



FRILUFTS  
FRÄMJANDET



# VERKSAMHETSPLAN

## Verksamhetsåret 2026

Friluftetsfrämjandet Eskilstuna årsmöte 23 april 2026

## Förord

*Friluftsförbundet verksamhetsplan 2025–2027 tar avstamp i Strategi 2030 och beskriver hur organisationens tre delar – Lokalavdelningar, Regioner och Riksorganisationen – tillsammans ska arbeta för att främja friluftslivets betydelse för folkhälsa och livsglädje. Planen lyfter fram tydliga roller och ansvar, och betonar den frihet som finns att utveckla nya verksamheter genom den entreprenörsanda som präglar organisationen.*

*Till skillnad från tidigare planer fokuserar denna period mer på verksamhetsutveckling och kvalitativa mål, med särskild betoning på friluftslivets samhällsbidrag – inte bara inom skola och förskola, utan även vård, omsorg och andra samhällsområden. Planen ger också ökat utrymme åt hållbarhet och mångfald, och tydliggör Friluftsförbundets nationella uppdrag att skapa livsglädje och folkhälsa genom ett brett och hållbart friluftsliv.*

*Med närmare 110 000 medlemmar och 8 600 ledare är Friluftsförbundet en av Sveriges största ideella rörelser. Verksamheten bedrivs lokalt, regionalt och nationellt, och samarbetar både med dotterbolaget I Ur och Skur Utveckling AB och med externa aktörer inom flera samhällssektorer. Planen slår fast att fler ledare behövs för att fler ska kunna ta del av friluftslivets äventyr, och att organisationen ska utveckla både enkla och avancerade aktiviteter för alla åldrar och erfarenhetsnivåer.*

*Genom strategiska satsningar på utbildning och samverkan, och genom att lyfta fram effekterna av verksamheten – såsom bidrag till psykisk hälsa och ökad gemenskap – vill Friluftsförbundet både stärka det ledarledda friluftslivet och öka friluftslivets samhällsbidrag. Verksamhetsplanen revideras årligen och utgör ett vägledande dokument för att nå de mål som formulerats i Strategi 2030.*

## Huvudstrategier 2025 – 2027

Under 2025 - 2027 fortsätter vi arbeta utifrån de tre huvudstrategierna i Strategi 2030:

- Stärk det ledarledda friluftslivet
- Öka friluftslivets samhällsbidrag
- Inspirera allmänheten till friluftsliv

# Innehållsförteckning

<b>1. Övergripande</b> .....	<b>1</b>
1.1 Sammanfattning och styrdokument.....	1
1.2 Riks prioriteringar 2025–2027 .....	1
1.3 Hållbart friluftsliv .....	2
<b>2. Ledarlett friluftsliv / Friluftsakademin</b> .....	<b>3</b>
2.1 Prioriteringar för 2026 .....	3
2.2 Trygga och säkra äventyr .....	4
2.3 Eskilstunas ledare.....	4
2.5 Kajak .....	5
2.6 Barnverksamheten.....	5
2.7 Övriga friluftsgrenar .....	5
<b>3. Mer utomhuspedagogik i förskolor och skolor</b> .....	<b>6</b>
3.1 Prioriteringar 2026 .....	6
<b>4. Inspiration till allmänheten / Kommunikation</b> .....	<b>6</b>
4.1 Prioriteringar 2026 .....	6
<b>4.2 Opinionsbildning och påverkan</b> .....	<b>7</b>
<b>5. Digitalisering</b> .....	<b>8</b>
<b>6. Organisation</b> .....	<b>8</b>
6.1 Styrelsen .....	8
6.2 Valberedningen.....	8
<b>7. Finansiering</b> .....	<b>9</b>

# 1. Övergripande

## 1.1 Sammanfattning och styrdokument

Denna verksamhetsplan utgår från Friluftsförbundet stadgar, Strategi 2030 samt är skapad tillsammans med Eskilstuna lokalavdelnings budget för verksamhetsåret 2026. Denna verksamhetsplan följer den mall som Friluftsförbundet riksorganisation har tagit fram som förslag till riksorganisationen, regionerna och lokalavdelningarna. Syftet med en gemensam mall är att vidareutveckla vår gemensamma struktur, våra gemensamma strategiska prioriteringar och vårt gemensamma arbete för att uppnå vårt uppdrag: folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen, genom friluftsliv.

