



VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2020

FRILUFTSFRÄMJANDET VÄSTERORT

ORDFÖRANDE HAR ORDET

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 inspirerade att ta steget själva.

2020 var ett annorlunda och utmanande år för många på olika sätt. Å ena sidan en pandemi som drabbade hela samhället på ett sätt som ingen kunde förutspå. Å andra sidan ett otroligt stort intresse för friluftsliv, just tack vare pandemin.

Friluftsliv blev i mångt och mycket det enda som alla kunde bedriva utan att bidra till smittspridning. Det var plötsligt väldigt många fler än vanligt ute på stigarna runt om i våra naturområden! Efterfrågan på vissa av våra verksamheter var stor.

Restriktioner över antal personer som kunde ses samtidigt begränsade dock våra möjligheter att möta efterfrågan. Öppna skogsgläntan som tidigare år haft fri drop-in, fick nu begränsa och lära sig utnyttja anmälan och kö funktion på hemsidan. En del ledare, grupper och aktiviteter valde att pausa. Vi respekterade och stöttade detta. Samtidigt som det då öppnade upp för annan ny verksamhet såsom AW-promenader, Naturparkour och klättring.

Skogsmulle Challenge spreds genom hela landet under en månad med start 17 mars. Via sociala medier så uppmanades alla att dagligen gå ut och klara av Mulles Utmaningar.

Vi fick tyvärr ställa in vår årliga Familjedag i maj och begränsa samt covid anpassa aktiviteterna på Kul i Skogen dagen i september.

Våra ledare och pedagoger på I Ur och Skur förskolorna fick dra ett tungt lass och kämpa hela året trots att ju utomhusvistelse som är deras vardag är bra och positivt. "Vanliga" förskolor fick "lära" sig mer om utomhuspedagogik.

Demokrati och organisation digitaliserades och Stämmor, möten, ledarträffar, fortbildningar hölls digitalt under året. Även om vi ju gärna vill ses, ha kul och utbyta erfarenheter så var dessa omställningar i huvudsak positiva. Möjliggjorde tillgång och deltagande från hela landet. Man kan delta från där man är. Vi lär känna fler och med detta tydliggör "Ett Friluftsförämjande"

Känns underligt på ett sätt att så påtagligt det varit med allt som skett under senaste året, så är vi nu ändå snart framme vid ett nytt årsmöte ett år senare. Vi vet mer nu jämfört med då, och framförallt att vi faktiskt inte ännu kan veta vad vår framtida normala ser ut som. Ett som dock är säkert är att Naturen läker, renar och finns där för oss alla. Vi ska hjälpa och lära varandra att ta hand om den så den håller länge länge till.

Genom att vara medlem och deltagare, att vara ledare och skapa aktiviteter, att vara förtroendevald och driva vår lokalavdelning, genom allas vårt engagemang så är jag säker på att vi tillsammans bidrar till ett bättre, friskare Sverige!

Stort Tack för 2020

Anna Åkerlund Ordförande Friluftsförämjandet Västerort

VÅRA VERKSAMHETER

Friluftsförbundet är Sveriges största och bredaste friluftsförbundet med nu 108 371 medlemmar och 7500 ideella ledare, varav 1861 medlemmar och ca 95 ledare är medlemmar i vår lokalavdelning. Vårt fokus sedan starten år 1892 är att genom friluftsliv verka för folkhälsa, livsglädje och en tillgänglig friluftsmiljö för alla.

Vi arbetar för att behålla och utveckla vår verksamhet utifrån behov och efterfrågan inom Friluftsförbundet, men även baserat på insikter från omvärlden. Våra grenar och de aktiviteter som görs inom varje gren, utgör kärnan i vår verksamhet.

I vår lokalavdelning ligger huvudfokus på Barn- och ungdomsverksamhet; både i Fria grupper och i vår stora förskoleverksamhet i Ur och Skur. Vi har ett brett spann i vår Fria verksamhet; från de allra minsta i Öppna Skogsgläntan och Knopp, sen via Knytte, Mulle, Strövare, Frilufsbare och ända upp till TVM. Dessa grupper leds av föräldrar som ställer upp ideellt som ledare och hjälpledare.

Vi kunde även 2020 fortsätta vi med vår härliga Skridskoskola i Grimsta ishall. Detta gör att vi kan erbjuda barnverksamhet i stort sett året runt. Vandring, Naturparkour och klättring har vi också som lite nyare grenar, som vi önskar tillväxt i.

Läs mera under respektive verksamhetsgren längre ner.

Totalt har vår lokalavdelnings verksamhet skapat minst 34 aktiviteter och genomfört minst 1258 aktivitetstimmar, 8 inställda äventyr och 25 st som inte är närvaro och slutrapporterade! (vilket gör att vi inte får fram aktivitetstimmar på dessa). Siffrorna är det som registrerats i Äventyrshanteraren, vi saknar dock fortsatt en del där.

VERKSAMHETSPLAN 2020

Kommunikation -	Hemsida
Synas mer -	Skapa en gemenskap med glädje
Växa i synbarhet -	Tydlighet mössor. Flaggor
Ledare Mål	
	Dubblera antalet ledare till 40 st
	3 st grenledare
	Ledare som själva väljer att vidareutbilda sig
Styrelsen -	Väl fungerande styrelsen med tydliga rutiner på plats och dokumenterade.

