

# FRILUFTS FRÄMJANDET



**VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2025**

FRILUFTSFRÄMJANDET STENUNGSUND

# INNEHÅLL

☒	
<b>ORDFÖRANDEN HAR ORDET</b> .....	<b>2</b>
<b>VÅRA VERKSAMHETER</b> .....	<b>3</b>
Våra anläggningar .....	4
Friluftsäventyr .....	5
Kanadensare – Öppen kanot.....	6
Vandring Lågländ.....	5
Handsmide.....	<b>Fel! Bokmärket är inte definierat.</b>
MTB .....	6
Skidåkning .....	7
Aktiviteter för allmänheten .....	7
<b>VÅRA LEDARE</b> .....	<b>7</b>
<b>VÅRA MEDLEMMAR</b> .....	<b>10</b>
<b>KOMMUNIKATION OCH SAMHÄLLSPÅVERKAN</b> .....	<b>10</b>
<b>DEMOKRATI OCH ORGANISATION</b> .....	<b>11</b>
Styrelsens uppdrag och ansvar .....	11
Styrelsen .....	11
Grenledare .....	11
Övriga ansvarsområden .....	12

## ORDFÖRANDE HAR ORDET

Vårt bidrag till ett bättre Sverige

**Stenungsunds lokalavdelning har varit aktiv sedan 1966. Vi är en förening som brinner för friluftsliv och har genom åren haft många olika verksamheter inom föreningen. Vi har de senaste åren växt mycket inom MTB och idag dominerar den grenverksamheten. Vi önskar med vår verksamhet att verka för folkhälsa och livsglädje för invånarna i vårt närområde.**

Idag håller stillasittandet, inomhusvistelsen och brist på tid i naturen på att bli en ny folksjukdom. Svenska barn sitter stilla nio timmar per dag och är inomhus större delen av dygnet. Som lokalavdelning är vår vision att hitta lösningar och hjälpa små som stora att komma ut i naturen och få röra på sig tillsammans. För det är ju inte bara motionen och den friska luften vi kan bidra med. Just "tillsammans" är ju något som är lite nedtonat i samhällsdebatten, men ack så viktigt för att vi ska må bra och vara friska. Två av huvudingredienserna till psykisk hälsa är fysisk aktivitet och social samhörighet, att få höra till och vara del av en gemenskap. Genom att göra friluftsliv tillsammans, gör vi en viktig insats inte bara för oss själva, utan för alla som vi delar det med, och alla som blir inspirerande att ta steget själva.

För att få vår lokalavdelning att växa och bli större erbjuder vi ledarutbildningar till medlemmar som vill vara en del av gruppen som leder och inspirerar människor att komma ut i skogen. Under de senaste åren har vi haft svårt att tillgodose de behov som finns i vår kommun och vi har inte tillräckligt med ideell kraft för att kunna starta upp fler grupper. Vi är en styrelse som har behövt trappa ner på större öppna kommunala äventyr som så många år varit en del av vår verksamhet. Vi arbetar hårt för att få fler engagerade i styrelsearbetet och även som ledare och engagerade i olika planeringsgrupper. Vårt mål är att kunna fortsätta erbjuda kommunen och individerna möjlighet till friluftsliv tillsammans med Friluftsrämjandet.

Så genom att vara medlem och deltagare, att vara ledare och skapa aktiviteter, att vara förtroendevald och driva vår lokalavdelning, genom allt vårt engagemang bidrar vi tillsammans till ett bättre Sverige. Häng med oss ut i skogen och tack alla som bidrar!

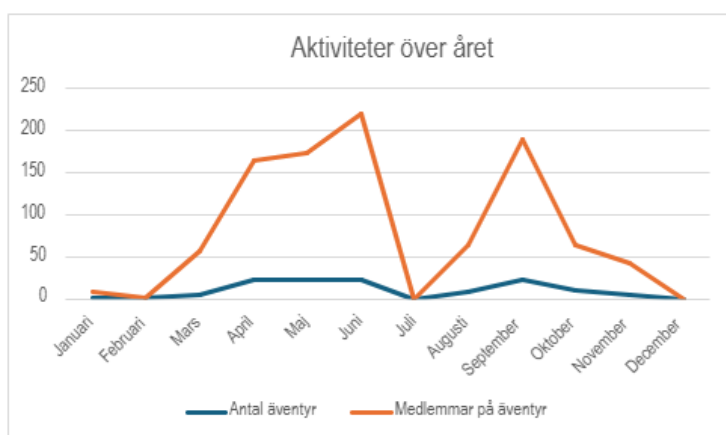
*Petra Alm, Ordförande Friluftsrämjandet Stenungsund*  
*Magnus Fredén, Vice ordförande Friluftsrämjandet Stenungsund*



