



KLUBBHÅNDBOK

Sørumsand Idrettsforening

Revidert 2026



Foreningsinformasjon

Foreningsnavn	Sørumsand Idrettsforening
Stiftet	21. november 1917
Idretter	Fotball, håndball, svømming, tennis, bueskyting, allidrett, e-sport, tur og friluftsliv
Postadresse	Sørumsand idrettspark, Sørumsand
E-postadresse	post@sif.no
Hjemmeside	sif.no
Organisasjonsnummer	971 265 051
Bankforbindelse	Aurskog Sparebank
Bankkonto	1271 35 56287
Regnskapsfører	Wepe Regnskap
Medlem av	Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité
Tilknyttet	Norges Fotballforbund, Norges Håndballforbund, Norges Svømmeforbund, Norges Bueskytterforbund, Norges Tennisforbund, Akershus idrettskrets, Lillestrøm idrettsråd

Innledning

Denne klubbhåndboka skal svare på de viktigste spørsmålene om Sørumsand Idrettsforening (SIF) og gjøre det enkelt å finne ut hva som gjelder internt i foreningen. Den skal sikre at det er kontinuitet i det som bestemmes og gjøres.

Klubbhåndboka er utarbeidet av administrasjonen og styret i SIF etter innspill fra gruppestyrer, trenere, utøvere og foreldre. Håndboka er et arbeidsverktøy for alle medlemmer, utøvere, foreldre, styret, komiteer, utvalg, ansatte, trenere og dommere.

Håndboka skal benyttes til å forstå og kommunisere hva som er viktig i foreningen vår, hvilken forening vi er, hva vi skal oppnå, hva vi tilbyr og hvordan vi gjør ting.

Dette skal være en levende håndbok som hele tiden oppdateres etter hvert som SIF utvikler seg videre. Innholdet skal presenteres for alle nye medlemmer i hovedstyret, gruppestyre, trenere og ledere i SIF i forbindelse med oppstart av hver sesong.

Foreningens historie

Sørumsand IF er et fleridrettslag med om lag 1 250 medlemmer. Foreningen organiserer aktivitet innenfor allidrett, fotball, håndball, svømming, tennis, bueskyting, tur og friluftsliv samt e-sport. De ulike idrettsgrenene er egne selvstendige enheter, men samarbeider nært, blant annet for å tilpasse treningstider for barn og ungdom med flere interesser. Vi ønsker å gi barn og ungdom i lokalmiljøet et godt og variert idretts- og oppvekstmiljø.

Sørumsand IF ble stiftet 21. november 1917 på Valstad kafé. Den gangen var det ca. 60 husstander og 200 innbyggere på Sørumsand. Foreningen startet i et beskjedent omfang, men i takt med økt folketall og sosiale forhold har SIF vokst til en stor organisasjon.

Fotball hadde den gangen, som nå, den største aktiviteten. SIF fikk sin første bane i 1918 og deltok i kretsserien for første gang i 1923. Foreningen ble da kretsmestere i klasse B. Innenfor ski var det stor aktivitet innen langrenn og hopp, og SIF hadde mange gode hoppere. Videre var både friidrett og bueskyting grener hvor foreningen hadde meget gode resultater. SIFs bueskyttere hadde flere norgesmestere og de fleste norgesrekordene på begynnelsen av 1950-tallet.

Opp gjennom årene har Sørumsand IF også hatt aktivitet innen skøyter, ishockey, svømming og tennis. I tillegg hadde foreningen en dramagruppe som spilte teater og revy, og som i 1940–50-årene var den mest inntektsbringende gruppa. I dag har SIF 8 grupper: fotball, håndball, svømming, tennis, bueskyting, allidrett, e-sport og tur og friluftsliv.

På 1950-tallet hadde foreningen flere anlegg som den gang ble oppfattet som noen av de mest omfattende i distriktet. Fotball og håndball ble spilt på en bane som lå i Industriveien der veistasjonen på Sørumsand ligger i dag. SIF hadde videre en hoppbakke med flomlys liggende på Vestby, og det var foreningen som i sin tid bygde Kuskerudnebben bad – den gang kalt Sørumsand svømmestadion. Arealene hvor Sørumsand idrettspark i dag ligger ble kjøpt i 1949, og den første fotballbanen i idrettsparken ble åpnet i 1955. Deretter er idrettsparken utvidet med flere fotballbaner, idrettshall med kafeteria, skatepark, sandvolleyballbane, tennisbaner, lysløype, badstu, tuftepark, skatepark, bueskytteranlegg og klubbhus bygd i to byggetrinn.



Verdier

Sørumsand IF baserer sin aktivitet på felles vedtatte verdier og veivalg for norsk idrett: ærlig, leken, ambisiøs og inkluderende. Foreningens arbeid skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd.