Utvärdering av 2020 års mål:

- *Vi är fortsatt stolta över att vi har så fin barnverksamhet, både att vi har så många i Ur och Skur-enheter och att vi har fria barngrupper från knopp till TVM och vi fortsätter att satsa på detta.*
- *Vi önskar att vi hade mer vuxenverksamhet och har sen ett par år haft ambition att starta fler grenar. Nu i år har vi sakta fått igång Vandring, som just 2020 blev till AW-promenader. Jobbar vidare med detta 2021*
- *Vi vill få fler medlemmar till vår förening och vi ökar medlemsantalet stadigt. – Vi växer ändå, men satsar mest på att faktiskt också nå och aktivera våra befintliga medlemmar*
- *Våra årliga LA aktiviteter påverkades av restriktioner; inställd Familjedag, Städdag, Reflexspår, dock hade vi en något mindre men mycket trevlig Kul i Skogen Dag*
- *Vi bygger ett starkare kontaktnät mellan föräldrarna till barn i i Ur och Skur-verksamhet och lokalavdelningen. Genom att Förskolelektorerna informerar om FF och att information finns på Hemsidan, samt besöker förskolorna på föräldramöten*
- *Påbörjat arbete med styrelsens ansvar, roller, aktiviteter. Fortsatt och löpande arbete*

- Vi har påbörjat arbete med ledarhantering, ledarvård, bli fler ledare och behålla de vi har. Fortsätter kommande år

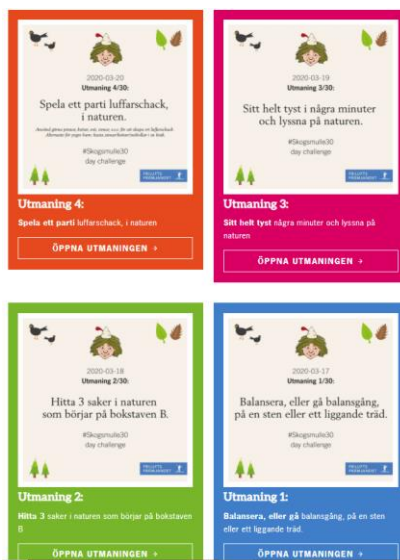
LA GEMENSAMMA AKTIVITETER OCH DIGITALA UTMANINGAR

Skogsmulle Challenge

I mitten av mars startade Skogsmulle Challenge som ett sätt att göra något kul, positivt och engagerande under den annorlunda tid som infann sig. Det var landstäckande och vi delade den vidare på vår Västerorts FB sida

#SKOGSMULLE30 DAY CHALLENGE

Varje dag, i 30 dagar, ger Skogsmulle er en ny kul utmaning i naturen. Alla åldrar, i alla delar av Sverige, är varmt välkomna att delta! Och, om ni tar foto på utmaningen, publicerar fotot, och använder #Skogsmulle30 så deltar ni i utlottning av fina priser.



Västerorts Familjedag 16 maj, Kyrksjön

Med rådande restriktioner så blev vi tyvärr tvungna att ställa in vår traditionella Familjedag. Den bygger ju lite på att många samlas på ett område, man går runt till olika stationer, sitter ner och pysslar, provar på aktiviteter, träffar Mulle och Laxe, grillar och smakar Krabbelurer.

Dock satte Marie upp på morgonen en lång tipspromenad om Allemansrätten runt Kyrksjön, som fick sitta uppe hela dagen. Såg ut som det var en hel del som gick den.

Kul i Skogen Dagen 12 september vid Maltesholmsbadet.

Vi ville så gärna få upprepa vår nya Kul i Skogen dag från förra året. Skulle det gå med gällande restriktioner? Vi funderade, var på tänkt plats en vecka innan och rekade, planerade för anpassade, utspridda aktiviteter och stationer. Vi kom fram till att vi kör! Det här året valde vi att flytta oss till andra änden av Grimsta naturområde till Maltesholmsbadet. Vi vill med den här dagen försöka visa upp, upptäcka, uppleva lite olika av våra naturområden i Västerort. Och vara på en plats där gärna folk naturligt rör sig så att vi visar att vi finns. Dagen innan hade Marie och Anna varit på plats och städat av området. Det är den tydligast märkbara effekten av att så många fler är ute i naturen nu, att det tyvärr skräpas ner en hel del.

Så en lite fuktig 12 september var det dags. Vi valde att detta år inte ha igång gemensam grill, inte ha krabbelur station, inte ha backklättring och inte krama Mulle. Vi hade dock aktivitetsbana, Sagostig, tipspromenad, Prova på Naturparkour, testa att göra upp eld i små grupper, tälja barkbåtar, balansera på slackline, Mulle fanns med först i Tentipi-tältet och sen lite i rörelse på avstånd, då det inte var så trångt med deltagare. Hela styrelsen och en del av de fria ledarna fanns på plats för att kunna svara på frågor och prata med intresserade.

Veckobrev från Mulle 27 november – 25 december

Hårdare åtstramningar i slutet av november. Vi fick ställa in resterande gånger på terminen för Öppna Skogsgläntan, Skrina och Klättring. Inspirerade av LA Norrköping, så valde vi också att skicka ut brev, med tips, utmaningar, mm till våra medlemmar.

FÖRSKOLEVERKSAMHET – I UR OCH SKUR

I Västerort är vi stolta över våra 9 fina I Ur och Skur förskolor:

I Ur och Skur Mullelyan, Bromma	I Ur och Skur Vindivil, Hässelby
I Ur och Skur Täppan, Bromma	I Ur och Skur Västanvind, Bromma
I Ur och Skur Havskatten, Bromma	I Ur och Skur Blåsippbacken, Vällingby
I Ur och Skur Trollsländan, Annedal	I Ur och Skur Ellas Små Gryn, Vällingby
I Ur och Skur Musketören, Hoppetossa, Bromma	

För adresser och kontaktuppgifter:

<https://www.friluftsframjandet.se/regioner/malardalen/lokalavdelningar/vasterort/iurochskur/>

Kort rapport från I UR OCH SKURS

I april skulle Västerorts nätverk ha en obligatorisk träff för alla pedagoger som arbetar på I Ur och Skurs förskolor, men den på grund av Corona så ställdes den in. Varje förskola hade istället egna lokala workshops. Även så den årligen gemensamma städdagen i Judarskogen.

BARN – FRILUFTSÄVENTYR

Friluftsäventyr är Friluftsfrämjandets barnverksamhet och består av två delar: Skogsmulle och skogens värld, vår verksamhet för barn 0–6 år, samt Vildmarksäventyr för barn 7–12 år.