## 1.2 Riks prioriteringar 2025–2027

### 1. Stärk det ledarledda friluftslivet

Genom ledarlett friluftsliv bidrar Friluftsförbundet till bättre folkhälsa och ökad livsglädje i hela landet. För att nå målen i Strategi 2030 fokuserar vi på att utbilda fler ledare, behålla och utveckla befintliga samt stärka lokalavdelningarnas förutsättningar. Med Friluftsakademin som grund skapar vi fler ledarledda äventyr av hög kvalitet för både medlemmar och nya målgrupper. Särskilt fokus läggs på att sänka trösklarna in i friluftslivet och erbjuda fler unga vägar till ledarskap och ideellt engagemang. Tillväxt skapas genom flexibla former för engagemang och genom att undanröja interna hinder. Verksamhetsutvecklingen ska nå hela vägen ut till lokal verksamhet, även i områden med svagare närvaro.

### 2. Öka friluftslivets samhällsbidrag

- Friluftsliv och folkhälsa
- Mervärden av ideellt engagemang i allmänhet och friluftslivsorganisationer i synnerhet
- Värnande av allemansrätten och andra förutsättningar för friluftsliv
- Friluftsliv i arbetet med psykisk hälsa
- Friluftsliv i och kring skolan
- Kopplingen mellan grundläggande friluftskunskap och hemberedskap

### 3. Inspirera allmänheten till friluftsliv

Genom att inspirera en bred allmänhet vill Friluftsrämjandet sänka trösklarna till friluftsliv och väcka lust att vistas i naturen, både på egen hand och genom vår verksamhet. Ökad synlighet och ett starkt varumärke nationellt, regionalt och lokalt är centralt för att nå fler målgrupper. Kommunikation används för att vidga bilden av friluftsliv och skapa engagemang för eget friluftsliv och ideellt deltagande. Arbetet fokuseras och prioriteras för att nå både friluftsvana och friluftsovana grupper. Hela organisationen tar gemensamt ansvar för strategin och agerar utifrån våra värderingar och varumärket VI KAN (Välkomnande, Inspirerande, Kompetent, Aktiv, Nyfiken).

#### 1.3 Hållbart friluftsliv

Vi strävar efter att spegla samhällets mångfald och erbjuda verksamheter som är välkomnande, anpassade och trygga för alla, oavsett kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder.

Som organisation har vi mycket goda förutsättningar att vara ett föredöme inom ekologisk hållbarhet. Vi strävar efter att maximera organisationens positiva och minimera organisationens negativa inverkan på ekosystemen och klimatet, samt att ”respekt för naturen” är en tydlig del i alla våra verksamheter.

Som ideell organisation är vår främsta resurs det ideella engagemanget i våra lokalavdelningar. Vi ska ständigt inspirera, stötta och leda det ideella engagemanget.

Vi verkar i linje med de globala 2030-målen och har ett särskilt fokus på

- God hälsa och välbefinnande,
- God utbildning,
- Hållbara städer och samhällen,
- Bekämpa klimatförändringarna, och
- Ekosystem och biologisk mångfald.

Friluftsförbundet Eskilstuna bidrar till förverkligandet av Sveriges nationella mål för friluftspolitiken. Syftet är att stödja människors möjligheter att vara i naturen och utöva friluftsliv, med allemansrätten som grund. Riksdagen har satt upp 10 mål för friluftspolitiken:

- Tillgänglig natur för alla.
- Starkt engagemang och samverkan för friluftslivet.
- Allemansrätten – värna och sprida kunskap.
- Tillgång till natur för friluftsliv.
- Attraktiv tätortsnära natur.
- Hållbar regional tillväxt och landsbygdsutveckling.
- Skyddade områden som resurs för friluftslivet.
- Ett rikt friluftsliv i skolan.
- Friluftsliv ger god folkhälsa.
- God kunskap om friluftslivet.

