

# ÅRSBERETNING 2019, til årsmøte 2020

## Oslo universitetssykehus Bedriftsidrettslag (OUS BIL)

Styrets sammensetning med gruppeledere/kontaktpersoner for perioden:

<b>Verv</b>	<b>Navn</b>
Leder	Anja Kristine Kråbøl
Nestleder/ økonomiansvarlig	Merete Skjønhaug
Styremedlem	Yngvild Storlykken
Styremedlem	Lise Egenberg
Styremedlem	Recep Øzeke
Styremedlem	Lillian Ruud
Styremedlem	Linn Buer
Varamedlem	
<b>Lag/grener</b>	<b>Gruppeledere</b>
Badminton	Vikas Sarna
Fotball, damer Blos1	Henriette Ebbestad Mirela Krasniqi
Fotball, herrer Sikkerhet, Dikemark Akuttpsyk, Ullevål	Hiep Phuc Dong David Dae Meyer Claes Tellefsen
Golf	Recep Øzeke
Håndball, damer	Maren Madland Olsen
Innebandy damer	Merete Skjønhaug Terese Fritz
Innebandy herrer	Vibeke Krohn
Kanonball	Heidi Næss Hjetland
Løpegruppe	Martin Andreas Fure
Orientering	Per Eric Ståhlbrand
Skyting	Lill Torjesen
Snowboard	Oddveig Kjøsnes
Volleyball mix, Rikshospitalet	Eva Mari Vestre
Volleyball mix, Ullevål	Christin Karlsson, Svein Arild Pedersen
<b>Trimrom</b>	
Rikshospitalet	Joachim Hagerup
Forskningsveien	Lise Melbye
Ullevål	Jan Hellesnes

**VISJON:** "Et aktivt sykehus" OUS BIL skal stimulere til fysisk aktivitet i et sosialt og tverrfaglig miljø for alle ansatte

<b>Aktivitet</b>	<b>Instruktører</b>
Taijiquan/qigong, Rikshospitalet	Wenche Jacobsen
Yoga, Ullevål	Imre van Kraalingen
Sirkeltrening, Ullevål	Dag Bjørgum
Styrketrening, Aker	Maddan Yran
Yoga, Forskningsveien	Siv Kroken Gitsø
Høypuls med styrke, Ullevål	Siv Kroken Gitsø
Yoga, Aker	Cecilie Csiki
Skadeforebyggende basistrening, Ullevål	Pia Ruud Widing
Andre aktiviteter står styret ansvarlig for.	

Ansatte ved Oslo Universitetssykehus kan søke medlemskap i Oslo universitetssykehus HF bedriftsidrettslag (OUS BIL). Følgende kan også søke medlemskap dersom det ikke finnes bedriftsidrettslag eller tilsvarende aktivitet i egen bedrift, men de blir da registrert som eksterne medlemmer:

- Ektefelle/samboer
- Medlemmers barn over 16 år
- Pensjonister fra helseforetaket

Bedriftsidrettslaget er tilknyttet Oslo Bedriftsidrettskrets (OBIK), Norsk Helsevesens Idrettsforbund (NHIF) og De nordiske hospitals leker (DNHL).

OUS BIL hadde ved utgangen av 2019 ca 1200 medlemmer registrert i StyreWeb. Dette er omtrent det samme som i utgangen av 2018.

### **Representasjon**

- NHIF
- DNHL
- OBIK
- NIF

---

### **Styrets virksomhet**

Styret har avholdt månedlige styremøter, årsmøte og to gruppeledermøter, i tillegg til et møte med sykehusledelsen.

OUS BIL har vært representert på møter for utvalgte store idrettslag i regi av OBIK og NHIF. Merete har stilt i OBIK og Linn har stilt på møter i NHIF.

### **Medlemsregister**

Innmelding gjøres nå på nettsiden til bedriftsidrettslaget: [www.ousbil.no](http://www.ousbil.no).

### **StyreWeb**

Styremedlemmer har hatt opplæring i StyreWeb (styrets styringsverktøy). Opplæring tilbys gratis av leverandør.

**VISJON:** "Et aktivt sykehus" OUS BIL skal stimulere til fysisk aktivitet i et sosialt og tverrfaglig miljø for alle ansatte

Medlemmene er oppfordret til å laste ned appen «Gnist» for å oppdatere kontaktinformasjon, samt at man kan melde seg på ulike gruppeaktiviteter. Styret får da oversikt over medlemmer som deltar på aktivitetene, og det jobbes for å få dette til å fungere optimalt. Alle instruktørene er bedt om å følge opp dette.

### **Gruppeaktiviteter med instruktør**

Aktiviteter med instruktør er populært og vi har i 2019 startet opp med enda flere instruktørtimer. Styret får mange tilbakemeldinger på gode instruktører og aktiviteter, og det er tydelig at dette er noe av det mest populære vi tilbyr. Vi følger opp og jobber videre med dette i 2020.