## VÅRA VERKSAMHETER

Vår lokalavdelning är en friluftsförbundet organisation som under året 2025 hade **699** medlemmar och 55 aktiva ideella ledare. Vårt fokus är att genom friluftsliv verka för folkhälsa, livsglädje och en tillgänglig friluftsmiljö för alla.

2025 har Stenungsunds LA totalt genomfört drygt 144 st äventyr. Enligt statistiken från äventyr och deltagare rapporterade på hemsidan syns tidpunkterna för då aktiviteter oftast sker på bilden nedan.



Mål 2025	Aktivitet	Resultat
Utöka mängden (barn)grupper och ledare	Prova på mulle-aktivitet för allmänheten.  Ledarträffar för ledare två gånger under året.	Två mulle-grupper pågick under året med aktiviteter både vår och höst. Prova-på mulle tillfället ledde tyvärr inte till att någon ny grupp startades  Nya ledare för grupper inom MTB.
Arbeta för effektivisering av styrelsearbetet	Försöker hitta nya rutiner och upplägg på styrelsemöten. Arbetar med att digitalisera årshjulet.	Ett långsiktigt arbete. Arbetar fortsatt med att hitta bra rutiner som är effektiva där vi delegerar uppgifter inom styrelsen och arbetar för att få stabila arbetsgrupper utanför styrelsen.
Skilja på grenledararbetet och styrelsearbete	Har utökat antal grenledare till fler som inte sitter i styrelsen.	Benny Dahl är grenledare för vandring och sitter inte med i styrelsen. Magnus och Jänny i styrelsen har stöd av ledare utanför styrelsen för planering av barnverksamheten inom MTB och på vuxensidan finns också ledare utanför



		styrelsen som är engagerade och ser till att aktiviteter sker.
--	--	--

## VÅRA ANLÄGGNINGAR

Vår stuga, Smedjan är belägen i friluftsområdet Furufjäll i Stenungsunds kommun. Lokalen används som möteslokal, förvaring av lokalavdelningens material samt som utgångspunkt för många aktiviteter. Även kurser för lokalavdelningen och regionen inom utbildning av mtb-ledare och första hjälpen i terräng håller till i Smedjan.

Runt omkring stugan finns vandringsleder och MTB-leder/teknikbana. Vi har även ansvar för underhåll av en MTB-slinga vid Stenungsunds Arena (centralt i kommunen).

Vi håller också till utmed Bohusleden i Svartedalen och Bottenstugan, Toröd i Jörlanda, Stora Höga, Ödsmål samt Stenungsön och runt omkring i Stenungsund. Kommunen har även givit oss ansvar att märka och underhålla en del leder runtomkring Toröd, delar av Bohusleden och Stenungsön. Vår förening gillar att upptäcka nya ställen och är runt omkring i kommunen på många olika platser, platser som lämpar sig bäst för äventyrets agenda eller platser som vi gärna vill upptäcka tillsammans.

## SMEDJAN

Under 2025 har Smedjan använts som möteslokal, utgångspunkt för många aktiviteter och förvaring av lokalavdelningens material.

Styrelsen håll vissa av sina möten i Smedjan. Många andra möten som planeringsträffar för barnverksamheter och mtb-cykling. Kurser för utbildning av mtb-ledare för regionen har också hållits i Smedjan.

En fixardag hölls under våren för att hålla ordning i och runt stugan med ca 20 deltagare. Teknikbanan för mtb-cykling har underhållits. Vanligt underhåll som gräsklippning, ogräsplockning och städning sker kontinuerligt. Sly som fälldes och låg kvar vid röjning av teleledningarna som går över tomten röjdes undan under en dag.