Ut fra fellesverdiene i norsk idrett har Sørumsand IF tydeliggjort hva som skal prege oss og foreningen vår.

SIFs verdier: Samlende · Entusiastiske · Rause

Verdiene skal hjelpe oss til:

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

Visjon

Livslangt og aktivt fellesskap

Dette er drømmen vår og et bilde av den fremtiden vi ønsker for foreningen. Visjonen forteller hvorfor folk er med og gjør en innsats for akkurat vår forening. Den sier hva vi skal strekke oss etter og skape sammen.

Virksomhetsidé

Mestring, trivsel og utvikling gjennom god idrett i godt miljø

Det er denne ideen Sørumsand IF i all hovedsak skal arbeide etter. Virksomhetsideen definerer hva som er det spesielle og unike med aktiviteten i foreningen vår, og hvem vi er til for. Den forteller hva vi tilbyr som gjør at folk foretrekker oss fremfor andre foreninger.

Visjonen, verdiene og virksomhetsideen er rettleidende for alle medlemmer, tillitsvalgte, trenere og støtteapparatet. Dette er utgangspunktet for det vi skal skape sammen, hvordan vi skal fremstå, og hva vi skal arbeide med.



Hovedmål

Hovedmålene til Sørumsand IF ble vedtatt på årsmøtet 25. mars 2026:

- Etablere ny flerbrukshall og svømmehall innen 2030
- 1 500 medlemmer innen 2030

Delmål

Delmål

- Organisasjon - *SIF skal være en kvalifisert organisasjon tilpasset klubbens mål og aktivitetsnivå.*
- Ledelse - *SIF skal ha engasjerte og skolerte ledere i alle roller som samarbeider godt på tvers.*
- Trenere - *Alle trenere skal være kompetente og gode rollemodeller.*
- Aktivitetstilbud - *SIF skal ha et bredt og godt organisert aktivitetstilbud, samt tilrettelegge for egenorganisert aktivitet.*
- Arrangement - *SIF skal styrke og videreutvikle sine arrangementer.*
- Anlegg - *SIF skal tilpasse vedlikehold og utnyttelse av dagens anlegg for å øke aktivitet fram til nye anlegg er på plass.*

Organisasjon

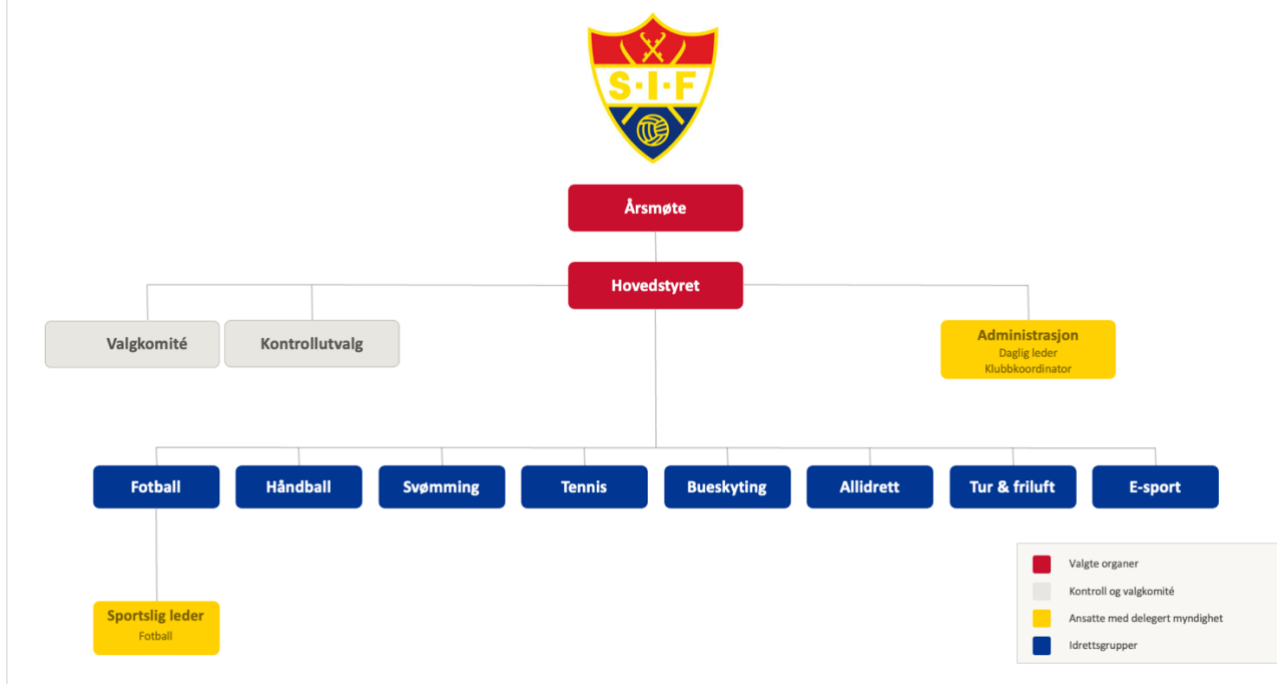
I denne delen beskriver vi hvordan Sørumsand IF er organisert.

