



VERKSAMHETSPLAN 2023

FRILUFTSFRÄMJANDET VÄRMDÖ

INNEHÅLL

VERKSAMHETSPLAN FRILUFTSFRÄMJANDET VÄRMDÖ 2023	2
ÖVERGRIPANDE	3
LEDARLETT FRILUFTSLIV/ FRILUFTSAKADEMIN	4
Trygga och säkra äventyr	4
Lokalavdelningens ledare	4
Kajak	6
Långfärdsskridsko	7
Vandring (lågland)	8
Barngrupper förskoleålder	9
Barngrupper skolålder	12
Längdskidor	13
Mountainbike (MTB)	14
MER UTMOMHUSPEDAGOGIK I FÖRSKOLOR OCH SKOLOR	15
INSPIRATION TILL ALLMÄNHETEN / KOMMUNIKATION	16
Prioriteringar 2023	16
Opinionsbildning och påverkan	16
DIGITALISERING	17
Prioriteringar 2023	17
ORGANISATION	18
Årsmöte	18
Styrelsen	18
Valberedningen	18
Administration	18
Events/Konferens	18
FINANSIERING	19
Prioriteringar 2023	19
Budget 2023	20
EXTERNA FORUM	21



VERKSAMHETSPLAN FRILUFTSFRÄMJANDET VÄRMDÖ 2023

Värmdö erbjuder fantastiska möjligheter till aktivt friluftsliv genom sin unika natur - hav, sjöar och skog ett stenkast från storstaden. Genom Friluftsförbundet gör vi det möjligt för alla att kunna njuta av såväl skärgård som myllrande våtmarker, vilda skogar och gömda stränder genom ledarledda aktiviteter. Häng med oss ut!

Vi vill att så många som möjligt ska upptäcka glädjen i friluftslivet, lära sig mer och vistas i naturen under trygga former. Vi finns till både för barn och vuxna. Våra aktiviteter leds alltid av utbildade ledare som gör turerna säkra, njutbara, spännande och utvecklande. Det spelar ingen roll om du är nybörjare eller inbiten fantast – våra grupper anpassas alltid efter deltagarna och vi erbjuder gemenskap såväl som utmaningar för de riktigt äventyrliga. Som medlem i Friluftsförbundet har du dessutom tillgång till friluftaktiviteter över hela landet!

Hos Friluftsförbundet Värmdö hittar du våra omåttligt populära barnaktiviteter Familjemulle och Äventyrliga familjen. Du kan även ta del av kajakturer i skärgården och vandring i skog och mark. På vintern tar våra ledare dig ut på långfärdsskridskor eller varför inte en tur i skidspåret.

Låt äventyret börja.



ÖVERGRIPANDE

Denna verksamhetsplan utgår från Friluftsrämjandets stadgar, Strategi 2030 samt bygger på Friluftsrämjandets Värmdös verksamhet. Till verksamhetsplanen hör också vår budget för 2023.

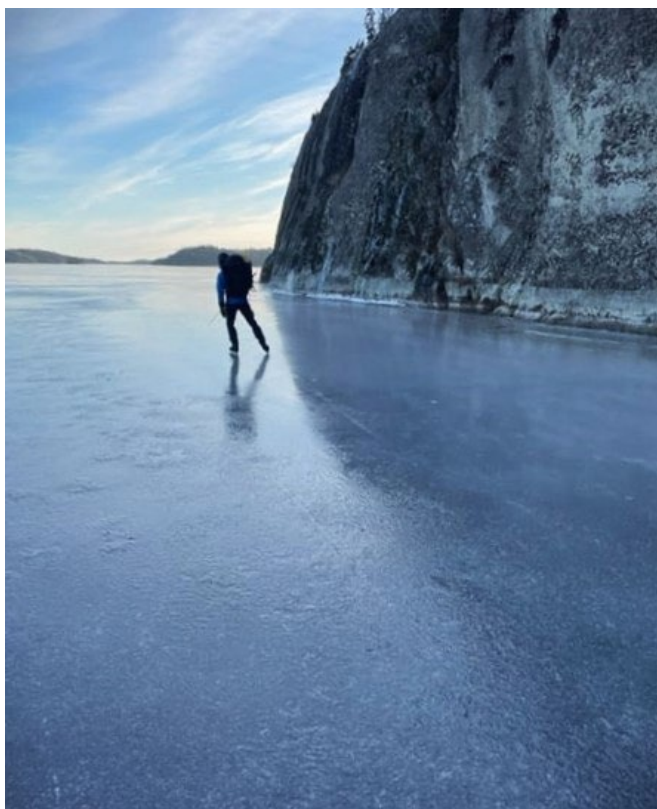
Vi strävar efter att spegla samhällets mångfald och erbjuda verksamheter som är välkomnande, anpassade och trygga för alla, oavsett kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder.

