



Friluftsförbundet Uppsala

Verksamhets- berättelse

**1/1-31/12
2018**



**FRILUFTS
FRÄMJANDET**

Uppsala Lokalavdelning

VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR FRILUFTSFRÄMJANDET UPPSALA 2017

Styrelsen för Friluftsförbundet Uppsala lokalavdelning lämnar härmed följande verksamhetsberättelse för verksamhetsåret 2018 (1 januari 2018 – 31 december 2018).

Inledning

Föreningen har under året bedrivit en omfattande verksamhet för barn, ungdomar och vuxna.

Sektionernas verksamhet framgår av deras egna verksamhetsberättelser som bifogas.

Ekonomi

Föreningens resultat blev 2018 101 517,52

Resultatet för föreningen 2017 -134 281,49 kr

Årsmöten

Årsmötet hölls den 7 mars 2018 i Sunnerstakyrkans församlingsgård, Uppsala. 23 medlemmar närvarade vid mötet.

Medlemsutveckling

Uppsala är landets näst största lokalavdelning. Antalet aktiva medlemmar, de flesta i Uppsala, var vid medlemsårsskiftet den 30 september totalt 3070 vilket är en ökning med 168 medlemmar från 2017 samma tid.

Medlemsfördelning

- Barn 0-12 år 746 medlemmar
- Ungdom 13-25 år 266 medlemmar
- Övriga är vuxna 26 år och äldre

Facebook

Antalet följare på Friluftsförbundet Uppsalas Facebooksida ökade från 930 till 1541 följare under 2018 och vi har en fortsatt ökning av antal följare.

Styrelsen

Styrelsen har efter årsmötet 7 mars 2018 bestått av

Isabelle Jeanneau, ordförande

Ulrika Jahrmarkt, vice ordförande

Johanna Antti, ledamot

Arvid Bäärnhelm, ledamot

Johanna Elnersson, ledamot

Andreas Kjellin, ledamot

Olga Kaj, ledamot

Ida Pennlöv, suppleant

Fanny Bäärnhelm, suppleant

Carolina Wallström Pan, suppleant

Styrelsen har haft **tio** protokollförda möten under året och ett informationsmöte med sektionsledarna.

Valberedning

Valberedningen har bestått av Sofie Wikberg, sammankallande, och Lars Kristian Stölen.

Revisorer

Revisorer har varit Lasse Jansson och Lars Hjertson med Göran Elfverson och Nils Kinch som suppleanter

Regionen

- På Region Mälardalens årsstämma den 14 april i Uppsala deltog Ulrika Jahrmarkt, Håkan Ekström, Olga Kaj och Isabelle Jeanneau.
- På regionens ordförandekonferens den 9 oktober i Uppsala deltog Ulrika Jahrmarkt och Eva Hartman-Juhlin.
- På Region Mälardalens verksamhetskonferens på Rönninge Herrgård den 17 november deltog Isabelle Jeanneau.

Riks

- På riksstämman i Höör hade ingen i styrelsen möjlighet att delta.
- På G1000+ konferensen, för lokalavdelningar med mer än 1 000 medlemmar den 9-10 november i Stockholm deltog Ulrika Jahrmarkt och Arvid Bäärnhelm.

Samarbete

Under året har vi haft ett fortsatt samarbete med **Studiefrämjandet** och vi har rapporterat fler kulturevenemang och studiecirklar än året innan.

Vi har dessutom samarbetat med ett flertal andra föreningar och grupper samt med Uppsala kommun med syftet att skapa förutsättningar för fler att komma ut i naturen.

Lucia i Lunsentorpet

Föreningen arrangerade, i samarbete med Uppsala kommun och Knivsta kommun, Lucia i Lunsentorpet den 9 december. Barn och ungdomssektionen höll under natten liv i elden i torpet för att möjliggöra tunnbrödsbak under Luciadagen. Medverkande från Friluftsförbundet Uppsala stod för pinnbrödsbakning, kaffekokning och jultomtande.

Ledarna

Vid två tillfällen under hösten har vi arrangerat "after work" för ledarna, en gång utomhus i Stadsparken och en gång inomhus på Biotopia. Tanken är att skapa ett tillfälle för ledarna att ses under trevliga former utan krav. Vid båda tillfällena har ca 20 ledare kommit för att träffa andra ledare från den egna och andra sektioner.

Personal

Eva Hartman-Juhlin, verksamhetsansvarig, har under året haft en deltidstjänst på Friluftsförbundet Uppsala och utöver det arbetat med projekt som varit externfinansierade.

Daniel Johansson har arbetat halvtid med kanotuthyrning, administration av skidskolorna, rapportering av verksamhetsstatistik till kommunen mm.

Susanna Sundström har skött vår bokföring och löner på timbasis.

Totalt har 13 timanställda arbetat som liftvakter, med kanotuthyrning och i externfinansierade projekt. Styrelsen vill framföra ett varmt tack till personalen för ett väl utfört arbete under 2018.

Sektionerna

Totalt fanns det 189 ledarkompetensen inom Friluftsförbundet Uppsala 2018. Det innebär att en och samma person kan vara ledare inom mer än en sektion.

Sektionerna inom lokalavdelningen lämnar egna verksamhetsberättelser. Arbetet inom sektionerna har bedrivits på ett utmärkt sätt och vi vill därför rikta ett stort och varmt tack till alla våra fantastiska ledare som bär upp vår verksamhet år efter år. Som tack fick alla ledare var sin Bergans-mössa med Friluftsförbundet logotype på.

