



## VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2025

FRILUFTSFRÄMJANDET ESKILSTUNA

FRILUFTS  
FRÄMJANDET



## ORDFÖRANDE HAR ORDET

Att orka – och att dela ansvaret 🌱

2025 har varit ett tufft år för mig personligen, och det är något som också har påverkat mitt engagemang i föreningen. Jag skriver detta med öppenhet, eftersom ideellt engagemang alltid sker i samspel med livet i övrigt. I Friluftsförbundet Eskilstuna är jag inte bara ordförande, utan också både barnledare och kajakledare – roller som jag brinner för, men som tillsammans också kräver mycket tid och energi.

Trots ett år som periodvis känts tungt, bär jag fortfarande en stark tro på Friluftsförbundet och på vår lokala förening. Eskilstuna har en enorm potential. Vi har tillgång till fantastisk natur, vatten, skogar och leder – och vi vet att det finns många friluftsinträsade i staden. Jag är övertygad om att Friluftsförbundet kan fortsätta vara en viktig kraft här, men det förutsätter att vi är fler som bär föreningen tillsammans.

Ett viktigt ledord under 2025 har därför varit **microengagemang**. Allt engagemang behöver inte vara långsiktigt eller terminsbaserat. Det är helt okej att som ledare hålla i ett enstaka event, en prova-på-aktivitet eller en träff då och då. Alla bidrag – stora som små – är värdefulla. Samtidigt vet vi att våra terminsgrupper för barn är vår allra mest uppskattade verksamhet, och något vi vill fortsätta prioritera och utveckla.

För att lyckas med detta behöver vi bli fler. Jag hoppas att vi framöver kan hitta medlemmar som inte bara vill vara ledare i aktiviteter, utan också kan hjälpa till med **ledarrekrytering och ledarvård**. Att välkomna, stötta och behålla ledare är en nyckel till att bygga upp en större och mer hållbar ledargrupp, där ansvaret delas av fler.

Vi ser också en tydlig trend i att **digital marknadsföring inte längre når alla åldersgrupper**. Det räcker inte alltid med inlägg på sociala medier. För att nå nya medlemmar och ledare behöver vi i högre grad synas fysiskt – på lokala evenemang, genom affischer, personliga möten och närvaro där människor redan finns. Det är ett arbete vi behöver utveckla vidare tillsammans.

Avslutningsvis vill jag lyfta något som ger energi och hopp: samarbetet med andra lokalavdelningar. Under året har jag särskilt uppskattat samarbetet med vandringsledare från Flen och kajakledare från Västerås. Dessa möten och gemensamma aktiviteter påminner om styrkan i att vara en del av en större rörelse, där vi kan inspirera och stötta varandra över kommungränserna.

Mitt hopp inför framtiden är enkelt men starkt: att vi kan fortsätta bygga Friluftsförbundet Eskilstuna tillsammans, steg för steg, med respekt för både engagemangets möjligheter och dess begränsningar. Det är när vi är många som bidrar lite var som föreningslivet blir hållbart – för oss som är aktiva idag och för kommande generationer.