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

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

Vi verkar i linje med de globala 2030-målen och har ett särskilt fokus på #3 God hälsa och välbefinnande, #4 God utbildning, #11 Hållbara städer och samhällen, #13 Bekämpa klimatförändringarna, och #15 Ekosystem och biologisk mångfald.

Friluftsrämjandet Värmdö utvecklar verksamheten utifrån efterfrågan på äventyr och tillgången på ledare och funktionärer.



LEDARLETT FRILUFTSLIV/ FRILUFTSAKADEMIN

De friluftsgrenar som Friluftsförbundet Värmdö skapar äventyr inom är: kajak, långfärdsskridsko, längdskidor, vandring (lågland), Knopp och Knytte, Familjemulle Skogsmulle samt Äventyrliga Familjen och Strövarna. Under 2023 kommer även grenen mountainbike att dra igång.

Prioriteringar 2023

- Friluftsförbundet Värmdö vuxit kraftigt under de senaste åren, såväl avseende antalet medlemmar som de äventyr vi arrangerar. Prioriterat för lokalavdelningen är därför att fortsätta professionalisera vårt arbete samt att bibehålla och utveckla våra ledare och medlemmars engagemang. Detta kommer vi bland annat göra genom att rekrytera, samordna och vårda hjälpledare samt ledare
- Finansiera och uppmuntra utbildning och fortbildning av hjälpledare och ledare
- Tydliggöra behov av utbildningar och fortbildningar till regionen
- Föreslå utbildningsledare till regionen (utbildningsledare kallades fram till nyligen för kursledare)
- Erbjuder medlemmarna en ökad bredd av friluftsgrenar och nivåer (från nybörjare till erfaren), i syfte att alla medlemmar ska kunna hitta ett äventyr som passar deras intresse och erfarenhetsnivå
- Alla kommande aktiviteter ska skapas och rapporteras i Äventyrshanteraren vilket ger underlag för registrerade aktivitetstimmar. Våra registrerade aktivitetstimmar bidrar därmed till finansiellt bidrag från Region Stockholm till Friluftsförbundet Region Mälardalen och från statliga organ till Friluftsförbundet Riksorganisation.

TRYGGA OCH SÄKRA ÄVENTYR

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

Lokalavdelningen ska säkerställa att ledarmarkeringarna i medlemsregistret är aktuella, och i linje med styrdokument Ledare.

LOKALAVDELNINGENS LEDARE

I dagsläget har lokalavdelningen 33 ideella ledare vilka varje år gör viktiga insatser genom att skapa verksamhet. Målet är att öka antalet ledare i takt med efterfrågan på aktiviteter.

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

- Aktivt söka nya ledare genom information i våra kanaler som t ex sociala medier och månadsbrev samt genom personliga kontakter
- Genomföra en ledardag per halvår
- Förse ledarna med profilkädder

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

Med fortbildning syftar vi aktiviteter som har till syfte att utveckla våra befintliga ledare. Fortbildningarna är ett bra sätt för våra ledare att utveckla sig i rollen, hålla sina kunskaper och färdigheter aktuella och skapa utrymme för reflektion. 2023 kommer vi fortbilda våra ledare utifrån den enskilde ledarens behov. Vi fortbildar våra ledare kontinuerligt i första hjälpen, minst var tredje år.

Med kurser syftar vi aktiviteter som skapas av lokalavdelningen och som har till syfte att utveckla våra befintliga ledare/medlemmar. Kurser är ett bra sätt för våra ledare att utveckla sig i rollen, hålla sina kunskaper och färdigheter aktuella och skapa utrymme för reflektion. 2023 kommer lokalavdelningen hålla kurser utifrån personligt behov och vid de gemensamma ledardagarna.