Olika barnverksamheter (tex Mulle) har vid olika tillfällen förlagt aktiviteter i och vid Smedjan. Cykelverksamheterna för både barn och vuxna har ofta Smedjan som utgångspunkt. Teknikbanan används flitigt av framför allt barngrupperna.

En grupp som håller på med hantverk främst i trä har verksamheten i Smedjan med ca 10 träffar per termin.

Kyrkenorumskolan hade en friluftsdag vid på Furufjäll på våren och använde då Smedjan och orienteringsklubbens stuga som utgångspunkt och samlingsplats.

## FRILUFTSÄVENTYR

Inom den del vi kallar Gröna verksamheten har vi barn, familjer och ungdomar i grupper inom Skogsmulle och skogens värld samt Vildmarksäventyr. Det har även bedrivits regelbundna vandringar för vuxna i olika längd och svårighetsgrad.

Grön verksamhet håller även i aktiviteter öppna för allmänheten, där det ej är krav på medlemskap, så som Äggjakt, Ugglejakt, Fackeltåg och Senior Sport School.

Vi erbjuder också ledaraktivitet vid terminsuppstart för inspiration och för att informera om hur det är att vara ledare inom Friluftsförbundet, även dessa är öppna för alla, även icke medlemmar. Våra ungdomsgrupper hjälper till att röja leder efter överenskommelse med kommunen.

## SKOGSMULLE OCH SKOGENS VÄRLD

Under 2025 har vi varit två grupper aktiva för de yngre barnen. Vi har besökt olika platser och har gjort hinderbanor, studerat insekter, lagat mat över öppen eld och lekt lekar.

Vi har dessutom haft två lite längre träffar där vi har vandrat med våra lite äldre små (runt 6 år).

Under dessa tillfällen har vi även öppnat upp anmälningarna för fler och inte bara den "fasta" grupp som varit under tidigare år. Detta har gett nya bekantskaper och vi har sett detta som mycket positivt. Vi utgick från Bottenstugan vid båda tillfällena men tog två olika rutter. Vid varje träff stannade vi vid ett vindskydd, gjorde upp eld och lagade mat tillsammans.

Under våren höll två av våra Mulle-ledare en öppen aktivitet för allmänheten: Prova på Skogsmulle.

Aktiviteten syftade till att familjer som inte fått plats i våra befintliga Mulle-grupper kunde prova konceptet, få info om hur man kan starta upp en ny grupp och möjlighet att skapa nya kontakter med andra likasinnade familjer.

## TVM, VILDMARKSÄVENTYR (GRUPPER FÖR DE ÄLDRE BARNEN)

Inom Vildmarksäventyr har en TVM-grupp och en Lufsargrupp, som under året gick över till att bli TVM:are, varit igång och träffats minst 6 tillfällen per termin. Ungdomarna tar i dessa grupper större ansvar för att planera och själva hålla i förberedelser inför varje träff.

Grupperna har hjälpt till att röja leder och gjort egna äventyr som att paddla kanot, åkt skidor, lagat mat, vandrat, byggt vindskydd, cyklat och haft övernattningar.

## VANDRING LÅGLAND

Vandring lågland är en vardags- och helgverksamhet och i år har vi arrangerat dagsturer i närområdet.

Vi har varit tre engagerade ledare under året. Det har varit en bra blandning av olika vandringar. Vi har vandrat två etapper på Pilgrimsleden Göta älv, och 4 etapper på Gotaleden. Det har varit vandringar i Risveden, Kinnekulleleden (2 dagars), Orust tvärs och Sandsjöbackaleden.

Vi har även haft vandringar i närområdet och vi har startat upp med vardagsvandringar.

Vardagsvandringarna har inledningsvis varit lite kortare vandringar för att få igång ovana vandrare och nya medlemmar till föreningen.



Vi har ansvarat för ett vandringsevent för Senior Sport School, där vi vandrade och presenterade Friluftsförbundet för den gruppen. Och vi har deltagit som utställare på Seniordagen, där vi pratade vandring och Friluftsförbundet med besökare.

