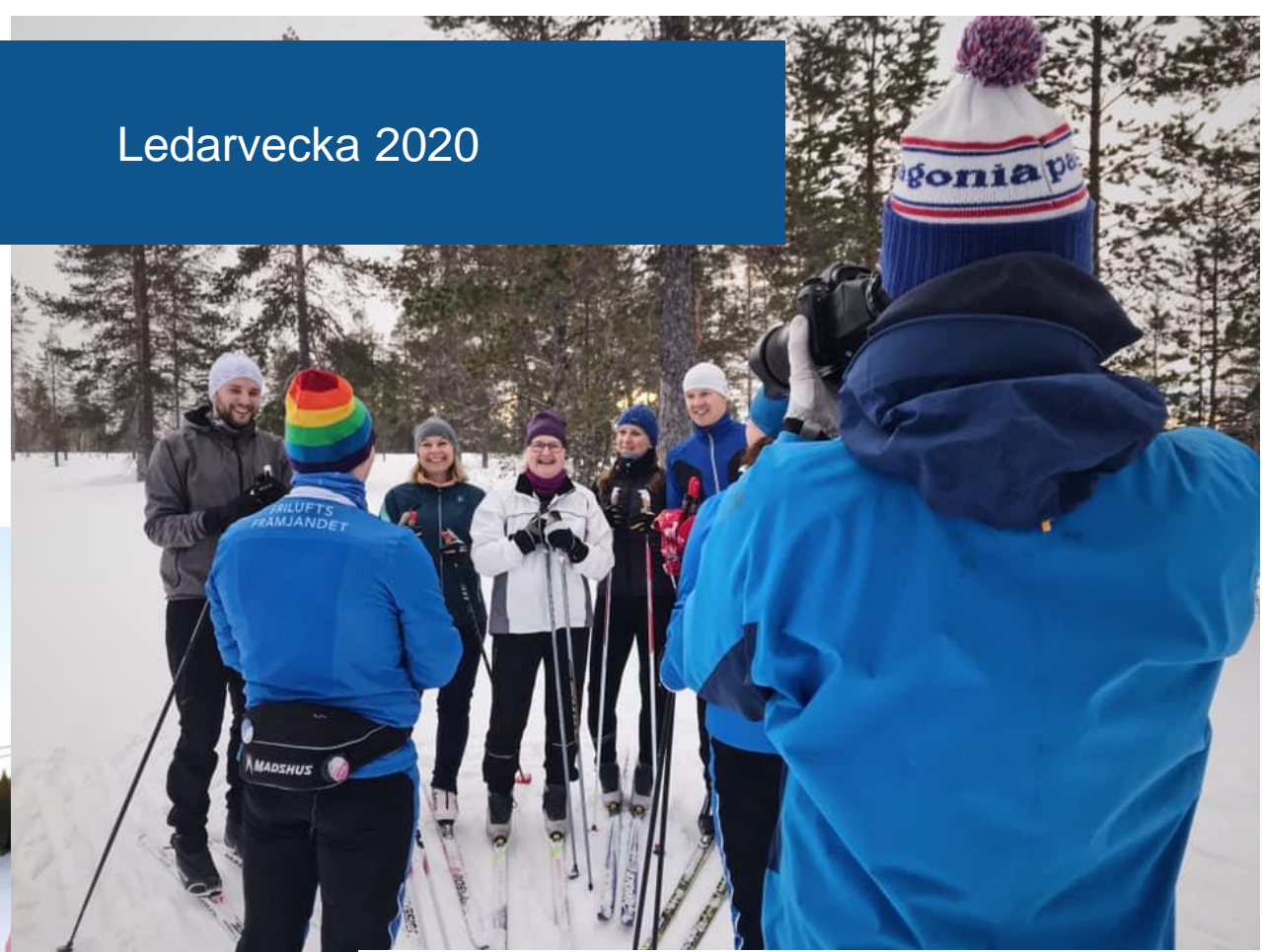




ÅRET 2020

Ledarvecka 2020



FRILUFTSDAG UTE MED KONTORET MED FOKUS PÅ VERKSAMHETSANALYS OCH ARBETSMILJÖ



Bokslut



Onsdagsträning!



Möte i Öst!



Stämmohandlingar Årsstämma 2020

[Ärende Remissvar Stadgeändringsförslag.pdf](#) ↓

[Ärende Stadgeändringsförslag.pdf](#) ↓

[Ärende Värdegrund och styrande dokument.pdf](#) ↓

[Förslag från region Allemansrättens dag.pdf](#) ↓

[Förslag från region Kontantandelar och medlemsavgiftshöjning.pdf](#) ↓

[Förslag från region Sänkt ålder för valbarhet till styrelse.pdf](#) ↓

[Förslag Fyllnadsväl Valberedningen.pdf](#) ↓

[Förslag till Budget 2020.pdf](#) ↓

[Förslag till Dagordning Årsstämma 2020.pdf](#) ↓

[Förslag till Verksamhetsplan 2020 .pdf](#) ↓

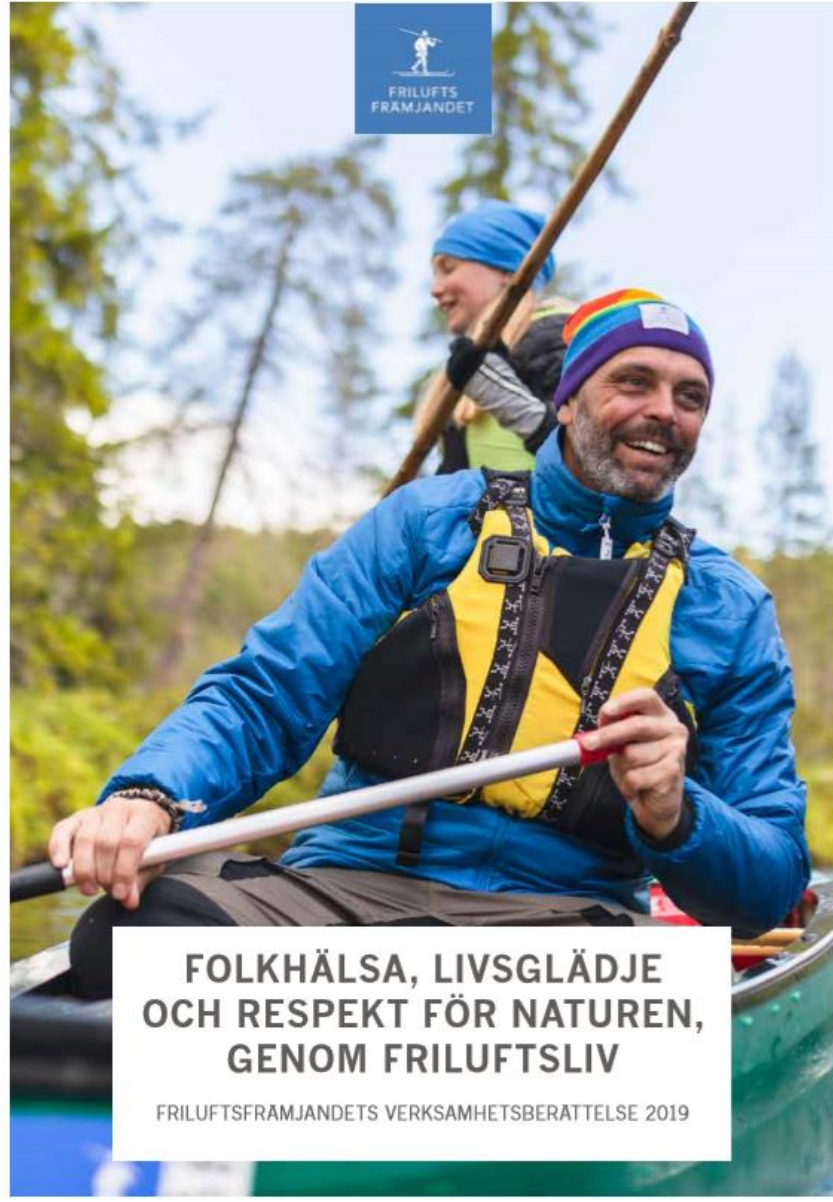
[Förslag Val av Valberedningsgrupp.pdf](#) ↓





VERKSAMHETSPLAN 2020

RIKSORGANISATIONEN



**FOLKHÄLSA, LIVSGLÄDJE
OCH RESPEKT FÖR NATUREN,
GENOM FRILUFTSLIV**

FRILUFTSFRÄMJANDETS VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2019

FRILUFTS
FRÄMJANDET





ÅRSREDOVISNING och KONCERNREDOVISNING

2019-01-01 -- 2019-12-31

för

Friluftsförbundet Riksorganisationen

802003-0303

Årsredovisningen omfattar:

Sida

Förvaltningsberättelse	1
Koncernens resultaträkning	10
Koncernens balansräkning	11
Koncernens förändring av eget kapital	13
Koncernens kassaflödesanalys	14
Moderföretagets resultaträkning	15
Moderföretagets balansräkning	16
Moderföretagets förändring av eget kapital	18
Moderföretagets kassaflödesanalys	19
Tilläggsupplysningar	20



DIGITALA UTBILDNINGAR

VÅRA DIGITALA UTBILDNINGAR



Vår värdegrund

Våra värdeord och värdegrund ska genomsyra allt vi gör. Värdeorden hjälper oss att fatta dagliga beslut och hur vi vill upplevas av våra medlemmar och vår omvärld.

[TILL UTBILDNINGEN →](#)



Anpassat ledarskap

Anpassat ledarskap är en utbildning för ledare, som syftar till att göra Friluftsförbundet's verksamhet mer välkomnande, anpassad och trygg för barn och unga med ADHD eller autism.

[TILL UTBILDNINGEN →](#)



Allergisäkra äventyr

Här får du som leder barn- och ungdomsgrupper veta vad astma och allergier är. Du får även lära dig om vad som händer i kroppen och vad du kan göra för att allergisäkra ditt friluftsäventyr.

[TILL UTBILDNINGEN →](#)



Friluftsliv på barns villkor

I Friluftsförbundet's utbildning om barnkonventionen får du ökad kunskap om barn och barns rättigheter och reflektera kring ditt ledarskap.

[TILL UTBILDNINGEN →](#)





Friluftsförbundet lanserar ny ledarutbildning om barnkonventionen

I år blev Barnkonventionen lag i Sverige. I linje med detta har Friluftsförbundet tagit fram en digital utbildning om barnkonventionen, för att fortsätta utveckla organisationens barnperspektiv

LÖNEHANTERING PÅ RIKS OCH REGIONER OCH I UR OCH SKUR!





FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Magasin Friluftsliv ökar med 20% på 1 år

Det senaste året har Friluftsfrämjandets medlemstidning Magasin Fr...



LÅNGFÄRDSSKRIDSKOR – 60 LEDARE SAMLAS I FALUN



HÄNG MED OSS UT FILM!



HÄRLIGT SKIDSÄSONG



NÖJDHET INDEX!

Kundnöjdhet ⓘ

95 %

185

Bra

9

Dåliga

689

Undersökningar skickade

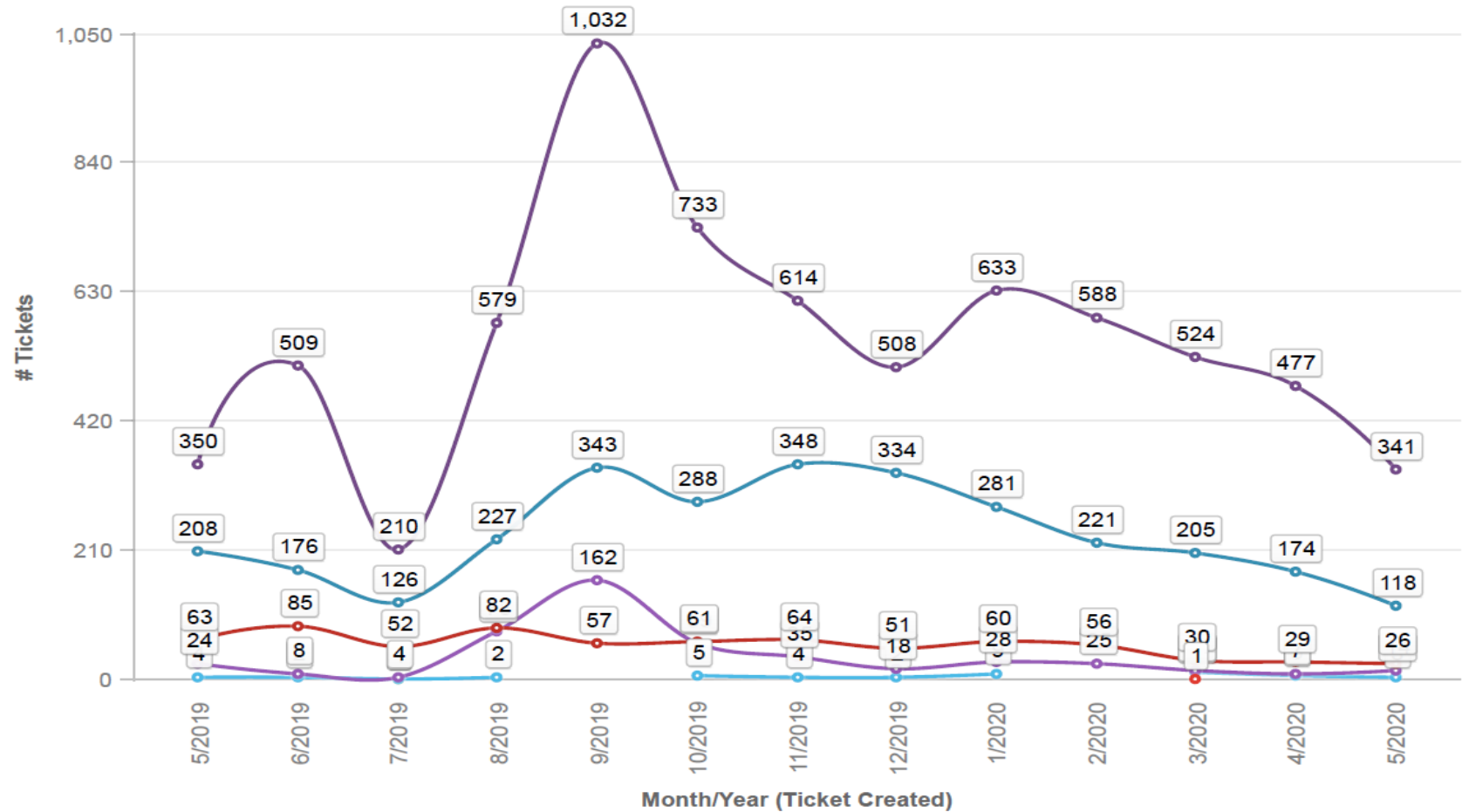
28 %

Svarsfrekvens



LÖSTA ÄRENDEN!

Ärenden per månad



■ Buggar ■ Info ■ IT-utveckling ■ Medlem ■ Skolan ■ Support
■ verksamhet

Lena Lindström Rektor på IUS Grönlingen



Skogsmulleledare i Solna – Sundbyberg får Gösta Frohms Stipendium

UNDERSÖKNINGSVERKTYG



Forms Pro

Mina formulär

Delas med mig

Gruppformulär



Ny Pro-undersökning



Nytt frågeformulär



Customer Satisfaction
Survey (sample)



GDPR-MODUL I CRM

The screenshot displays the Dynamics 365 CRM interface. At the top, the navigation bar shows 'Dynamics 365', 'GDPR', and 'Samtycken'. Below this, a secondary navigation bar contains 'GDPR', 'Äventyr', 'Reskontra', and 'Konfiguration'. The main content area is divided into four columns: 'Samtycke', 'Underlag', 'Konfiguration', and 'Språkhantering'. Each column contains a list of sub-items with corresponding icons.