Friluftsfrämjandet har nu knappt 40 000 barnmedlemmar varav 743 barn finns i vår lokalavdelning. Friluftsfrämjandet har en viktig uppgift att erbjuda barn- och ungdomar meningsfulla aktiviteter. Genom att hjälpa unga att upptäcka glädjen av att vistas i naturen kan vi skapa ett starkt förhållande till natur och friluftsliv. Vi ser också att våra aktiviteter är en viktig inkörsport till ett livslångt medlemskap och engagemang för naturen och friluftslivet. Vi möter barn och ungdomar både på fritiden, i fritidsverksamhet och i skolan/förskolan.

Nedan lite återblick från 2020 från några av våra grupper. Förutom dessa så har vi under året även haft igång en till Knyttegrupp under våren, en Mullegrupp med barn födda 2014, en Strövargrupp med barn 2011–2013

Öppna Skogsgläntan i Judarn

Mathilda Rafi och Edit Paul och Jenny Wallén startade upp Skogsgläntan i mars och höll på en bit in i juni. Vi anpassade verksamheten utifrån pandemin: begränsat antal platser, anmälan via hemsida, uppdelat i två gäng i skogen och distansering.

Det blev många härliga måndagar tillsammans! Solen sken varenda gång och vi märkte att intresset för att träffas utomhus så här var stort.

Mathilda Rafi var fortsatt ledare under hösten, augusti till oktober, innan Jonas Rafi och Petra Rosenius tog vid fram till de skärpta restriktionerna i november.

Intresset var fortsatt stort med flera deltagare som återkom.

Verksamhetsberättelse för 2020 - Lokalavdelning Västerort
mars 2021



– Årsmöte 11

Ambitionen var att köra på hela vintern men djuren fick gå i ide under tider som dessa.

Skogsknytte i Åkeshov/Judarn (barn födda 2015–2016)

Ledare: Erika Grehn

Våren 2020 startade vi i mars, precis innan pandemin kom. Efter vår första träff bestämde vi att ställa in helt och deltagarna fick tillbaka sina avgifter.

Hösten 2020 körde vi en grupp på 11 barn, ledare Erika Grehn och hjälpledare Jenny Wallén. Vi hade fem träffar under sep-nov. Temat var djur och varje barn fick låna ett mjukdjur att ta hand om hela hösten. Vi hade teman som vad äter djuret, hur ser deras bajs ut, hur sover de. Och självklart fikade vi varje gång.

Frilufsare i Grimsta 2008–2010

Ledare: Anna Åkerlund, Susanna Ahlfors, Alina Holmsten (under våren även lite hjälp av Petri Gabrielsson och Malin Svenberg)

Detta år slogs 2008–2009 gruppen ihop med Susanna och Malins grupp med 2010'or. Tyvärr är det en hel del från originalgrupperna som slutat, mest på grund av krock med andra aktiviteter. Många säger dock att de gillat FF och Strövarna/Lufsarna, men att det är svårt att orka/hinna med allt.

Totalt var det 11 barn under våren och 9 under hösten. Basen är födda 2009, med en 2008 och ett par 2010. Vi har lyckats ha våra träffar under året, men med anpassning att laga mindre mat tillsammans och ingen övernattnings i år.

Våren hade 7 träffar med start 21 mars. Då samlades vi på vår gamla stövarplats i Grimsta och grillade, korv, glödgräddade kanelbullar, lekte och myste. I början på april gick vi en ganska lång och härlig vandring på Kärsöleden. Blev dryga 6 km. Paus för medhavd mat och en till med strövargodis. Några gånger var det täljning och salamanderspaning. Ytterligare en lite längre vandring i börja på maj, runt i vackra Hansta Naturreservat, med start från Bögs gård. Favorit i repris blev Höghöjdsbanan på Lida. Där vi också gick Mulle, Laxe, Novastigarna och testade Naturparkour området.

Terminen avslutades i slutet på maj med en härlig cykeltur från Grimsta över ängen, skogen, ridhuset, ner till vattnet och följde det slingrandes bort till ända Hässelby Allmänna Bad. Där åt vi och myste i vårsolen på bryggan, innan vi guidades tillbaka "snabbaste" vägen genom Hässelby tillbaka till Grimsta/Vällingbyrondellen.

Hösten, startades genom att delta på Kul i Skogen dagen 12 september. Gå tipsrunda, Prova på Naturparkour, tälja, göra upp eld, och bara snacka med kompisarna efter sommaren.

Två veckor senare så gick en lite blöt (regnig) vandring i Grimsta från Kvarnen bort till berget ovanför Kaananbadet. Matlag delades upp, två per trangiakök och utdelade ingredienser. Regnet gav med sig lagom till dess. Lite drama och oro blev det dock då Annas hund Amy, smet tyst iväg, och sen hittade vi inte henne. Några timmar senare när gruppen åkte hemåt, kom en polis tillbaka med henne. Hon hade hittats i motionsspåret och lämnats in på polisstationen. Ett kvällsreflexspår, med tre deltagare, då vi testade igen att tända med eldstål. Gjorde om det med gruppen helgen efter på berget i Grimsta. Pratade om eld och säkerhet. Krabbelurer och lek. Avslutade terminen i början av november med en lugn vandring i Judarn. Anna hade gått kurs och ville utmana/testa gruppen. Så duktiga att gå en riktigt lång stund alldeles tysta. Sen fick vi åter prata och då visade Alma resten hur man gör en bår med slakor och jackor. Lunch på berget och sen lite klurig teamlek. Avslutade med goda kladdkakemuffins vid de jättestora flyttblocken.

Så härligt att ha fått följa denna grupp under åren. En del ända sen Knytte. Hoppas på många år till framåt.