## 2. Ledarlett friluftsliv / Friluftsakademin

De friluftsgrenar som Friluftsförbundet Eskilstuna skapar äventyr inom är: kajak, kanadensare, Skogsmulle och skogens värld, vandring (lågland) samt Vildmarksäventyr.

### 2.1 Prioriteringar för 2026

I Eskilstuna lokalavdelning är vi mestadels lojala. De som engagerar sig aktivt hos oss tenderar att stanna kvar under många år. Däremot är vi dåliga på att få in nya personer och få i gång dom i ny verksamhet. Vi saknar en etablerad process för att välkomna nya ledare och styrelsemedlemmar. Vi behöver även bli bättre på att träffas oftare och ha kul tillsammans.

Av de prioriteringar som Riks beskriver om Eskilstuna lokalavdelnings roll i förverkligandet av Strategi 2030 så har vi valt att fokusera på dessa.

### **Friluftsförbundet Eskilstuna ska 2026 prioritera att**

- Rekrytera, samordna och vårda hjälpledare samt ledare
- Finansiera och uppmuntra utbildning och fortbildning av hjälpledare och ledare
- Tydliggöra behov av utbildningar och fortbildningar till regionen genom att uppmuntra nya potentiella ledare att anmäla intresse på de intresseanmälningar som finns. Vi kan även framföra detta på grenledarträffarna.

- Föreslå utbildningsledare till regionen (utbildningsledare kallades fram till nyligen för kursledare)
- Erbjud medlemmarna en ökad bredd av friluftsgrenar och nivåer (från nybörjare till erfaren), i syfte att alla medlemmar ska kunna hitta ett äventyr som passar deras intresse och erfarenhetsnivå

## 2.2 Trygga och säkra äventyr

Att Friluftsrämjandets äventyr är trygga och säkra är en viktig grundbult i Friluftsrämjandet. Att vi löpande jobbar med att utbilda, fortbilda och säkerställa våra ledares kompetens och förutsättningar för att leda äventyr är utav största vikt. Det är också viktigt att vi inför våra äventyr jobbar med att förebygga säkerheten kring äventyren där ett sätt är att jobba med säkerhetsplaner. Det är också en självklarhet att alla som möter barn och unga i våra verksamheter ska lämna in ett utdrag ur belastningsregistret.

- För att säkra att våra äventyr är trygga och säkra ska vi:
- Säkerställa att ledarmarkeringarna i medlemsregistret är aktuella, och i linje med styrdokument Ledare. Två gånger om året. Slutet av VT och slutet av HT. Inkluderat registerutdrag.
- Se över vilken fortbildning inom säkerhet som behövs och komma överens om hur ofta vi ska genomgå dessa.
- Fortsätt använda oss av säkerhetsplaner. Skapa en tydlig plats spara dom på.

## 2.3 Eskilstunas ledare

I dagsläget har Eskilstuna lokalavdelning 15 utbildade ideella ledare. Varav några av dom varje år gör viktiga insatser genom att skapa verksamhet. Målet är att öka antalet aktiva ledare bland våra redan existerande ledare samt att utbilda nya.

För att våra ledare ska fortsätta att trivas i rollen och för att rekrytera ytterligare ledare ska vi:

- Genomföra regelbundna ledarträffar. Minst 1 per termin.
- Ge våra nyutbildade ledare en introducering till lokalavdelningen
- Bjuda in till 2 rekryteringsträffar i samband med att utbildningar publiceras.
- Se till att intresserade nya ledare får möjlighet att gå som hjälpledare
- Involvera föräldrar som hjälpledare i vår barnverksamhet
- Alltid fråga deltagare/föräldrar i slutet av en termin om dom vill hjälpa till som hjälpledare nästa termin eller utbilda sig till ledare.

## 2.4 Ledarnas utveckling

Inom Friluftsakademin skiljer vi på utbildning, fortbildning och kurser. **Utbildning** är när vi utbildar nya ledare utifrån en gemensam utbildningsplan.