Samtycke	Underlag	Konfiguration	Språkhantering
Personer	Samtyckesunderlag	Personuppgiftsdefini...	Språk
Samtycken	Samtyckesslag	Personuppgifter	Systemtexter
Samtyckeshändelser		GDPR Konfigurationer	Översättningar

TVÅ NYA KOLLEGOR



FJÄLL

- Arbete med utbildningsteam
- Strategimöte med Fjällsäkerhetsrådet
 - Styrelse/årsmöten SFLO

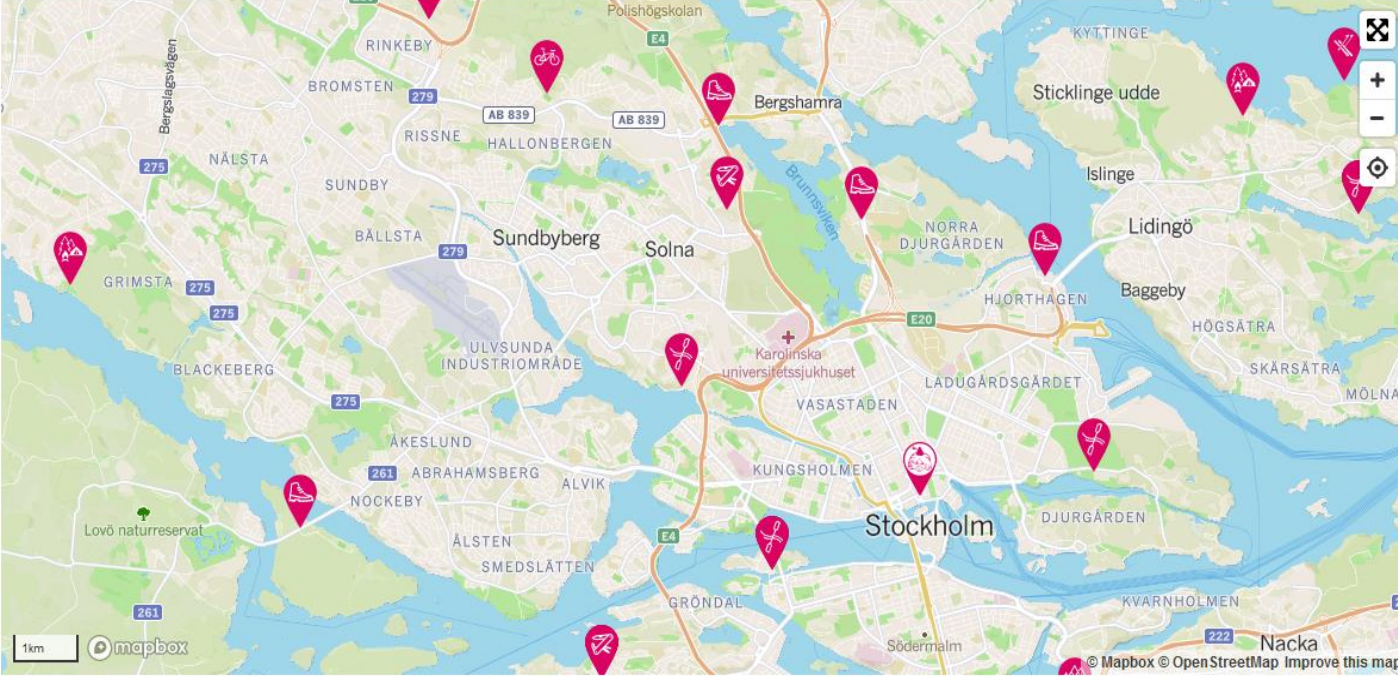


KARTFUNKTION

HITTA ÄVENTYR

Typ av äventyr ▾ Målgrupp ▾ Plats ▾ Sök 🔍

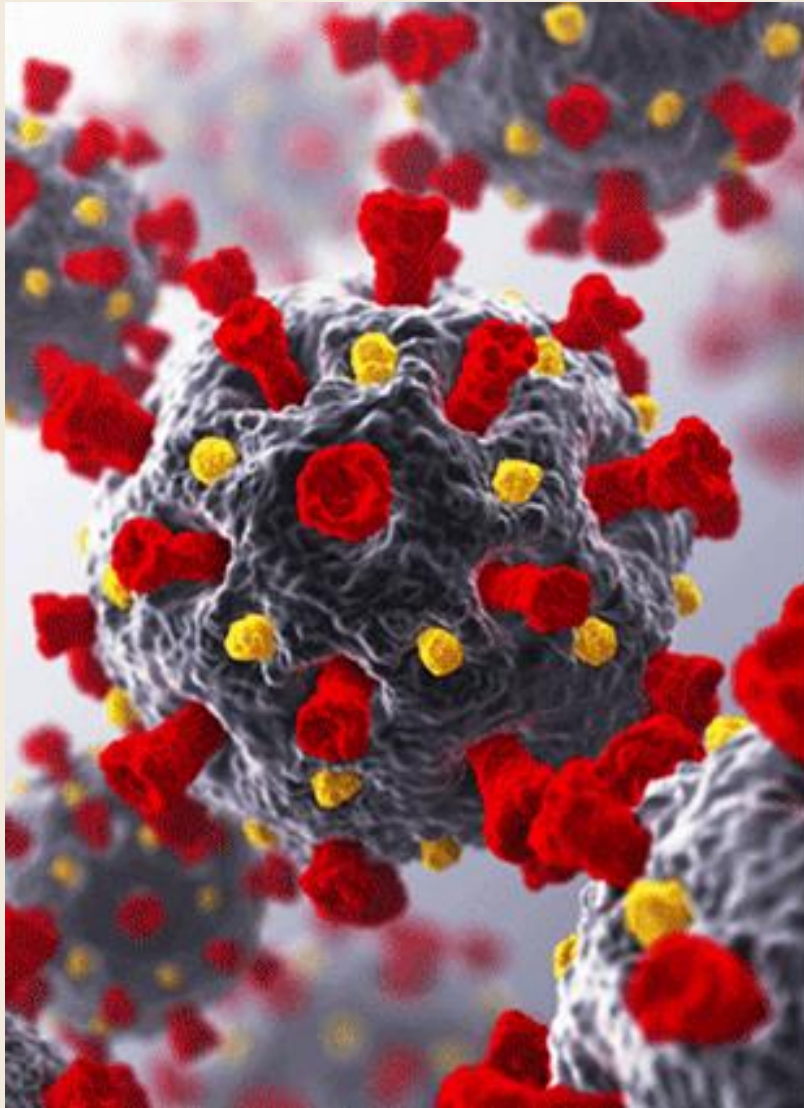
Maj Jun Jul Aug Sep Okt Nov Dec Jan Feb Mar Apr Maj

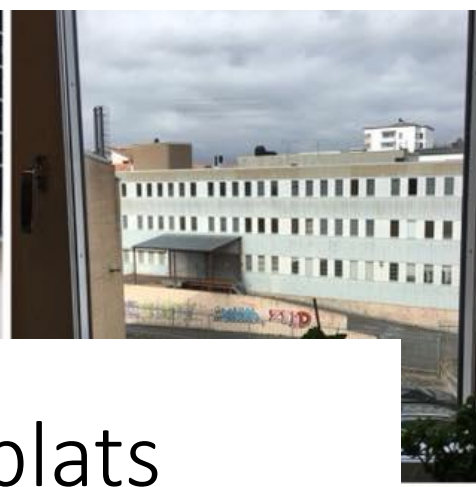


The map displays the Stockholm region, including areas like Rinkeby, Sundbyberg, Solna, and Djurgården. Numerous red location pins are scattered across the map, each containing a white icon representing different types of outdoor activities such as hiking, cycling, and skiing. The map interface includes a scale bar (1km), a Mapbox logo, and a copyright notice: © Mapbox © OpenStreetMap Improve this map.

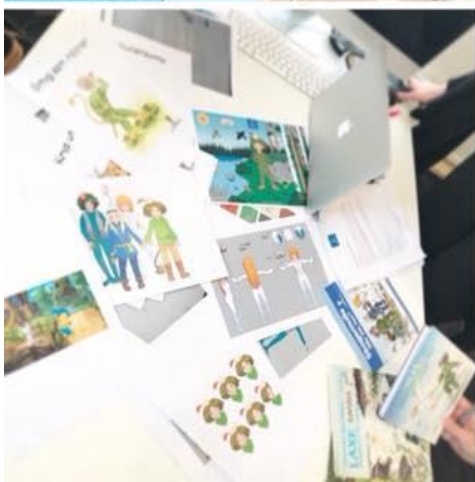


COVID-19



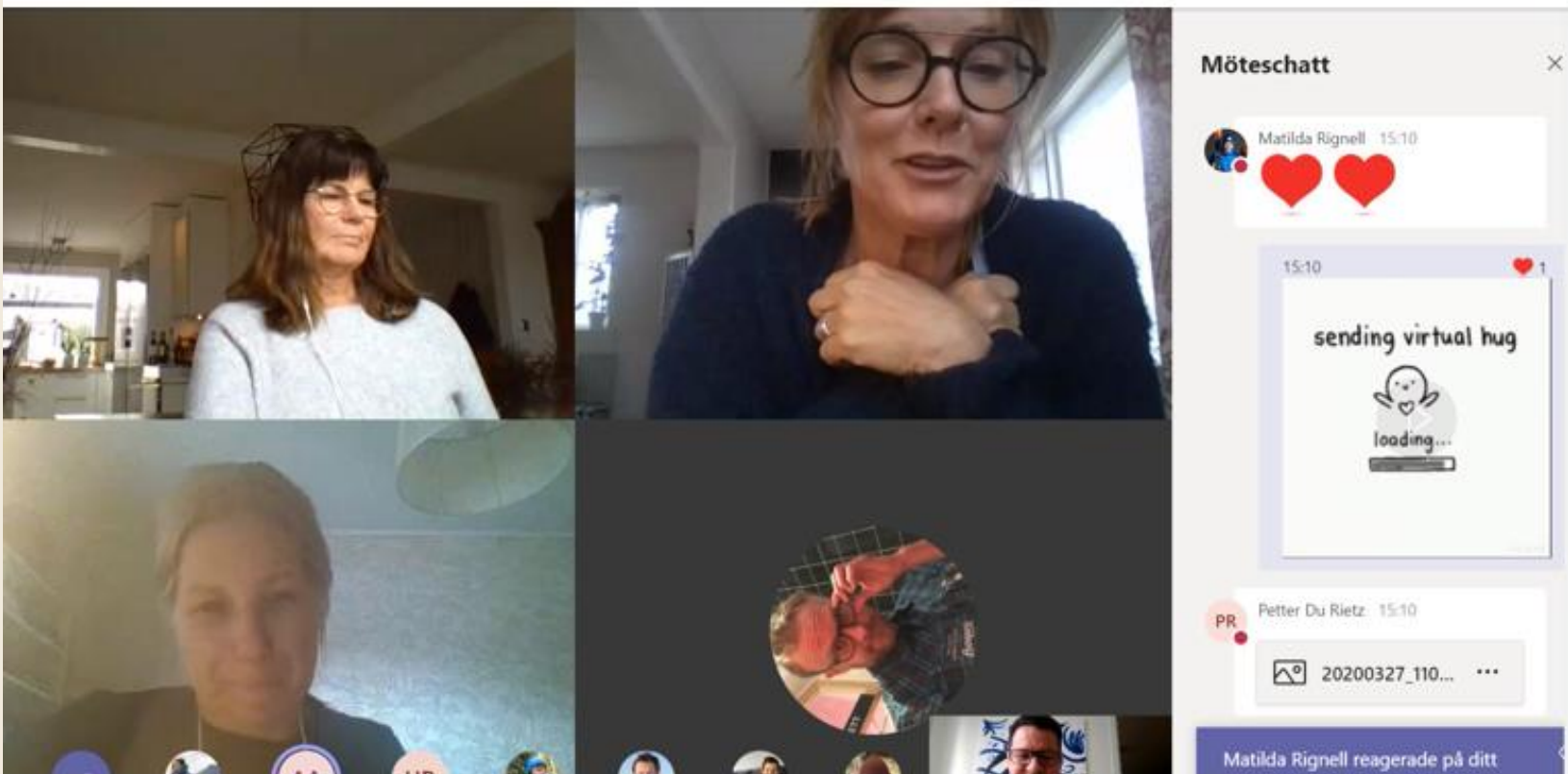


Jobbet är inte en plats



VI ÄNDRADE VÅRT ARBETSSÄTT PÅ EN DAG

Trevlig helg cyberkollegor!



The image shows a Zoom meeting interface. On the left, there are four video thumbnails. The top-left thumbnail shows a woman with glasses and a white sweater. The top-right thumbnail shows a woman with glasses and a dark blue sweater, with her hands clasped. The bottom-left thumbnail shows a woman with blonde hair. The bottom-right thumbnail shows a circular image of a person. On the right side, a chat window titled "Möteschatt" is open. It shows a message from Matilda Rignell at 15:10 with two red heart emojis. Below that, a message from 15:10 shows a "sending virtual hug" animation with a loading bar. At the bottom of the chat, there is a notification that says "Matilda Rignell reagerade på ditt".



Du, Lars Lundström, Cajsa Rännar och 10 andra

Visat av 28



MÖTEN UTOMHUS PÅ OLIKA SÄTT!



ÅTERKOMMANDE INFORMATION TILL VÅR ORGANISATION OM COVID-19



FRILUFTSFRÄMJANDET.SE

Covid-19 påverkar Friluftsförbundets verksamhet

Folkhälsomyndigheten framhåller att Friluftsförbundet har ett myc...

FRILUFTS
FRÄMJANDET





Kan ni h



2020-03-21

Utmaning 5/30:

Fika, i naturen.

#Skogsmulle30
day challenge



0-04-02
ing 17/30:


Fika spår av djur?

mulle30
llenge




DIGITAL TIPSPROMENAD!





TIPSPROMENAD med FF Sjöbo

GRATTIS.....



Vinnare i GPS Quiz v17

Presentkort Sjöbo Handelsklubb

100:- Vuxenfrågor - Möllegården, Annelie Häggman

50:- Barnfrågor - Skräplisa, Lina Andersson

 Francois Herrault
I Haringe har jag lagt den med datum 31 augusti, att det ska ta 4 timmar, och att man gör det som man vill. Bara en anmäld än så länge, men det är en quiz på kajak: <https://www.friluftsfremjandet.se/lat-aventyret-borja/hitta-aventyr/paddling/kajak/kajakquiz-pa-drevviken---nar-det-passar-dig/>
Tror det är en ok lösning.

 FRILUFTSFRAMJANDET.SE
Kajakquiz på Drevviken - när det passar dig



PT.SE
Friluftsförbundet satsar på naturnära tipspromenad.
Friluftsförbundet i Piteå älvadal satsar på coronaanpassade aktiviteter...

E-FAKTURA



Betala din medlemsavgift via e-faktura

DIGITALA STÄMMOR????