Mångfaldsarbete med natur- och friluftintegration

I Uppsala har vi nu arbetat med integration och lågtröskelaktiviteter under ett par års tid. I samarbete med andra föreningar engagerar vi personer i alla åldrar från 1 – 80 år och speciellt många ungdomar i åldern 15 - 25 år.

I Uppsala arbetar vi aktivt för att öka mångfalden i föreningen. Vi vill att alla ska ha möjlighet att känna sig trygga, trivas och ha roligt i naturen. I vår integrationsverksamhet fokuserar vi på att främja möten mellan människor med olika bakgrund med ett gemensamt intresse för natur och friluftsliv.

Under det gångna året har vi med stöd från Uppsala kommun finansierat en mångfaldskoordinator som initierat, organiserat, administrerat och marknadsfört våra aktiviteter till de som är nya i Sverige och till de som vill träffa människor från andra länder. Det har gjort att vi har kunnat erbjuda en mer långsiktig, strukturerad och kontinuerlig verksamhet med en högre och jämnare kvalitet.

Under 2018 har vi haft nästan 1000 deltagare vid 58 tillfällen motsvarande 132 ½ aktivitetstimmar. Sedan starten 2016 har ca nästan 2000 personer från 62 länder deltagit i ca 120 aktiviteter.

Syftet med verksamheten är

- Att fler invandrare ska hitta ut i naturen i Uppsala, antingen på egen hand eller tillsammans med andra, och att de i sin tur får med sig andra invandrare som vi inte lyckas nå direkt.
- Att involvera fler invandrare i Friluftsfrämjandets verksamhet.
- Att få fler invandrare bland de som deltar i våra aktiviteter.
- Att få fler invandrare bland våra ledare.
- Att fler invandrare och svenskar ska träffas och lära känna varandra
- Att satsa på integration genom att alla våra aktiviteter är öppna för alla, oavsett om man är ny i Sverige eller är född här.

Vi har haft lågtröskel-aktiviteter i närområdet för den som är ny i Sverige och för de som vill träffa människor från andra länder. Natur- och friluftintegration är en process; inspiration – information – introduktion – integration

Det är Sofie Wikberg och Eva Hartman-Juhlin som har drivit NFI-verksamheten tillsammans med ett antal ledare vid olika tillfällen.

Finansiering

Vi har sökt och fått bidrag för olika projekt från flera olika håll.

Uppsala kommun har bl.a. bekostat en NFI-koordinator och timanställda totalt 311.000 kr motsvarande ca 40 % tjänst under perioden 1 juni 2017 - 30 juni 2018.

Projekt	Beviljade och erhållna bidrag
TIA (tidiga insatser för asylsökande) i Marma - Länsstyrelsen	41.000 kr
"Meningsfull väntan" – Friluftsförbundet Gropen Extreme	6.600 kr
"Meningsfull väntan" – Friluftsförbundet Skridskohyra för integrationsskridsko	18.000 kr
" Särskilt verksamhetsbidrag för insatser i mottagandet av asylsökande och nyanlända" - Uppsala kommun Arbetsmarknadsförvaltningen för perioden 1/7-31/12 2018.	165.429 kr
Allemansrätt och allemansvett i teori och praktik - Naturvårdsverket	96.000 kr
TOTALT	327.029 kr

Projekt

1. TIA (tidiga insatser för asylsökande) i Marma

Friluftsförbundet Uppsala fick bidrag av Länsstyrelsen genom Studieförbundet för att planera, ta fram material och genomföra ett program med temat *svenska i naturen* för asylsökande barn och deras familjer i Marma under våren 2018.

Barngruppen bestod av ca 7 - 8 barn mellan 5 och 11 års ålder. Varje tillfälle i Marma, som blev ca två timmar långt, pågick regelbundet under tio veckors tid under perioden vecka 13 till 23. Tiden var måndagar 16.00 och 18.00 förutom vid sista tillfällena då vi hade en längre utflykt med matlagning. Vi jobbade med *svenska i naturen* på olika sätt genom olika uteaktiviteter varje gång som

- Utelekar, titt i luppar och kortare vandring
- Insamlande av naturföremål och undersökning av dessa genom förstoringsglas
- Skattjakt
- Fågelskådning med kikare
- Pinnbrödsbak över öppen eld
- Kanotpaddling
- Längre utflykt med utelekar och matlagning (de hackade och skar ingredienser till en sallad) utan eld eftersom det var eldningsförbud.

2. "Meningsfull väntan" – Gropen Extreme

Vi sökte medel från Friluftsförbundet Riks i samband med vårt delprojekt "Gropen Extreme" och beviljades 6.660 kr som bidrag till vår hinderbaneträning inför "Gropen

Extreme” 26 maj 2018. Totalt hade vi 157 deltagare under de fem träningstillfällena.

Friluftsförbundet Uppsala hade hinderbaneträning vid fem tillfällen och deltagande i hinderbanaloppet Gropen Extreme den 26 maj. Vi anlät en SMT-tränare (Swedish Military Training) som ledde de olika träningstillfällena för att det skulle vara mer ”på riktigt”. Vi ville erbjuda en fysisk gemensam uteaktivitet i naturen med syfte att nå ut till ensamkommande, asylsökande och svenska ungdomar mellan 15 och 25 år. All träning och själva loppet gick ut på att samarbeta för att ta sig fram till målet.

