er malt og lyset er totalt fornyet. Leieavtalen innebærer at Nesodden kommune dekker ca halvparten av utgiftene i et engangsbeløp ved oppstart av leieforholdet som startet i november. Utenom gulvleggingen har dette betydelige oppussingsarbeidet vært gjort på dugnad. De største gruppene (håndball, fotball og innebandy) har deltatt og gjort at oppussingen har gått smertefritt. Håndballgruppa har gjort den største jobben denne gangen med en super malejobb. I tillegg har flere enkeltmedlemmer stilt opp på kort varsel og bidratt med fagkunnskap og kontakter. Tusen takk til alle sammen som har bidratt. Gulvleggingen er gjort av Gulv og Takteknikk AS som har vært meget profesjonelle og hjelpsomme.

Alt i alt tror vi at barnehagen får et bra lokale. Særlig får barnehagen et gulv som er meget godt egnet til barnehagedrift. Når FIF får tilbake lokalet høsten 2006 har vi et fleksibelt flerbruksrom som kan benyttes til alt fra teknikktraining for yngre fotballag, leies ut til små treningspartier av alle slag eller brukes til klubbkvelder og store møter.

Til slutt minner vi om muligheten for å leie FIF-huset til store og små anledninger! Løp og lei!!

Vi hjelper deg med alle typer el-installasjon!



98 28 03 15 98 28 03 16 98 28 03 17

ElektroGutta 
-alt i el-installasjon
40 00 23 05



FOLLO (tidl. ABC Renhold)

Tlf. 66 91 66 65/90 14 54 02

*KVALITETSSIKRET
RENHOLD*



MILJØVENNLIGE ANLEGGSMASKINER
E. Samuelsen,
Lillerudveien 35, 1464 Fagerstrand
Tlf. 66 91 91 08 • Mobil 976 59 696

Førstehjems lån

Hos oss kan du låne hele
summen til din første bolig og
få inntil 90% til laveste rente.

Kontakt oss på

815 00 590

eller besøk våre kontorer på
Nesodden eller i Drøbak.

DnB NOR

Vet du at styrkegruppa har egne treninger for damer?

Damegruppas hovedfokus er styrketrening hvor hver enkelt har sitt eget individuelle program.

Av BENTE WERNER og
KIRSTEN NINA BERGGREN

Det er også en del fellesaktiviteter for de som har lyst til å være med på det, sånn som balløvelser med Skanetics-baller og andre morsomme innslag. Vi har plass til flere damer som har lyst til å ha styrketrening som aktivitetsform, og kombine-



rer du det med bruk av den flotte naturen vi har her i Fagerstrandområdet så blir du garantert sprek. Det å ha dette tilbudet i vårt nærmiljø er viktig.

Ved dette har FIF fått en gruppe voksne kvinner inn som medlemmer. Det er også



en tanke at vi etter hvert skal utvide vårt tilbud til denne gruppen, hvis det viser seg å være interesse for det. Kom innom og hils på oss, vi er der på mandager og torsdager fra 18.00 til 19.00.



Erøy Regnskap AS

Autorisert Regnskapsførerselskap

Nesodden - Ski - Moss

Tlf. 66 96 59 00 • Fax: 66 96 59 01

astrid@eroy-regnskap.no



1454 Fagerstrand • tlf. 64 93 91 94 • Faks 64 93 94 80



FAGERSTRAND

Tlf.: 66 91 91 18 - 66 91 90 70

SKOGHEIM LANDHANDLERI AS

VÅRE HOVEDSAMARBEIDSPARTNERE




NETT-PARTNER
Tlf. 64 96 43 00



STATOIL



9-19(18)
Frihet til å velge
Meny Nesoddtangen
Tlf 66 96 51 00 - Fax 66 96 51 01



www.lys-lyd.net
telefon: 91 82 91 40
e-post: post@lys-lyd.net

UTLEIE OG SALG AV LYS- OG LYDUTSTYR
Salg av elektronikk • Bruktmarked for privatpersoner

Pukk - Grus - Sand - Fyllmasser - Veivedlikehold

Torstein Bakmand
Biltransport

Kontor: 66 91 46 65 Mobil: 950 83 001 - 950 82 988



FOR ET RENERE MILJØ
DØGNSERVICE - TLF. 09600

GLEDE - GODE HOLDNINGER - UTVIKLING - LANGSIKTIGHET