### KANADENSARE – ÖPPEN KANOT

Kanadensare/öppen kanot har en lång tradition i Friluftsförbundet och friluftslivet i Sverige. Totalt har vår lokalavdelning 8 st kanadensare/kanoter.

Våra kanoter står på en källa in mot Svartedalen. De har under året utnyttjats i våra aktiviteter inom den egna verksamheten. Vi erbjuder även uthyrning till alla medlemmar och allmänheten.

### MTB

Säsongen 2025 har MTB-sektionen haft 14 grupper igång. 8 av dessa har varit barngrupper/ungdomsgrupper. Vi har fortsatt stort tryck på Barncyklingsverksamheten med barn på kö, främst i mellanstadieålder.

Vi har barngrupper i åldrarna 4-16 år, denna cyklingen har ägt rum på fredagar och den har ambulerat runt på fyra olika platser i vår kommun.

Under vårens barncyklings arrangerades en extra aktivitet för barngrupperna. Fredagen den 6 juni åkte man till Bjursjön för en halvdags cykling i nivåindelade grupper.

Efter cyklingen ordnades med gemensam grillning samt fika. God avslutning med 19 barn och föräldrar från samtliga grupper.

Inom vuxencyklingen har vi under 2025 erbjudit cykling (stigcykling) på blå och röd nivå. Den svarta stigcykelgruppen har pausat sina äventyr detta år, vilket lett till ett högre deltagarantal på övriga cyklingstillfällen. Grupperna har kört: måndagar, tisdagar och torsdagar i olika gäng.

Även vuxencyklingen hade en reseaktivitet, då man besökte Ramsvik och körde två gäng, fullteknat som vanligt!

På marken bakom Smedjan har Teknik-banan fortsatt att utvecklas med nya Lines/sträckningar.

MTB-banan vid arenan är nu till stor del uppmärkt och körbar, föreningen ansvarar för underhåll.

Klädgruppen jobbar vidare med 2117 och till kommande säsong är planen att komplettera befintliga kollektioner med ytterligare plagg.



## SKIDÅKNING

Stenungsunds lokalavdelnings skidsektion kan inte stoltsera med en överdrivet stor verksamhet. Varje år hoppas vi på kallt väder och nederbörd. Dock var det inget som höll i sig mer än någon dag. Vi har därför inte kunnat hålla i något äventyr för skidåkning i vårt närområde år 2025.

## AKTIVITETER FÖR ALLMÄNHETEN

I Stenungsund har vi några stående aktiviteter som erbjuds allmänheten. I den mån vi har möjlighet försöker vi arrangera tre aktiviteter årligen. Under 2025 arrangerades dock inga aktiviteter för allmänheten på grund av brist på samordnare.

## VÅRA LEDARE

Ledare och förtroendevalda är grunden för all vår verksamhet.

Fokus är den egna aktiviteten men gemensamma träffar för ledare ger ofta ett bra utbyte och inspiration till nya äventyr.

Under året har vi haft olika ledarträffar inom olika sektioner. I november erbjöd vi en gemensam ledarträff och avslutning på året där alla våra ledare och vuxna deltagare var välkomna för att få träffa oss i styrelsen och lära känna varandra. På ledarträffen anslöt sig ca 16 ledare och deltagare och vi fick en trevlig stund tillsammans med Quiz och livemusik. Bra diskussioner innan middagen om hur vi kan förbättra verksamheten.

Vi vill underlätta nyrekrytering av ledare och förtroendevalda. Vi har för avsikt att utbilda våra hjälpledare till ledare så fort som möjlighet och intresse finns. Vi ser ett stort behov av fler ledare inom vår lokalavdelning och ser att samhället efterfrågar fler platser för barn både inom MTB och Friluftaktivitet.

## LEDARUTBILDNING

Under säsongen har vi inom MTB utbildat totalt 4 st nya hjälpledare, vilka gått en kortare MTB-introutbildning. Vi har också utbildat 3 st ledare. 3 st av våra ledare är också med i Regionens Utbildningsteam MTB. Tack vare dessa har Stenungsund stått värd för 2 ledarutbildningstillfällen under vår och höst 2025. En av våra ledare är med i Friluftsrådets Nationella Utvecklingsgrupp. Vi har dessutom stått värd för steg 2 inom ledarutbildning för MTB-ledare.