UNG

Det finns ca 10 000 ungdomsmedlemmar i Friluftsrämmandet (13–25 år) och ca 600 unga ledare. I vår Lokalavdelning har vi 179 unga medlemmar och glada att 3 utbildat sig till unga ledare. Hoppas på fler framöver då just dessa unga ledare är mycket uppskattade i grupperna med barnen

TVM och de äldre unga drabbades nog hårdast under året. Ungdomar över 15 år tilläts inte att delta i idrott, och aktiviteter i grupp. TVM's årliga och traditionella Lager och Ting ställdes in.

Under hösten kändes det som det fanns hopp och lite aktiviteter planerades. Bland annat Hösthäng på Lida i november. Men typiskt nog så kom då de hårda restriktionerna att inte umgås med andra utom familjen mm. Aktiviteten ställdes in. Hoppas på ett bättre, TVM-aktivare 2021

Verksamhetsberättelse för 2020 - Lokalavdelning Västerort

mars 2021



– Årsmöte 11

NATURPARKOUR

Från slutet på april till början av juni så träffades en liten grupp (4-8 stycken) för att träna Naturparkour vid ängen och flyttblocken i skogen bakom Åkeshovs Simhall.

En av Västerorts ledare var också med och hjälpte till en kväll hos Täby-Vallentuna-Vaxholm på deras äventyrsvecka. Det var kul. Bra att kunna hjälpas åt även tvärs Lokalavdelningar. Samt att det ger tillbaka idéer om vad vi själva skulle kunna göra

KLÄTTRING (INOMHUS)

Under oktober och november så provades det på att introducera inomhusklättring i Västerort, på Akalla Klättercenter. Det var både barn och vuxna med, max totalt 10 i gruppen. Fick dock lov att ställa in de sista tillfällena i nov, på grund av de skärpta restriktionerna. Det var uppskattad aktivitet och kommer troligen att fortsätta under 2021

BARNSKRIDSKO (SKRINNA)

Ledare Natalija Saviceva, med stöd av Dmitri, Linnea, Alina Holmsten, Edwin Östlund samt Anna Berglind

Nu inne på tredje året med Skrinna i Västerort. 18 januari drog vinterns Skrinna igång i Grimsta ishall. Lördagar kl 10-11. Stort intresse och tryck på denna aktivitet. Redan första gången var det 18 yngre barn i nybörjargruppen och 12 i fortsättningsgruppen. Natalija med stort stöd av sin man Dima och några engagerade föräldrar stöttar, guidar, leker fram isvana, glädje och trygghet i nybörjargruppen. Ovärderlig hjälp av ungdomsledarna Edwin och Linnéa som utmanar de äldre på olika hinderbanor, spel med klubba och annat kul. Vinterterminen varade fram till mitten av mars och hann inte då påverkas av Covid restriktioner.

Efter sommaren fick vi nytt bokningsbesked från idrottsförvaltningen att vi nu hade 2 timmar att förfoga. Kl. 8-10. Tacksamt, då detta underlättade att hinna förbereda material på isen innan deltagarna klivit på, samt mera tid till gruppernas övningar, kunna ta paus och ändå ha tid till mer innan ismaskinen kör ut ca 09:50. Terminen startade också extra tidigt. Redan i början av oktober. Alina kom också till som ung ledare under hösten.

Ett par gånger kördes det på "som vanligt", med föräldrar som lämnade, hjälpte till med skridskor mm i båset, men sen skärptes restriktionerna. Hålla större avstånd, och föräldrar till de äldre barnen fick lämna hallen.

Ytterligare en ledare från Mullegruppen; Anna Berglind ville vara med och hjälpa till på Skridskoskolan

Dock påverkade vi i slutet av november av Regeringens ändå hårdare riktlinjer och många av Friluftsförbundet aktiviteter fick ställas in. Skrinna fick ett abrupt slut, och vi missade vår trevliga terminsavslutning i december med Öppet hus på isen, Skrinna och Mulle on Ice.

LÅNGFÄRDSSKRIDSKO

Vintern 2020 var en säsong då det inte fanns några isar eller att de isar som fanns var för tunna för att ta ut grupper på. Därför blev det då inga ordnade turer för våra medlemmar. 😞

Västerskrinnarna är ett samarbete mellan Mälardöarnas och Västerorts Lokalavdelningar.

Senaste året är Grenledare och aktiva ledare tillhörande Mäläröarna, så nedan text är från Mäläröarnas Verksamhetsberättelse:

Allmän inriktning

Långfärdsskridskoverksamheten erbjuder medlemmar och andra intresserade skridskoåkning på sjöis i vårt närområde och när det finns tillfällen även på alternativa sjöar och i skärgården. Erbjuder skridskokurs som innehåller både teori och praktik. Fortsätta samarbetet med Västerorts lokalavdelning under namnet Västerskrinnarna (FFVSK).

Form och volym

Under 2020 rapporterades 2 turer isspaning och annan.

Antalet deltagare på turerna var totalt 9 st. som åkt 150 km

- Skridskoåret inleddes den 5 januari med att tre ledare åkte till Öjaren.
- I en isspaning på Långsjön (Stava) den 8 februari deltog 6 ledare.
- Kurs med 33 deltagare genomfördes i januari. Kursen omfattade 1 kväll med teori och ett praktikpass på Östermalms rundbana.

Innehåll och kvalitet

Normalläget är att alla turer rapporteras på www.skridsko.net. Samma dag som en tur rapporteras kan den läsas av alla som har behörighet till www.skridsko.net. Sju dagar efter turdatum finns det möjlighet för övriga att läsa om våra turer. I alla färdrapporter finns både bilder och färdspår inlagt.

Ledare under året: Margareta Thorhagen, Gösta Norrgård, C-G Franzén, Göran Lindgren, Monika Wedengren, Therese Rosén, Jan Nordin, Per-Erik Olsson, Pär Sörme, Johan Swedbrink, samt ledare under utbildning Anna af Ugglas och Roland Wijkniet.