De fem träningstillfällena som vi började med 5 veckor innan loppet bedrevs under april och maj, fem onsdagar mellan 18.00 och 19.15. Träningarna har varit varierande och antalet deltagare har varierat från gång till gång. Vi har haft

- Backträning
- Hinderbaneträning
- Träning på tävlingsplatsen i Sunnestagropen
- Samarbetsövningar

Vi har haft ca 30 deltagare från Afghanistan, Syrien, flera olika afrikanska länder och Sverige. Alla har varit ca 15-20 år gamla och det har varit lika många tjejer som killar som deltagit. Vid själva tävlingstillfället deltog 30 personer och av dessa var fyra ledare. Det var bara en av deltagarna bröt. Utöver aktiva deltagare deltog ca 10 personer som tittade och hejade på sina kompisar.

Totalt hade vi 157 deltagare under de fem träningstillfällena.

3. Meningsfull väntan - långfärdsskridskoåkning

Vi sökte och fick medel från Friluftsförbundet Riks för skridskohyra för vår integrationsskridskoåkning vid sex tillfällen i november och december.

Vi har erbjudit en fysisk gemensam uteaktivitet med syftet att integrera nya i Sverige, ensamkommande, asylsökande och etablerade personer som tycker om att träffa människor från andra länder. Vår förhoppning är de vill fortsätta som medlemmar i Friluftsförbundet.

Vår aktivitet kräver inte att deltagarna har någon egen speciell utrustning och vi bjuder alltid på fika.

4. ” Särskilt verksamhetsbidrag för insatser i mottagandet av asylsökande och nyanlända”

Vi sökte medel för ett år, 2018-08-01 – 2019-07-31 som en förlängning av tidigare projektmedel från Uppsala kommun för vårt projekt Natur och friluftintegration (NFI), men fick bara projektmedel året ut eftersom bidraget tas bort nästa år.

För de projektmedel vi fick har vi ordnat olika integrationsaktiviteter. Aktiviteterna har varit varierande med vandringar på olika teman, skridskoåkning, utomhusmatlagning och kanadensarpaddling. Kvällsaktiviteterna har varit i allmänhet 2-3 timmar och helgaktiviteterna 3-5 timmar. Deltagarantalet har varierat mellan 5 och 30 personer vid varje tillfälle.

Eftersom vi redan har ett stort nätverk och samverkar med många föreningar i Uppsala finns det en stor resurs med olika erfarenheter och kompetenser att ta av. Med en koordinator har vi kunnat utveckla och bredda vår egen kompetens i samverkan med andra föreningar på ett effektivt och strategiskt sätt och kunnat arbeta aktivt med natur- och friluftintegration i föreningen under ytterligare en period. Arbetet med att informera om aktiviteterna och organisera dem tar mycket tid i anspråk och kräver att man etablerar en personlig relation med deltagarna.

Syftet med det här projektet har varit:

- Att fler invandrare ska hitta ut i naturen i Uppsala, antingen på egen hand eller tillsammans med andra, och att de i sin tur får med sig andra invandrare som vi inte lyckas nå direkt.
- Att involvera fler invandrare i Friluftsfrämjandets verksamhet.
- Att få fler invandrare bland de som deltar i våra aktiviteter.
- Att få fler invandrare bland våra ledare.
- Att fler invandrare och svenskar ska träffas och lära känna varandra
- Att satsa på integration genom att alla våra aktiviteter är öppna för alla, oavsett om man är ny i Sverige eller är född här.

Tack vare detta och tidigare bidrag från Uppsala kommun för en koordinator har vi haft möjlighet att bedriva en aktiv verksamhet med natur- och friluftintegration.

5. "Allemansrätt och allemansvätt i teori och praktik" - Naturvårdsverket

Vi har sökt och fått bidrag från Naturvårdsverket för en aktivitet som ska leda till att fler som är nya i Sverige känner sig trygga med hur man uppför sig i naturen.

Vi tänker oss en tvåstegsaktivitet där vi först under ca 1 timme besöker en SFI-klass och berättar om allemansrätt, eldning och utekläder med hjälp av PowerPoint och studiematerial och sedan ordnar vi en halv friluftsdag (3 timmar) ute med klassen. Under friluftsdagen kommer vi att träna praktiskt både på allemansrätt (var är tomten, vilka pinnar får jag ta, hur tittar jag på fåglar och djur, vilka blommor får jag plocka var får jag tälta, var och hur får jag fiska, var får jag cykla osv) och på eldning (när, var, hur och vad får jag elda?).

Vi har bestämt oss för att inte påbörja projektet ännu utan istället jobba mer koncentrerat under våren istället.

Samverkan

Vi samverkar med flera olika organisationer/föreningar eftersom många arbetar med liknande frågor. Samverkan bidrar också till att vi mer effektivt har kunnat använda de bidrag vi fått.

Några exempel är:

- Biotopias Äventyrsgrupp för ensamkommande ungdomar (Sara Beckman).
- Studieförbundets projekt Tidiga insatser för asylsökande (TIA) (Martin Andersson).
- Flera skolor och eleverna i deras SFI-klasser.
- Vi har även lösare samarbeten med bl a Naturskyddsföreningen (Debora Arlt), Upplandsstiftelsen (Åsa Sjögren) och Almtuna hockey (Odin Lindell).