Första digital årsstämma i Friluftsförbundet i Region Mälardalen! 🙌

Friluftsförbundet regionstämma

10. Föredragning av verksamhetsberättelse och årsredovisning 

11. Föredragning av revisionsberättelse 

12. Fastställande av disposition av resultat

13. Fastställande av verksamhetsberättelse och årsredovisning

10. Föredragning av verksamhetsberättelse och årsredovisning

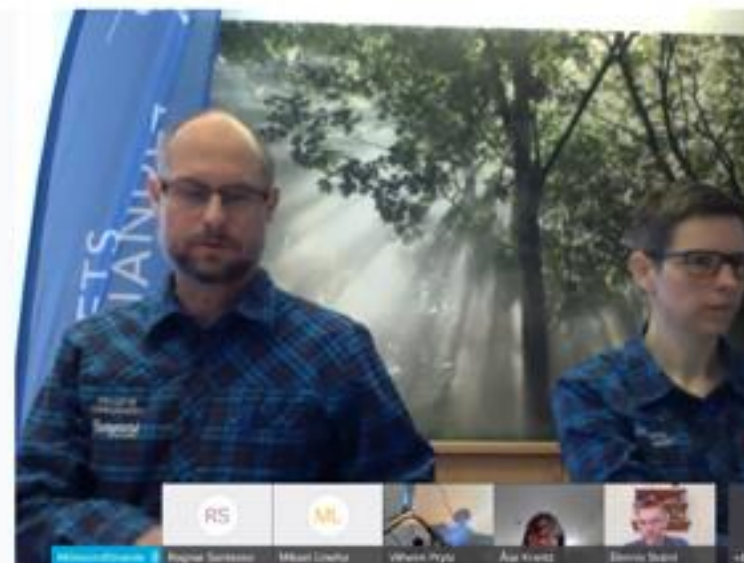
Ordningsfråga

Nuvarande talare: Ragnar Santesson, Friluftsförbundet


 Cesar Chirino, Friluftsförbundet

Visa stängda punkter 

(yttranderätt)



Nuvarande talare: **Ragnar Santesson**

 Din mikrofon är nu AV

Begär ordet



Välkomna till Digital Regionstämma 2020

2020-04-25

Friluftsförbundet Region Syd

Regionstämman öppnas kl 10:00



Friluftsförbundet Region Syd



Lars Lundström

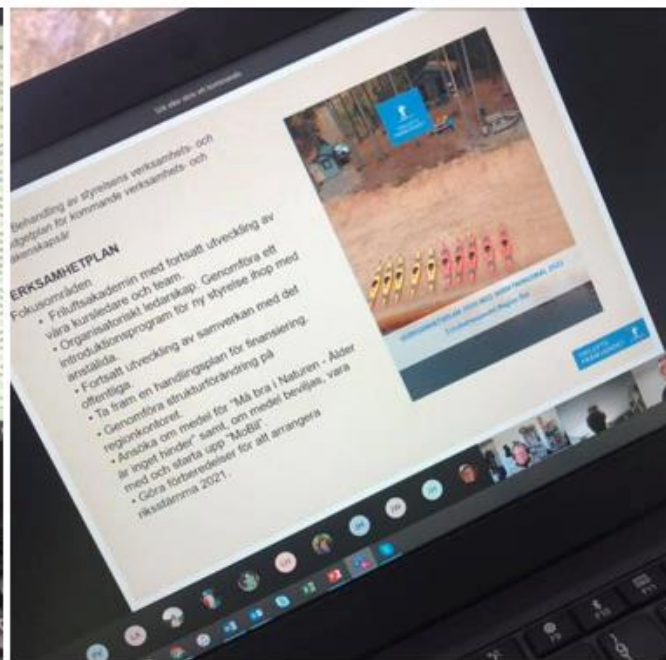
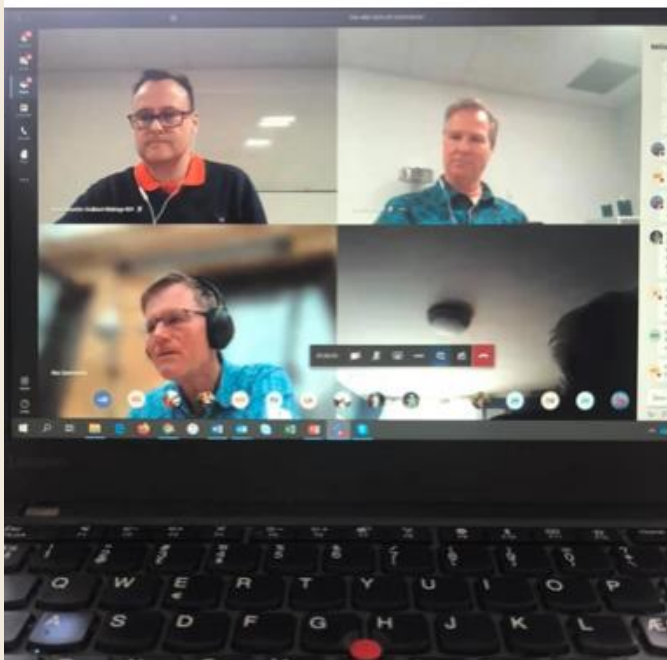
Visuell berättare · 25 april · 🌐



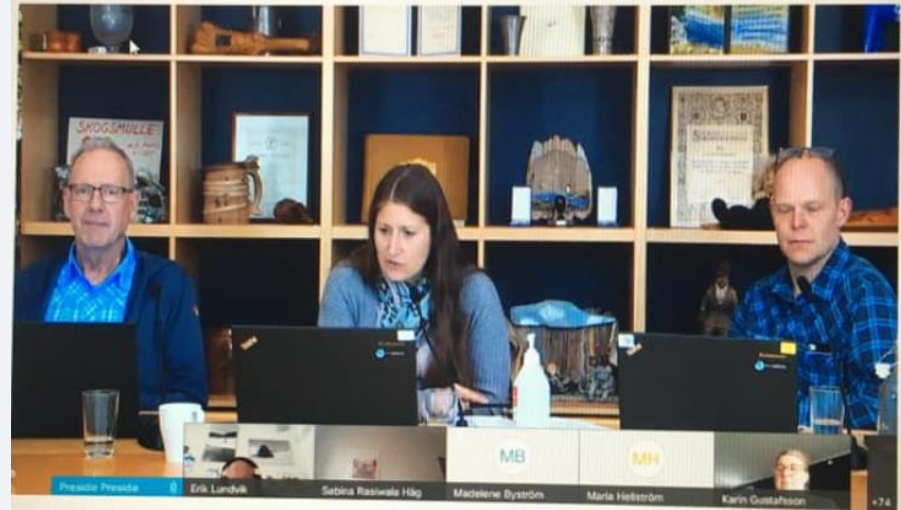
Alla regionsstämmor genomförda nu, digitalt! Det har fungerat väl över hela bredden, så vitt jag förstår av rapporteringen!

Härligt jobbat alla mötesordförande, regionstyrelser, ombud och anställda.

Friluftsförbundet står pall, föreningsdemokratin fungerar! ... Visa mer



RIKS ÅRSSTÄMMA MAJ 2020



Nuvarande talare: Sabina Rasiwala Hägglund, Riksorganisationen

Din mikrofon är nu AV

Begär ordet



ANSÖKNINGAR!



ETT ÄVENTYR EXTRA!



Hélène Lagerlöf, ledare mountainbike

–Jag vill köra några extra turer med tjejer där vi testar våra gränser på stigarna i skogen. Och sen när solen är för varm svänger vi förbi Lida Friluftsgård och tar ett dopp.



Babek Toloe, ledare vandring

–Jag kommer köra en extra vandring, med fokus på nybörjare och med temat bushcraft. Tänker en heldag i ett naturreservat nära, så att vi hinner med lite navigering, matlagning, eld, kniv, allemansrätten, och andra färdigheter för skönt liv i naturen.



Anna Vikholm, ledare Skogsmulle och skogens värld

–Nu när behovet av friluftsliv är så stort är jag extra taggad att skapa äventyr. Vill planera något kul tillsammans med de andra ledarna i lokalavdelningen, och då gärna med fokus på familjer med nyupptäckt intresse för friluftsliv.



Tobias Brander, ledare klättring

–På grund av corona har vi pausat klättringen med nybörjare, och fokuserar istället ännu mer på klättrare med tidigare erfarenhet samt att öka kompetensen hos våra hjälpledare och ledare. Detta så att vi kan inkludera ännu fler klättrare när restriktionerna lättas.



Christel Meijerhöffer, ledare kanadensare

–Det blir en extra fortbildning i sommar. Kommer bjuda in andra ledare att fräscha upp sina paddelkunskaper, så att vi kan använda kanadensare i fler äventyr.



Pierre Reldin, ledare Vildmarksäventyr

–Planerar en halvdag på temat "våga gå från skogs promenad till vandring och sova ute", med fokus på barnfamiljer. Tror många både vill och kan, om vi ger dem lite stöd på vägen.



Pontus Agerteg, fjälledare

–Fjällvandring är verkligen helt fantastiskt, men det kan också vara jobbigt och farligt. Kommer därför bjuda in till "Kom igång med fjällvandring – grundkurs för nybörjare". Det blir tre timmar, med en liten grupp, vid en eld i ett naturområde nära.



Ulrika Persson, ledare mountainbike

–Vi märker av något som sannolikt delvis är en coronaeffekt i vår nybyggda bana: ett mycket stort intresse. Jättekull! Så det blir en hel del extra äventyr i sommar för att stötta och inkludera alla taggade nybörjare.

VIKTIGA SAMTAL MED POLITIKER!



VIKTIGA SAMTAL MED POLITIKER!





MILJÖMÅLSPRISET
2020

UTHÅLLIGHET & LÅNGSIKTIGHET
TILLEDAS

Friluftsförbundet

Genom 100-årigt utvald arbete - med kraft och uthållighet - har denna organisation under lång tid stått ut till generationer av människor, och fört dem till ålån och värna vår natur. Med stort engagemang, och inspirerande pedagogik, har de bidragit till att många barn och vuxna kommer ut i naturen och får kunskap och insikter om hur viktig den är för oss alla.

BJÖRN RISVINGER, GENERALDIREKTÖR NATURVÄRDEVERKET



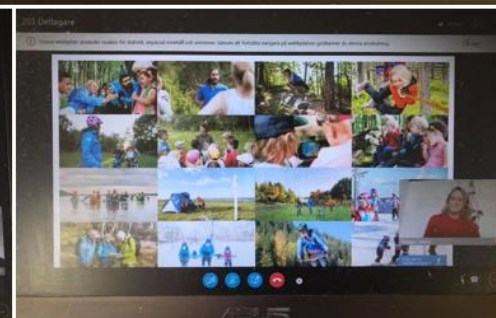
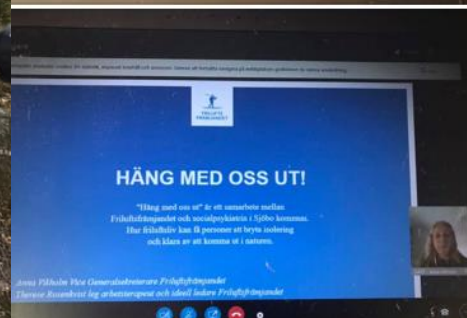
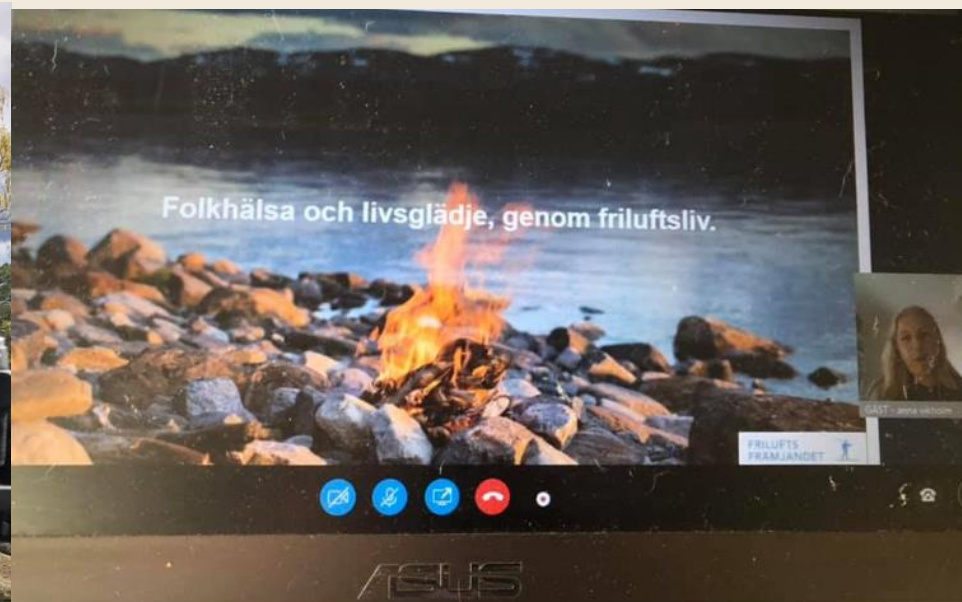


FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Bli medlem nu - få 4 månader på köpet

Vi skapar roliga, trygga och lärorika äventyr – över hela Sverige, året...

TANKESMEDJAN DÄR BARNKONVENTIONEN VAR MED OCH ÄVEN –HÄNG MED OSS UT OCH GRÖNA KILAR





BÄLLSTEN 2020

+ SKOGSMULLE i stor nysatsning // NYBÖRJARPADDLING på Stockholmsvatten
MED HÅNGMATTAN på vandring // ALDRIG FÖR GAMMAL för äventyr

FRILUFTSFRÄMJEANDETS
MÅGASIN #2/2020
MÅJUNI 2020
PRIS 79 KR

FRILUFTS LIV

46
TIPS TILL NY
FRILUFTS
Nyheter
Betty Hedman
Bosse Rose

Skogsmulle lever av trädet
och det finns för att det har
mer värde än det enda trädet
för Skogsmulle till en del
uppgifter också, för att trädet
har väg, och skugga.

Skogsmulle är redo att ta
med äro en generation
barn ut på äventyr.

Hej kullikok
nya
Skogsmulle!

#2-2020 vandring // paddling // sova ute // seniormulle
tips // tester // nyheter // forskning // prylar

FRILUFTSFRÄMJEANDET

Skogsmulle lever av trädet
och det finns för att det har
mer värde än det enda trädet
för Skogsmulle till en del
uppgifter också, för att trädet
har väg, och skugga.

Skogsmulle är redo att ta
med äro en generation
barn ut på äventyr.

Hej kullikok
nya
Skogsmulle!

BÄLLSTEN 2020

Nya Skogsmulle ...
- anses sammat och glöglig - har stora ögon som sticker fram brett, värme och frägnhet
- har proportioner som gör att man lättast av figurerna - har detaljer för prylar som inte spränger sig Skogsmulle
- biter sig i men glöglig och ser snö, bök och nyttan ut - ser över sig i en naturträn, svensk skogsmulle
- är en spring- och glöglig som följde en gång och ger en till skogsmulle

nyhet // NYA SKOGSMULLE

NYSATSNING på Skogsmulle

Skogsmulle har varit barnens vän i naturen sedan femtiotalet. Hans idéer är tidlösa men för att göra själva figuren relevant och intressant även för dagens, och framtidens, barn behövs han ett utseendemässigt ansiktsstyrt. Sagt och gjort. Här är han - nya Skogsmulle.

AV: Cajsa Rånner

I början av femtiotalet började den som då hette Skid- och friluftsförbundet, Skidklubben, utveckla en serie av kläder och tillbehör som skulle ge barn och ungdomar en känsla av äventyr. Men så drog några bildkonstnärer in över östra delarna av landet och man insåg att verktygen behövde utvecklas. Det skedde först med bara skidor. Gösta Prohm, som vid den tiden var så kallad friluftskonstnär på Priluftsförbundets kansli, tog efter påskfirandet från barnsättarna fram ett bild om en friluftskonstnär. Men konstnärernas synsätt var inte alla på plats. "Såna barn" fick han höra. "Du skall påkläddas skidkläder, inte en skid!" Men Gösta Prohm var inte en man som gav upp sina idéer. Han fortsatte att på alla friluftskonstnärerna och i slutet av 1950 tog han in de så kallade skidkonstnärerna till en utbildningskurs på Priluftsförbundets anläggning på Låsa, väster om Stockholm. Senast det året fick utlovet namnet Skogsmulle och grundsten till flera decenniers naturuppgående var lagt. Gösta Prohm hade redan från början idéer om att Skogsmulle skulle vara en del av den friluftskonstnärernas utveckling och de skulle utvecklas till en diskussion med sociala prylar. Direkt efter den tidiga skidkonstnären till Skogsmulle så länge friluftskonstnären kände sig trötta. Men skulle inte

nya barn att trötta, förtäring, östasiatisk, konstnär barnen till nöja, glöglig, Gösta Prohm. Både som en del över friluftskonstnären, men förtäring. Sedan början av 70-talet fick Skogsmulle där för att längre kallat för ett trött, allt för att bli sociala prylar och de pedagogiska utmaningarna. Men Prohm var inte med redan 1957, men barn har också varit med att utvärdera flera decennier vara en stor del av Skogsmulle utveckling. Gösta Prohm och Gösta Prohm och efter han död som omfattande i Skogsmullekonstnären, som har som uppdrag att ta tillvara Gösta Prohm konstnären. Han beskriver Skogsmulle konstnären som nyfiken, modig och förmodat. "Vi brukade skratta, både barn och vuxna. Med Skogsmulle kan man trötta på en och upprättade i naturen. Han kan inte alla, men förtäring och utveckling utmaningarna med barnen, och oss vuxna.

Det förändringstusende Skogsmulle har inte på alla sätt genom åren, men barn gör både. Barn har inte så många idéer och friluftskonstnären på nästan har alltid varit med. Priluftsförbundet har sedan en del av skogsmullekonstnären att ge Skogsmulle ett ansiktsstyrt och göra både

»De värden Skogsmulle står för är tidlösa. Men hur man ser ut och hur man pratar är inte lika tidlösa. Skogsmulle behövde helt enkelt vännas in i 2020 med ett lite nytt utseende och ett lite nytt språk.»

FRILUFTSFRÄMJEANDET #2/2020 43



Friluftsförbundet.

Här är Skogsmulles nya stil

Den för många folkära figuren Skogsmulle får nytt utseende. Det har inte heller getts ut några nya berättelser om den naturälskande miljökämpen på 20 år, men nu är det dags igen.

Det är Friluftsförbundet som ger nytt liv åt Skogsmulle, med ett förnyat utseende och nya sagor, i samarbete med förlaget Egmont.

– Skogsmulle är 63 år gammal och idéerna kring natur, djur och miljö är lika aktuella i dag som de

var då, säger Cajsa Rännar, talesperson för Friluftsförbundet.

För att Skogsmulle ska fortsätta vara relevant för barn har han fått nya kläder och uppfryschat uttrycksätt.