KAJAK

Kajakgrenen organiserar kurser för kajakpaddlare, från nybörjare till grönt paddelpass, och räddningsmetoder. Vi äger inga egna kajaker och samarbetar därför med kajakuthyrare på Värmdö. Kring Värmdö genomför vi äventyr från sociala kvällspaddlingar, dagspaddlingar till veckoturer. Dessutom genomför vi turer i olika skärgårdar runt den svenska kusten.

KAJAKLEDARE

Vi satsar på att rekrytera nya hjälpledare under 2023.

Vi planerar för att våra hjälpledare Adrian och Petra genomför kajakäventyr på lätt nivå 2023.

Vi planerar för att Love ska gå Friluftsrämjandets steg 1 utbildning och Adrian steg 2 för kajakledare.

Alla nuvarande kajakledare kommer att fortbildas lokalt och regionalt i Friluftsrämjandet, genom Svenska Kanotförbundets utbildningar och professionella aktörer. Adrian och Love planerar att gå kurs på blå nivå och examineras för blått paddelpass. Petra planerar att gå en teknikkurs. Leena och Calle går utbildning på röd nivå under säsongen. Leena planerar att slutföra Havskajakledare 2 genom Kanotförbundet.

PADDELKURSER OCH EXAMINATIONER FÖR MEDLEMMAR

Vi planerar att genomföra kurser för paddelintresserade medlemmar på vit, gul och grön, eventuellt blå nivå under försommaren 2023. Vi kommer att erbjuda examination för Gult och Grönt paddelpass.

Dessutom kommer vi genomföra kurs i räddningsmetoder som inte täcks av paddelpassen.

PADDELTURER

Vi kommer att organisera sociala kvällspaddlingar och dagspaddlingar på olika platser runt Värmdö. Vi planerar flerdagsturer av olika svårighetsgrad, lätta turer i Värmdös närhet och medelsvåra längre ut i skärgården. Intresse finns för att anordna tematurer med inslag av fågelskådning och mat.

KOMMUNIKATION

Vi kommer anslå våra kajakaktiviteter via våra samarbetspartners kajakuthyrare på olika platser på Värmdö. Alla våra aktiviteter kommer att kommuniceras till medlemmarna via Friluftsrämjandets Äventyrshanterare och vår Facebook-sida. Vi kommer via mejl informera om våra kajakaktiviteter till samtliga medlemmar ett par gånger per år med uppmaning att uppdatera intresserutan för kajak på Mina sidor.

Vi kommer att sända informationsmejl och påminnelser om alla våra aktiviteter till alla medlemmar som anmält intresse för "Kajak" på "Mina sidor".

Vi kommer att lägga information om aktiviteternas svårighetsgrad, krav på kompetens och utrustning, samt relevanta länkar på vår hemsida.

ORGANISATION

Vårt arbete med rekrytering, utbildning och fortbildning av kajakledare syftar till att vi ska få tillgång till en grupp av kompetenta kajakledare. Dessa kan dela på arbetsuppgifterna som mentor och grenledare och arbetsuppgifterna kan då också rotera inom gruppen på årsbasis.

Kompetenta kajakledare har möjlighet att fortsätta som kursledare för kajaledarutbildning (Region Mälardalen) och Utvecklingsgrupp Kajak (Riks).

LÅNGFÄRDSSKRIDSKO

Långfärdsskridskogrenen organiserar turer och kurser för medlemmarna, från grundkurs och säkerhetskurs till kurs i iskunskap. Vi gör skridskoturer runt Värmdö när det finns goda isförhållanden och runt Stockholmstrakten när isarna på Värmdö är sämre.

SKRIDSKOLEDARE

Det finns idag fyra fullt utbildade skridskoledare och en på gång. Två av ledarna kommer under 2023 att gå en iskunskapskurs som hålls av SSSK (Stockholms Skridsko Seglar klubb) som har mycket stor långfärdsskridskoverksamhet.

En av ledarna kommer gå steg 2 vilket är att praktiskt åka ihop med en mentor under säsongen. Hon kommer under hösten 2023 utföra slutlig ledarutbildning, steg 3.