Vi har även haft ett nära samarbete region Mälardalen och Eva Hartman-Juhlin sitter med i Mångfaldsrådet.

Integrering i Friluftsförbundet

Två av våra deltagare har med hjälp av Friluftsförbundets projektmedel "Meningsfull väntan" utan kostnad kunnat utbildas till Ung ledare som bygger på Skogsmulle och skogens värld. En av dessa ledare är synnerligen aktiv på alla sätt i Friluftsförbundet Uppsala..

Tre av våra deltagare har medverkat i en filminspelning för Friluftsförbundet och Postkostslotteriet. Denna film fokuserar på det integrationsarbete Friluftsförbundet gör och synliggör hur verksamhet i naturen gör att individer känner att de får ta del av en ny gemenskap, bli sedda hörda, vara delaktiga, ha kul och få en meningsfull fritid. Filmen kommer att visas i mars 2019.

Flera av våra deltagare är numera medlemmar i Friluftsförbundet och har medverkat i ordinarie verksamhet.

Exponering

För att hitta deltagare till våra integrationsaktiviteter som är öppna på alla bjuder vi in via Friluftsförbundets Uppsalas hemsida och Facebook. I dagsläget (10/12 2018) har vi 1494 följare på Facebook. Det är en ökning med ca 500 följare under 2018. Vi skickar också ut inbjudan direkt till tidigare deltagare och intresserade via mail och sms. Totalt har vi nu ca 400 personer som själva aktivt själva sagt att de vill få information om våra aktiviteter.

Vi är också ute i olika SFI-klasser och informerar om våra integrationsaktiviteter där vi även har kontaktpersoner som förmedlar information vidare till sina elever.

Genomförda integrationsaktiviteter

Typ av aktivitet:	Datum:	Antal timmar	Barn 0-6 år	Barn 7-12	Ungdomar -25 år	Vuxna	Antal deltagare
Skridsko	07-Jan	3	0		18	10	28
Skridsko på Dalkarlskärret	21-Jan	4.5	0		11	4	15
Skridsko	21-Jan	3	0		5	5	12
Skridskokväll på Biotopia	23-Jan	2	0		7	7	14
Skridsko	04-Feb	1 1/2	0		6	1	7
Skridsko	04-Feb	1 1/2	0		15	1	16
Skidor på KAP	11-Feb	1 1/2	0		7	1	8
Skidor på KAP	11-Feb	1 1/2	0		9	3	12
Barnaktiviteter för asylsökande	26-Mar	2	3			2	5
Vandring Kungshamn-Morga	08-Apr	3	0		10	8	18
Barnaktiviteter för asylsökande	09-Apr	2	0	2		0	2
Barnaktiviteter för asylsökande	16-Apr	2	0	2		0	2
Vandring Predikstolen-Nåsten	22-Apr	3	1	1		18	20
Barnaktiviteter för asylsökande	23-Apr	2	1	4		1	6
Gropen Extreme-träning	25-Apr	1 1/2			25	3	28
Gropen Extreme-träning	02-May	1 1/2			21	3	24
Vandring i Lunsen	06-May	3			2	9	11
Barnaktiviteter för asylsökande	07-May	2	1	2		1	4
Gropen Extreme-träning	09-May	1 1/2			18	4	22
Barnaktiviteter för asylsökande	14-May	2	1	5			6
Gropen Extreme-träning	16-May	1 1/2			22	4	26
NFI/FF-inf, allemansrätt Hermods	22-May	1				20	20
NFI/FF-inf, allemansrätt Hermods	23-May	1				29	29
Gropen Extreme-träning	23-May	1 1/2			23	4	27
Gropen Extreme-loppet	26-May	3			30		30
Barnaktiviteter för asylsökande	28-May	2	2	6		3	11
NFI/FF-inf, allemansrätt Hermods	29-May	1					40
Vandring Vårdsätra-Graneberg	03-Jun	3				2	2
Barnaktiviteter för asylsökande	04-Jun	4		5			5
Paddling på Fyrisån	10-Jun	3	0		4	19	23
Paddling på Fyrisån	26-Jun	3	2	2		15	19
Vandring Gula stigen	09-Jul	4			15	13	28
Cyklning Hågadalen	11-Jul	4		1	12	15	27
Hinderbaneträning (inställt)	12-Jul	0					0
Paddling	13-Jul	3			25		25
Paddling	17-Jul	3	2	3		17	22
Paddling	25-Jul	3	2	2	11	14	29
Paddling (inställt pga dåligt väder)	30-Jul	0					
Paddling	11-Aug	3					13
SUP	19-Aug	3				14	14
Paddling	27-Aug	3			10	3	13
Paddling	04-Sep	3			7	5	12
Utematlagning vid Sten Sture	12-Sep	3	2		2	12	16
Vandring Vårdsätra-Graneberg	22-Sep	2 1/2	1			5	6
Utematlagning i Stadsskogen	02-Oct	2 1/2	1		18	6	25
Svampintegrationsvandring	06-Oct	3	1			28	28
Lyktvandring i Stadsskogen	24-Oct	2				11	11
Vandring Linnéstigen Gottsunda	31-Okt	2 1/2			23	5	28
Frukost vid brasan	10-Nov	2	2			11	13
Skridsko Grupp 1	18-Nov	1 1/2	1		7	18	26
Skridsko Grupp 2	18-Nov	1 1/2			8	17	25
Skridsko Grupp 1	25-Nov	1 1/2	1	5	5	13	24
Skridsko Grupp 2	25-Nov	1 1/2			8	15	23
Skridsko	02-Dec	2			15		15
Vandring till Lunsentorpet	09-Dec	5				10	10
Skridsko Grupp 1	09-Dec	1 1/2			14	5	19
Skridsko Grupp 2	09-Dec	1 1/2			16	8	24
Skridsko	16-Dec	2					
Totalt antal deltagare under samtliga aktiviteter:		132 1/2	24	40	429	422	968