Förutom ett nytt utseende och en ny stil kommer sagoboken "Skogsmulle och den röda fjädern" att ges ut i höst.

Sagofiguren skapades 1957 av Gösta Frohm för Friluftsförbundet. Han är organisationens symbol för hänsyn och respekt i naturen.rr



Illustration: Lars Ballsten/Egmont







Urvalsbild. Får ej användas eller publiceras



Urvalsbild. Får ej användas eller publiceras



Urvalsbild. Får ej användas eller publiceras



Urvalsbild. Får ej användas eller publiceras



Urvalsbild. Får ej användas eller publiceras



Urvalsbild. Får ej användas eller publiceras



Urvalsbild. Får ej användas eller publiceras



Urvalsbild. Får ej användas eller publiceras



Urvalsbild. Får ej användas eller publiceras



Urvalsbild. Får ej användas eller publiceras

VI HAR FÅTT ÖVER 20 DEBATTARTIKLAR PUBLICERADE I PRESS! ARTIKELN HANDLADE OM ATT NJUTA AV NATUREN MEN TA ANSVAR.

Kanske har friluftsliv aldrig varit viktigare än just nu. För när covid-19-krisen drabbade vårt samhälle och allt förändrades fanns naturen i Dalarna där och erbjöd ett tryggt livsrum för stillsamma stunder, förande möten, för motion och för lek.

Resningen i friluftslivet kommer med ett ansvar. Och ansvaret innebär allemansrätten. Ansvar för natur och djur, och hänsyn mot andra besökare. Ett konkret exempel är att inte röka. För de allra flesta av oss är det sunt förnuft att ta hänsyn till naturen – och för resterande är lagen och allemansrätten tydlig.

Men tag sedan ni sneglade på innehållet i allemansrätten så kan det vara tillfälle. Var och när är det ok att göra upp eld? Är det ok att cykla på stigar? Var får man tälta? Plocka bär? För det är viktigt att utifrån respekten för dessa rättigheter som vi kan fortsätta att njuta



SKOGSHJÄLTARUTBILDNING!



FILM TILL SKOGSMULLE I FÖRSKOLAN OCH SKOGSMULLE OCH SKOGENS VÄRLD



SPAR-FUNKTION

PERSONNUMMER

ååmmdd-xxxx

HÄMTA PERSONUPPGIFTER



PRESS!

63-åriga Skogsmulle får ny stil

Den för många folkära figuren Skogsmulle ska få nytt utseende. Det har inte heller getts ut några nya berättelser om den naturräskande mjölkämpen på 20 år, men nu är det dags igen.

Carin Fock / TT
Publicerad 09:15



Skogsmulle har fått en ny uppdaterad stil. Foto: Illustration Lars Bäistens, förlaget Egmont

Det är Friluftsrådet som gett nytt liv åt Skogsmulle, med en förnyad utseende och nya sagor. **Samarbete med förlaget Egmont**

– Skogsmulle är 63 år gamla i dag som de va tidlösa, säger Cajsa Räm.

– Vi har faktiskt tagt hjil bosom direkt med den i Förutom ett nytt utseende och den röda fjädern i – Det är nya böcker med Skogsmulles gamla berättelser som det är en helt ny gen Cajsa Räm.

Men Skogsmulle är lång frun genom decennierna utflykter som lets av en information om Skogsmulle.

Fakta: Skogsmulle Skogsmulle är en sag Friluftsrådet. H närhet med en lin Skogsmulle är Prins naturen. Han är barn och berättas om natu Friluftsrådet är medlemmar Sveriges finns också i 500 förc förskolan och Skolsk

Hederspris till projekt mot psykisk ohälsa



Therese Rosenkvist som arbetar med personer med psykisk ohälsa i Skögen. Bild: Maja Bengtsson

KOMMUNAL HÄLSA 2020-04-01 08:37
Naturupplevelser "all inclusive" ökar välmåendet

Enligt en rapport från den svenska Naturalliansen har naturupplevelser blivit viktigare för välmåendet. Detta beror på att naturen har en positiv inverkan på människors hälsa och välbefinnande. Studien visar att personer som spenderar tid i naturen upplever mindre stress och bättre psykisk hälsa. Detta gäller både vuxna och barn. Naturen erbjuder en unik miljö för återhämtning och stressreducering. Detta är särskilt viktigt i dessa tider av pandemi och stress. Naturupplevelser kan vara en effektiv metod för att förbättra välmåendet och hälsa. Detta gäller för alla, oavsett ålder eller bakgrund. Naturen är en tillgänglig resurs för alla. Detta gör att naturen är en viktig del av vår vardag. Vi bör ta tillvara på naturen och använda den för att förbättra vårt välmående. Detta är en viktig uppgift för oss alla. Vi bör vara medvetna om naturens betydelse för vår hälsa och välbefinnande. Detta är en viktig del av vår livsstil. Vi bör ta tillvara på naturen och använda den för att förbättra vårt välmående. Detta är en viktig uppgift för oss alla.

Naturen lockar allt fler när viruset gör vardagen trång



Skogsmulle och Lasse Rämner berättar om varför de gillar naturen. Foto: Maja Bengtsson

Mulleledaren: Lek med barnen i skogen

Skogen – en tillflyktsort för många i virusstider
UPPTÄCKT 21 APRIL 2020 PUBLICERAD 5 APRIL 2020
Intresset för naturen har ökat som en följd av coronautbrottet. Allt fler lockas till naturen vilket märks av i Södertälje. Skogsmulle är ett initiativ för barn där de får undersöka och uppleva naturen. Senaste veckorna har intresset varit enormt enligt Friluftsrådet. När mycket annat är stängt söker sig många till skogen.

2-meters-regeln



2-meters-regeln. Du står två meter från andra personer. Foto: Svt

AFTONBLADET

Coronautmaningen: Aktivera dig i naturen
Här är några tips för hur du kan aktivera dig i naturen. Detta är viktigt för att förbättra ditt välmående och hälsa. Naturen erbjuder en unik miljö för återhämtning och stressreducering. Detta är särskilt viktigt i dessa tider av pandemi och stress. Naturupplevelser kan vara en effektiv metod för att förbättra välmåendet och hälsa. Detta gäller för alla, oavsett ålder eller bakgrund. Naturen är en tillgänglig resurs för alla. Detta gör att naturen är en viktig del av vår vardag. Vi bör ta tillvara på naturen och använda den för att förbättra vårt välmående. Detta är en viktig uppgift för oss alla.

SAKER VI LÄRT OSS DEN HÄR VECKAN

Kaos föder kreativitet. Foodtruck-fenomenet uppstod i kölvattnet efter 00-talets finanskris och kanske får vi se något liknande efter coronan. Under tiden hittar vi tillbaka till barnomens Skogsmulle.



Skogsmulles comeback. Bild: Svt

Friluftsrådet efter coronastängningarna - naturen håller öppet
Friluftsrådet har utvecklat nya aktiviteter för barn i naturen. Detta är viktigt för att förbättra barnens välmående och hälsa. Naturen erbjuder en unik miljö för återhämtning och stressreducering. Detta är särskilt viktigt i dessa tider av pandemi och stress. Naturupplevelser kan vara en effektiv metod för att förbättra välmåendet och hälsa. Detta gäller för alla, oavsett ålder eller bakgrund. Naturen är en tillgänglig resurs för alla. Detta gör att naturen är en viktig del av vår vardag. Vi bör ta tillvara på naturen och använda den för att förbättra vårt välmående. Detta är en viktig uppgift för oss alla.

Naturen lockar allt fler när viruset gör vardagen trång

Skogsmulle är ett initiativ för barn där de får undersöka och uppleva naturen. Senaste veckorna har intresset varit enormt enligt Friluftsrådet. När mycket annat är stängt söker sig många till skogen.



Stort intresse för friluftsliv i coronatider. Bild: Svt

Skogsmulles utmaningar ska locka unga till skogs
Skogsmulle erbjuder olika utmaningar för barn i naturen. Detta är viktigt för att förbättra barnens välmående och hälsa. Naturen erbjuder en unik miljö för återhämtning och stressreducering. Detta är särskilt viktigt i dessa tider av pandemi och stress. Naturupplevelser kan vara en effektiv metod för att förbättra välmåendet och hälsa. Detta gäller för alla, oavsett ålder eller bakgrund. Naturen är en tillgänglig resurs för alla. Detta gör att naturen är en viktig del av vår vardag. Vi bör ta tillvara på naturen och använda den för att förbättra vårt välmående. Detta är en viktig uppgift för oss alla.

Friluftsrådet satsar på digital tipspromenad under corona

När coronaviruset hinders folk från närområdet och riskgrupper ska isoleras, klaras det ut nya vägar för aktivitet. I Strandbaden har den populära tipspromenaden blivit digital.



at intresse friluftsliv coronas spår. Bild: Svt

at intresse friluftsliv coronas spår
När coronaviruset hinders folk från närområdet och riskgrupper ska isoleras, klaras det ut nya vägar för aktivitet. I Strandbaden har den populära tipspromenaden blivit digital.



at intresse friluftsliv coronas spår

När coronaviruset hinders folk från närområdet och riskgrupper ska isoleras, klaras det ut nya vägar för aktivitet. I Strandbaden har den populära tipspromenaden blivit digital.



at intresse friluftsliv coronas spår. Bild: Svt

at intresse friluftsliv coronas spår
När coronaviruset hinders folk från närområdet och riskgrupper ska isoleras, klaras det ut nya vägar för aktivitet. I Strandbaden har den populära tipspromenaden blivit digital.

LOKAL PRESS!

Bäversafari i vikingars farled

Glöm safaris till fjärran länder, det räcker med att sticka ut med kanoten i Åkers kanal. Bävern har gått från att vara utrotad till att vara en vanlig syn i våra vattendrag. Vi paddlar med Friluftsrämjandet på bäversafari i Långhundaleden.

text: Gunnika Isaksson-Lutteman foto: Sara Wennerqvist/Gunnika Isaksson-Lutteman



Friluftsrämjandet Lidingö
9 juni · 🌐

I morse ca 7.45 intervjuades vår ordförande, **Patrik Blomquist**, av Lasse Persson från **P4 Stockholm Sveriges Radio**, med anledning av vår Everestutmaning. Även Adam Bergsveen, kommunikationschef, från **Friluftsrämjandet** var där och pratade fjällsäkerhet.

På toppen noterades att den yngsta som hittills skrivit in sig i toppboken är en flicka som vars namn börjar på V och är 5 år gammal. Imponerande!

<https://sverigesradio.se/sida/avsnitt/1511064?programid=739>



Friluftsrämjandet i Södertälje

2 november kl. 20:50 · 🌐

BBC har gjort en liten film om svenskt friluftsliv. Kim från Södertälje är med och pratar om Friluftsrämjandet 🤗🤗

<https://www.bbc.com/.../20201030-the-scandinavian-way-to...>



LOKAL PRESS!

Skogsäventyret är på radio! 2:17 berättar **Hedvig** och **Miranda** om Skogsäventyret och 3:44 blir barnen Gabriel, Rut och Elin intervjuade om vad de får göra i skogen. 🌲



SVERIGESRADIO.SE
Med Anneli och Siri - Morgon i P4 Södertälje
Nyheter, trafik och människor direkt från Södertälje varje vardagsm...



Årets eldsjäl Västerås



SYDSVENSKAN.SE

Skånska naturjättar går samman för att rädda Naturum
Skriver gemensamt protestbrev till Vellinges kommunledning.

En kajaktur med Friluftsförbundet

Följ med på en kajaktur med Friluftsförbundet i vår fantastiska skärgård.

ÖCKERÖ KOMMUN På senare år har inte minst kajakverksamheten blivit en stor "grej" hos Friluftsförbundets lokalavdelning i Öckerö kommun. Främjandet förfogar över ett antal kajaker, stationerade i Hönö Kläva. Härifrån anordnas kvällspaddling på torsdagar vår och höst. Säsongen för dessa är mellan april till oktober, då även grundkurser i hur man paddlar arrangeras. De

här kajakutflykterna har blivit populära och blir fullbokade snabbt, inte minst kommer många från Göteborg hit ut för att vara med.

Lars Walker är grenledare för kajakturen och tillika ordförande samt medlemsansvarig i Friluftsförbundet Öckerö.

– Väder och vind bestämmer vart vi styr färden. Vi går ut vid 18-tiden och är hemma cirka 21:00. Och naturligtvis hinner vi med det viktiga fikastoppet på vägen. Vi brukar ibland skämtsamt kallas "Fikafrämjandet", för det viktigaste är att ha roligt ihop.



Sista etappen på vägen mot den hägrande fikastunden.

– Dessutom kör vi maredspaddlingar när kvällarna blir mörka och de senaste gångerna

Friluftsförbundets lokalavdelning i Öckerö kan ses på en drygt fyra decennier gammal sammankomst i kommunen. Ledade fem pionjärsammankomst i Öckerö kommun. Margaretha Olausson, trud Hansson hette den igång. Från början tillhörde Öckerö kommunens lokalavdelning 7 blev de en egen. Vi har den lokala avdelningen olika verksamheter som Knopp.



Här är resultatet från SVTs besök i Friluftsförbundet Björnlundastas utekontor!



SVT.SE

Sköter hemmajobbet från en stubbe i skogen: "Får andra sinnesintryck"



Friluftsförbundet Region Syd

27 oktober · 🌐



Stort Grattis Therese Rosenkvist, arbetsterapeut och ideell ledare i Friluftsförbundet har utsetts till Årets Arbetsterapeut av Sveriges Arbetsterapeuter. Hon startade ett samarbete mellan Friluftsförbundet och socialpsykiatri som anordnar enkla friluftaktiviteter för personer med psykisk ohälsa - en metod som nu sprids över landet.



SvD JUNIOR

Hela Sveriges nyhetstidning för barn och unga



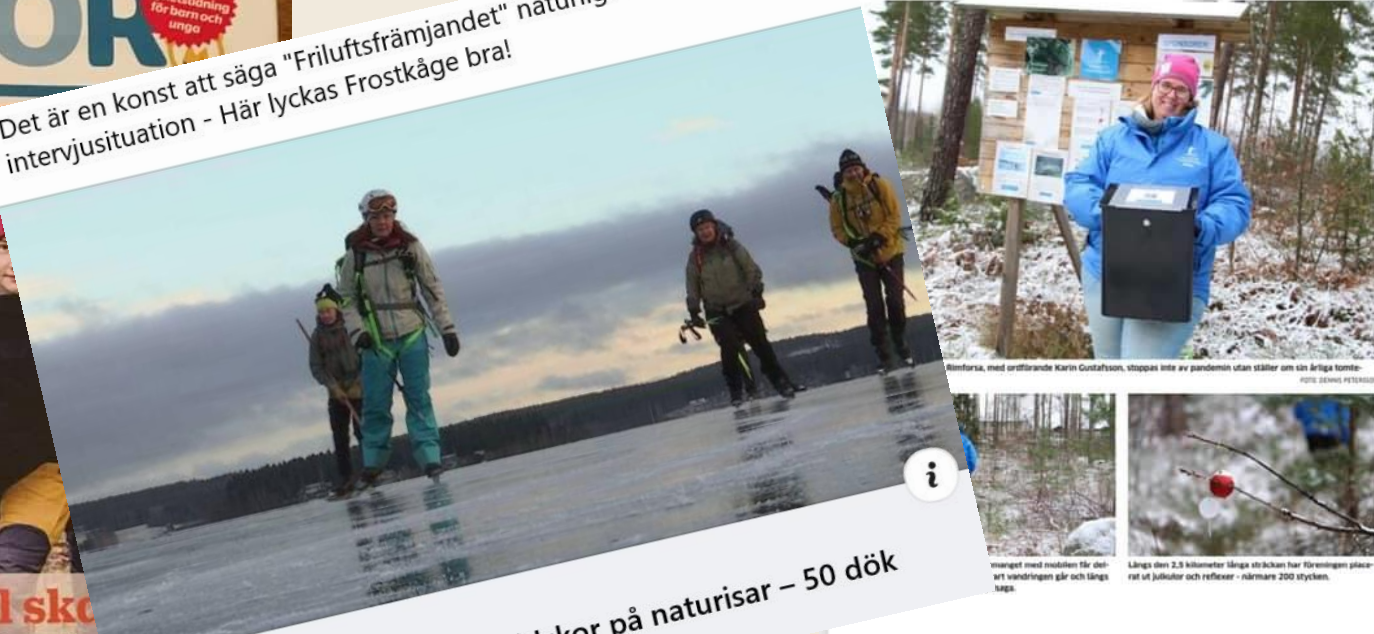
Mobil sk

Koordinater. En app eller g som behövs när man letar g. Vi följde med Friluftsförbundet testade geocaching.