LÅNGFÄRDSSKRIDSKOKURSER FÖR MEDLEMMAR

Förutom våra skridskoturer planeras att genomföra nybörjarkurser för skridskointresserade medlemmar. Under våra turer utbildar vi i säkerhetstänk, utrustning, åkteknik.

SKRIDSKOTURER

Vi kommer genomföra skridskoturer för grupp V åkare när vi hittat och rekognoserat bäriga och fina isar runt Värmdö. I och med att vi nu är fyra ledare och en till som kommer utbildas kan vi dela upp oss i två grupper med lite olika tempo. Vi ska även försöka åka lite längre bort och samåker då alltid dit för att få längre turer på större sjöar och bättre isar när isarna på Värmdö inte visar sig från sin bästa sida.

Även under 2023 kommer vi att använda informationen på Skridsko.net än mer ihop med egen kunskap för att minska antalet rekognoseringsturer. Detta innebär då att de isar vi besöker inte är helt kända och vi har då ett lite lägre tempo för att kunna bedöma att isarna är säkra under åkturen.

KOMMUNIKATION

Våra turer och kurser kommuniceras till medlemmarna via Friluftsrådets Äventyrshanterare och vår Facebook-sida. Även skridsko.net kommer användas för information, kallelse till turer och rapportering av utförda turer. Medlemmar får tillgång till skridsko.net när dom deltagit i våra turer och har tillräckligt med kunskap för att kunna bedöma informationen på skridsko.net.

ORGANISATION

Vårt arbete med rekrytering, utbildning och fortbildning av skridskoledare syftar till att vi ska få tillgång till en grupp av kompetenta skridskoledare. Dessa kan dela på arbetsuppgifterna som mentor och grenledare och arbetsuppgifterna kan då också rotera inom gruppen på årsbasis.

Kompetenta skridskoledare har möjlighet att fortsätta som kursledare för skridskoledarutbildning (Region Mälardalen) och Utvecklingsgrupp Skridsko (Riks).

VANDRING (LÅGLAND)

Vandringsgrenen anordnar vandringar av olika längd, svårighetsgrad och ibland med olika tema, både i Värmdö kommun och i andra kommuner. Vi välkomnar alla som vill vara med och vandra och njuta av ett aktivt friluftsliv.

VANDRINGSLEDARE

Vi satsar på att rekrytera en ny vandringsledare under 2023. Hen kommer att gå Friluftsfrämjandets utbildning till vandringsledare lågland och också L-ABCDE utbildning. Vi planerar även att utveckla de två befintliga vandringsledaren ytterligare i karta och kompass.

VANDRINGAR

Under 2023 planeras ett flertal vandringar på olika platser och vissa med speciella teman. Vi planerar att vandra och lyssna och spana på fåglar, vandra hela Värmdöleden, en krävande tur ca 25 km lång, och även ta båten ut och vandra på vackra Sandön. Även någon vandring kombinerat med yoga och meditation planeras under året.

KOMMUNIKATION

Alla våra aktiviteter kommer att kommuniceras till medlemmarna via Friluftsfrämjandets Äventyrshanterare, samt på vår Facebook-sida. Vi kommer även att publicera informationen på Nacka Värmdö Postens eventsidor. Vi kommer också att informera om våra aktiviteter via e-mail till de som angivit intresse för vandring. Här kommer även informationen om vandringarnas svårighetsgrad finnas.

ORGANISATION

Vårt arbete med rekrytering, utbildning och fortbildning av vandringsledare syftar till att få fram en grupp av kompetenta vandringsledare, som tillsammans kan dela på planering och utförande av våra vandringar.



BARNGRUPPER FÖRSKOLEÅLDER

Friluftsförbundet Värmdö erbjuder aktiviteter för alla åldrar med intresse för skog och natur! Vi är ute med våra barn- och ungdomsgrupper på äventyr och lägger grunden för ett naturintresse som kan vara hela livet.

KNOPP- OCH KNYTTE

För våra minsta kompisar har vi startat en Knopp- och knyttegrupp i Charlottendals trollskog. Där utforskar vi naturen med alla våra sinnen. Vi samlar och pysslar, räknar och jämför. Sjunger sånger och leker lekar. Barnen får efter egen förmåga träna sin motorik och stärka musklerna ute i naturen. Medupptäckande vuxna ger barnen vägledning och trygghet.