Med varma hälsningar,

**Åsa Norrby**  
Ordförande  
Friluftsförbundet Eskilstuna

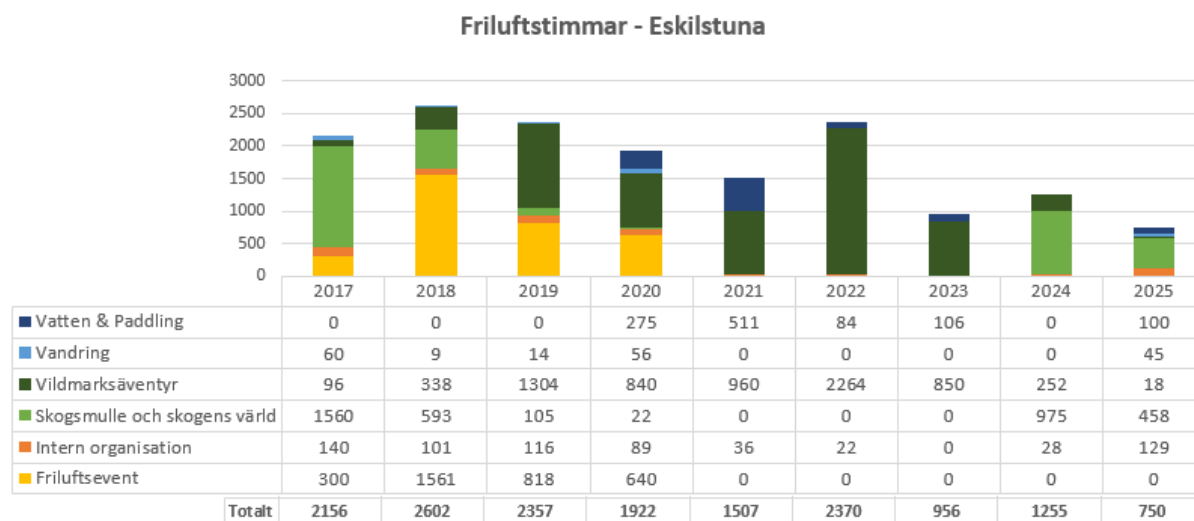
*Omslagsbild: Bild från Knyttgruppen som tittar på en skräp-planka.*

## VERKSAMHETSSTATISTIK 2025

Under 2025 redovisar Friluftsförbundet Eskilstuna totalt **750 friluftstimmar**, vilket är en minskning jämfört med flera tidigare år. Den främsta anledningen till detta är att vi under året inte genomförde Mulleloppet som är vårt större **friluftsevent**, vilket historiskt har bidragit med ett stort antal timmar.

En annan tydlig förklaring är att vi **inte haft några övernattningsaktiviteter med FamiljeMulle** under året. Dessa aktiviteter brukar generera många friluftstimmar och har därför stor påverkan på den sammanlagda statistiken när de uteblir.

Statistiken speglar därmed inte ett minskat engagemang, utan snarare ett **förändrat innehåll i verksamheten**, där fokus under året legat på färre och mer avgränsade aktiviteter, exempelvis terminsgrupper för barn, kvällspaddlingar och prova-på-aktiviteter som naturparkour. Detta tar vi med oss som en viktig lärdom inför kommande år, både i planering av verksamhet och i tolkningen av statistik över friluftstimmar.



## VÅR VERKSAMHET 2025

Här summerar vi kort årets verksamhet inom respektive verksamhetsgren.

### FRILUFTSÄVENTYR FÖR BARN OCH UNGDOMAR

Friluftsäventyr är Friluftsförbundet's barnverksamhet och i denna kategori ingår:

- Skogsmulle och skogens värld 0–6 år (till exempel knopp, knytte, skogsmulle)
- Vildmarksäventyr för barn 7–12 år (till exempel Strövare, Friluftzare)
- Familjemulle & Äventyrliga familjen där åldrarna är blandade

Under 2025 har barn- och ungdomsverksamheten varit en av de mest aktiva delarna i Eskilstuna. Vi har erbjudit flera uppskattade grupper inom Skogsmulle och skogens värld, där barn och medföljande vuxna tillsammans fått upptäcka naturen genom lek, sång, rörelse och friluftsliv.

Våra grupper **SkogsKnopp**, **Skogsknytte** och **SkogsMulle** har samlat många deltagare under året och gett barnen möjlighet att bli trygga i skogen, lära sig om naturen och allemansrätten samt skapa gemenskap med andra familjer. Avslutningarna, ibland med möjlighet till övernattnin, har varit särskilt uppskattade och har gett fina naturminnen både för barn och vuxna.

Under året har vi också haft **Öppna Skogsläntan**, ett koncept som liknar öppen förskola fast ute i naturen. Aktiviteten har gett små barn (0–2 år) och deras vuxna en låg tröskel in i friluftslivet och blivit ett värdefullt tillskott till verksamheten.