Det är en konst att säga "Friluftsförbundet" naturligt i en intervjusituation - Här lyckas Frostkåge bra!

SVT.SE

Stort intresse för att åka skridskor på naturisar – 50 dök upp för tur i Kåge



i

Rimforsa, med ordförande Karin Gustafsson, stoppa in på pandemin utan ställer om sin årliga tomteparade...

Längs den 2,5 kilometer långa strökan har föreningen placerat ut julbollar och reflexer - närmare 200 stycken.

Föreningen ordnar en digital tomtevandring

RIMFORSA

En digital hälsning och så en brevlåda för alla önskelister. Jultomten närvarar, om än på ett annorlunda sätt, när Friluftsförbundet i Rimforsa ställer om sin årliga tomtevandring.

Som mest har föreningen, under de senaste sex åren, lockat ut uppemot 300 personer i naturen under lördagen den andra advent. En julsaga brukar hängas upp i skogen och längs en sträcka, som markeras ut med levande ljus, väntar en rad överraskningar i skogen för man till och med träffa jultomten som tar emot barnens julklappönskaningar. Coronapandemin gör, som för så mycket annat, att en sådant upplägg inte är aktuellt i år. - Det är åtta personer i varje sällskap som gäller och gott just det.

Begränsningarna är att det inte är handklappspassat eller barnvagnsvänligt och att alla inte har en mobiltelefon, men det här var det enda sättet som vi kunde lösa det på. Är det en ekonomisk satsning för er? - Omkostnaderna är inte stora men det tar rätt mycket tid att fixa med allting. Vi är en helt ideell förening och det kostar ingenting att gå vandringer. Vi är stälklyrt tackvarma för frivilliga bidrag men det är inget som vi förväntar oss. Vad ska deltagarna tänka på vid ett coronaperspektiv? - Att vara mas åtta personer i varje sällskap och att man håller vederligt med avstånd till de andra grupperna. **Dennis Petersson** Dennis.Petersson@rimforsa.se

Argentina sörjer fotbollslegenden Maradona
SIDAN 9

Barnen släkte brand i sitt hus
SIDAN 4

Forskarnas viktiga experiment - att köra över enskalbagge
DJUR SIDAN 18

"Alexandra" i spelet var en man som ville lura flickor
SIDAN 10

SAMARBETE MELLAN FF OCH IUS ANG KOMMUNIKATIONSUTVECKLING



VI UTVECKLADE WEBSHOPEN!



Backpack Wool Tee

470 SEK

KÖP...



Backpack Wool W Tee

470 SEK

KÖP...



Breheimen 3L Jkt

2 400 SEK

KÖP...



SEK

FRILUFTS FRÄMJAÑDET

9 Varukorg

Kläder & Utrustning • Skolor & Föreläsningar • Barn & Ungdom

Välkommen till vår ledarshop och materialförsörjning.

Här hittar du ledarkläder, övernattning och mycket mer.

Säsongens kollektion från Bergans
Vårna är framförelsen

Skogsmulle
Här samlas du på väg in

Blå ledare
Möt våra hjältar

Skogsmulle
Här samlas du på väg in

I Ur och
Skogen

Några av våra ledarjackor

Slingby 3L jkt 3 160 SEK	Slingby 3L W jkt 3 160 SEK	Letto jkt 1 620 SEK	Letto Lady jkt 1 620 SEK

Baskläder för ledare

Kläder som trycks på beställning.

De senaste produkterna

--	--	--	--

VI UTVECKLAR WEBBEN!

Covid-19 påverkar Friluftsrämjandets verksamhet. Läs mer här. (Uppdaterad 2020-05-27)



FRILUFTS
FRÄMJANDET

SÖK

HÄR FINNS VI

MINA SIDOR



LÅT ÄVENTYRET BÖRJA

ENGAGERA DIG

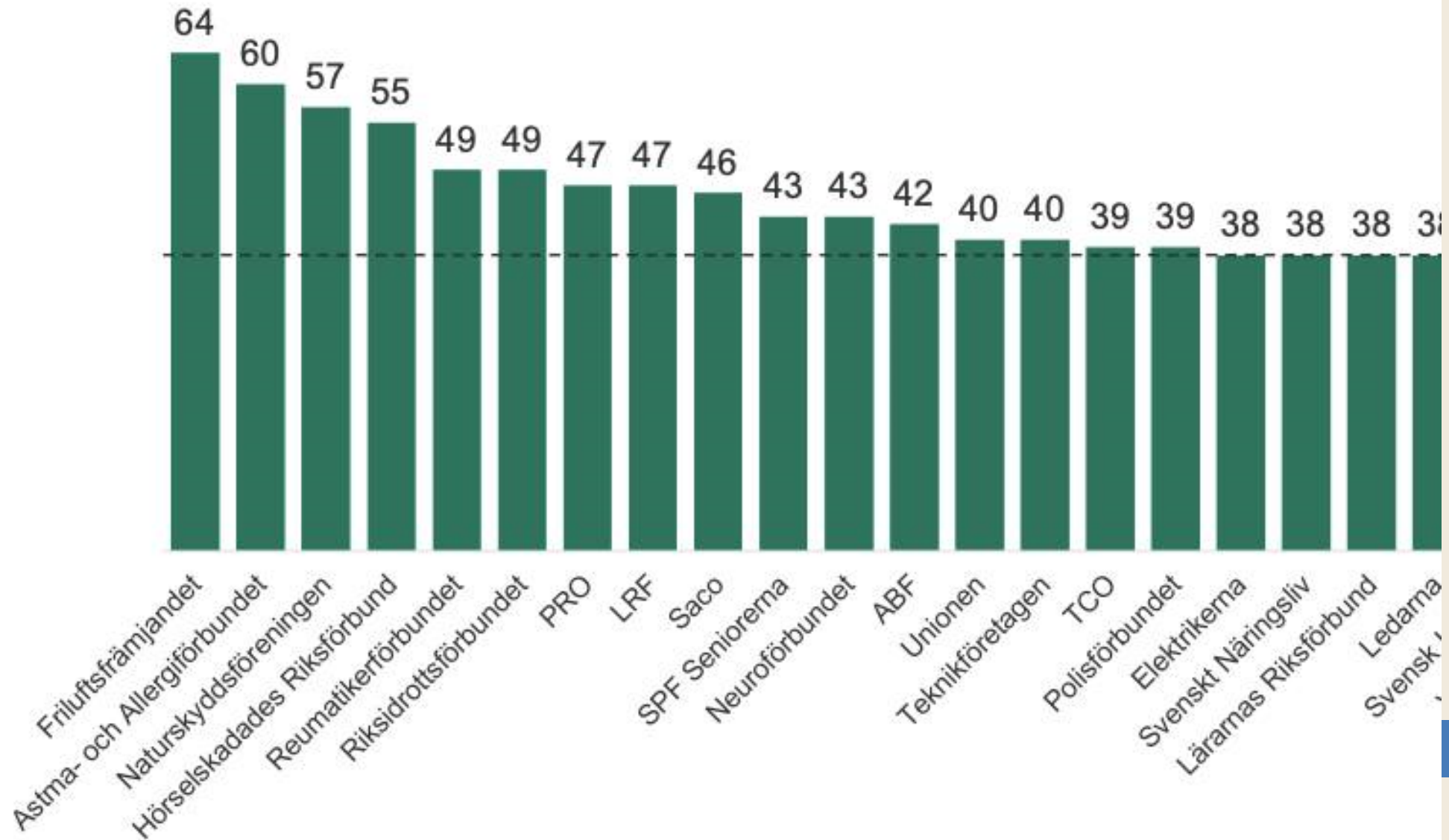
DETTA GÖR VI

Hjälp

FRILUFTS
FRÄMJANDET



Anseendeindex organisationer 2020





Mini-magasin om friluftsliv och allemansrätten delas ut gratis hela sommaren

2020-06-22



NYA MÖTEN SEN MITTEN AV MARS- JUNI

- 54 check in och check ut med personalen
- 19 Ledningsgruppsmöten
- 7 Kvällsmöten med Regionsordförandena
- Extra teamsmöten, extra styrelsemöten, extra regionsutvecklingsmöten, och extra arbetsmiljömöten



GLAD SOMMAR





Friluftsförbundet i Södertälje

22 juni · 🌐



Hemester? Botanisera bland vandringsledarnas tips om vandrings- och utflyktsmål runt Södertälje-Nykvarn!

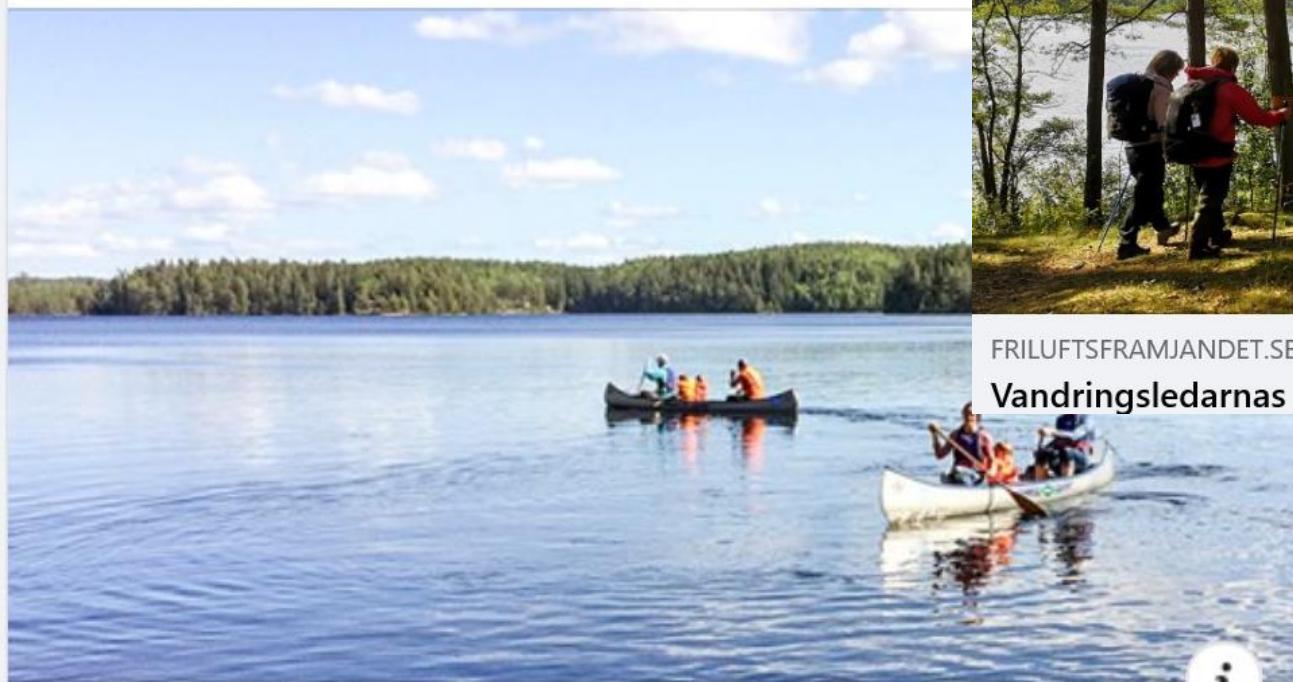


FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Vandringsledarnas pärlor

Heldag med sommarlovsaktiviteter vid Domarudden (F
- Tisdagen 14 juni kl.10-19. 150kr/per. TIPSA och DELA

<https://www.friluftsforamjandet.se/.../hemester-i.../>



FRILUFTSFRAMJANDET.SE

**HEMESTER i Österåker: Sommarhäng med paddling m.m.
för hela familjen - 14 juli kl.10--19**

FRILUFTS
FRAMJANDET





Cristina Waaranperä har delat en länk

Konversationsstartare · 15 maj kl. 23:07 · 🌐

Ett äventyr extra blev en helt ny gren extra för Sollefteå. Just nu bygger vi om för att ge tips på lokala utflykter. Det där lilla extra som finns runt hörnet.

<https://www.friluftsframjandet.se/regioner/norr/lokalavdelningar/solleftea/vandringar/Multraberget/>



Lidingö Freeskiers



FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Sommarläger i naturen för familjer, Knivsta

Välkommen att delta i ett litet familjärt läger som ger alla möjlighet ...

FRILUFTS
FRAMJANDET





Friluftsförbundet i Södertälje

19 maj kl. 14:38 · 🌐

Under tre härliga sommarlovveckor erbjuder Friluftsförbundet Södertälje kommunens alla låg- och mellanstadiebarn en möjlighet att uppleva skogens underbara värld tillsammans med våra Unga Ledare. Vi kommer bl.a ägna oss åt lek, naturpyssel, allemansrätten, kluriga naturutmaningar och prova-på-vandring.

NYTT FÖR I ÅR

För att så många barn som möjligt skall få chansen att hänga med oss ut kommer vi under dessa tre sommarlovveckor köra Skogsäventyret som ett kortare äventyr m... [Visa mer](#)



Sommarlovsvandring för barn med föräldrar bosatta i Haninge! Finns det dinosaurier i skogen? Och vad döljer sig i den stora myrstacken? Vi upptäcker naturen i vackra Tyresta naturreservat!

<https://www.friluftsförbundet.se/.../sommarlov.../>



FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Sommarlov, spännande vandring i Tyresta

Sommarlov för barn i Haninge. Denna aktivitet är enbart för barn b...





Friluftsförbundet Norrköping

Ett extra äventyr för våra Uggleskogsknoppar idag.
[https://www.instagram.com/p/CB78J3xJNur/...](https://www.instagram.com/p/CB78J3xJNur/)



FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Everest på Lidingö

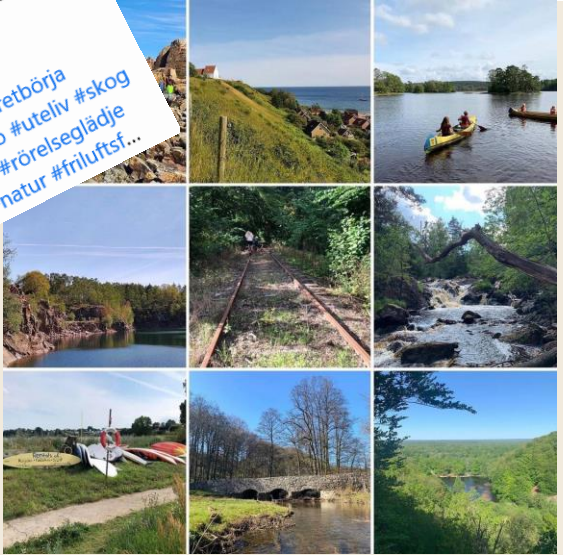
Upplev bergsbestigning på hemmaplan!



Friluftsförbundet Malmö
13 augusti

Alla sommarens utflyktstips hittar ni under hashtaggen #semestertipsfmalmo. Vi kommer under sensommaren/hösten fortsätta dela med oss av fler tips. Kanske har ni några tips att dela med er av?

#semestertips #semestertipsskane #friluftsliv #lataventyretborja #friluftsförbundet #ute #utomhus #äventyr #naturfoto #uteiv #skog #naturälskare #mittfriluftsliv #ideellaledare #utebarn #rörelseglädje #aktivaföräldrar #röppaer #foto #landskap #skane #natur #friluftsf...



Sommarläger Lund

HÖST?



FOKUS UTBILDNING, UTBILDNING, UTBILDNING!!!

14 nya ledare vandring region öst



17 nya ledare - Häng med oss ut i region syd



19 nya ledare till Skogsmulle i förskolan i region syd



10 nya Kanadensare ledare i region syd



FOKUS UTBILDNING, UTBILDNING, UTBILDNING!!!

22 nya ledare för Skogsmulle och skogens värld region syd



21 nya ledare för Vildmarksäventyr i region öst



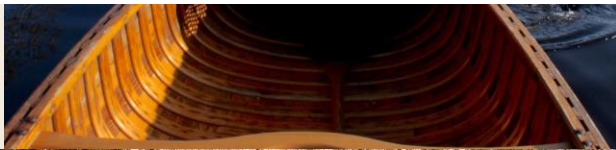
Region norr Skogsmulle 22-23 augusti i Boden.



FOKUS UTBILDNING, UTBILDNING, UTBILDNING!!!



18 nya kanadensarledare i region Öst



20 nya Kanadensarledare region Syd



18 nya Skogsmulle ledare i region Väst



23 nya MTB ledare region Mälardalen

FOKUS UTBILDNING, UTBILDNING, UTBILDNING!!!