## TACK TILL ALLA AKTIVA LEDARE UNDER ÅRET 2025

Ledare	Inom
Sara Angervall	Ledare Vandring, Ledare Gröna
Urban Oscarsson	Ledare Vandring, Ledare Gröna
Benny Dahl	Ledare Vandring
Linnea Eklann	Ledare Gröna
Petra Alm	Ledare Gröna
Tobias Sandberg	Ledare Gröna
Eleonore Leander	Ledare Gröna
Sara Nilsson	Ledare Gröna
Marie Brude	Ledare Gröna
Pär Mollberg	Ledare MTB
Ulrik Åkerlund	Ledare MTB
Tobias Ljunggren	Ledare MTB
Anders Nilsson	Ledare MTB
Ronny Forsström	Ledare MTB
Robert Vilen	Ledare MTB
Carl Henriksson	Ledare MTB
Simon Eliasson	Ledare MTB
Johan Oveborn	Ledare MTB
Henrik Olausson	Ledare MTB
Catharina Rutgersson	Ledare MTB
Malin Sunde	Ledare MTB
Jonas Langedal	Ledare MTB
Jonas Ternevall	Ledare MTB
David Sundström	Ledare MTB
Björn Johansson	Ledare MTB
Joakim Byström	Ledare MTB
Fredrik Svensson	Ledare MTB
Magnus Svensson	Ledare MTB
Peter Tim	Ledare MTB
Henrik Wirsin	Ledare MTB
Herman Ericsson	Ledare MTB
Martin Olsson	Ledare MTB

Ronnie Nilsson	Ledare MTB
Andreas Nilsson	Ledare MTB
Ludvig Nilsson	Ledare MTB
Axel Asplund	Ledare MTB
Samuel Svensson	Ledare MTB
Emma Pakki	Ledare MTB
Petter Bergman	Ledare MTB
Anders Blom	Ledare MTB
Anders Callerud	Ledare MTB
Anna Engström	Ledare MTB
Karolina Eriksson	Ledare MTB
Rikard Eriksson	Ledare MTB
Johan Evergård	Ledare MTB
Magnus Fredén	Ledare MTB
Nicklas Åkerman	Ledare MTB
Karin Gunnarsson	Ledare MTB
Mikael Lidhage	Ledare MTB
Johnny Linder	Ledare MTB
Magnus Nilsson	Ledare MTB
Jänny Olsson	Ledare MTB
Kajsa Olsson	Ledare MTB
Henrik Stjernberg	Ledare MTB

## VÅRA MEDLEMMAR

Friluftsförbundet Stenungsund är inne i en period med en aktiv rekrytering av ledare, inom flera områden. Vi har i nuläget svårt att möta efterfrågan om plats i olika grupper. Samhället efterfrågar äventyr och vi kan tyvärr inte bemöta detta helt, då vi har brist på plats i våra befintliga grupper och inte ledare nog för att starta upp tillräckligt många.

Inom MTB har vi kunnat starta upp en ny barngrupp för fyraåringar. Vi hoppas att kunna fortsätta växa och öka antalet grupper för att möta efterfrågan på platser för såväl barn som vuxna.

År	2021	2022	2023	2024	2025
Medlemmar	739	686	702	699	604

## KOMMUNIKATION OCH SAMHÄLLSPÅVERKAN

Vi skapar aktiviteter i Äventyrshanteraren på Friluftsförbundet.se. Genom våra äventyr har vi bidragit till att göra vår verksamhet mer känd lokalt och Friluftsförbundet som helhet mer attraktivt.

### Friluftsförbundet

Lokalavdelningens sida på Friluftsförbundet.se -

<https://www.friluftsförbundet.se/regioner/vast/lokalavdelningar/stenungsund/>

Länk till startsida/äventyrshanteraren på Friluftsförbundet.se - <https://www.friluftsförbundet.se/>

### Facebook & Instagram

Vi har tre ledarsidor för ledare inom vår lokalavdelning. En allmän för alla ledare och två med inriktningar (Gröna och MTB) och en allmän öppen sida för allmänheten och alla medlemmar.