Organisasjonsplan

Foreningens organisasjonsplan består av Årsmøtet som høyeste myndighet, Hovedstyret som ledende organ mellom årsmøter, samt Valgkomité og Kontrollutvalg som uavhengige organer valgt av årsmøtet. Administrasjonen ligger til Hovedstyret med daglig leder, klubbkoordinator og sportslig leder fotball som ansatte. De 8 idrettsgruppene er underlagt Hovedstyret med egne gruppestyrer.

En detaljert beskrivelse av roller og oppgaver for alle ledd er beskrevet i dokumentet **Roller og ansvar i SIF**.

Sørumsand Idrettsforening · Organisasjonskart



Årsmøtet

Årsmøtet er SIFs høyeste myndighet og avholdes hvert år i mars. Årsmøtets oppgaver er nærmere beskrevet i foreningens lov. Der fremgår det også hvordan årsmøtet skal innkalles.

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

Innkalling til årsmøtet annonseres på foreningens hjemmeside og deles i medlemssystemet.

Årsmøtet legger grunnlaget for foreningens virksomhet og styrets arbeid. Alle som ønsker å være med på å bestemme hva SIF skal gjøre og hvordan foreningen skal drives, bør delta. Protokollen fra årsmøtet legges ut på sif.no.

Hovedstyret

Hovedstyret er foreningens høyeste myndighet mellom årsmøtene. Styret består av 7 medlemmer og en vararepresentant, alle valgt av årsmøtet. Styremedlemmene har et kollektivt ansvar for forvaltningen av Sørumsand IF, men har også spesifikke roller.

Lovpålagte oppgaver

- Sette i verk årsmøtets og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak
- Påse at foreningens midler brukes og forvaltes på en forsvarlig måte i samsvar med vedtak fra årsmøtet eller overordnet organisasjonsledd, og sørge for tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen
- Etter behov oppnevne komiteer, utvalg eller personer for spesielle oppgaver og utarbeide mandat for deres funksjon



- Representere foreningen utad
- Oppnevne en ansvarlig for politiattester
- Oppnevne en ansvarlig for barneidretten

Andre viktige oppgaver

- Planlegge og ivareta foreningens totale drift, herunder mål- og strategiarbeid, budsjett og regnskap
- Påse at idrettens retningslinjer for aktiviteten i foreningen blir fulgt
- Stå for foreningens daglige ledelse
- Arbeidsgiveransvar for ansatte
- Legge frem innstilling til årsmøtet på kandidater til valgkomité
- Oppnevne to personer som i fellesskap skal disponere foreningens konti, og sørge for at de er dekket av underslagsforsikring
- Oppnevne eller engasjere regnskapsfører
- Lage årsberetning fra styret til årsmøtet
- Oppdatering av klubbhåndboka

Styrets arbeid

Hovedstyret i Sørumsand IF møtes ca. én gang i måneden på klubbhuset. Annenhvert møte avholdes som utvidet styremøte hvor gruppelederne deltar og bidrar i diskusjonene. Møtene gjennomføres fysisk, og styret mottar sakspapirer minimum fem dager før møtet. Styreleder er møteleder, og daglig leder gir orienteringer om driften i foreningen.

Styret er vedtaksført når et flertall av medlemmene 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 også avholdes per e-post eller telefon, jf. lovnorm § 10. Det føres alltid protokoll fra styremøtene.

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

Roller i Hovedstyret

De konkrete arbeidsoppgavene for styreleder, nestleder, sekretær og øvrige styremedlemmer er beskrevet i **Roller og ansvar i SIF**. Styret består av styreleder, nestleder og fem styremedlemmer, samt ett varamedlem.

Valgkomité og Kontrollutvalg

Valgkomiteen velges av årsmøtet og er uavhengig av Hovedstyret. Komiteen har ansvar for å innstille kandidater til styreverv og andre valgte roller, slik at SIF til enhver tid har kompetente og engasjerte tillitsvalgte.

Kontrollutvalget velges av årsmøtet og fører kontroll med at foreningen forvaltes i tråd med vedtekter, vedtak og gjeldende regelverk. Utvalget rapporterer direkte til årsmøtet.



Ansatte

Sørumsand IF har per 2026 tre ansatte:

Daglig leder

Øverste administrative leder. Har ansvar for daglig drift, økonomistyring, sponsoroppfølging, søknader om eksterne midler og å bistå gruppene i administrative oppgaver. Daglig leder rapporterer til styreleder og har arbeidsgiveransvar for klubbkoordinator og sportslig leder fotball.