Ett extra uppskattat inslag under året var vårt prova-på-arrangemang i **Naturparkour**, som lockade både barn och vuxna. Aktiviteten bjöd på rörelsegädje, utmaningar och lek i skogsmiljö, och mottagandet var mycket positivt. Naturparkour har visat sig vara ett inspirerande sätt att locka nya målgrupper till friluftslivet, och vår ambition är att kunna erbjuda denna aktivitet vid fler tillfällen framöver.

Vi hade ambitionen att starta grupper för äldre barn, men av olika anledningar fick dessa inte tillräckligt med deltagare för att kunna genomföras. Det tar vi med oss som en viktig lärdom inför kommande år.

Barnverksamheten bärs idag upp av två aktiva barnledare: **Nathalie och Felicia** som med stort engagemang och trygghet leder våra grupper. Deras insats är avgörande för verksamhetens kvalitet och kontinuitet, och vi är mycket glada att ha dem aktiva i föreningen. **Åsa och Pontus** har också varit aktiva under vårterminen 2025.

### VANDRING

Vandringsverksamheten under 2025 har varit begränsad i antal genomförda aktiviteter, men samtidigt lagt en viktig grund för framtiden. Under våren genomfördes en vandring, där ledare och deltagare tillsammans fick möjlighet att uppleva vårnaturen och backsipporna i ett lugnt tempo.

En mycket positiv utveckling under året är att vi nu har två nyutbildade vandringsledare, **Martin och Susanne**. Detta stärker vår kapacitet framåt och ger goda förutsättningar för att utveckla vandringsverksamheten under kommande år, både i form av kortare turer och längre vandringar.

## KAJAK & KANADENSARE

Kajakverksamheten har varit aktiv under sommarmånaderna med både kvällspaddlingar och längre turer. Några planerade paddlingar fick tyvärr ställas in, främst på grund av lågt deltagarantal och osäkra eller utmanande väderförhållanden. Säkerheten har alltid varit prioriterad i våra beslut.

Ett uppskattat inslag under året har varit samarbetet med **lokalavdelning Västerås**, där vi genomförde flera paddlingar tillsammans. Bland annat arrangemanget av en heldagspaddling i Ridö skärgård, där vädret bjöd på mer utmanande förhållanden än planerat med höga vågor. Trots detta genomfördes turen på ett tryggt sätt och blev ett minnesvärt och uppskattat äventyr för alla deltagare. En annan uppskattad tur med god uppslutning av trevliga deltagare var en paddling i Strömsholms kanal på årets varmaste dag där vi självklart stannade för glass i Westerkvarn. I övrigt har vi utgått i från Borgåsund som vanligt och anordnat en rad kvällsturer.

Vi kan se en tydlig förändring i deltagarprofilen jämfört med tidigare år. Många av de paddlare som deltog under 2025 hade egna kajaker och god paddelvana, vilket är relativt nytt för oss då tidigare år haft fler nybörjare. Det har gett möjlighet till mer teknikinhåll och längre turer.

Utöver de publika turerna har kajakledarna också träffats regelbundet för att träna teknik och utveckla sitt ledarskap, vilket bidrar till en säkrare och mer kvalitativ verksamhet. Under året har kajaksektionen även stärkts genom att vi fått en ny kajakledare, **Henrik**, vilket är ett mycket välkommet tillskott. **Åsa och Martin** har varit fortsatt aktiva kajakledare sedan innan.

## FRILUFTSEVENT

Under 2025 har vi genomfört flera friluftsevent som bidragit till gemenskap, inspiration och utveckling inom föreningen. Särskilt fokus har legat på **ledarträffar**, där både aktiva och blivande ledare fått möjlighet att mötas, lära känna varandra och gemensamt planera verksamheten framåt. Dessa tillfällen har varit viktiga för att stärka föreningens nätverk och skapa engagemang.