<https://www.facebook.com/FriluftsförbundetStenungsund>

Insikten om friluftslivets betydelse för såväl människors hälsa och välbefinnande, som för stimulans av miljömedvetenhet har ökat. Därför måste friluftslivets intressen väga tungt i samhällets planering och verksamhet. Naturen är den miljö där huvuddelen av vår verksamhet bedrivs. Allemansrätten är en förutsättning för att vi, genom friluftslivet ska kunna bidra till folkhälsa och livsglädje. Den är också avgörande när det gäller allas tillgänglighet till naturen.



## DEMOKRATI OCH ORGANISATION

Friluftsförbundet är en ideell organisation och vi bygger vår verksamhet på demokratiska principer. Vår organisationsstruktur Riks/Region/Lokalavdelning styrs av gemensamma stadgar. Som enskild medlem kan man vara med och påverka i både mikro- och makroperspektivet genom vår modell för representativ demokrati.

Friluftsförbundets verksamhet leds av styrelsen och generalsekreteraren i enlighet med organisationens stadgar, beslut tagna på stämmor, gällande strategiska riktningsskildringar och andra styrdokument.

## STYRELSENS UPPDRAG OCH ANSVAR

Vår Lokalavdelnings styrelse ska leda, driva och utveckla verksamheten så att ändamålsparagrafen uppfylls långsiktigt. Styrelsen skall verka i enlighet med Friluftsförbundets stadgar och styrelsens arbetsordning. I styrelsen har vi 6 ledamöter\*(varav två vakanta), en ordförande och två suppleanter, under året har vi genomfört 13 styrelsemöten.

Majoriteten av våra styrelsemöten har varit digitala.

### STYRELSEN

Ordförande	Petra Alm
Vice Ordförande	Magnus Fredén
Kassör	Maja Kajander
Sekreterare	Jänny Olsson
Ledamot	Nina Stugell Eleonore Leander Jänny Olsson Magnus Fredén Vakant Vakant
Suppleant	Linnea Eklann Ludvig Nilsson

Kommenterad [PA1]: Årsmöte

### GRENLEDARE

Gröna	Sara Nilsson, Eleonore Leander & Malin Rasmusson
Vandring	Benny Dahl
MTB	Magnus Fredén, Karolina Eriksson & Jänny Olsson

Skidor Magnus Fredén & Ludvig Nilsson

#### ÖVRIGA ANSVARSOMRÅDEN

Webbansvarig	Ludvig Nilsson & Sara Nilsson
Fastighetsansvarig	Magnus Svensson
Materialansvarig	Styrelsen
Kontorsansvarig	Styrelsen
Kanotansvarig	Eleonore Leander
Ansvarig underhåll av vandringsleder	TVM, Lufsare & Grenledare Vandring (Benny Dahl)
Ansvarig för MTB-slinga Arenan	Vakant / Styrelsen
Ansvarig Teknikbanan (Smedjan)	Johan Evergård
Ansvarig kommunkontakt leder	Eleonore Leander & Benny Dahl

#### Underskrifter Styrelsen

Petra Alm, Ordförande	Magnus Fredén, Vice ordförande	Maja Kajander, Kassör
Jänny Olsson, Sekreterare	Eleonore Leander, Ledamot	Nina Stugell, Ledamot
Linnea Eklann, Suppleant	Ludvig Nilsson, Suppleant	



## TACK FÖR DITT STÖD

Tack vare ditt medlemskap får du en möjlighet att komma ut i naturen, speciellt dem som annars inte hittar dit. Du är med och stärker förutsättningarna för en tillgänglig friluftsmiljö för alla. Som medlem får du också tillgång till Sveriges bredaste utbud av guidade friluftaktiviteter, attraktiva medlemsförmåner samt Magasin Friluftsliv fyra gånger per år. Försäkring ingår i alla aktiviteter och du har möjlighet att vidareutvecklas genom att bli ledare i organisationen.

LÅT ÄVENTYRET BÖRJA.

**90** SVENSK  
KONTO INSAMLINGS  
KONTROLL

Friluftsrämjandet har 90-konto: plusgiro 900176-9.  
Tack för din gåva – den gör stor skillnad.