Klubbkoordinator

En sentral ressurs for alle gruppene i SIF. Følger opp gruppene i samsvar med mål og strategi, koordinerer felles aktiviteter, drifter sosiale medier og hjemmeside, har ansvar for medlemsregisteret og administrerer treningstider. Stillingen er organisert under daglig leder.

Sportslig leder fotball

Har det overordnede faglige og administrative ansvaret for fotballgruppens sportslige virksomhet, inkludert oppfølging av lag, klubb utviklingstiltak, koordinering av trenings- og kamptider, etc. Stillingen er organisert under daglig leder, fagansvaret ligger hos fotballstyret.

Detaljerte arbeidsoppgaver for de ansatte er beskrevet i dokumentet **Roller og ansvar i SIF**.

Utvalg og komiteer

Mandat og oppgaver for utvalg og komiteer som er lovpålagte (Valgkomité og Kontrollutvalg) er beskrevet i foreningens lov og over.

Markedsgruppa

Markedsgruppa er oppnevnt av Hovedstyret og har ansvar for å bygge og forvalte SIFs sponsor- og markedsarbeid. Gruppa eies mandatmessig av markedsansvarlig i Hovedstyret, og arbeider tett med daglig leder.

Hovedoppgaver:

- Følge opp eksisterende sponsoravtaler og sikre god dialog med samarbeidspartnere
- Identifisere og rekruttere nye sponsorer
- Utarbeide og videreutvikle sponsorpakker
- Sikre at gruppene følger SIFs felles retningslinjer for markedsarbeid
- Bidra til å nå Hovedstyrets langsiktige mål for markedsinntekter

Æresmedlemskomité

Sørumsand IF har en egen æresmedlemskomité som arbeider etter fastsatte kriterier og innstiller kandidater til Hovedstyret i forkant av årsmøtet.



Andre utvalg

Hovedstyret kan ved behov oppnevne ytterligere utvalg eller komiteer for spesielle oppgaver. Når et utvalg opprettes, skal Hovedstyret beskrive utvalgets sammensetning, mandat og oppgaver.

Fullmakter og signaturrett

Sørumsand IF har etablerte fullmaktsregler som beskriver hvem som kan beslutte hva, og hvem som har signaturrett på vegne av foreningen. Hovedprinsippene er:

- Hovedstyret har myndighet i alle saker som ikke er tillagt årsmøtet
- Daglig leder har delegert myndighet innenfor rammene fastsatt av Hovedstyret
- Gruppestyrene kan ikke forplikte foreningen uten fullmakt fra Hovedstyret
- Foreningens bankkonti disponeres i fellesskap av to personer oppnevnt av Hovedstyret
- Avtaler over en fastsatt beløpsgrense skal alltid behandles i Hovedstyret

Detaljert fullmaktsmatrise med konkrete beløpsgrenser og signaturregler er beskrevet i **Økonomihåndboken**.

Foreningens lov

Sørumsand IF har en egen lov basert på lovnorm for idrettslag fra Norges idrettsforbund. Lovnormen er ufravikelig og inneholder et minimum av det foreningen må ha i sin egen lov. SIF kan vedta tillegg til loven, men tilleggene må ikke være i strid med lovnormen. Alle lovendringer må vedtas av årsmøtet og godkjennes av idrettskretsen.

SIFs lovnorm er tilgjengelig på sif.no.



Medlemskap

Ved innmelding registreres medlemmene med navn, fødselsdato, adresse, e-postadresse og telefonnummer. Navn og kontaktinformasjon til foresatte må oppgis. Alle medlemmer har en egen personlig idrettsside på Min Idrett som hvert medlem må aktivere før den kan brukes. Her kan du melde deg på arrangementer og kurs, endre personopplysninger, finne informasjon om lisensinnbetaling og andre relevante tjenester.

Når man vil bli medlem i en idrettsforening, kan man ikke ha uoppgjorte regninger hos en annen forening. Alle som har betalt medlemskontingent er medlemmer. Medlemskapet regnes fra den dagen kontingenten er betalt.

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

Medlemskapet kan opphøre ved utmelding, strykning eller eksklusjon. En utmelding skjer skriftlig og får virkning når den er mottatt. Et medlem som skylder kontingent for mer enn ett år kan strykes, og kan ikke tas opp igjen før skyldig kontingent er betalt. Hvis medlemmet skylder kontingent etter forfalt to års kontingent, skal medlemskapet bringes til opphør ved strykning. Dersom foreningen vurderer ekskludering av et medlem, må det tas kontakt med idrettskretsen for prosedyrer.