20 nya Skogsmulle i Förskolan
ledare i region öst



11 nya naturparkourledare
region Mälardalen



12 MTB ledare i region väst

FOKUS UTBILDNING, UTBILDNING, UTBILDNING!!!

6 st Skogsmulle och
skogsvärd ledare i region öst



14 st vandringsledare i Region Väst



15 st vandringsledare i region Mälardalen

FRILUFTS
FRÄMJANDET



Skogsmulle och skogensvärld ledare i region Väst



På väg mot TVM region Syd



20 st Skogsmulle och skogensvärld ledare i region syd



12 st Långlandsvandring i region syd



Tre kursledare har utbildat 30st MTB ledare runt om i landet



FOKUS UTBILDNING, UTBILDNING, UTBILDNING!!!

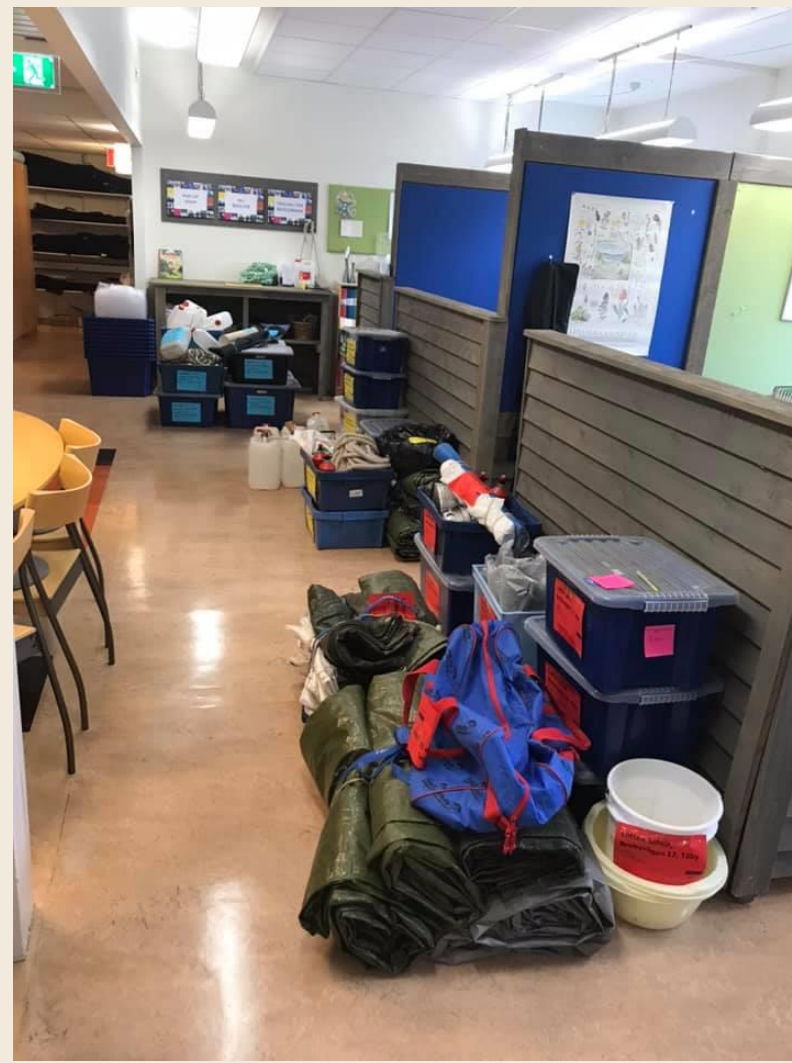
24 nya kursledare till våra regioner.



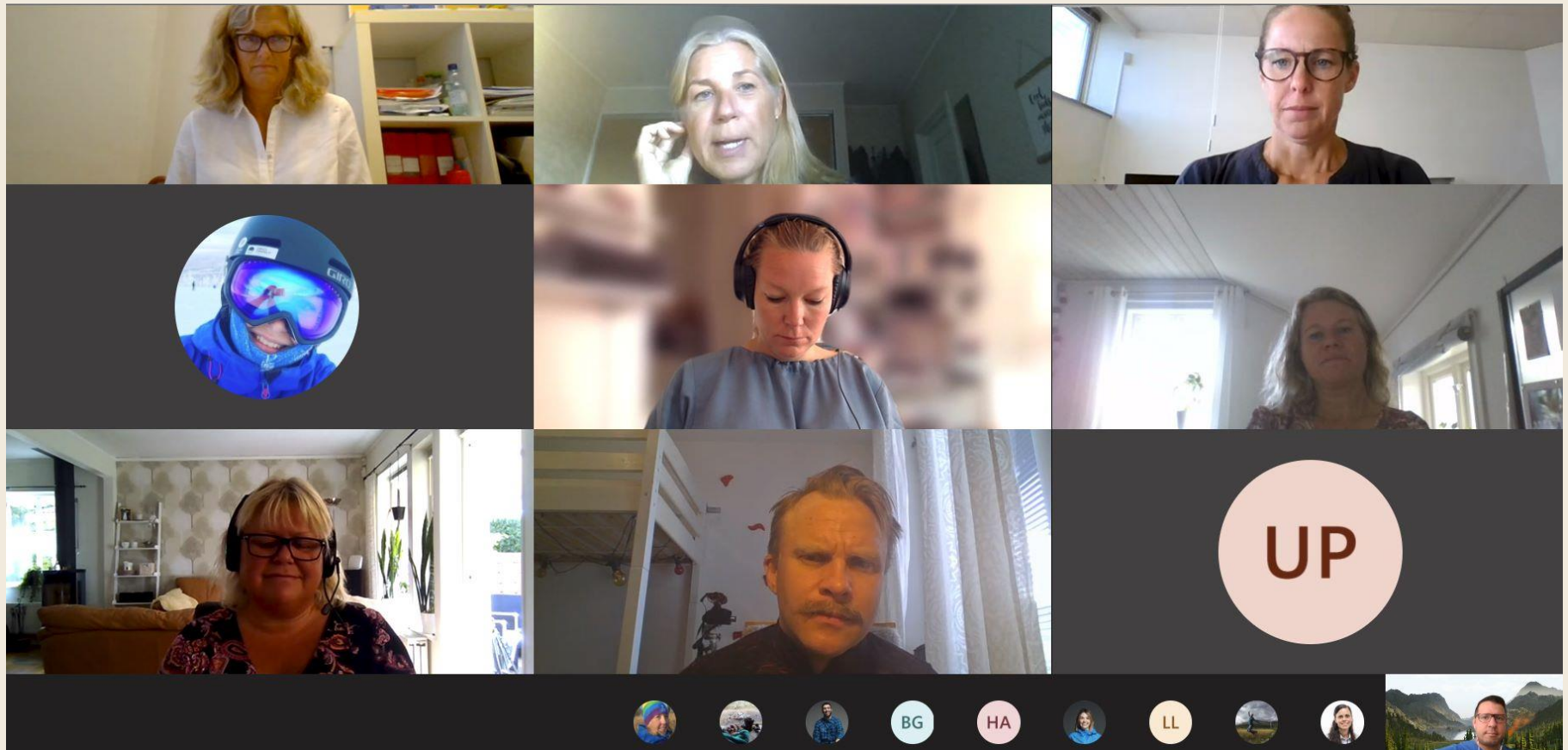
330 ST



FOKUS UTBILDNING, UTBILDNING, UTBILDNING!!!



REGIONSKONFERENS I TEAMS



FILM INSPELNING FRILUFTSTEKNIK



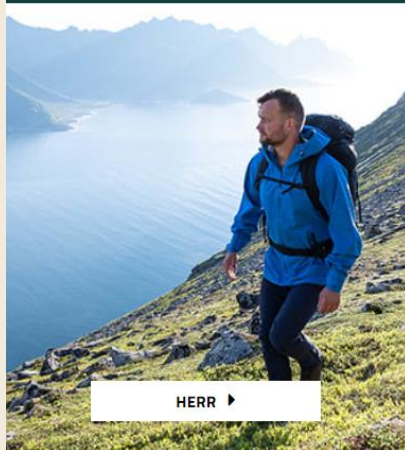
ELINOR NORDQUIST



BLÅ BUTIKEN OUTNORTH!

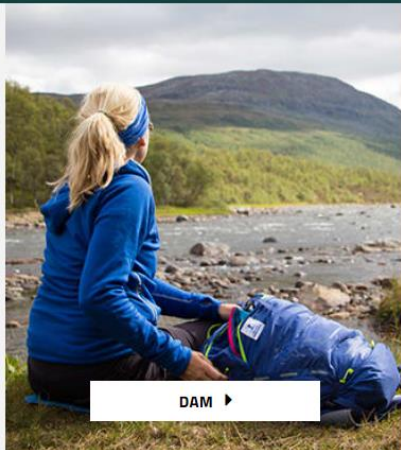
Dam Herr Barn Utrustning Aktiviteter Skidåkning Nyheter Outlet Julfest Varumärkeskampanj Hållbarhet

Hitta det du behöver till dina dagar utomhus i vår **Julfest!** [Handla här](#)



Bergans
OF NORWAY

UTRUSTNING ▶




FRILUFTS
FRÄMJANDET



Bergans och Friluftsförbundet - Friluftsförbundet är, med sina 100 000 medlemmar, Sveriges största organisation som arbetar för att få fler människor ut i friluftslivet. Bergans stöttat utvecklingen av svenskt friluftsliv sedan 2012 genom ett aktivt samarbete med Friluftsförbundet. Med över 125 års erfarenhet av uteliv i alla dess former är det säkert att Friluftsförbundet kan friluftsliv. De har valt att utrusta sina 6 000 ledare med kläder och utrustning från Bergans. Här hittar du de produkter som ledarna har valt ut genom utrustningsrådet.

[Hem](#) / [Bergans](#) / [Friluftsförbundets ledarkollektion](#)

FRILUFTS
FRÄMJANDET



FRILUFTSFRÄMJANDET FICK ETT EXTRA STÖD AV POSTKODSLOTTERIET I HÖST



Lotteriet

Vinster

Vinnare

Välgörenhet

TV

Kundservice

Om oss



ORGANISATION

FRILUFTS
FRÄMJANDET



Friluftsförbundet

Friluftsförbundet arbetar för allas möjlighet till ett enkelt, tryggt, roligt och aktivt friluftsliv. Med kvalificerade ledare erbjuder de Sveriges bredaste utbud av friluftaktiviteter, för alla åldrar och alla årstider. Resultatet är en positiv påverkan på hälsa och miljö samt ökad livsglädje.



FRILUFTS
FRÄMJANDET



LOKALAVDELNINGARNA

Klätterkväll Österåker



Friluftsförbundet Pite Älvdal

27 augusti 2020 · 🌐



Som vi längtat. Nu börjar vi igen med barnverksamhet!

SKOGSKNYTTE 3-4 ÅR - Öppet för anmälan NU!



Tillsa... [Visa mer](#)

Vandring Haninge



Fjällvandring Padjelanta Hudding

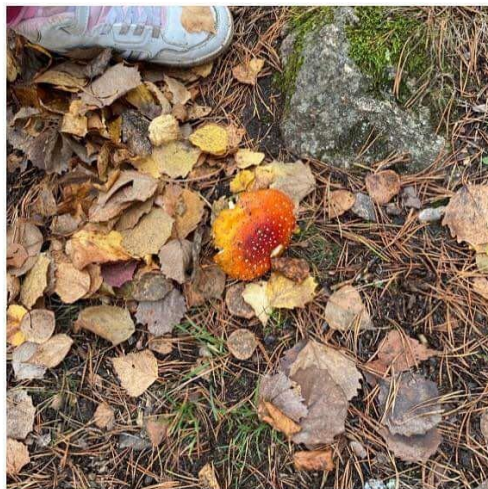


LOKALAVDELNINGARNA

Skogsmulle i Österåker



Vandring Lidingö



Stavvandring Huddinge



LOKALAVDELNINGARNA



Vandring Piteå/Älvdal



Friluftsförbundet Rättvik

21 september 2020 · 🌐

Välkomna på en guddad vandring vid Halgonbergets fäbörstningar.

Aktiviteten passar alla: gammalt som ung - ensam som småbarnsfamilj!



Friluftsförbundet Täby-Vallentuna-Vaxholm

15 september 2020 · 🌐

29 augusti vandrade vi längs med Stockholms norra befästningslinje, ett kulturarv från tiden runt första världskriget. Idag finns lämningarna både i skog och i bebyggda områden, så vi hade en varierad tur på såväl stigar som vägar och i stiglös terräng. Gunilla Hamelius, Anna Larsson, Per Dahlgren och Anita Herbert organiserade turen.





Andreas Karlsson ▶

Friluftsförbundet - Ledarforum

13 h · 

Hej

Hoppas allt är väl med er.

Vi börjar närma oss en ny regnb... [Visa mer](#)



 57

178 kommentarer



FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Vi försvarar medlemstalet

Öppet brev från Friluftsförbundet's generalsekreterare, Lars Lundstr...