Idag består gruppen av 12 barn födda 2019 och 2020. Till hösten planerar vi att öka antalet till 15 barn.

KNOPP- OCH KNYTTELEDARE

Idag har vi fyra ledare i vår Knopp- och knyttegrupp i Charlottendal. Två utbildade ledare med erfarenhet från Familjemulle och två nya hjälpledare som just börjat i gruppen. En av dessa planeras att gå ledarutbildning till våren 2023. Den andra kommer att vara hjälpledare tills vidare.

TRÄFFAR

Vi planerar för cirka åtta träffar per termin. Träffarna utgår från ett tema som ledarna bestämt i under terminsplaneringen. Sedan är träffarna uppbyggda av olika moment. Vi har mulle-mellis med sagostund, där vi läser en bok kring temat, antingen en faktabok eller en berättelse. Vi har ett utforskar-moment där barnen tillsammans med sina medupptäckande vuxna får en uppgift att lösa ute i skogen, som till exempel natur-bingo. Vi har ett kunskaps-moment där vi tillsammans funderar och resonerar kring olika fakta kring temat. Och vi har ett kreativt moment där vi skapar, sjunger, ramsar eller dansar kring temat. Så ofta vi får tillfälle ger vi även utrymme för den fria leken i naturen.

KOMMUNIKATION

Anmälan till gruppen sker på Äventyrshanteraren. De familjer som redan är med i gruppen får möjlighet att anmäla sig innan äventyret offentliggörs, och därmed förtur till kommande termin. När platserna släpps offentligt kommer det att skickas ut på mejl genom ett medlemsbrev samt information i sociala medier. Från och med 2023 kommer det att finnas en kölista att anmäla sig till när gruppen är fulltalig. Kölistan gäller per läsår och hanteras vid eventuella avhopp.

Efter varje träff görs ett inlägg på sociala medier, där vi gestaltar träffen och temat för dagen. Mellan träffarna sker även andra sporadiska inlägg för att öka intresset för verksamheten.

ORGANISATION

För att få ett bra inflöde med hjälpledare och ledare är vi tydliga i kommunikationen med de medupptäckande vuxna, att verksamheten är beroende av ideellt engagemang. När vi antar nya familjer till gruppen erbjuder vi förtur till de som visar intresse att engagera sig. Såväl vid terminsstart som vid eventuella avhopp.

Då ledarna från Knopp- och knytte är tänkta att följa med sina barn upp i de äldre grupperna allt eftersom är just denna grupps inflöde av ledare en viktig källa för hela barnverksamheten.

Friluftsförbundet står för ledarnas utbildning, jacka och mössa.

FAMILJEMULLE

Familjemulle är en aktivitet för barn tillsammans med vuxen. De vuxna är medupptäckare och tillsammans utforskas temat för dagen. Ledarna är hela tiden närvarande och planerar varje träff och genomför den tillsammans med gruppen. De vuxna är med på samma villkor som barnen med att upptäcka, utforska och undersöka. Vid varje träff är det ett tema och även lekar. Allemansrätten är ständigt en del i samtal och aktiviteter och barnen har många tankar och lärdomar att dela med sig av.

Under 2023 kommer vi ha en grupp med 15 barn i. Vi strukturerar grupperna så att de byter grupp till höstterminen. De barn födda 2017 och 2018 är med i Familjemulle fram till sommaren. De födda 2017 byter då till Strövarna och Familjemulle består då av barn födda 2018 och 2019.

FAMILJEMULLELEDARE

Vi har en problematik i att finna nya ledare vilket gör att familjemullegrupperna kommer att slås samman till en istället för två. Vi hoppas på sikt att det kommer gå tillbaka till två grupper. Vi har insett att det behöver vara tre utbildade ledare i varje grupp för att avlasta ledarna. Arbetet fortsätter med att rekrytera ledare.

TRÄFFAR

Vi genomför cirka åtta träffar per termin. Träffarna är uppbyggda med sånger och ramsor, högläsning vid melliset, ett tema för träffen och lekar. Temat verifierar och ledarna bestämmer innehållet i dem.