Uppsala den 31 december 2018

Isabelle Jeanneau, ordförande

Ulrika Jahrmarkt, vice ordförande

Arvid Bäärnhjelm, kassör

Johanna Antti, ledamot

Johanna Elnersson, ledamot

Andreas Kjellin, ledamot

Olga Kaj, ledamot

Ida Pennlöv, suppleant

Fanny Bäärnhjelm, suppleant

Carolina Wallström Pan, suppleant

Bilagor

1. Resultaträkning för 2018
2. Balansräkning per den 31 december 2018

Sektionernas verksamhetsberättelser

1 Alpin

Alpina ledningsgruppen

Sektionsledare, Rekrytering, Certifiering - Gudrun Jarl Planering skidskolegrupperna och ledartillsättning - Richard Waldevik, Martin Signuel slutade 1/1 2018. Roger Nykom start 1/5 2018 Rekrytering och – Fredrik Andersson slutade 1/1 2018. Jin Moen start 1/5 2018 Administrativa uppgifter – Jeanette Westerberg Ledaransvarig och Ledarvård – Jenny Eriksson start 1/5 2018

Skid- och snowboardlektioner

Heat 1 – 6 lektionstillfällen á 60 min lektioner. Datum 27/1+28/1, 3/2 +3/2, 10/2+11/2
Heat 2 – 4 lektioner á 60 min lektioner. 3/3+4/3, 10/3+11/3

Antal grupper totalt 27 st, Skidor 24, Snowboard 3 st

Heat 1: 24 st Heat2: 3 st

Antal deltagare

Totalt 222 st Heat 1: 197 Heat 2: 25 Skidor:195 Snowboard:27

Antal ledare

Totalt 25 st Skidor: 22 Snowboard: 3 Huvudledare:13 Hjälpledare:12

Sektionsmöten Informationsmöte om Introutbildning och skidskolan - 18/10

Vi hade gjort ett evenemang i Facebook, annonserade och tog in intresseanmälningar. Informerade om Introutbildningen och skidskolan i Sunnerstabacken.

Info träff för nya ledare – 21/9

Ett möte för de som tackat ja till att utbilda sig på Introkursen och att vara ledare i skidskolan. Genomgång av rutiner och policy i ledargruppen och i skidskolan.

Upptaktsmöte - 6/12

Upptakt och info vad som händer i sektionen den kommande säsongen.

Feedbackmöte och Handledarmöte - 16/1

Vi går igenom hur vi jobbar i skidgrupperna och hur vi ger feedback till varandra för att ge alla ledare möjlighet att återkoppla dagens arbete i gruppen. För att skapa dialog, lära känna varandra och skapa en plattform som är öppen och trygg. Huvudledaren träffar hjälpledarna och går igenom planeringen av sina grupper.

Skidplaneringsmötet - 18/1

Går igenom schemat och fyller i luckorna i skidskolegrupperna. Visar Sunnerstaområdet med nycklar, förråd, material för undervisning etc.

Utvärderingsmöte - 16/4

Utvärdering av skidskolan och sektionens arbete, som ligger till grund för nästa säsongs förbättringsarbete.

Rekryteringen

Rekryteringsarbetet är ett omfattande arbete vilket vi lägger ner mycket arbete på. Det krävs om vi ska få in nya ledare med rätt kompetens, ålder och social förmåga. I år har vi för första gången annonserat/marknadsfört ett evenemang på Facebook, vilket gav ett mycket gott resultat för en mycket lite kostnad. Vi satte dock in en annons i UNT, men som inte gav något resultat. Vi tycker upp affischer och sätter upp dem på stan.

Utbildning

För att kunna hålla en kvalitativ skidskola måste vi utbilda ledare. I år var det första gången på mer 18 år som ingen gick Utb 1. Det resulterar i att vi inte kan öppna lika många grupper som vi brukar eftersom vi kräver minst Utb1 för att vara huvudledare och hålla en egen grupp. När man går Introutbildningen blir man hjälpledare. Det har varit en vikande trend att det blir färre som går utbildningarna. Om vi jämfört med hur det var de år vi gav alla som skulle gå Intro utbildningen en subvention på 50%, då kunde vi ha 8-16 som ville gå introkursen. Efter det att vi gjorde om subventionssystemet får introdeltagare sin subvention retroaktivt, efter ett visst intjänade timmar.

Vi har haft deltagare på:

Introkursen: skidor 7, Snowboard 2 st Utb 1: 0 Utb 2: 0 st Utb 3: 0 st
Utbildning 4: 1 Snowboard 1: 0 st Snowboard 2: 0 st Skidteknik: 3 st

Övriga utbildningar: Clinic Vi har haft interna utbildningstillfällen sk. Clinic i Sunnerstabacken. 14/2 – Skidteknik, kortsväng Tom Alvå Utb Teamet Mälardalen
14/3 – Skidteknik, Martin Signeul Utb Teamet Mälardalen 21/3 – Skidteknik, "Certifiering", Martin Signeul

Ledarvård.