Övrigt

- Margareta har deltagit i två grenledarträffar på regionen varav den ena var digital.
- En ledare deltog i centralas kurs i åkteknik i Falun.
- Vi har fortsatt vårt samarbete med skridskoledarna i Västerorts lokalavdelning.
- Turerna utlystes på www.skridsko.net/ffvsk

Grenledare Margareta Thorhagen

VANDRING LÅGLAND – AW PROMENADER - FRISKVÅRDSGUIDE

Vandring lågland är en vardags- och helgverksamhet, oftast dagsturer men också med övernattnig.

Vandringsgrenen erbjuder otaliga variationer på inriktningar och teman såsom: barnvagnsvandring, vandring med meditation, veckodagsvandringar etc.

I vår Lokalavdelning har vi 213 medlemmar som markerat intresse för Vandring. Detta var ett av målen vi satte upp redan för 2018 och fortsatt under 2019 /2020 att jobba med att tillgodose detta medlemsintresse och kunna erbjuda vandrings aktiviteter i Västerort. Söker efter fler ledare så att vi kan få lite bredd i vandringar, både på dagtid, vardagar och längre på helgerna och gärna med olika teman.

Under 2020 var det dock påverkat av Covid restriktioner och personliga skäl som våra tre utbildade vandrings ledarna pausade sitt ledarskap.

Då "öppnade" det upp sig för Susanna Holmsten (TVM-ledare och styrelsemedlem) att ta initiativ att starta upp med AW-promenader. Ett enkelt koncept som uppskattats. Även andra lokalavdelningar har gjort liknande. Vardagskväll, lugn promenad i olika när-naturområden, fika vid elden och trevliga samtal. Fem tillfällen hann det bli under 2020; tre på våren (mars, april och maj) och två under hösten (sept., nov).

Verksamhetsberättelse för 2020 - Lokalavdelning Västerort

mars 2021



– Årsmöte 11

En fortbildning för Friskvårdsguide hölls även i november i Judarns naturreservat på initiativ från Västerort. Tre ledare från oss deltog och sen ytterligare från ett par andra lokalavdelningar.

Vi brukar också i komplement till våra egna ledarledda vandringar länka och tipsa på vår FB sida om Naturskyddsföreningens och Stockholms Naturguiders trevliga vandringar. Speciellt när de är i "våra" skogar.

VÅRA NATUROMRÅDEN OCH NÄRMILJÖ

Västerorts Lokalavdelning har ingen egen stuga som gemensam samlingspunkt, utan våra olika grupper utnyttjar aktivt de fina naturområdena i vi har i vår närmiljö;

Grimsta Naturreservat; <http://www.stockholm.se/KulturFritid/Park-och-natur/Naturreservat-i-Stockholmsstad1/Grimsta-naturreservat/>

Judarns Naturreservat; <http://www.stockholm.se/KulturFritid/Park-och-natur/Naturreservat-i-Stockholmsstad1/Judarsskogens-naturreservat/>

Kyrksjölöten naturreservat; <http://www.stockholm.se/KulturFritid/Park-och-natur/Naturreservat-i-Stockholms-stad1/Kyrksjoloten/>

De yngre barngrupperna har sin egen, bestämda plats i skogen, som de valt själva. Grupperna med lite äldre barn försöker vara lite mera rörliga och upptäcka nytt både i närområdet och lite längre bort

Vi besöker gärna också Kyrkhamn, Sandvik; Hansta Naturreservat, Ursvik, samt Mäläröarnas fina natur.

VÅRA LEDARE

Ledare och förtroendevalda är grunden för all vår verksamhet. Varje år utbildar Friluftsrämjandet flera hundra ledare till våra olika verksamheter. Vi stöttar det viktiga jobb som de gör, ge dem möjlighet att utvecklas och uppmuntra dem stanna i organisationen.

Föreningens sammansättning av ledare och medlemmar speglar inte samhället 2018. Vi har därmed en mångfaldsutmaning. Utmaningen är störst när det gäller etnisk och kulturell mångfald, samt att alltför få barn fortsätter som ungdomar i organisationen. Vi vill underlätta nyrekrytering av både ledare, kursledare och förtroendevalda.

Friluftsakademin har ett ansvar i att säkerställa lokalavdelningens försörjning av ledare och förtroendevalda, genom kvalitativa utbildningar inom ramen för våra utbildningsplaner. Utbildningarna genomförs av våra kursledare med ledning och stöd av samordningsgrupper, utbildningsteam och tjänstemän på nationell och regional nivå.

Ledare i Västerort

Vi har 65 ledare inom I Ur och Skur i Västerort, fördelade på de 9 Förskolorna. Inom Fria grupper är vi ca 30 ledare och har under 2020 utbildat och fortbildat 13 ledare/ledarkompetenser. Fördelat på varje gren:

Verksamhetsberättelse för 2020 - Lokalavdelning Västerort
mars 2021



– Årsmöte 11

20 ledare vara 7 nya/fortbildade inom Barn – Friluftsäventyr; Skogens värld 2 st och 5 nya ledare utbildade för Öppna Skogsgläntan

3 Unga ledare, som stöttar i frilufsargrupper, Skrinna, Naturparkour, 1 av de unga ledarna har fortbildat sig i Nedsläckt hus

1 ledare inom Barnskridsko, Skrinna

1 ledare inom Långfärdsskridsko (verkar i samarbete med Mälareörarna)

2 ledare inom Naturparkour, och en fortbildad under hösten

4 ledare inom Vandring, varav en nyutbildad i höst, dock två som pausat under året

3 ledare som fortbildat sig till Friskvårdsguider

Utbildning/fortbildning/ledarträffar

I Västerort värnar vi om våra ledares kompetens och utbildning. Eftersom aktiva kompetenta och inspirerade ledare är kärnan i vår verksamhet och vi har våra ekonomiska förutsättningar så står vi för ledarnas grundutbildning. Vi ser gärna också att ledarna kontinuerligt fortbildar sig. Vi uppmuntrar och stöttar att delta på nätverksträffar och regionens ledarträffar.