Mulleloppet som är en gammal tradition för Eskilstunas lokalavdelning blev inte av 2025 pga. Lågt intresse hos volontärerna. Vi hoppas på att komma igen nästa år igen.

## VÅRA LEDARE

Friluftsförbundet verksamhet bygger helt på ideellt engagemang, och våra ledare är grunden för att vi ska kunna erbjuda meningsfulla friluftsupplevelser i Eskilstuna. I medlemsregistret finns idag **18 personer med ledarutbildning**, men som många ideella föreningar ser vi att **livssituationen förändras** och att alla utbildade ledare inte alltid har möjlighet att vara aktiva under varje verksamhetsår.

För att räknas som **aktiv ledare** i lokalavdelningen leder man minst **10 timmar verksamhet per år** och fortbildar sig regelbundet. Under 2025 har detta inneburit ett mindre, men engagerat, ledargång som burit verksamheten tillsammans.

Glädjande är att vi under året har **utbildat 5 nya ledare**, vilket stärker vår långsiktiga kapacitet och ger förutsättningar att utveckla fler grenar framöver – även om inte alla ännu hunnit bli fullt aktiva i praktiken.

Dessa nedan är våra nuvarande ledare varav de i parentes inte varit aktiva under 2025.

VERKSAMHET	NYA	TOTALT	LEDARE	HJÄLPLEDARE
KAJAK	1	4	MARTIN, ÅSA, HENRIK, (EMMA)	
SKOGSMULLE		4	ÅSA, FELICIA, NATHALIE, (PONTUS), (MARTIN), (THERESE)	ANNA, ULRIKA
VILDMARKSÄVENTYR	2	1	ÅSA, (THERESE), (KARIN), (HENRIK A), NATURPARKOUR ERIK	
VANDRING	2	2	MARTIN, SUSANNE, (INGVAR), (KARIN)	DANIEL, KATARINA, HILDA

### GRENLEDARE – AKTIVITETSANSVARIGA

nom Friluftsförbundet har grenledare en central roll. Uppdraget innebär att tillsammans med övriga ledare planera verksamheten inom sin gren, samordna säkerhetsarbetet och säkerställa att rätt kompetens finns för att bedriva aktiviteter på ett tryggt sätt. Grenledarna ansvarar även för återrapportering till styrelsen inför styrelsemöten samt för att bidra med sin del till verksamhetsberättelsen.

Under 2025 har grenledaransvaret fördelats enligt följande:

Barnverksamhet	Åsa Norrby
Kajak och kanadensare	Saknas
Vandring	Saknas

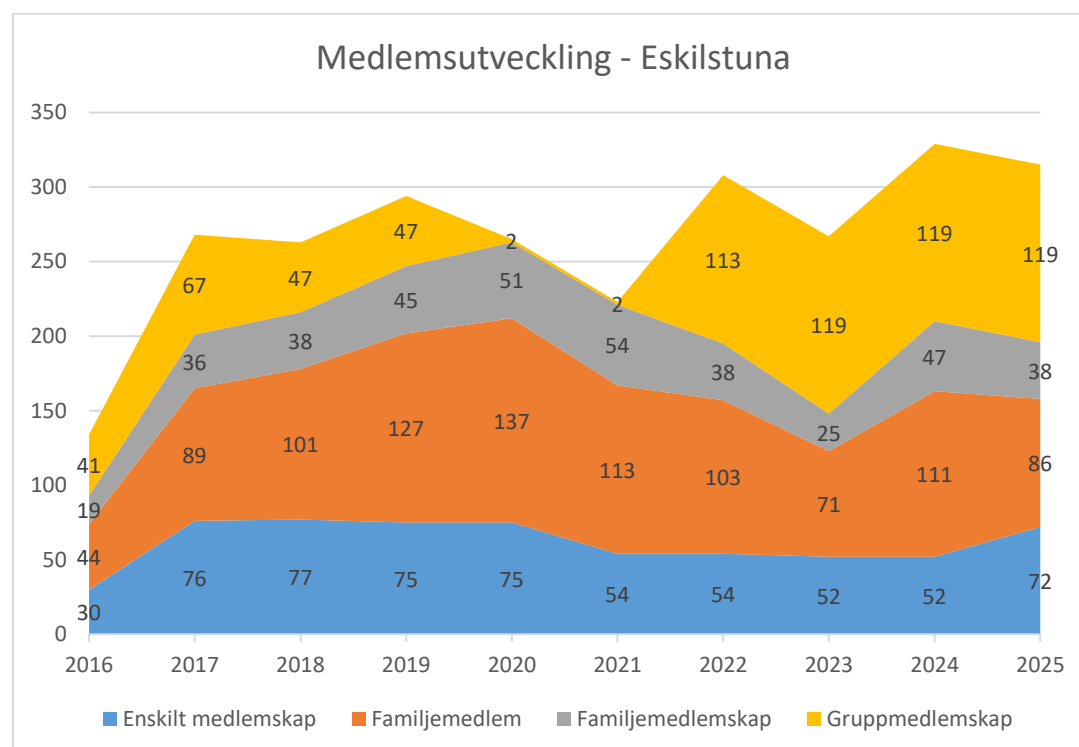
Att flera grenar saknar grenledare speglar den **sårbarhet som uppstår när få personer bär många roller**, men tydliggör också ett viktigt utvecklingsområde inför framtiden. Att rekrytera och stötta fler personer i samordnande roller är avgörande för att bygga en mer hållbar och mindre personberoende organisation.

## VÅRA MEDLEMMAR

Friluftsförbundet Eskilstuna hade vid medlemsårets slut **308 medlemmar**.

Under 2025 ser vi att medlemsantalet i Friluftsförbundet Eskilstuna är relativt stabilt, men med en tydlig sammansättningsförändring. Antalet **familjemedlemskap minskar**, medan **enskilda medlemskap ökar något** jämfört med föregående år. **Gruppmedlemskapen** ligger kvar på en hög nivå.

Utvecklingen speglar årets verksamhet, där barn- och familjeaktiviteter haft färre omfattande inslag, såsom övernattningar och större familjeevent, samtidigt som mer individbaserade och riktade aktiviteter – exempelvis kajakpaddling – haft deltagare med egen utrustning och etablerat friluftssintresse.



Värden per kategori för 2019 uppskattade utifrån fördelning tidigare & efterföljande år då data saknas.

## KOMMUNIKATION OCH SAMHÄLLSPÅVERKAN

Friluftsförbundet Eskilstuna arbetar både praktiskt och påverkande för att stärka friluftslivet i kommunen. Som en del i detta arbete har lokalavdelningen en styrelsemedlem som representerar föreningen i **Eskilstuna kommuns natur- och vattenvårdsberedning**, vilket ger oss möjlighet att bidra med friluftslivets perspektiv i kommunala frågor som rör natur, vatten och tillgänglighet.

Vad gäller kommunikation har fokus under 2025 legat på att nå ut med information om aktiviteter, inspirera till friluftsliv och synliggöra föreningens ideella arbete. Vi kommunicerar regelbundet via följande kanaler:

- Lokalavdelningens sida i **Äventyrshanteraren på Friluftsförbundet.se**
- Lokalavdelningens **Facebook- och Instagramkonton**
- **Lokal press och media** vid specifika tillfällen

Under året har vi gjort reflektionen att **digital kommunikation inte längre når alla målgrupper i samma utsträckning som tidigare**. Detta gäller särskilt vissa åldersgrupper och familjer som inte är aktiva på sociala medier. Inför kommande år ser vi därför ett behov av att komplettera den digitala kommunikationen med **ökad fysisk synlighet**, exempelvis genom affischering, närvaro på lokala evenemang och personliga möten.