"Höstupptakt" 30/9 Fjällnora, Äventyrsbanan. 11 st deltagare.

Resa till Romme Alpint - 7/4

Skidresa för ledare – 3 st deltagare

HLR – Kurs – 14/11

På Akademiska Ambulansen. Anders Rosén, f.d. ledare i alpinsektionen, jobbar som ambulansförare, höll kursen för oss.

Utrustningsträff– 16/11

Vi fick speciella erbjudande på Ski-Total under kvällen inför en ny säsong.

Uppsala kommun och USLK

Vi har ett mycket gott samarbete med Uppsala kommun och Uppsala Slalomklubb. Vi har 1-2 möten på hösten för att uppdatera oss vad som gäller inför säsongen och ett möte på våren för en återblick hur säsongen har varit och vad vi

ska ta med till nästa säsong.

För vår del är det viktigt att de sprutar snö och kör ut snön med pistmaskinen tidigt så att backarna blir klara i tid. Att Parkområdet iordningställs och fungerar i den Övre delen av Backe 1. Tyvärr blev inte backen klar till vårt startdatum för skidskolan, utan vi fick skjuta fram startdatumet till en vecka senare. Det innebär att vi krockar med USLK tävlingar och det blir då väldigt trång i backarna och i liftarna. Mycket arbete läggs ned för att omorganisera en veckas senareläggning.

Alpinsektionen 2018 Gudrun Jarl Sektionsledare

2 Barn och Ungdom

Barn- och ungdomsgrupper

Vi har haft totalt 27 gruppomgångar under 2018. En gruppomgång är ca 6-10 träffar och varje träff är 2-5 timmar. Totalt hade vi 282 deltagare, 140 tjejer och 142 killar.

Dessa fördelar sig så här:

- | | |
|--------------------------|-----------|
| • Skogsknopp (1-2 år) | 3 grupper |
| • Skogsknytte (3-4 år) | 7 grupper |
| • Skogsmulle (5-6 år) | 5 grupper |
| • Skogsströvare (7-9 år) | 7 grupper |
| • Frilufsare (10-13 år) | 3 grupper |
| • TVM (14-25 år) | 2 grupper |

Andra aktiviteter

- Deltagande i Lilla Vikingarännet 28 januari
- Mullevandringar vid 6 tillfällen under våren och 4 tillfällen under hösten
- Introduktion av Mullestigen för personal vid 2 tillfällen.
- Visning av Mullestigen för Kommunala handikapprådet 25 maj
- Visning av Mullestigen för ett studiebesök ifrån Tyskland 8 november.
Gruppen bestod av 4 boende på ett gruppboende för funktionsnedsatta samt deras personal samt några chefer.
- Ledarträffar
- Regelbundna kontakter med Uppsala kommun i olika frågor
- Ff-representanter i olika grupper (t ex HSOs grupp Samverkan för tillgänglig natur, Upplandsstiftelsens friluftsgrupp, Uppsala kommunens utbildning för normkritiskt tänkande) Regelbundna kontakter med Uppsala kommun i olika frågor
- Ff-representanter i olika grupper (t ex HSOs grupp Samverkan för tillgänglig natur, Upplandsstiftelsens friluftsgrupp, kommunens utbildning för normkritiskt tänkande).
- Det blev inget Mullelopp i år eftersom vi inte fick det polisintyg, som numera krävs, i tid innan det planerade loppet i början av september.

Ledare

- Vi har två sektionsledare.
- Vi har haft 28 kvinnliga och 17 manliga gruppledare.
- Dessutom har vi ett antal ledare som ställer upp och rycker in där det behövs.

3 Fjäll och vandring



Sektionens ledare

Certifierade ledare sommar: 3 personer

Certifierade ledare vinter: 1 person

Ledare under utbildning: 2 (3) personer Sommarfjäll, 2 personer Vinterfjäll

Utbildning

- Sommarfjäll steg 2, 1 person
- Sommarfjäll praktik, 1 person
- Lavinkurs, 2 personer
- Vinterfjäll steg 2, 1 person
- Första hjälpen för fjälledare, 3 personer

Ledarträffar: 4 st

Aktiviteter

- **Vistas -Abisko 7-14 april**

Nio deltagare och två ledare upplevde en omväxlande tur med en dag kyla, en dag utan sikt, en övernattnings i överfulla Tjäktjastugan. När vi kommit till Alesjaure slog vädret om. Solen sken och temperaturen steg.

Ledare: Maria Rolf, Lena Douhan Håkansson

- **Norra Padjelanta 14-21 juli**

Den varmaste vandringen vi hittills upplevt. Vi fick lära oss vikten av mycket vätska och Resorb och kunde bada i varmt fjällvatten. På dagstur från Arasluokta råkade gruppen ut för ett rejält åskväder. Padjelanta var som vanligt fantastiskt vackert och det var ingen trängsel varken på leden eller i stugorna.

Ledare: Lena Douhan Håkansson, Ulrika Jahrmarkt och Andreas Kjellin

(ledarpraktik).

Deltagare: 10

- **Artfjället 4-11 augusti**

En fin vandring i omväxlande väder i ett fjällområde som besöks av få fjällvandrare.