KOMMUNIKATION

För att vara med på våra träffar så görs en anmälan på Äventyrshaneteraren. De barn som redan är med i gruppen får mejl när anmälan är öppen så de har förtur. När platserna släpps offentligt kommer det att skickas ut på mejl genom ett medlemsbrev samt i sociala medier. Det kommer nu även att finnas en kölista under hela terminen att anmäla sig till.

Efter varje träff görs ett inlägg på sociala medier. Där visar vi på temat för träffen och vad vi gjort för roligt.

ORGANISATION

Vi arbetar ständigt med att rekrytera nya ledare och vidareutbilda befintliga. Vi sikt är tanken att vår ledare för knapp- och knytte så bli ledare inom de äldre barngrupper så att ledarna flyttar med när barnen byter grupp.

SKOGSMULLE

Vi erbjuder två typer av Skogsmulleverksamhet: Familjemulle är en aktivitet för barn tillsammans med vuxen, och Skogsmulle utan medföljande vuxen. I båda grupperna är ledarna hela tiden närvarande och planerar varje träff och genomför den tillsammans med gruppen. Vid varje träff är det ett tema och även lekar. Allemansrätten är ständigt en del i samtal och aktiviteter och barnen har många tankar och lärdomar att dela med sig av.

Vi strukturerar grupperna så att de byter grupp till höstterminen.

Under våren 2023 kommer vi ha en Familjemullegrupp med 15 barn, födda 2017 och 2018, samt en Skogsmullegrupp med 15 barn födda 2017 och 2018. Terminsplanering görs separat av varje grupp. Till hösten kommer de som är födda 2017 byta till en ny Strövaregrupp, och Familjemulle kommer då i huvudsak bestå av barn födda 2018 och 2019.

SKOGSMULLELEDARE

Vi har en problematik i att finna nya ledare vilket gör att familjemullegrupperna kommer att slås samman till en i stället för två. Vi hoppas på sikt att ha två grupper. Vi har insett att det behöver vara tre utbildade ledare i varje grupp för att avlasta ledarna. Arbetet fortsätter med att rekrytera ledare.

TRÄFFAR

Vi genomför cirka åtta träffar per termin. Träffarna är uppbyggda med sånger och ramsor, högläsning vid melliset, ett tema för träffen och lekar. Temat verifierar och ledarna bestämmer innehållet i dem.

KOMMUNIKATION

För att vara med på våra träffar så görs en anmälan på Äventyrshaneteraren. De barn som redan är med i gruppen får mejl när anmälan är öppen så de har förtur. När platserna släpps offentligt kommer det att skickas ut på mejl genom ett medlemsbrev samt i sociala medier. Det kommer nu även att finnas en kölista under hela terminen att anmäla sig till.

Efter varje träff görs ett inlägg på sociala medier. Där visar vi på temat för träffen och vad vi gjort för roligt.

ORGANISATION

Vi arbetar ständigt med att rekrytera nya ledare och vidareutbilda befintliga. Vi sikt är tanken att vår ledare för knapp- och knytte så bli ledare inom de äldre barngrupper så att ledarna flyttar med när barnen byter grupp.



BARNGRUPPER SKOLÅLDER

ÄVENTYRLIGA FAMILJEN

Äventyrliga familjen vänder sig till barn i skolåldern tillsammans med deras familjer. Vi utforskar, upptäcker och är aktiva. Alla längtar mest efter hajken på våren.

Under hösten 2022 gjordes denna grupp om till öppna träffar. Det innebär att alla är välkomna att anmäla sig till varje träff istället för terminsvis.

ÄVENTYRLIGA FAMILJENLEDARE

Ledarna är de som varit aktiva ledare inom Äventyrliga familjen. Vi har försökt rekrytera ny då några har valt att sluta. Detta medförde att vi till hösten gjorde om denna grupp till öppna träffar istället för att ledarna inte räckte till.