Medlemskontingent

Årsmøtet har vedtatt følgende satser for 2026:

Medlemstype	Sats
Under 18 år	kr 405
Over 18 år	kr 510
Støttemedlem	kr 210

Det gis familierabatt på 65 % for neste betalende medlem med samme betalingskontakt.

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet og betales forskuddsvis. Kontingenten betales for hvert enkelt medlem. Familiekontingent er en rabattordning – det er ikke et felles medlemskap, men et eget medlemskap for hvert familiemedlem. Alle medlemmer registreres med navn, fødselsdato, adresse og e-postadresse, siden revisor skal kontrollere medlemslistene mot regnskapet.

Treningsavgifter

Treningsavgiftene fastsettes av gruppene basert på faktiske kostnader med aktivitetene. Gruppene har ulik faktureringsperiode og ulike betalingsløsninger, men dette skal kommuniseres i god tid før betaling. Treningsavgiften brukes til å dekke gruppenes kostnader til drift og vedlikehold av aktivitetsspesifikke anlegg, utstyr, forsikringer og lignende.



Startkontingenter og deltakeravgifter

I enkelte turneringer og stevner forekommer startkontingenter og deltakeravgifter. Hver gruppe i SIF bestemmer selv – med utgangspunkt i gruppens økonomiske situasjon – hvorvidt utøvere skal få dekket sine startkontingenter i individuelle idretter. For lagidrettene dekkes lagsavgiften for seriespill av gruppen.

Foreningens aktivitetstilbud

Sørumsand IF er en breddeidrettsforening som strekker seg fra barn i 4-årsalderen til godt voksne. Vi tilbyr spesielt barn og unge en allsidig trening, og vi ønsker at flest mulig deltar i flest mulig av våre idrettsgrener.

Vi har aktiviteter innenfor:

- Fotball
- Håndball
- Svømming
- Tennis
- Bueskyting
- Allidrett
- E-sport
- Tur og friluftsliv

Mer informasjon om aktivitetstilbudet finnes på sif.no.

Barneidrett

Sørumsand IF forholder seg til Norges idrettsforbunds lover og regler om barne- og ungdomsidrett. Barneidrettsbestemmelsene gjelder for barn inntil 12 år.

Alle som har ansvar for barn eller er trenere for barn skal kjenne til idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett. All aktivitet for barn skal legges opp slik at foreningen følger intensjonene i retningslinjene. Hovedstyret har oppnevnt en barneidrettsansvarlig, jf. lovnorm § 18.

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

SIF jobber etter prinsippet «lengst mulig, flest mulig og best mulig».

Les mer: [Bestemmelser om barneidrett](#)



Ungdomsidrett

Alle som er trenere for ungdom i foreningen, skal kjenne til retningslinjene for ungdomsidrett. SIF og våre trenere skal sørge for:

- at ungdom kan bli så gode som de selv vil
- å legge til rette både for dem som vil konkurrere og for 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](#)

Paraidrett

Sørumsand IF arbeider for å utvikle og styrke tilbudet til personer med funksjonsnedsettelse. Alle skal ha like rettigheter til å delta på aktiviteter, og gruppene tilrettelegger etter beste evne i dialog med utøver eller foresatte.

Les mer: [Paraidrett](#)

Aktivitetsplan og terminliste

SIF har en aktivitetskalender på sif.no som beskriver faste arrangementer, stevner og cuper i de ulike gruppene.

Reise i regi av foreningen

På alle reiser i regi av Sørumsand IF (samlinger, cuper, turneringer, konkurranser m.m.) skal det pekes ut en ansvarlig reiseleder som har overordnet myndighet fra avreise til hjemkomst. Reiselederen kan være en av foreldrene som har meldt seg frivillig. Det kan være én eller flere reiseledere, og det velges ut én hovedansvarlig blant dem. Alle skal være kjent med og følge instruksene.

Alle barn under 10 år skal ha følge av foreldre eller annen foresatt dersom reisen innebærer overnatting, hvis ikke annet er avtalt. Det innhentes politiattest for foreldre og andre voksne som er med en gruppe mindreårige på utenlands- eller treningsopphold i regi av foreningen.



Til deg som er ...

Utøver

Utøvere i Sørumsand IF bør være kjent med:

- hva foreningen står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- aktivitetstilbudet
- medlemskap
- dugnad
- foreningens retningslinjer og forventninger til utøverne

Forelder/foresatt

Foreldre og foresatte bør være kjent med:

- hva foreningen står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- aktivitetstilbudet
- medlemskap
- forsikringer
- politiattest
- dugnad
- foreningens retningslinjer og forventninger til foreldrene

Det er kun foreldre med gyldig medlemskap som kan stemme på årsmøtet. Foresatte oppfordres til å opprette familiemedlemskap for å støtte SIF.