FRILUFTS
FRÄMJANDET







DIGITAL UTBLICK

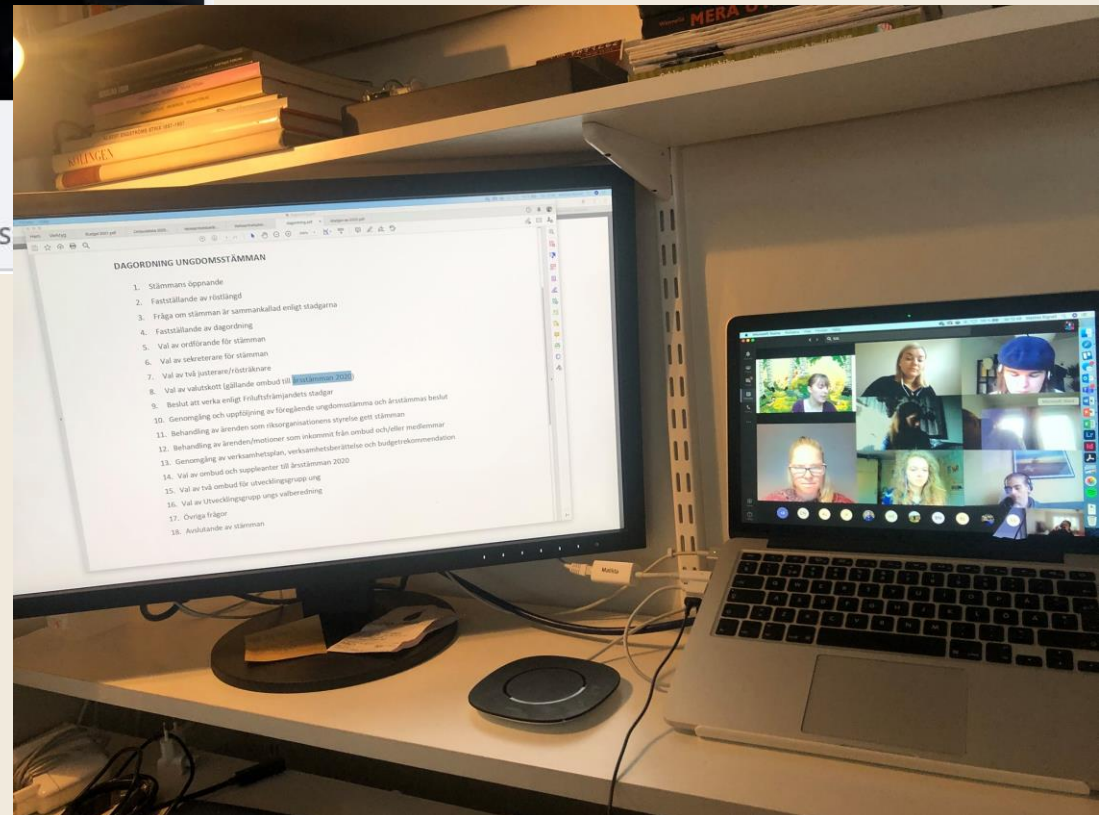




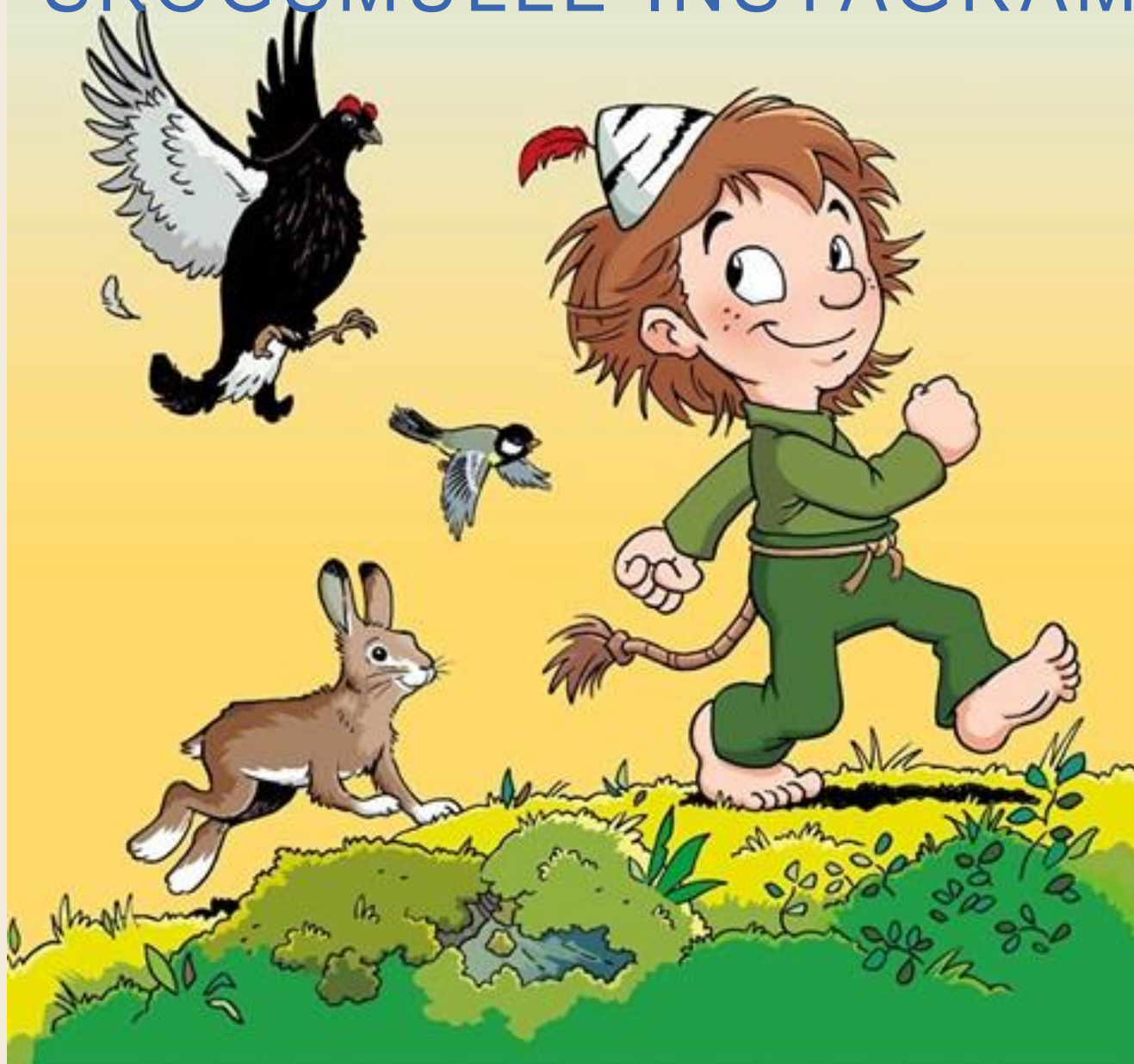
FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Välkommen på Ungdomsstämman 2020

Den 24 oktober äger årets roligaste stämma rum – ungdoms

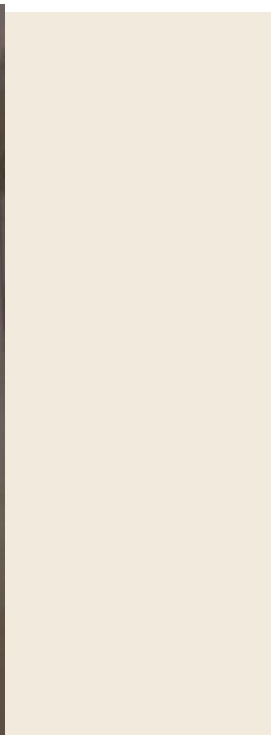


SKOGSMULLE INSTAGRAM



VI UTBILDADE 120 PEDAGOGER I VALLENTUNA





SKOGSMULLE OCH DEN LEDSNA FÅGELN



LOKALAVDELNINGARNA



Friluftsrådet Luleå

9 oktober 2020 · 🌐

Nyfiken på Snöberget? Vi vardagsvandrare går upp dit nu på onsdag, vill du och kan du får du gärna följa med



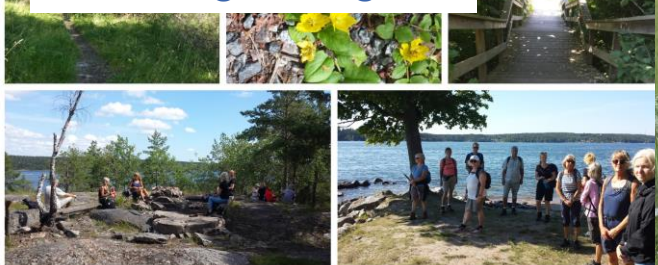
FRILUFTSRÅDET.SE

Vardagsvandring till Snöberget

Nu besöker vi Snöberget - ett kalottberg - toppen på berget har ald...



Vandring Lidingö



TVM Lund



Prova på skridskor Västerort



FRILUFTSRÅDET.SE

Prova på skridskor i Grimsta ishall

Vi öppnar is säsong och bjuder alla på gratis prova skridsko åkning i...

MTB Haninge



LOKALAVDELNINGARNA



LÖR 19 SEP

Dagtur till Skokloster

Uppsala, Uppsala län

Du gillar Friluftets Framjandet Uppsala

Intresserad



Friluftets Framjandet Luleå

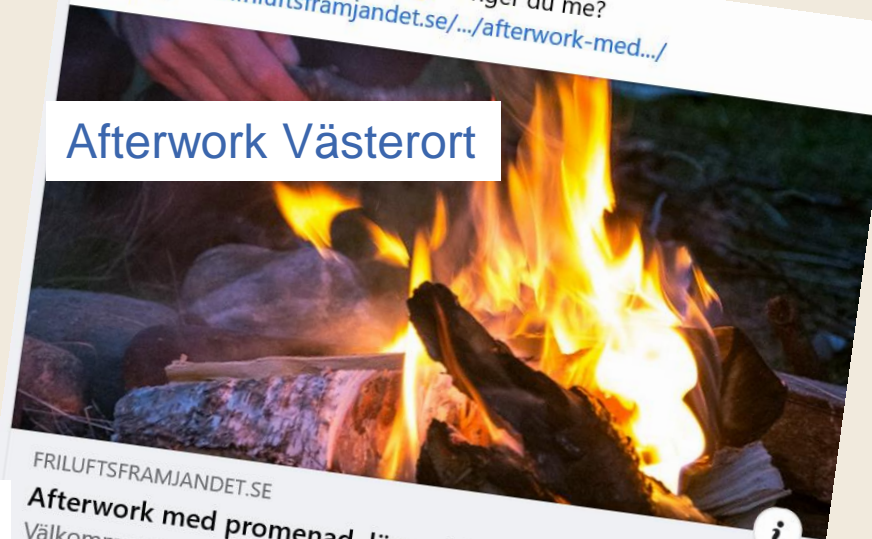
12 december 2020 · 🌐

Skridskotur sön 13/12, samling Kengsö hamn 09:30



Nu kör vi AW i naturen igen 😊 Hänger du me?
<https://www.friluftsframjandet.se/.../afterwork-med.../>

Afterwork Västerort



FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Afterwork med promenad, lägereld och fika/matsäck

Välkommen på höstens andra Afterworkvandring. Denna gång pro...



Må bra vandring i Huddinge



LOKALAVDELNINGARNA

MTB Österåker

Friluftsförbundet Malmö är här: Kirsebergs Ishall.
27 oktober kl. 07:02 · Malmö, Skåne län · 🌐

Igår var Friluftsförbundet Malmö med och arrangerade skridskolektioner för höstlovslediga barn. Ungefär 50 barn under fyra timmar mötte dess tre glada ledare och fick lära sig svänga, bromsa, åka och ha kul! Tack till @kulimalmo

#kulimalmö #skridsko #friluftsförbundetmalmo #lätäventyretbörjar #friluftsliv #kul #skoj #is #ishall #kirseberg #ledare #ideell

Friluftsförbundet Täby-Vallentuna-Vaxholm
27 juni 2020 · 🌐

Igår kväll avslutade vi vår Äventyrsvecka med aktivitet för småbarnsfamiljer och en avslutande picknick med bland annat utdelning av pris för veckans digitala tipspromenad, handvirkning och smarriga krabbelurer på stormköket.



Skogsmulle Sollentuna



Friluftsförbundet Järfälla
6 oktober kl. 13:10 · 🌐

Anmälan till skridskoskolan är nu öppen! 🏂 För barn, unga och vuxna. ❄️ För nybörjare och fortsättare. 🧑🏻‍🦺 De olika kurserna hittar du på vår hemsida:
<https://www.friluftsförbundet.se/.../lokalavde.../jarfalla/>





FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Veckans äventyr

2021 är Friluftslivets år. Det firar vi med att ge dig Veckans äventyr ...



SKOGSMULLE OCH SKOGENS VÄRLD

*Ledarhandledning för dig som är ledare inom
Skogsknopp, Skogsknytte, Skogsmulle och Familjemulle*

Uppdaterad handledning



**LEDARHANDLEDNING FÖR
SKRIDSKOSKOLA
TILL DIG SOM LEDARE INOM
SKRIDSKOVERKSAMHETEN**

Efter många vändor i olika konstellationer är
handledningen skickad på layout



Betala

Mottagare

FRILUFTSFRÄMJANDET
MEDLEMSKAP
FRILUFTSFRÄMJANDET

Belopp

170,00 kr

Betala

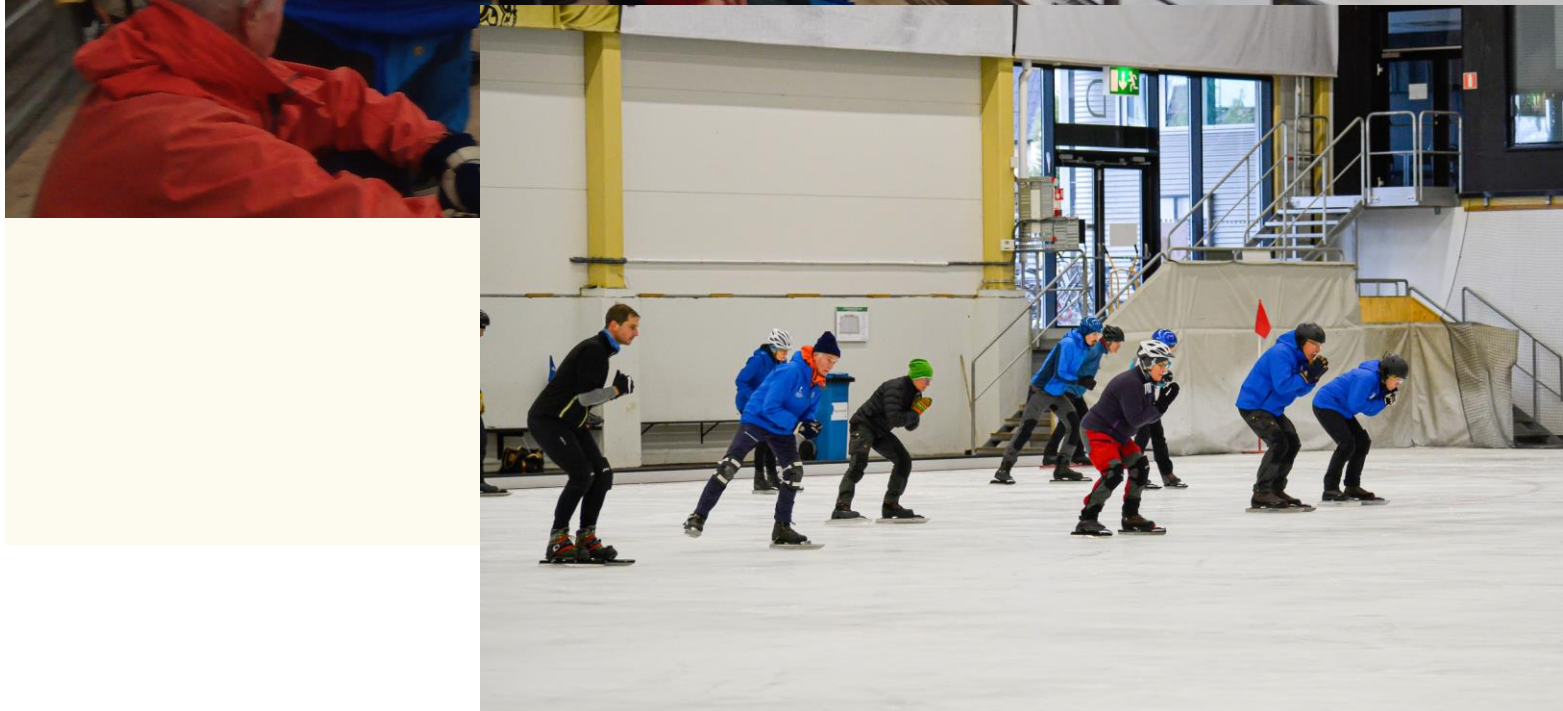


Avbryt

FRILUFTS
FRÄMJANDET



Långfärdsskridskoträff i Örebro med 40 personer från Lund till Luleå



REKRYTERING OCH FÖRNYELSEKAMPANJ

<u>November 19-20</u>				
Ålderskategori				
År	Barn	Ungdom	Vuxna	Total
2019	27762	8365	42602	78729
2020	30377	8696	45392	84465
Total	2615	331	2790	5736
%	9,42%	3,96%	6,55%	7,29%

LOKALAVDELNINGARNA



Friluftsförbundet Rättvik

12 september 2020 · 🌐

Höstens Mullegrupp är nu igång och Intresset för Mulle har inte svalnat och vi behöver alltid nya ledare. Är ni intresserade av att bli ledare kan ni alltid skicka en fråga här så tar vi det därifrån!



Friluftsförbundet Uddevalla

25 oktober 2020 · 🌐

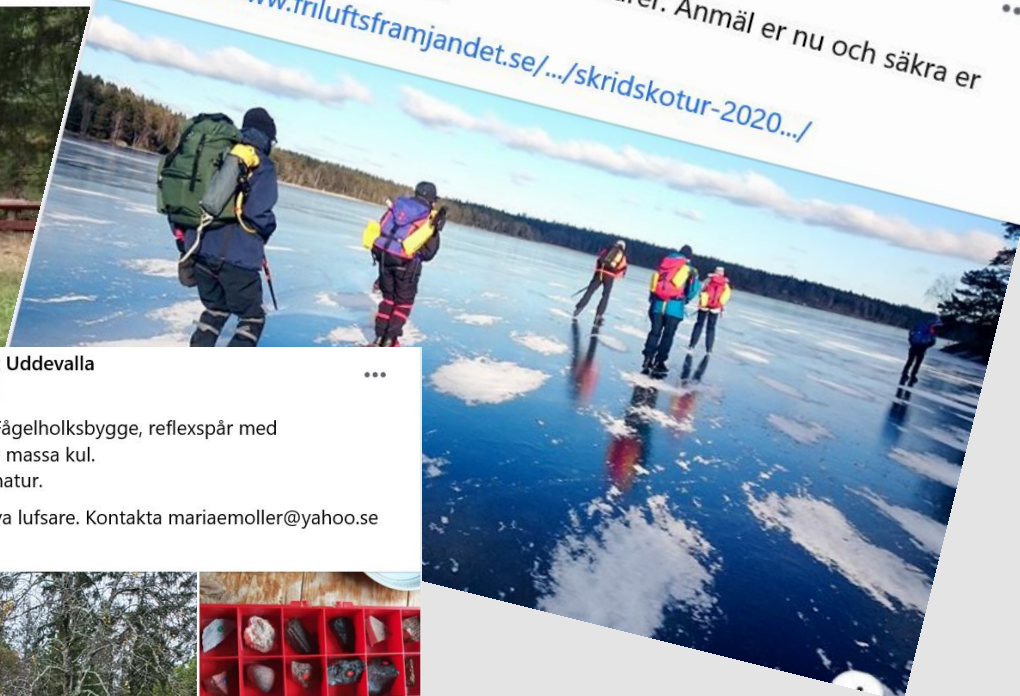
Lufsare på övernattnig. Fågelholksbygge, reflexspår med allemansrätten frågor och massa kul. Härligt dygn i vår vackra natur.

