



Velkommen til Rustad Abildsø Sportsklubb (RASK) – www.raskfotball.no

– En klubb med hjerte for nærmiljøet

Kort om oss:

Rustad Abildsø Sportsklubb – RASK – er en inkluderende og levende idrettsklubb i hjertet av bydel Østensjø. Vi har nærmere **1000 aktive medlemmer**, og klubben drives i all hovedsak av **frivillige krefter**. Vår virksomhet bygger på verdiene:

Real – Ambisiøs – Solid – Kamerat.

Idrettstilbud:

Vi tilbyr **fotball og futsalaktivitet**, både for barn, unge, voksne og veteraner. Vi har også etablert **Gå fotball** for eldre, og samarbeider tett med naboklubber for å gi **jenter over 12 år** et bedre tilbud gjennom prosjektet **SK Østensjø**.

Vår visjon og vårt ansvar:

Vi ønsker å være **et trygt og godt sted å vokse opp** – både på og utenfor banen. Vi holder til i et område med **mange barnefamilier som har begrenset økonomi**. For mange er det helt avgjørende at **deltakelse i idretten er lavterskel og økonomisk mulig**.

Derfor jobber vi aktivt med:

- **Støtteordninger for familier som sliter økonomisk**
- **Utstyrsbibliotek og lav egenandel**
- **Fokus på at alle skal med – uansett økonomi**

Gjennom aktivitet, tilhørighet og fellesskap skaper vi trivsel som gir mestring. Vi brenner for å **styrke nærmiljøet** og jobber for bærekraftige løsninger, både sosialt og økonomisk.

Hva ønsker vi å løfte frem?

1. Frivillighetens kraft og sårbarhet:

Vi drives nesten utelukkende av frivillige. Det gir stor verdi, men gjør oss også sårbare. Vi trenger **midler til å lønne nøkkelressurser** og å sikre kontinuitet i arbeidet med barn og unge.

2. Et inkluderende jenteprojekt:

Gjennom **SK Østensjø** gir vi jenter over 12 år et reelt tilbud i fotballen. Men prosjektet er avhengig av **finansiering for trenere og støtteapparat**.

3. **Utjevne økonomiske forskjeller:**

Vi ser daglig hvordan **økonomiske barrierer** holder barn og unge utenfor idretten. Her trengs politisk vilje og støtte til **målrettede tiltak i utsatte områder**.

4. **Anlegg og tilgjengelighet:**

Vi har behov for flere **aktivitetsflater** for ikke organisert trening, spesielt vinterstid. Klubblokalene vårt har potensial til å bli et **nærmiljøhus**, åpent for både idrett og sosial aktivitet på tvers av generasjoner. Vi er nå i dialog med Oslobygg vedr en leieavtale om rektor boligen på Abildsø. Her vil vi invitere nærmiljøet inn i en dialog hvor vi ønsker å bruke boligen som et aktivitetshus. Kaffe på formiddag, eldretreff, leksehjelp for barn/ungdom, utstyr til utlån, aktiviteter som passer i dette lokale. RASK hallen i Skullerud dumpa v/ Skeidar/Power er også noe vi ønsker å realisere. Vi er i dialog med eier av tomten, Sporveien As. Behovet for en haller er stor og vi ser for oss en plathall for å holde kostander nede med flere aktiviteter som fotball, futsal, håndball o.l.

Vi håper dere vil bli inspirert av det vi får til – og se verdien i å investere i grasrota.

Velkommen til RASK – der trivsel skaper mestring, og alle skal ha en plass.



Fellesskap – Gøy og glede!

#STOPP