Kommunikation ses därmed inte enbart som marknadsföring av aktiviteter, utan som ett strategiskt verktyg för både medlemsrekrytering, ledarekrytering och samhällspåverkan.

## BIDRAGSGIVARE OCH SAMARBETSPARTNERS

Friluftsförbundet Eskilstuna har ett viktigt stöd i sina långsiktiga samarbetspartners, både vad gäller ekonomiskt bidrag och samarbete i gemensamma frågor såsom kommunikation, nätverkande och kompetensutbyte.

En av våra viktigaste samarbetspartners är **Eskilstuna Energi och Miljö**, genom samarbetet **Eskilstuna EI**. För varje kund som väljer Friluftsförbundet Eskilstuna som mottagare av sitt elavtal erhåller föreningen ett sponsringsbidrag. Detta bidrar på ett värdefullt sätt till lokalavdelningens ekonomi och möjliggör verksamhet som annars hade varit svår att genomföra.

Vi har även möjlighet att ansöka om stöd från **Sparbanksstiftelsen**, som kan bekosta ledarutbildningar. Under 2025 fanns detta stöd tillgängligt, men på grund av begränsad kapacitet och hög arbetsbelastning hann lokalavdelningen inte med att genomföra någon ansökan. Detta är en tydlig lärdom inför kommande verksamhetsår och något styrelsen ser behov av att prioritera framåt.

Sammantaget är våra samarbetspartners en viktig del av lokalavdelningens fortsatta utveckling. För att fullt ut kunna ta tillvara dessa möjligheter krävs dock tillräcklig organisatorisk kapacitet, vilket återigen kopplar till vikten av fler engagerade personer i både styrelse- och ledarroller.

## DEMOKRATI OCH ORGANISATION

Friluftsförbundet är en ideell organisation som bygger sin verksamhet på demokratiska principer. Vår organisationsstruktur med riksorganisation, region och lokalavdelning styrs av gemensamma stadgar. Som medlem finns möjlighet att påverka både i det lilla och i det stora genom Friluftsförbundets modell för representativ demokrati.

Lokalavdelningens styrelse har till uppgift att leda, driva och utveckla verksamheten så att ändamålsparagrafen uppfylls långsiktigt. Styrelsen ska verka i enlighet med Friluftsförbundets stadgar samt styrelsens arbetsordning.

Under verksamhetsåret 2025 har lokalavdelningen letts av en styrelse med åtta ledamöter. Under året har fem protokollförda styrelsemöten genomförts. Därutöver har informationsutbyte och brådskande beslut hanterats löpande med hjälp av digitala lösningar.

Under året uppstod en större organisatorisk utmaning då lokalavdelningen förlorade sin kassör efter halva verksamhetsåret. För att säkerställa fortsatt god ekonomisk ordning har styrelsen tillsammans, med gemensamma krafter, upprätthållit bokföringen och den löpande ekonomihanteringen. Detta arbete har fungerat väl och har genomförts med framgång, trots ökade krav på styrelsens tid och engagemang.

En konsekvens av denna situation var dock att styrelsen inte hade möjlighet att fullt ut genomföra ett beslut som fattades vid årsmötet, nämligen att samtliga ledare skulle få sitt medlemskap betalt av lokalavdelningen. På grund av bristande rutiner och begränsade resurser hann detta inte implementeras under verksamhetsåret.

Med denna verksamhetsberättelse vill styrelsen tacka engagerade ledare, förtroendevalda och medlemmar för det arbete och engagemang som lagts ner under året, och ser fram emot att tillsammans fortsätta utveckla verksamheten under kommande verksamhetsår.

### Styrelsen för Friluftsförbundets lokalavdelning Eskilstuna

Åsa Norrby  
Ordförande

Patrik Larsson  
Vice Ordförande och Sekreterare

Vakant  
Kassör

Martin Berggren  
Ledamot

Anita Hallersten  
Ledamot

Håkan Omberg  
Ledamot

Ingvar Häggqvist  
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.



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