I oktober genomfördes den Nationella fortbildningshelgen Utblick. Då den var nu var digital så kunde ju många fler vara med, från hela landet. Vi stod för deltagaravgiften till de av våra ledare som ville delta. 6 från Västerort valde bland olika spännande workshops; Naturparkour, Överlevnad, Lekar med yngre och äldre barn, utomhusmatlagning, mm

På grund av skärpta covid restriktioner så ställde vi in en planerad ledarträff/mingel i november. Det blev istället öppningen till en serie av digitala ledarträffar med start i december och som sen fortsatte in i jan och feb. Huvudsyfte att ses (om än digitalt), lära känna varandra lite mer tvärs grupperna och börja skapa lite "Vi i Västerort"-känsla. Varje träff hade också ett specifikt tema:

Träff 1: Trygga och Säkra Äventyr; Analys av incidentrapportering och hur skriva säkerhetsplan

Träff 2: Tema: Blå ledare, Grupper, aktiviteter i Västerort samt plan för Friluftsåret 2021

Träff 3: - Tema Uppföljning Säkerhetsplan, Fortbildningar; digitala och live, Synas; FF Web, Aktivitetshanteraren, Sociala medier

Var tänkt att erbjuda en Första Hjälpens Barn för ledarna på plats i Västerort under 2020, men den kommer nu att köras under våren 2021

Ledarutrustning och kläder

Vi vill och uppmuntrar våra ledare att bära profilkläder när man representerar FF och det ska synas.

Något år nu så har vi gett bidrag till FF webshopen, så styr man själv över det som behövs, passar ledaren bäst; Fleecejacka, tröja, väst, jacka, ryggsäck. Alla ska dock ha ett Första Hjälpens, Buff och Mössa. Vi kommer dock jobba vidare med att se på inskaffande av ett enhetligt profilplagg/jacka för Västerorts ledare

Julklapp och Tack för 2020

Styrelsen ville visa vår uppskattning och Tack för alla ledares bidrag under året 2020, genom att ge alla aktiva ledare en julklapp. Både till Fria Grupper och I Ur och Skur ledare. Det blev en fin specialbeställd emaljugg:



Nedan lades ut på vårt ledarforum i början av januari:

Så, då är 2020's julklapp färdigutdelad!

Tack alla aktiva ledare för er insats.

Styrelsen beslutade under hösten att vi ville ge en julklapp/present till alla aktiva ledare som uppskattning och Tack för engagemang och tid de lagt ner/genererade aktivitetstimmar under det något utmanande året 2020.

Med glädje, lust och nödvändig anpassning till rådande restriktioner så har det under året ändå körts Öppna skogsgläntan, Knytte, Mulle, Stövare, Lufsare, Naturparkour, Kul I Skogen Dag, Klättring, Skrinna och AW-vandringar.

Vi ville även ge detta tecken på Tack och uppskattning till ledarna/pedagogerna på alla fina I Ur och Skur förskolorna i Västerort som än mer fick slita, bita ihop och kämpa på.

Så med spritade händer, plasthandskar och avstånd, har jag åkt lite kors och tvärs i Västerort; Traneberg/Minneberg, Ålsten, Stora Mossen, Johannesfred, Annedal, Åkeshov, Norra/Södra Ångby, Blackeberg, Räcksta, Beckomberga, Vällingby, Kälvesta, Spånga och Hässelby och delat ut.

Första rundan någon vecka innan jul till alla I Ur och Skur förskolor (7 st) och Familjedaghem (2 st).

Sen efter nyår runt till drygt hälften av Fria grupper ledarna och nu idag hann jag med resten. (Totalt 26 st).

Vandringsledarna saknas dock, då det tyvärr inte blev några genomförda aktiviteter 2020.

Men planera upp lite smått och gott för våren, så får ni också varsin fin mugg!

Har varit så Kul att fått "känna av" och uppleva/upptäcka hela vårt fina lokalavdelningsområde.

Samt att personligen nu ha sett alla förskolorna och träffat alla aktiva fria ledarna.

Vi vill fortsätta jobba med och sprida "Vi i Västerort"- känslan.

Hoppas därför att vi ses igen, nu först på våra digitala ledarträffar (#2: 19 och 20/1 samt #3: 11/2), och på vårt digitala årsmöte (11/3) och sen när det är möjligt igen ute i vår vackra Västerorts natur på olika enskilda och gemensamma lokalavdelningsaktiviteter.

Håll ut lite till och Ta hand om er!

Så gör vi 2021 till ett Toppenår för FF Västerort för oss själva och våra medlemmar!

Mvh Anna Åkerlund, Ordförande och Frilufsarledare i Västerort

VÅRA MEDLEMMAR

För att verka i enlighet med vårt ändamål, behöver vi en hållbar och stark medlemstillväxt. Friluftsförbundet arbetar för att öka antalet medlemmar – dels genom nya medlemmar, men framförallt att få befintliga medlemmar att stanna kvar hos oss. Det gör vi genom att göra medlemskapet attraktivt – aktivera dem med både äventyr, kunskap och inspiration över hela året. Vi strävar mot världens bästa friluftaktiviteter levererade av Sveriges mest eftertraktade ledare.

Medlemmar I Friluftsförbundet Västerort (per 30/9 2020)

	Antal Medlemmar	Kön	ca antal medlemmar	Typ av medlemskap	antal medlemmar
Vuxen	961	kvinnor	487	Enskilt	302
26 år -		Män	388	Familj	602
		??	86	Grupp	53

				Heders	4
Ungdom		kvinnor	78	Enskilt	23
13-25 år	179	Män	94	Familj	149
			7	Grupp	7
Barn		flickor	314	Enskilt	150
0-12 år	721	pojkar	335	Familj	314
		??	72	Grupp	257
Totalt	1861			Enskilt	475
				Familj	1065 (varav 296 familjer)
				Grupp	317
				Heders	4

Våra medlemmar bor/kommer från:

Bromma	55%
Hässelby	19%
Vällingby	16%
Spånga	2%
Övriga kommuner/orter	8%

Västerorts Lokalavdelning är också med sitt medlemsantal en av de 10 största i hela Sverige! Ligger på 8:e plats. Vi är naturligtvis glada över att så många i vårt upptagningsområde vill vara medlemmar i Friluftsförbundet. Som medlem har du ju tillgång till alla aktiviteter/äventyr vart helst du vill.