TRÄFFAR

UNDER VÅREN HAR VI HAFT EN TRÄFF PER MÅNAD OCH I JUNI AVSLUTADE VI MED EN HAJK PÅ BJÖRNÖ MED ÖVERNATTNING. EN SPÄNNANDE HAJK MED PADDLING AV KANADENSARE, SKATTJAKT, LEKAR OCH ÖVERNATTNING I TÅLT. KOMMUNIKATION

Alla anmälningar görs genom Äventyrs hanteraren. Det skickas även ut länk i medlemsbrevet till kommande äventyr. Efter varje träff görs ett inlägg på sociala medier. Där visar vi på temat för träffen och vad vi gjort för roligt.

ORGANISATION

Vi arbetar ständigt med att rekrytera nya ledare och vidareutbilda befintliga.

STRÖVARE

De barn som är födda 2016 började till höstterminen i Äventyrliga familjen. Detta insåg vi under terminen att vi är mer en Strövargrupp. Detta då gruppen enbart vänder sig till barn födda samma år. Vi skapade gruppen av de barn som kom från Familjemulle och Skogsmulle. Vi fyllde sedan på med andra barn som visade intresse för denna typ av aktivitet.

Efter sommaren 2023 kommer vi skapa en ny grupp för de barn som är födda 2017. På samma sätt flyttar vi upp barnen och ledarna för att skapa en homogen åldersgrupp.

STRÖVARLEDARE

I första hand vidareutbildar vi de ledare som kommer från Familjemulle och Skogsmulle till Vildmarksledare. Om det behövs utbildar vi någon mer, oftast en förälder.

TRÄFFAR

Vi har planerat för en träff per månad men under en längre tid. Vi starta upp med karta och kompass för att sedan bygga vidare med kunskap inom tarp, kniv, eld, första förband/ sjukvård, matlagning mm. Under varje träff repeteras det som gjorts tidigare så att vi mer eller mindre varje gång tillämpar karta, tarp, kniv osv.

KOMMUNIKATION

För att vara med på våra träffar så görs en anmälan på Äventyrshaneteraren. De barn som redan är med i gruppen får mejl när anmälan är öppen så de har förtur. När platserna släpps offentligt kommer det att skickas

ut på mejl genom ett medlemsbrev samt i sociala medier. Det kommer nu även att finnas en kölista under hela terminen att anmäla sig till.

Efter varje träff görs ett inlägg på sociala medier. Där visar vi på temat för träffen och vad vi gjort för roligt.

ORGANISATION

Vi hoppas att denna grupp ska behålla sina deltagare länge så vi allt eftersom kan göra mer och fler spännande äventyr. Målet är att skapa intresse hos så väl barnen som de vuxna så att de vill stanna kvar.



LÄNGDSKIDOR

Längdskidgrenen organiserar nybörjarpass och på sikt instruktion för motionsåkare som vill förbättra sig. Varje pass är 1,5 timme för upp till 4 deltagare. Vi samlas vid golfbanor i Värmdö med egen medhavd skidutrustning. I första hand genomförs aktiviteterna på Värmdö med omgivningar med hänsyn till spårkvalité, primärt Ingarö Golfbana som brukar spåras tidigt. Eventuella spåravgifter erläggs i samband med anmälan i Äventyrshanteraren

LÄNGDSKIDLEDARE

Hjälpledare kommer att rekryteras bland aktiva ledare och andra intresserade skidåkare.

LÄNGDKURSER FÖR MEDLEMMAR

För de som aldrig åkt skidor är målet att kunna åka med de sk växlar som ingår i diagonalåkning. För lite mer vana motionärer finns möjlighet att finslipa tekniken för att kunna åka mer avslappat men effektivt.

KOMMUNIKATION

Med hänsyn till snötillgången planeras för ett antal 1,5 timmes pass för nybörjare. Omfattningen bedöms till ett antal lördagar eller söndagar under första kvartalet 2023 vid snötillgång.

Gruppstorlek om max 8 deltagare med föransmälan via Äventyrshanteraren. Innan hjälpledare är på plats är max gruppstorlek 4 deltagare.

Alla våra aktiviteter kommer att kommuniceras till medlemmarna via Friluftsrämjandets Äventyrshanterare och vår Facebook-sida. Vi kommer via mejl informera om våra aktiviteter till samtliga medlemmar ett par gånger per år med uppmaning att uppdatera intresserutan för längdskidåkning på Mina sidor.