Vi forventer at foresatte arbeider etter foreningens retningslinjer, utøver Fair Play og gir en positiv omtale av Sørumsand IF.

Les mer: [Råd til idrettsforeldre](#)

Trener

Alle trenere må ha en skriftlig avtale med Sørumsand IF. Trenere har ansvar for å sikre at medlemmene som deltar i foreningens aktiviteter får et godt tilbud og ivaretas på en god måte. Som trener er man en representant for foreningen.

Trenere bør være kjent med:

- hva foreningen står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- aktivitetstilbudet
- medlemskap, lisens og forsikringer
- politiattest og trenerattest
- kompetansetilbud for trenere
- foreningens retningslinjer og forventninger til trenerne
- hva foreningen tilbyr trenerne (honorar, utstyr, bekledning, kurs)

Oppgaver

- Sette opp sportslige og sosiale mål for laget eller treningsgruppen foran hver sesong i samsvar med foreningens sportslige plan
- Planlegge trening i samsvar med aktivitetsplan og foreningens sportslige plan
- Lede treninger i samarbeid med eventuelle andre trenere og hjelpetrenere
- Gjennomføre trenerattesten
- Holde seg faglig oppdatert og skaffe nødvendig kompetanse
- Ha dialog og samarbeid med foreldre
- Lede laget eller utøverne under kamper, turneringer og løp
- Bidra i trenergruppen og møter i trenerforum
- Følge gjeldende regelverk
- Sette seg inn i barneidrettsbestemmelsene og retningslinjer for ungdomsidrett
- Sette seg inn i SIFs verdigrunnlag og retningslinjer
- Se til at både egen og utøvernes opptreden er i samsvar med foreningens verdier
- Være oppdatert på informasjon fra styret og foreningen
- Representere Sørumsand IF på en god måte

Les mer: [Trenerutdanning fra NIF](#) · [Trenerattesten](#)

Lagleder

Lagleder er lagets eller treningsgruppens administrative leder og har ansvar for at alt praktisk fungerer rundt laget. Lagleder overlater alt det sportslige til trener(e) som har ansvar for organisering av treninger, lagoppsett til kamper, gjennomføring av kamper og lignende.

Lagleder bør være kjent med:

- hva foreningen står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- aktivitetstilbudet
- medlemskap, lisens og forsikringer
- politiattest
- foreningens retningslinjer og forventninger til foreldre
- hva foreningen tilbyr laglederne (utstyr, bekledning, kurs)

Oppgaver

- Holde oversikt over utøvere i foreningens medlemssystem
- Sikre at alle utøvere har lisens
- Gjøre seg kjent med foreningens sportslige plan
- Arrangere møter for foreldre og spillere
- Gå gjennom Fair Play-regler, foreldrevettregler og sportslig plan med alle spillere og foresatte
- Møte på lagleder- og allmannamøter
- Gi informasjon til spillere, trenere og foresatte
- Ansvar for lagskasse



- Melde på til cuper, stevner og turneringer
- Innkalle til dugnader
- Arrangere hjemmekamper, ta imot gjestende lag og dommere, fylle ut kamprapport
- Administrere reiser til og fra kamper og stevner
- Skaffe dommere
- Ha korrekt utstyr og medisinbag sammen med trener

Dommer

Sørumsand IF er avhengig av dommere for å kunne delta i seriespill og ønsket konkurranseaktivitet. Dommere har ansvar for å sikre god gjennomføring av kamper og konkurranser.

Dommere bør være kjent med:

- hva foreningen står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- krav til dommere på ulike nivåer
- medlemskap, lisens og forsikringer
- foreningens retningslinjer og forventninger til dommere
- hva foreningen tilbyr dommere (utstyr, bekledning, kurs)

Les mer: [Temaside for dommere](#) · [Dommerattesten](#)

Foreningsdrift

I denne delen beskriver Sørumsand IF hvordan vi arbeider for å oppnå en velfungerende drift av foreningen.

Kurs og utdanning

Sørumsand IF oppfordrer alle grupper til å investere i kompetanse for trenere, lagledere og tillitsvalgte. Gode kurs og riktig utdanning gir bedre forutsetninger for god drift, trygge rammer og et aktivitetstilbud av høy kvalitet for våre medlemmer.

Foreningen støtter opp om relevante kurstilbud gjennom Norges idrettsforbund og idrettskretsene, samt særforbundenes egne utdanningsløp. Vi oppfordrer aktivt gruppene til å benytte seg av disse tilbudene og legge til rette for at trenere og ledere kan ta den kompetansen de trenger i sin rolle.

Les mer: [Trenerutdanning fra NIF](#)



Medlemshåndtering

Sørumsand IF benytter et digitalt medlemssystem for all håndtering av medlemskap. Innmelding skjer enkelt via en egen innmeldingslenke som er tilgjengelig på foreningens hjemmeside, sif.no.