SEPTEMBER 2020 +1000

LA	Enskilt medlemskap	Familjemedlem	Familjemedlemskap	Gruppmedlemskap	Hedersmedlemskap	Totalsumma
Stockholm	1728	1527	649	208	11	4123
Uppsala	1114	1259	512	228	2	3115
Lund	898	1356	458	134	2	2848
Huddinge	761	1241	480	348	1	2831
Malmö	907	1050	392	209	2	2560
Enskede	797	976	392	203	3	2371
Lidingö	540	763	280	315	2	1900
Västerort	475	769	296	317	4	1861
Centrala Göteborg	578	682	281	287	2	1830
Solna-Sundbyberg	389	656	255	232	2	1534
Södertälje	494	739	297		1	1531
Västerås	454	618	243	199	3	1517
Haninge	343	605	240	289		1477
Mälardalen	356	786	295		3	1440
Norrköping	513	613	244	58		1428
Järfälla	319	622	230	108	1	1280
Örebro	431	448	168	212		1259
Sollentuna	302	477	174	135	2	1090

Det vi vet och känner är ju dock att vårt verksamhets utbud och registrerade aktivitetstimmar inte bemöter detta höga medlemstal. Vi hade satt som lite mera långsiktigt mål att nå ut till fler, få fler ledare, starta upp fler grupper i befintlig verksamhet, nya aktiviteter som kan passa/locka våra medlemmar.

Under 2020 känner vi att vi även om vi inte bland annat på grund av restriktioner och begränsningar kunnat ha ledarledda aktiviteter, så har vi ändå via social medier nått ut och inspirerat fler.

KOMMUNIKATION OCH SAMHÄLLSPÅVERKAN

För att underlätta vår möjlighet att arbeta för vårt ändamål behöver Friluftsförbundet och vår lokalavdelning vara välkända i samhället, och då kända för vår verksamhet och värderingar. Det gör vi genom att arbeta i enlighet med vår varumärkesplattform – Blå boken, vår grafiska manual, vår uppförandekod och Friluftsförbundet.se – vårt gemensamma fönster mot samhället. Vi kommunicerar i följande kanaler:

Vår egen plats på friluftsförbundet.se; www.friluftsförbundet.se/vasterort/

Vi har under 2020 jobbat med att få till en mera och bättre uppdaterad Hemsida, detta fortsätter under 2021. Ett till viktigt mål är att få alla ledare att lägga upp sina aktiviteter. Det är så vår Verksamhet syns och lockar nya deltagare, och även nya ledare.

Vår lokalavdelnings egen Facebooksida; <https://www.facebook.com/friluftsförbundet.vasterort>

Här på Facebook har vi varit mera aktiva i år och länkat vidare intressanta ämnen, tips, artiklar från friluftsförbundet samt även tips på aktiviteter i vårt närområde. Detta har resulterat i att vi nu har 668 (552 förra året) följare.

Öppna Skogsläntans egen Facebookgrupp som har hela 302 (271 förra året) medlemmar;
<https://www.facebook.com/groups/959137647495924/>

Vi har under året öppnat upp ett Instagramkonto för Västerort:

www.instagram.com/friluftsförbundet_vasterort/

Dock ännu inte så aktivt och inte så många följare. Vi ska jobba vidare med rutiner och marknadsföring med detta under kommande året.

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. Vår lokalavdelning leds av styrelsen.

Vid **årsmötet 10 mars 2020**, deltog 15 medlemmar (inklusive styrelsen) Vi har ambition och önskan att öka detta deltagande. Vi gör så gott vi kan och har under de senaste åren bjudit in inspirerande gästföreläsare till våra årsmöten, med avsikt att locka dit flera till mötet. 2020 valde vi dock istället för föreläsare att bjuda på en gemensam måltid och medlemsmingel. Det var lite på gränsen att vi kunde genomföra vårt årsmöte. Vi var dock i en lokal för 60 pers. och hade 15 deltagare. Så det var lätt och bekvämt att hålla bra avstånd.

Verksamhetsberättelse för 2020 - Lokalavdelning Västerort
mars 2021



– Årsmöte 11

Det här året har varit ett omställnings och anpassningsår. Alla stämmor och större möten har i år genomförts digitalt. Det har fungerat mycket bra och möjliggjort ett större, vidare deltagande.

I år var det följande representanter med från Västerort:

18/4 Mälardalens regionstämma (Anna Åkerlund)

16/5 Riks Årsstämma (Anna Åkerlund)

6/10 Ordförandeträff (Anna Åkerlund)

Okt-nov "Att växa" /Säkerhet – Digitala träffar tvärs LA's stora som små – initierat av Haninge LA (Anna Å)

6/11 G1000+ möte (Anna Åkerlund, Susanna Holmsten)

14/11 Mälardalens Verksamhetskonferans (Anna Åkerlund)

STYRELSENS UPPDRAG OCH ANSVAR

Vår Lokalavdelnings styrelse ska leda, driva och utveckla verksamheten så att ändamålsparagrafen uppfylls långsiktigt. Styrelsen skall verka i enlighet med Friluftsförbundet's stadgar och styrelsens arbetsordning.

I Västerort har vi sedan årsmötet 2020 varit konstituerade enligt nedan. Under året har vi genomfört 10 styrelsemöten.