Med **fortbildning** syftar vi aktiviteter som har till syfte att utveckla våra befintliga ledare. 2025 ska våra ledare erbjudas deltagande i följande fortbildningar:

- Första hjälpen
- Vidareutbildningar inom sin gren
- Äventyrshanteraren

Med kurser syftar vi aktiviteter som initieras/skapas av lokalavdelningen och som har till syfte att utveckla våra befintliga ledare/medlemmar. 2026 ska våra ledare erbjudas deltagande i följande kurser:

- Intro till lokalavdelningen

## 2.5 Kajak

Vi gör ett försök att samordna de ledare som är kvar i lokalavdelningen och siktar på försöka att genomföra några kvällspaddlingar från Borgåsund och någon introkurs för nybörjare i kamraträddning och grundläggande teknik.

## 2.6 Barnverksamheten

- **Skogsmulle och skogens värld:** Öppna Skogsgläntan (0-2 år), Skogsknopp (2-3 år), Skogsknytte (3-4 år), Skogsmulle (5-7 år) & Familjemulle.
- **Vildmarksäventyr:** Strövare (7-8 år), Frilufsarna (9-13 år cirka), TVM Äventyrsgrupper (cirka 14-25 år) och Äventyrliga familjen.

Intresset större än utbudet, så rekrytering och utbildning av ledare skulle kunna möjliggöra en expansion.

Vi kommer att försätta låta föräldrar vara hjälpledare som förutsättning för att medverka. För att samla in intresse kommer vi marknadsföra ledarbehovet på flera olika sätt både digitalt och genom att sätta upp affischer i skolor och i våra naturområden.

## 2.7 Övriga friluftsgrenar

Under 2025 så har vi testat bland annat testat naturparkour.

## 3. Mer utomhuspedagogik i förskolor och skolor

### 3.1 Prioriteringar 2026

Inom det geografiska området för Friluftsförbundet Eskilstuna är Friluftsförbundet aktivt i Eskilstuna friluftsförskola, Tumbo.

Friluftsförbundet Eskilstuna ska 2026 verka för ett gott samarbete mellan lokalavdelningen samt de förskolor/skolor som finns inom vår lokalavdelnings område, genom att

- Informera om Friluftsförbundets verksamhet
- Bjuda in rektorn till årsmöte

## 4. Inspiration till allmänheten / Kommunikation

Målet för Friluftsförbundets arbete med kommunikation är att så många som möjligt inom målgruppen friluftsintresserad allmänhet ska

1. ha grundläggande kunskap om Friluftsförbundet,
2. känna att Friluftsförbundet är välkomnande och har verksamhet som passar dem,
3. bli medlem, samt
4. delta i verksamheten.

8 % av allmänheten uppgav år 2021 att de inspireras till friluftsliv av Friluftsförbundet. Målet i Strategi 2030 är att det ska till 25 % år 2030.

### 4.1 Prioriteringar 2026

Friluftsförbundet Eskilstuna ska 2026 prioritera att

- Kontakta lokalmedia i samband med intressant verksamhet för att fråga om de är intresserade att göra ett reportage.
- Arbeta med sociala medier (Facebook och Instagram), genom att ha aktiva konton med bilder, texter och filmer från vår verksamhet
- Tydligt profilera våra aktiviteter och ledare med Friluftsförbundets logotyp
- Mer fysisk annonsering. Affischer osv. Arenor, kommun, friluftsområden.
- säkerställa att Eskilstuna lokalavdelnings alla äventyr/aktiviteter publiceras på Friluftsförbundets webbplats (Äventyrshanteraren), samt att informationen är tydlig och inbjudande.
- Skapa mallar för våra vanligaste äventyr som kan vara till hjälp för att ha en enhetlig kommunikation.
- säkerställa att informationen om lokalavdelningen på Friluftsförbundets webbplats är komplett och uppdaterad.

Eskilstuna ska 2026 prioritera att

- säkerställa att lokalavdelningen inom ett fåtal dagar svarar på mail och meddelanden
- säkerställa att informationen om Eskilstuna lokalavdelnings förtroendevalda och ledare i medlemsregistret är komplett och uppdaterad.
- uppmuntra alla ledare att använda ett blått profilplagg i samband med att de leder äventyr/aktiviteter

Dessa prioriteringar ovan är i linje med Eskilstuna lokalavdelnings roll i förverkligandet av Strategi 2030 samt den 3-åriga verksamhetsplanen.