Gjennom medlemssystemet håndteres innkreving av medlemskontingent og treningsavgifter, samt utgående kommunikasjon fra foreningen til medlemmene. Utmelding meldes også inn via medlemssystemet.

Vi oppfordrer alle medlemmer til å holde sin kontaktinformasjon oppdatert i systemet, slik at vi kan nå deg med viktig informasjon om aktiviteter og arrangementer.

Dugnad og frivillig arbeid

Sørumsand IF er en frivillig organisasjon, og frivillig innsats er en forutsetning for at vi kan tilby gode aktiviteter til en overkommelig kostnad for medlemmene. Dugnad er en naturlig og viktig del av hverdagen i foreningen, og like viktig: det gir mange gode opplevelser og styrker fellesskapet på tvers av lag og grupper.

Deltakelse på dugnad er alltid frivillig – ingen kan pålegges å stille opp. Vi oppfordrer likevel alle medlemmer og foresatte til å bidra der de kan, og vi setter stor pris på alle som stiller opp. Din innsats gjør en reell forskjell.

Dugnader i SIF foregår på to nivåer:

Gruppene arrangerer egne dugnader hvor inntektene går direkte til gruppen. Eksempler på dette er kiosksalg under turneringer og cuper, parkeringsvakt ved større arrangementer, vask av drakter og utstyr, rydding og vedlikehold av anlegg, og bemanning av stands og aktivitetsdager.

Lag kan også arrangere lagsdugnader, hvor inntektene går inn i lagskassen og kommer spillerne direkte til gode – som cupdeltakelse, felles utstyr eller sosiale sammenkomster.

Det er viktig at medlemmene er godt informert om hva dugnadsinntektene skal brukes til, slik at alle forstår verdien av å bidra. En vellykket dugnad handler ikke bare om penger – det handler om å bygge noe sammen.

Les mer: [Idrettens kjøreregler for dugnad](#)

Politiattester

Sørumsand IF krever politiattest av alle ansatte og frivillige som skal utføre oppgaver for foreningen som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Det er to overordnede grunner til at norsk idrett har innført ordningen:

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

Les mer: [Politiattest for idrettslag](#)



Antidoping

Sørumsand IF tar aktivt avstand fra all bruk av dopingmidler. Foreningen og alle våre medlemmer er omfattet av idrettens bestemmelser om doping, og vi forventer at disse følges av alle – uavhengig av alder, nivå eller aktivitet.

Et rent idrettsmiljø handler om mer enn regler. Det handler om Fair Play, respekt for hverandre og sunne verdier som vi ønsker å formidle til alle som er en del av SIF, særlig de yngste.

Les mer: [Rent idrettslag fra Antidoping Norge](#)

Kommunikasjon

Sørumsand IF kommuniserer med medlemmer, foresatte og omgivelsene gjennom flere kanaler. Hjemmesiden [sif.no](#) er foreningens primære informasjonskanal og holdes oppdatert med nyheter, aktiviteter og viktig informasjon om driften.

Sosiale medier benyttes aktivt til å dele nyheter, kampresultater, bilder og annen informasjon som angår medlemmene og lokalsamfunnet. Intern kommunikasjon til medlemmer og foresatte skjer primært gjennom medlemssystemet. Det lages månedlige nyhetsbrev som distribueres på hjemmeside og gjennom medlemssystem.

SIF ønsker å være en åpen og tilgjengelig forening. Henvendelser til administrasjonen rettes til daglig leder, mens henvendelser til gruppene rettes til den enkelte gruppes styre eller kontaktperson.

Arbeidsgiveransvar

Sørumsand IF er en seriøs arbeidsgiver som tilbyr konkurransedyktige betingelser, godt arbeidsmiljø og tett oppfølging av sine ansatte. SIF er opptatt av at ansatte trives og har de rammene de trenger for å gjøre en god jobb, og foreningen legger vekt på sosiale tiltak og en god arbeidskultur.

Styreleder har arbeidsgiveransvar for daglig leder. Daglig leder har arbeidsgiveransvar for øvrige ansatte i foreningen.

Alle som har påtatt seg tillitsverv i Sørumsand IF må være medlemmer av foreningen eller være underlagt idrettens regelverk gjennom en avtale.

Helse, miljø og sikkerhet (HMS)

Sørumsand IF tar helse, miljø og sikkerhet på alvor. Vi har etablerte rutiner for å sikre et trygt miljø for ansatte, frivillige og medlemmer, og arbeider kontinuerlig med å holde disse oppdatert. Foreningen har utnevnt Gisle Rangnes som HMS-ansvarlig, med overordnet ansvar for at HMS-arbeidet ivaretas i tråd med gjeldende krav og foreningens egne rutiner.