Ledare Ulrika Jahrmarkt och Maria Rolf

Deltagare: 8

- **Jämtlandsfjällen 15-19 september**

Höstvandring Vålådalen-Vålåstugorna-Gåsen-Stensdalen-Vålådalen

På denna vandring fick vi se både höstfärger och snöpudrade fjälltoppar och uppleva höstens sista varma dag.

Ledare Ulrika Jahrmarkt och Lena Douhan Håkansson. Charlotta Medin (ledarpraktik)

Deltagare: 12

- **Förträffar** inför turer: 4 st

	Överskott	Övriga kostnader	
Vistas-Abisko april	8935	Din kurs	137
Padjelanta juli	5186	Förträffar	1432
Artfjället augusti	8881	Lavinkurs	3500
Jämtland september	15777		
Summa	38779		5069
Resultat	33710		

Kommentar: därutöver tillkommer på kostnadssidan 11850 kr lokalavdelningskostnad, 3500 kr lavinkurs betald 2017, vilket ger resultatet 18360 kr.

Rönaby 190125

Lena Douhan Håkansson

4 Kanot

Sektionen har 19 ledare varav 17 är aktiva och leder aktiviteter. En ny ledarkandidat

har fullfört praktik kajakledarutbildning steg 1 under året. En stor utmaning för sektionen är att rekrytera nya ledare då flera ledare kommer att dra ner på sitt engagemang framöver.

Ledarutbildning/ledarvård

Bassängträning (säkerhets-/räddningsövningar) för ledare

Samverkan

Verksamheten är välintegrerad med kajakaktiviteterna inom Region Mälardalen. Sektionen är representerad i regionens ledningsgrupp kajak och utbildningsteam kajak (2 kursledare) samt i Friluftsförbundets riks samordningsgrupp kajak.

Webb och sociala medier:

Sektionens Facebooksida har utvecklats väl under året och vi har fortsatt ökning av antal följare (583) och gillare (569). Inläggsräckvidden, dvs. hur många som har nåtts av ett inlägg brukar ligga på mellan 800 till 1600 personer.

Verksamhet

Det har varit i bra kajaksäsong med ett stort antal deltagare på främst nybörjarkurser och prova på paddlingar. Glädjande är att antal deltagare har ökat med 20% jämfört med 2017 till trots för att vi har reducerat max antal deltagare på kvällsaktiviteter från 12 till 10.

Kajakledarna har tillsammans producerat 175 "aktivetsdagar" under 2018 vilket visar på ett stort engagemang.

Aktivitetstyp	Antal tillfällen 2018	Antal deltagare 2018	Antal tillfällen 2017	Antal deltagare 2017	Antal tillfällen 2016	Antal deltagare 2016	Antal tillfällen 2015	Antal deltagare 2015
Räddnings- övningar	2	36	2	36	2	36	2	34
Prova på kajak	8	80	8	87	7	80	10	121
Kvällspaddling	9	88	7	70	8	92	11	106
Teknikkväll	2	20	2	17	2	23	2	22
Nybörjarkurs	2	24	2	19	1	12	2	24
Dagsturer	3	19	1	2	2	12	3	24
Veckoslutsturer	7	51	6	36	5	49	5	45
Veckotur					1	8	2	13
Kanadensare- kurs för barnledare					1	11	2	11
Kanadensare Veckoslutstur	1	1	1	2	1	2	1	4
Totalt	34	319	29	268	30	326	40	404

Utrustning, kanothus och brygganläggning

Sektionen har haft två arbetsdagar i kanothuset. 12 ledare har ansvarat för en reparationsvecka var under uthyrningssäsongen.

Kanoter hyrs ut när de inte används i sektionens verksamhet. Tyvärr utsätts de för hårt slitage och drabbas av mycket skador.

2 nya K1:or har köpts in. Totalt har vi 24 K1:or, 4 K2:or och 15 kanadensare. Även kapell och säkerhetsutrustning har köpts in.

Pga. det stora slitaget har sektionen ett kontinuerligt behov av att förnya kanotflottan de kommande åren.

De fasta bryggorna vid kanothuset är i dåligt skick och är på gränsen att utgöra en säkerhetsrisk. Kommunen har kontaktats men än så länge (december 2018) har vi inte fått någons respons.

Lars Kristian Stölen

5 Långfärdsskridsko

Verksamhetsutveckling:

Långfärdssektionen har

- Varit medlem av och aktivt deltagit i skridskonätet, en rikstäckande organisation av skridskoklubbar för utveckling av israpportering och långfärdsskridskoåkning

Verksamhet

Följande verksamheter har genomförts;

- Turer i grupperna II, III, IV och V på söndagar
- Turer i grupp IV och V på onsdagar
- Åkträning på Studenternas IP i början av säsongen
- Kurs i iskunskap, 35 deltagare
- Nybörjarkurs, 30 deltagare
- 3 Prova-på-turer

Ledarutveckling:

- 4 aspiranter har gått ledarkurs steg 1
- Vi har haft 9 (8) kvinnliga och 20 (16) manliga ledare
- Ledarvård i form av trevlig samvaro under en kväll har genomförts.
- Ledarturer på lördagar för rekognosering och praktisk ledarfortbildning.

Positionering

Friluftsförbundet i Uppsala är den ledande föreningen för långfärdsskridsko i Uppsala.

Vi syns utåt för allmänheten genom att:

- Vår hemsida har gett bra information om vår verksamhet
- Samarbete med UNT för publicering av israpporter har skett
- Information om isar och skridskoåkning har skett i UNT

Finansiering och tillväxt

Långfärdssektionen täcker sina egna kostnader.