## 4.2 Opinionsbildning och påverkan

Ramen för vårt arbete med opinionsbildning och påverkan är en triangel med följande sidor: Sveriges friluftsmål, Svenskt Friluftslivs agenda och Allemansrätten.



Figur 1: <https://www.friluftsframjandet.se/mina-sidor/verktyg--materialbank/marknadsforing/opinionsbildning-och-paverkan/handbok-lokalt-paverkansarbete/>

D.v.s. de budskap och prioriteringar som används i arbetet med opinionsbildning och påverkan ska ligga i linje med dessa tre dokument. Vi avgränsar oss därmed till de frågor som våra medlemmar är överens kring och fokuserar på de frågor som Friluftsfrämjandet kan anses ha unik kompetens inom.

Vårt arbete med opinionsbildning och påverkan är alltid transparent och konstruktivt. Våra metoder är främst att vi svarar på remisser, deltar i nätverk och forum som är relevanta, bedriver opinionsbildning via redaktionell media, samt bedriver påverkan via direktdialog med beslutsfattare.

## 5. Digitalisering

### Prioriteringar 2026

Alla ledare och förtroendevalda inom Friluftsförbundet har rätt till en Office 365-licens, och därmed möjligheten att använda stora delar av Officepaketet online. Dessutom har du tillgång till Storyalsportalen som innehåller video-utbildningar för användande av de olika verktygen inom Officepaketet.

För vår lokalavdelning innebär detta kraftfulla möjligheter att jobba tillsammans digitalt och effektivt i Microsoft Teams: med videomöten, gemensamt filbibliotek, gemensamma att-göra-listor, chattar samt appar och program som Excel och Powerpoint, m.m.

Friluftsförbundet Eskilstuna ska 2026 prioritera att

- Säkerställ att alla i styrelsen är korrekt registrerade i medlemsregistret
- Säkerställ att alla som behöver har ett Office 365 konto

## 6. Organisation

### 6.1 Styrelsen

Styrelsen ska strategiskt leda, driva och utveckla lokalavdelningen. Styrelsen skall verka i enlighet med Friluftsförbundets stadgar. Styrelsen genomför möten minst en gång i kvartalet.

Vi i Eskilstuna vill 2026 fokusera på:

- Fortsätta erbjuda möjligheten att ansluta till styrelsemötena digitalt.
- Fortsätta sätta hela årets mötesdatum på konstituerande mötet (med reservation för ändringar).
- Fortsätta att planera med hjälp av årshjulet
- Diskutera hur vi kan samordna arbetsuppgifter på ett bättre sätt
- Diskutera och besluta om Policy och arbetsordning

### 6.2 Valberedningen

Valberedningens arbete är centralt för den demokratiska styrningen av lokalavdelningen, främst genom ansvaret att föreslå ledamöter till styrelsen samt

revisorer. Valberedning bör bestå av minst tre personer varav en person väljs varje år. Vid mindre lokalavdelningar kan färre personer ingå i valberedningen.

Lokalavdelningen ska 2026 säkerställa att ledamöterna i vår eventuella valberedning erbjuds en utbildning i hur en valberedning bör arbeta.

## **7. Finansiering**

Friluftsförbundet Eskilstuna finansieras av medlemsavgifter, projektmedel, övriga bidrag och gåvor, samt egna intäkter. Syftet med ekonomin är att bidra med förutsättningar till en hållbar utveckling av vår verksamhet.

Eskilstuna lokalavdelnings ekonomi är stabil och stark. Detta behöver vi säkra inför framtiden. Det är därför fortsatt prioriterat att årligen arbeta för ökad finansiering.

### **Prioriteringar 2026**

2026 vill vi utveckla arbetet med deltagaravgifter, i syfte att säkerställa att deltagaravgifterna skapar ett litet överskott, inkl. kostnader för t.ex. material, ledarnas utbildning och fortbildning samt profilplagg.

Vi kommer även fortsatt att använda oss av Sparbanksstiftelsen för att finansiera våra ledarutbildningar.