Økonomi

Hovedstyret har det overordnede økonomiske ansvaret for foreningens økonomi. Det innebærer at styret har ansvar for at:

- foreningens midler brukes og forvaltes på en forsvarlig måte
- SIF har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen
- foreningen har en forsvarlig økonomistyring

Hovedstyret har delegert oppgaver knyttet til den daglige oppfølgingen av økonomien til daglig leder. Daglig leder kan delegere arbeidsoppgaver knyttet til løpende bilagsføring og ajourhold av regnskapet til regnskapsføreren.

Hovedstyrets oppgaver knyttet til regnskap og økonomi

- Sikre forsvarlig ansvarsdeling og rolleavklaring – det skal utarbeides en fullmaktsmatrise
- I samarbeid med gruppestyrene utarbeide et realistisk budsjett
- Sikre at regnskapet føres fortløpende
- Sikre at foreningen har egen bankkonto
- Påse at det kreves to signaturer i banken
- Påse at foreningen har tegnet underslagsforsikring
- Påse at foreningen har valgt kontrollutvalg

Sørumsand IF har gode rutiner for økonomistyring og rapportering. Hovedstyret gjennomgår økonomirapporter jevnlig og følger utviklingen tett gjennom året. Gruppene får delegert budsjett- og resultatansvar for sin egen aktivitet, noe som innebærer at hver gruppe har ansvar for å holde seg innenfor tildelte rammer og rapportere avvik. Hovedlaget har det overordnede ansvaret og konsoliderer foreningens samlede økonomi.

Detaljerte rutiner for budsjett, regnskap, attestasjon, utlegg og fullmaktsmatrise er beskrevet i **Økonomihåndboken**.

Forsikringer

Sørumsand IF har forsikret alle bygg og eiendeler, og benytter Aurskog Sparebank som samarbeidspartner for forsikringsavtaler. Foreningen har en god og løpende dialog med vår forsikringsleverandør for å sikre at dekningene til enhver tid er tilpasset SIFs behov og aktivitet.

Alle barn som er medlemmer av lag tilsluttet NIF, er forsikret gjennom Norges idrettsforbund frem til den datoen de fyller 13 år. Særforbund kan ha ulike ordninger for dem som er over 13 år.



Anlegg og utstyr

Sørumsand IF forvalter en lang rekke idrettsanlegg og betydelige mengder utstyr på Sørumsand idrettspark. Vi er stolte av anleggene våre og legger vekt på at de skal være trygge, velfungerende og godt vedlikeholdt for alle som bruker dem.

Foreningen har etablerte rutiner for brann og evakuering ved alle anlegg, og det gjennomføres jevnlige inspeksjoner for å sikre at anlegg og utstyr er i forsvarlig stand. Dokumentasjon av kontroller og avvik ivaretas av administrasjonen i samarbeid med HMS-ansvarlig.

Anlegg som benyttes av Sørumsand IF:

- Klubbhus
- SIF-hallen
- To kunstgressbaner 11'er
- En gressbane 11'er
- Bueskytingsanlegg
- To tennisbaner
- SIF-hytta
- Badstue ved Kuskerudnebben
- Garasje
- Skateanlegg
- Sandvolleyballbane
- Aktivitetspark

Anlegg leies ut til eksterne leietakere etter avtale.

Utmerkelser og æresbevisninger

Sørumsand IF har en egen æresmedlemskomité som arbeider etter fastsatte kriterier og innstiller kandidater til Hovedstyret i forkant av årsmøtet.



Styringsdokumenter og øvrige rutiner

Klubbhåndboken gir en overordnet beskrivelse av hvordan Sørumsand IF er organisert og hvilke prinsipper foreningen styrer etter. For mer detaljerte rutiner og retningslinjer vises det til foreningens øvrige styringsdokumenter:

Dokument	Innhold
Lovnorm	Foreningens vedtekter og det formelle rammeverket for organisasjonen
Roller og ansvar	Stillingsinstrukser og oppgavebeskrivelser for ansatte og sentrale tillitsvalgte
Økonomihåndbok	Rutiner for budsjett, regnskap, attestasjon, utleggsbehandling og fullmaktsmatrise
Profilhåndbok	Visuell identitet, tone of voice og retningslinjer for kommunikasjon og profilering
Virksomhetsplan	Mål, strategi og handlingsplan for SIFs drift og utvikling
Sportslig plan	Sportslige mål og retningslinjer for hver gruppe

Styringsdokumentene revideres uavhengig av klubbhåndboken og oppdateres ved behov. Gjeldende versjon av alle dokumentene oppbevares av administrasjonen og er tilgjengelig for styret og tillitsvalgte ved forespørsel.

Klubbhåndboken vedtas av Hovedstyret og oppdateres ved behov.

Sist oppdatert: juni 2026