Årets överskott 5 069 kr. Budgeterat var 17 000 kr

De viktigaste inkomstkällorna har varit:

- Deltagaravgifter på våra turer.
- Kursavgifter.

De största utgifterna

- Kurskostnader
- Utbildning av ledare.

Statistik över genomförda turer 2017/18.

Siffror inom parentes avser 2016/17

	Totalt	II	III	IV	V	Prova på	Rek
Antal utfärder	43(72)	4(7)	6(9)	6(15)	10(14)	3(3)	12(23)
Antal deltagare	374(635)	23(29)	34(70)	70(178)	120(186)	49(45)	71(125)
Genomsnittligt deltagarantal	9 (9)	6 (4)	6 (8)	12 (12)	12 (13)	16 (15)	6 (5)
Total färdlängd	1449	239	270	205	255	54	360
Medelfärdlängd	34	60	45	34	26	18	30
Total deltagarfärdlängd	11764	1285	1507	2426	3025	902	2382
Totalt antal plurrningar	2(4)	2(2)	0(1)	0(0)	0(0)	0(0)	0(1)
Totalt antal olycksfall	3(6)	1(1)	0(1)	0(0)	2(2)	1(0)	1(2)



Semmeltur
Foto Anders Skyttle



Bävern ordnade sittplats
Foto Martin Wierup



På väg över Ekoln
Foto Mark Harris



Sigtunafjärden
Foto Mark Harris



Vrakis
Foto Henrik von StedinkgB



Bramsöfjärden
Foto Mark Harris

6 Onsdagsvandringar



Under året har vi genomfört 17 antal vandringar varav en med övernattnig på vandrahem. På dessa vandringar har 339 deltagare varit med varav 248 kvinnor.

- **Onsdagen den 25 april**
Vandring utmed Uppsalas strandlinje från Vårdsätra via Sunnerstabacken, Ultuna och vidare mot Uppsala Centrum. Vi råkade gå förbi när kommunalrådet Maria Gardfjell tog första spadtaget till den nya vindbron.
Ansvarig: Lasse Jansson 23 personer
- **Onsdagen den 2 maj**
Utflykt och vandring i Fiby urskog. På hemvägen besökte vi Ekeby by vid Vänge.
Ansvarig: Lasse Jansson 20 personer
- **Onsdagen den 9 maj**
Vandring i Riddersholms naturreservat vid Kappelskär utanför Norrtälje. Vi gick havsnära med både vitsippsmattor och doft av ramslök.
Ansvarig: Lasse Jansson 29 personer
- **Onsdagen den 16 maj**
Vandring vid Andersby backar söder om Österbybruk.
Ansvarig: Anders Östlin 25 personer
- **Onsdagen den 23 maj**
Vandring på Upplandsleden mellan Andersberg och Almunge.
Ansvarig: Maria Wold Troell 18 deltagare

- **Onsdagen den 30 maj**
Vandring på Upplandsleden mellan Marma och Älvkarleby. En klassisk vandring som vi gjort ofta på en av ledens trevligaste etapper.
Ansvarig: Christer Ulriksson 15 pers
- **Onsdagen den 6 juni**
Vandring på Ängsön i Mälaren, utanför Västerås.
Detta är också en vandring som vi gjort några gånger och som går att variera.
Ansvarig: Gunilla Grumstedt 27 pers
- **Onsdagen den 13 juni**
Vandring runt Angarnssjöängen, utanför Vallentuna. Detta är en av landskapets bästa fågellokaler på våren.
Ansvarig: Lasse Jansson 15 deltagare
- **Onsdagen den 22 augusti.**
Vandring Upplandsleden Selknä – Länna. 23 deltagare
Ansvarig Maria W T
- **Onsdagen den 29 augusti.**
Vandring i Fredrikslund – Morga från Dragontorpet till Flottsund. 24 deltagare
.Ansvarig Peter Buckley.
- **Tisdagen den 4 sep till Onsdagen den 5 sep.**
Strövtåg på Arholma, efter tur med passbåt från Simpnäs på Björkö med övernattnig på Bull-August vandrarhem.
18 deltagare. Ansvarig Lasse J.
- **Onsdagen den 11 september**
Vandring i Lunsen. 22 deltagare . Ansvarig Christer U.
- **Onsdagen den 19 september.**
Vandring runt Hjälstaviken, Upplands förnämsta fågelsjö 17 deltagare.
Ansvariga Ann-Marie och Lennart Kirsten. (nya som ledare)
- **Onsdagen den 26 september.**
Vandring på Arnö (Bond-Arnö) mitt emot Grönsö slott i Mälaren s v Enköping.
Detta är premiär för detta vandringsmål.
Ansvariga Lennart och Ann-Marie Kirsten. 10 deltagare.
- **Onsdagen den 3 oktober.**
Vandring på Billudden som är Upplands nordligaste punkt och där Uppsalaåsen försvinner ut i havet någon km öster om Dalälvens mynning.
Ansvarig Lasse J 17 deltagare.

- **Onsdagen den 10 oktober.**

Stadsnära vandring i Hågadalen – Nåsten. 20 deltagare
Ansvarig Lennart och Ann-Marie Kirsten.

- **Onsdagen den 17 oktober**

Vandring på Upplandsledens rundslinga på Florarna norr om Österbybruk.
Ansvarig Lasse J 16 deltagare.

Lasse Jansson