### **Nettsider og facebook**

www.ousbil.no er oppe og går, og brukes jevnlig for å oppdatere medlemmene våre. Styret har valgt å gå mer og mer bort fra intranettet, hvor vi da heller bare henviser videre til nettsiden. Dette for å slippe dobbeltpubliseringer og risiko for feilinformasjon.

OUS BIL har egen Facebook-side hvor det formidles aktuell informasjon til medlemmer og andre følgere.

De fleste gruppeaktivitetene har egne Facebook-sider tilknyttet OUS bil. Det jobbes med å få tilgang til alle gruppene, slik at de kan deles på facebookside til OUS bil.

### **Treningslokaler**

Det prioriteres oppgradering av trimutstyr, vedlikehold og renhold av lokaler.

- **Plasthall**

Styret har jobbet videre med å optimalisere viftene i hallen. Vi har også fått ny renholdsavtale til plasthallen, som også gjelder for villa 4.

- **Trimrom Rikshospitalet, Ullevål og i Forskningsveien**

Innkjøp av utstyr har vært prioritert i 2019. Villa 4 på Ullevål har blitt pusset opp på dugnad, samt malt utvendig. Det jobbes også med nytt tilgangssystem til villa 4.

Styret har også jobbet for å få til trimrom på Aker. På Radium må vi vente til bygging er ferdig.

### **Leverandører**

OUS BIL har i 2019 følgende leverandører:

- Renholdsavdelingen OUS - Trimrom Rikshospitalet Forskningsveien.
- ISS: Renhold villa 4 og plasthallen
- Byggservice Ullevål - byggetekniske tjenester.
- Bravida - elektro og installasjonen
- Sportsmaster - trimutstyr og serviceavtaler
- Staples- renholdsartikler
- Lyn - dugnadstjenester
- Original - fritids- og treningsklær
- Interflora - blomster
- Myrens Sportssenter - rabatter til medlemmer av bedriftsidrettslaget

Oslo sykehuservice OSS utarbeider også avtaler for alle ansatte i OUS. Gjenfinnes på intranett under «rabatter og tilbud».

## Økonomi

OUS BIL har stabil økonomi og fakturaer utsendt fra StyreWeb innbringer medlemskontingent, treningsavgifter, egenandeler og leie av plashall.

Gjentatte purringer genererer inkasso.

Revisor har godkjent regnskapet for 2019.

## Arrangementer

Den enkelte gruppe kan arrangere aktiviteter innenfor gitte økonomiske rammer. OBIK inviterer til turneringer og andre arrangement. Se også gruppeårsberetningene.

## Norsk mesterskap for sykehusansatte 2019

NM ble i 2019 arrangert i Trondheim, hvor OUS bil stilte med ca 50 deltagere. Det var en sosial og veldig fin tur.

## Volleyballturnering 19. juni 2019.

Volleyballaget hadde selv lyst til å arrangere en volleyballturnering for ansatte i sykehuset, hvor styret hjalp til med nødvendige gjøremål. Ni lag fra ulike avdelinger deltok. Hallen var fylt med god stemning og herlig idretts glede!

## Henvendelser til styret

Styret får mange henvendelser daglig. Det er ønskelig å ha kort saksbehandling og henvendelsene besvares så fort det er mulig.

## I tillegg har styret i 2019 jobbet med:

- Karrieredag, nyansattdag og OUSs 10 års jubileum.
- Startet opp med nyhetsbrev, sendt tre stk. i 2019.
- Vært i møte med sykehusledelsen og registrert oss som «medlem» i gruppen for nytt sykehus. Hovedfokus fra vår siden var ønske om treningsfasiliteter på nytt sykehus, at OUS bil ikke blir glemt.
- Vi har fått tilgang til Iproc, og dermed har det blitt mye enklere for oss å bestille varer.
- Deltatt på kongress og startet påmelding for DNHL 2020.

## Mål og oppgaver 2020

- Enda bedre tilbud til vår medlemmer, her under både instruktørtimer og foredrag.
- Gjennomføre DNHL 2020 på en sosial og hyggelig måte
- Få flere medlemmer!
- Søke midler fra OUS Bil for å stimulere til fysisk ansatte!

---

## Sluttkommentar

---

### For styret:

**VISJON:** "Et aktivt sykehus" OUS BIL skal stimulere til fysisk aktivitet i et sosialt og tverrfaglig miljø for alle ansatte

Anja Kristine Kråbøl, sign

\*

Merete Skjønhaug, sign

Recep Øzeke, sign

Lise Egenberg, sign

\*

Yngvild Storlykken, sign

Linn Buer, sign

Lillian Ruud, sign