Det finns nu platser för nya lufsare. Kontakta mariaemoller@yahoo.se för mera info.



Friluftsförbundet Örnsköldsvik
6 januari kl. 23:58 · 🌐

Passa på och anmäl er till lördagens turer. Anmäl er nu och säkra er plats till en ledarledd tur.
<https://www.friluftsforamjandet.se/.../skridskotur-2020.../>



FRILUFTS
FRÄMJEANDET



LOKALAVDELNINGARNA

MTB i Österåker



Mulle med Västerort



Powe Hike Enskede



Kajak Lidingö



LOKALAVDELNINGARNA

Bäversafari Österåker



Kajak Västerås



Vandring Sollentuna



FRILUFTSFRAMJANDET.SE

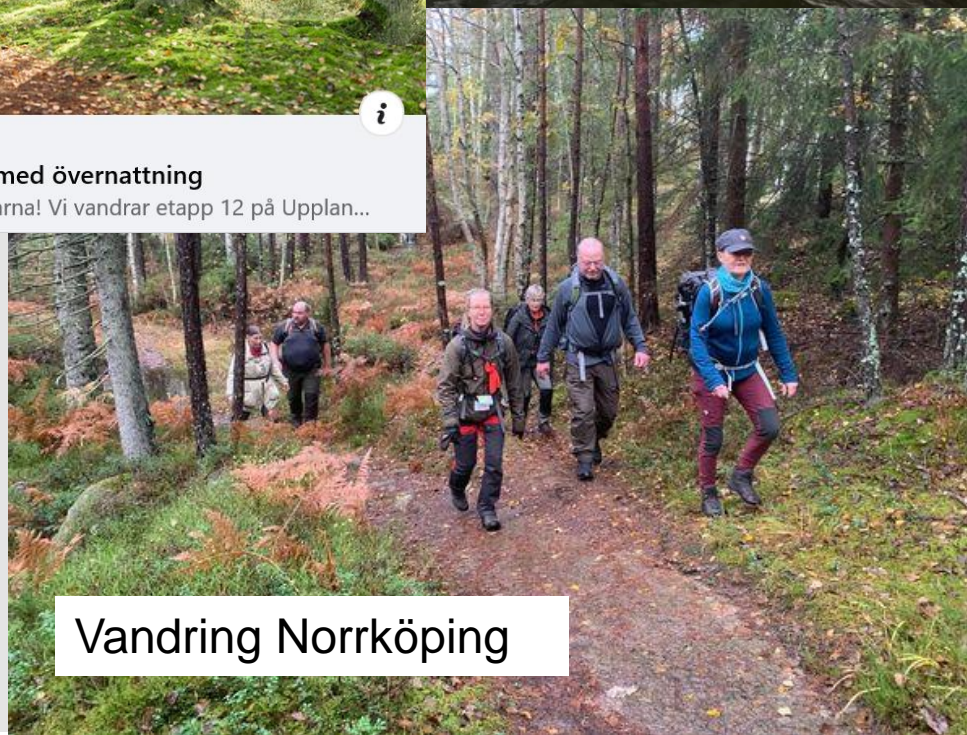
Höstvandring på Florarna med övernattnig

Välkommen till en helg på Florarna! Vi vandrar etapp 12 på Upplan...

Strövarfunktis Södertälje



Vandring Norrköping



LOKALAVDELNINGARNA



Familjemulle Haninge



TVM i Solna/Sundbyberg

FRILUFTSFRAMJANDET.SE

TVM grupp - Ungdomar födda 2005 och äldre

Vår äldsta grupp som blev TVM:are i under 2019 och nu tillhör ung...



Knytte träff i Norrköping



Plurrövning i Huddinge



Fortbildning i Kajak





Friluftsförbundet Region Syd är här: Skåne Universitetssjukhus Malmö.



16 november · Malmö, Skåne län · 🌐

Minskad psykisk ohälsa genom friluftsliv. Idag föreläser [Karolina Perngården](#) och [Arbetsterapeut Therese](#) vid Region Skånes webbaserade konferens, Levnadsvanor - en viktig del av behandling vid psykisk hälsa. Med 400 deltagare är vi övertygade om att Friluftsförbundet och all vår fina verksamhet uppmärksammas ännu mer, både projektet Häng med oss ut men också all annan verksamhet som bidrar till barn och ungas psykiska hälsa.





Friluftsfremjandet

30 november kl. 15:02 · 🌐

Lyssna här. Riksdagen bestämde sig redan för flera år sedan att "Ett rikt friluftsliv i skolan" är så pass viktigt att det ska vara ett av de 10 nationella fril... [Visa mer](#)



FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Ge bort friluftsliv för alla i julklapp

När covid-19 slog till fanns naturen där som ett tryggt livsrum. Vi h...

FRILUFTS
FRÄMJANDET





Ta ett skogsbad Farmor

Aldrig har naturen varit så viktig som nu. Skogsbad handlar om att vara i nuet för att må bra. 1) Välj en bra plats i naturen. 2) Ägna tio minuter åt att se, lyssna och lukta. 3) Gå långsamt och i tystnad en kilometer, hur känns det i kroppen? 4) Använd dina sinnen, lyssna, smaka och dofta på naturen. 5) Gå långsamt tillbaka.

**Grattis i efterskott. Här får du lite Skogsbad i
födelsedagspresent. Säg till när du vill ha sällskap på en
promenad.
Kram!**

Dante och Toste med föräldrar

FRILUFTS
FRÄMJANDET 



Hej Hollikok, välkommen till världen Matildas dotter

Skogsmulle är barnens och djurens vän i skogen. Genom Skogsmulle får barn respekt för naturen och allt som lever i den. När barn lär sig att vara aktsamma i det lilla perspektivet läggs grunden för ett livslångt miljöengagemang. Genom en gåva i ditt namn kan fler barn få träffa Skogsmulle och ha skoj i naturen.

**Välkommen! Härliga underbara du som kommer förändra
världen..
Inte minst för dina föräldrar.
Varma kramar**

Från dina kollegor

FRILUFTS
FRÄMJANDET 

LOKALAVDELNINGARNA

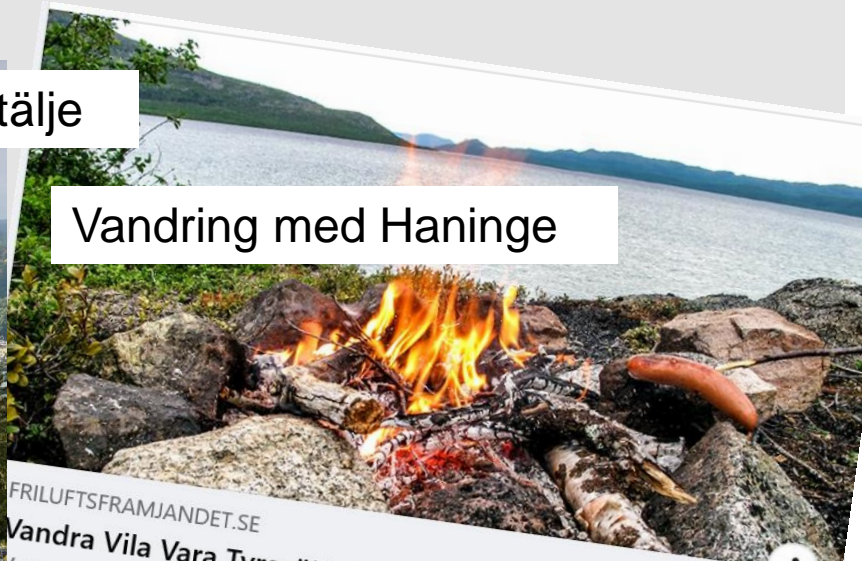
Knopp Västerås



Arbetsdag i backen Södertälje



Vandring med Haninge



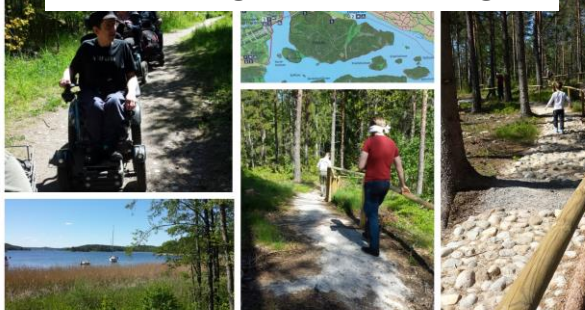
FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Vandra Vila Vara TyresöFlaten runt

Vandra Vila Vara! Följ med på en energipåfyllande, återhämtande oc...



Vandring med Lidingö



Fjällvandring Grövelsjön Enskede



PRIVAT GRUPP • 1 418 MEDLEMMAR
MTB Friluftsförbundet Västerås



LOKALAVDELNINGARNA



Friluftsförbundet Örnsköldsvik

19 oktober 2020 · 🌐

Välkommen till en mysig höstkväll med oss - Eldveckan i Höga Kusten, v44.



HOGAKUSTEN.COM

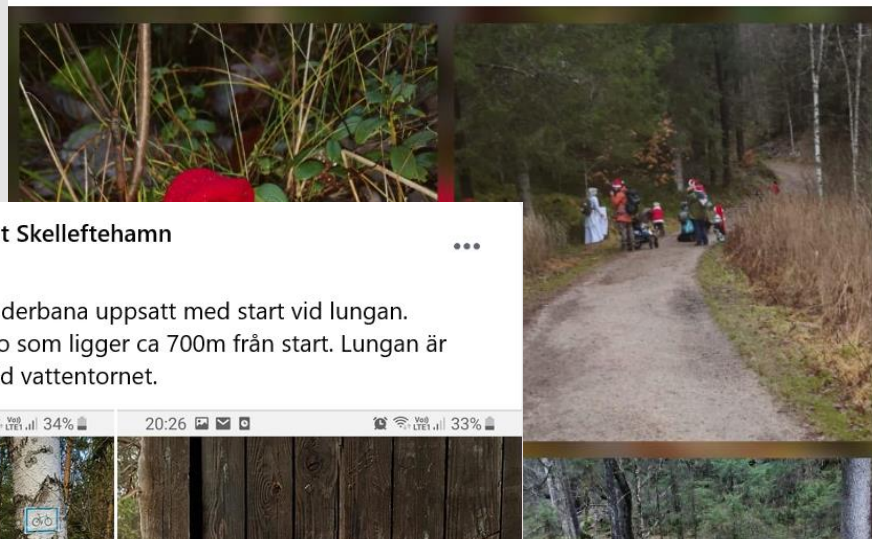
Mysig höstkväll ute i naturen | Höga Kusten



Friluftsförbundet Uddevalla

14 december 2020 · 🌐

Luciafirande vid Åleslån idag för ett härligt gäng barn med vuxen. Skogsmulle kom förbi och önskade god jul. Klädde en En med äpplen, valnötter och korv. 🌲 Tack för en rolig höst.



Friluftsförbundet Skelleftehamn

14 maj 2020 · 🌐

Nu finns skogsmulles hinderbana uppsatt med start vid lungan. Målgången är på mullebo som ligger ca 700m från start. Lungan är byggnaden som ligger vid vattentornet.

20:25

📶 34%

20:26

📶 33%



FRILUFTS
FRÄMJANDET



LOKALAVDELNINGARNA

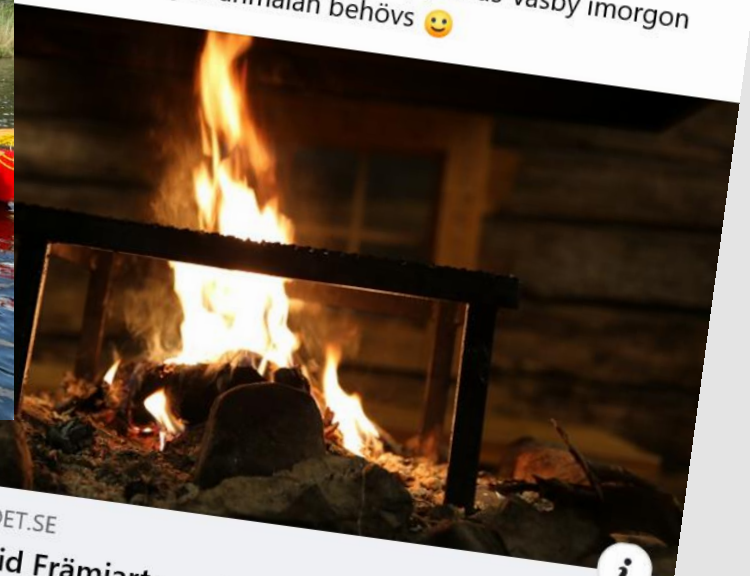


Funkismulle Södertälje



Lufsare Malmö

 **Friluftsförbundet Solna-Sundbyberg**
10 september · 🌐
Utomhus-afterwork med Friluftsförbundet Upplands Väsby imorgon (er). Enkelt, ingen anmälan behövs 😊



FRILUFTSFRAMJANDET.SE
Utomhus-AW vid Främjartorpet avslutar jobbveckan!
Nu arrangerar vi utomhus-AW - Outdoor Afterwork - igen! Alla är v...



Skogsmulle Enskede



FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Skogsmullebok - julklapp

God jul alla Sveriges pedagoger och lärare! Som ett tack för ert arb...





SVD.SE

DEBATT: "Nytt förslag hotar tillgång till stränder" | SvD

DEBATT. I dag presenteras en statlig utredning som föreslår en hist...



UTVÄRDERING AV ÄVENTYR I POWER BI

FRILUFTS
FRÄMJANDET



Utvärdering av äventyr

Övergripande statistik

Mina äventyr

Region/Lokalavdelning/Gren

FRILUFTS
FRÄMJANDET



LOKALAVDELNINGARNA

Friluftsförbundet Stockholm
7 september

Över 100 personer besökte vår familjedag i Stora skuggan igår för att träffa mulle, pyssla knoparmband, öva på första hjälpen, gå olika aktivitetsspår och tipsrundor samt köpa popcorn. Vi invigde även det nya vindskyddet/uteklassrummet i samarbete med organisationen Skogen i skolan som också hade en station på plats. Tack alla som kom och alla som var med och ordnade!



Knytte Västerås



Nu har vandringssektionen kommit igång med vardagsvandringarna, och på måndag testar vi något nytt - After work-vandring. Häng med och testa! Läs mer och anmäl dig på hemsidan.



FRILUFTSFRAMJANDET.SE
After-work-vandring genom Södertäljes sydöstra delar till Korpudsparken och tillbaka



Friluftsförbundet Skelleftehamn
12 oktober 2020

Nu har vi börjat röja sly i elljuspåret. Tog även bort en hel del sly på kamelryggen så barnen kan åka bob i vinter.



Strövarna Norrköping

LOKALAVDELNINGARNA

TVM i Storulvån Södertälje



Vandring Lund



Friluftsrådet Solna-Sundbyberg
28 augusti · 🌐

Vi är snabba! Från beslut till start av mtb-grupper för barn tog det endast 2 månader 😊 Vill du som vuxen ha sällskap på cykelstigen får du gärna höra av dig till oss då vi har många barn i kön.



Strövarna Stockholm



MTB Enskede



LOKALAVDELNINGARNA

Cykling Strövarna Södertälje



Skogsmulle Sollentuna



Skogsmulle Järfälla



MTB Västerås



nu har vi öppnat anmälan till vinterns skridskoskola för barn 4 år och uppåt, välkomna!
söker även ledare som gillar att åka skridskor.



FRILUFTSFRAMJANDET.SE

Barnskridskoskola 4-10 år

Lär dig åka framåt, bakåt, svänga och bromsa





Nya utbildningsplaner

Skogsmulles vänner uppdaterades



+ HÅLL SAMS på hela turen // MYS OCH BUS på halloweenhajk för familjen
BEGAGNAD UTRUSTNING - tänk på det här // FÖRSKOLA på hållbart vis

FRI LUFTS LIV



I ALLA VÄDER!
FRILUFTSFRÄMJEDET
MAGASIN #4/2020
NOVEMBER - JANUARI
PRIS 79 KR

4 Experternas
bästa tips
när snön saknas

två Nyfiken på
utmanande
nyskapare

I Luleå skärgård kan isen
ligga redan i november.
Följ med under norrskenet.

Vinteräventyr under stjärnorna

#4-2020 paddling // I Ur och Skur // övernattnig
tips // tester // nyheter // forskning // prylar

FRILUFTS
FRÄMJEDET



FRILUFTS
FRÄMJEDET





FRILUFTS
FRÄMJANDET

LÅT ÄVENTYRET BÖRJA.