STYRELSEN

Ordförande	Anna Åkerlund
Kassör	Anna Hartl
Sekreterare	Jonas Hagström
Ledamot	Susanna Holmsten Marie Björs
Suppleant	Natalija Saviceva

GRENLEDARE OCH ANDRA VIKTIGA ROLLER

Marie Björs	Ansvarig kontakt mot I Ur och Skur
Anna Åkerlund, Susanna Holmsten	Ansvarig kontakt mot Fria Grupper ledare
Susanna Holmsten	Webbansvarig
Anna Olofsson, Cia Bygden	Revisor, Revisorssuppleant
Per-Anders Persson, Carina Andersson	Valberedning
Bengt Gustafsson	Ekonomisk administration och Bokföring

EKONOMI

Lokalavdelningen har god ekonomi och tillgångar i form av pengar på bankkonton. Det finns således mycket goda förutsättningar att lägga pengar på ledarutbildningar eller andra aktivitetsstödande kostnader under kommande år.

Intäkter

Medlemsavgifter. Då vi har många medlemmar i Västerort, så får vi en ganska stor medlemspeng. Det är denna som gör att vi fortsatt kan hålla relativt låga terminsavgifter i våra grupper/aktiviteter och även möjlighet att finansiera ledarutbildningar, och lite extra medlemsaktiviteter/föreläsningar. Skridskoskolan (Skrinna) var den första aktiviteten som nyttjat Webbetalning. Vi ansökte om detta i våras, och fick det aktiverat i början av hösten. Deltagarna betalar då direkt vid anmälan med kort. Pengarna går via Rikskontoret och skickas veckovis tillbaka till Lokalavdelningens konto som Deltagaravgifter. Ledaren slipper kontrollera och påminna om deltagarnas betalning, samt slipper hantera en kassa som vid årets slut ska redovisas tillbaka till LA. Vi ev. utgifter för verksamheten, så erhålls ersättning tillbaka mot inskickade kvitton till kassören. Det är dock nu i början upp till varje grupp att välja om man vill nyttja detta, eller köra på som tidigare. Framöver tror vi att vi går mot denna hantering i större utsträckning.

Utgifter

Lokalavdelningen har inga fasta utgifter som löner eller kansli/stughyror, utöver ett Shurgardförråd. Förrådet skaffades under 2016 för att vi ska ha en gemensam plats att förvara lokalavdelningens inventarier. Vi valde i början på året att byta upp oss till ett större förråd på Shurgard i Vällingby. Med Tentipitält, Skrinnautrustning (klubbor, koner, mm), Grillar, Muurikor, pressningar, så blev det mycket trångt i det mindre.

De större utgiftsposterna är löpande administration, bokföring, styrelseomkostnader, ledarvård, material och utbildningar

Avgiftsstrukturen för våra fria barngrupper är fortsatt 350–450 kr/barn och termin. Ledarbarn är helt avgiftsfria för att ytterligare premiera våra ideella ledare. Öppna skogsgläntan är fortsatt avgiftsfri, då vi ser detta som en viktig kanal att visa upp oss samt att fånga in och intresserade medlemmar och kommande ledare till fortsatt barnverksamhet. Vi har även haft en del nysatsningar med Naturparkour, klättring, After Work

I år fick vi inte igång någon Knoppgrupp och Äventyrliga Familjen valde att pausa. TVM´s olika läger och Ting ställdes in. För I Ur och Skur blev det ingen Nätverksträff/fika/föredragshållare.

Föreläsningen med Helena Traneving ställdes in

RESULTAT OCH BALANSRÄKNING

Resultaträkning för 2020

			Jämförande 2019	
	Intäkter	Kostnader	Intäkter	Kostnader
Medlemsavgifter	100,341	0	108,638	
Deltagaravgifter	9,680	0	0	
Fria mulle	1,400	0	2,450	1,800
Fria grupper strövare/friluftssare	4,950	3,850	7,300	5,100
Fria grupper knytte	6,825	3,188	11,441	7,298
Fria grupper knopp	0	0	1,750	1,147
Skridskor-skridsko.net	0	1,050	5,750	3,367
Äventyrliga familjer	0	0	4,000	3,847
Lokalhyra	0	13,812	0	11,926
Förbrukningsinventarier/materia	0	1,522	0	23,424
Administration	0	11,251	0	9,873
Styrelse	0	8,050	0	11,641
Ledarvård	0	8,869	0	0
Årsmöte	0	350	0	4,784
PR, Familjedag, föreläsning mn	0	1,246	0	44,794
Omkostnader förskolor	0	0	0	4,442
Öppna skogsgläntan	0	0	0	405
TVM-grupp	0	0	0	0
Utbildning ledare fria grupper	0	23,220	0	34,671
Summa	123,196	76,408	141,329	168,519
Årets resultat	46,788		-27,190	

Balansräkning 2020

Ingående balans 2020-01-01

Tillgångar		Skulder och eget kapital	
Inventarier	0	Eget kapital	826,712
Plusgiro	135,622	Skulder	31,834
Bank	690,176	Årets resultat	-27,190
Fordringar	5,558		
Totalt	831,356	Totalt	831,356

Utgående balans 2020-12-31

Tillgångar		Skulder och kapital	
Inventarier	0	Eget kapital	799,522
Plusgiro	156,134	Skulder	0
Bank	690,176	Årets resultat	46,788
Fordringar	0		
Totalt	846,310	Totalt	846,310

Avslutningsvis vill styrelsen återigen tacka alla ledare och övriga funktionärer för era insatser under 2020!

Vi vill även rikta ett extra stort tack till Bengt Gustafsson som har hjälpt oss med de löpande ekonomisysslorna.

Tack också till våra medlemmar för att ni deltar, gillar och finns där för oss. Utan er – Inget Friluftsförande

Styrelsen för Västerort lokalavdelning, mars 2021

Anna Åkerlund, Ordförande

Marie Björs, vice ordförande

Jonas Hagström, Sekreterare

Anna Hartl, kassör

Susanna Holmsten, ledamot

Natalija Saviceva, 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.

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