Vi kommer att sända informationsmejl och påminnelser om alla våra aktiviteter till alla medlemmar som anmält intresse för "Längdskidåkning" på "Mina sidor".

ORGANISATION

I takt med att fler längdskidledare och hjälpledare rekryteras fördelas ansvaret för längdskidäventyren mellan oss. För intresserade kan finnas möjlighet att vidareutbilda sig i skate-teknik genom Friluftsrämjandets riksorganisation.

Syftet är att de ska upptäcka tjusningen att åka längdskidor och få träning och tips att lättare ta sig fram i spåren. Långsiktigt kan nivån höjas till motionsåkare som vill förbättra sig. Naturligtvis är det också viktigt att mötas och ha trevligt tillsammans ute, kanske med medhavd fika om det inte är för kallt.

MOUNTAINBIKE (MTB)

MTB-grenen organiserar äventyr inom mountainbike, från nybörjare till mer erfarna cyklister. Vi äger inga egna cyklar så här måste deltagarna själva ha med egen cykel och skyddsutrustning. Vi utgår alltid från Värmdö och genomför både äventyr för att bättra på konditionen samt mer sociala turer där vi lagar mat över stormkök. Framöver vill vi vidareutveckla grenen med tjejgrupper och turer med tältövernattning. Vi har alltid säkerhet i fokus och arbetar folkbildande med ambitionen att alla deltagare ska lära sig något nytt när vi är ute på äventyr.

MTB-LEDARE

Vi satsar på att rekrytera ett par nya hjälpledare under 2023.

ORGANISATION

Vårt arbete med rekrytering, utbildning och fortbildning av MTB-ledare syftar till att vi ska få tillgång till en grupp av kompetenta MTB-ledare. Dessa kan dela på arbetsuppgifterna som mentor och grenledare och arbetsuppgifterna kan då också rotera inom gruppen på årsbasis.

MER UTOMHUSPEDAGOGIK I FÖRSKOLOR OCH SKOLOR

Inom det geografiska området för Friluftsrämjandet Värmdö är Friluftsrämjandet aktivt i Ängsblommans föräldrakooperativa förskola (inkl. I Ur och Skur, Skogsmulle i förskolan, Skogshjältarna).

Friluftsrämjandet Värmdö ska 2023 verka för ett gott samarbete mellan lokalavdelningen samt de förskolor/skolor som finns inom lokalavdelningens område. Vi ser gärna att fler förskolor ansluter sig till Skogsmulle i förskolan genom avtal med Friluftsrämjandet Riks.



INSPIRATION TILL ALLMÄNHETEN / KOMMUNIKATION

Att på ett effektivt sätt kunna nå ut med såväl information som inspiration till allmänheten, våra medlemmar och ledare är en viktig del i att verka för Friluftsförbundet's syfte att möjliggöra allas rätt till ett aktivt friluftsliv. Vår kommunikation är även nödvändig för att hålla våra medlemmar och ledare engagerade, inspirerade och informerade. Vidare kommunicerar vi för att skapa synlighet utanför medlemskretsen och på så vis locka nya medlemmar och ledare.

Våra primära kommunikationskanaler är vår webbplats, vårt nyhetsbrev samt våra sociala mediekkanaler Facebook och Instagram.

PRIORITERINGAR 2023

Vår digitala kommunikation är ett effektivt sätt att nå ut med den fina verksamhet föreningen genomför. Vi har under 2022 gjort stora framsteg med att lyfta kommunikationen i samtliga av våra kanaler och detta förändringsarbete kommer att fortsätta även under 2023.

Friluftsförbundet Värmdö ska 2023 prioritera att

- Fortsätta att använda sociala medier (Facebook och Instagram) för att informera om vår verksamhet och inspirera till äventyr samt att växa vår följarsbas. Vi kommer fortsatt prioritera en blandning av såväl innehåll som foton och filmer.
- Fortsätta att utveckla vår webbplats för att minska trösklarna för såväl gamla som nya medlemmar och intresserad allmänhet att "hitta ut".
- Använda andra nätverk så som kalendrier, Värmdöbor etc för att sprida information om vår verksamhet.
- Vi kommer även under 2023 att arbeta för att stärka den grenspecifika kommunikationen.
- Vi kommer också vidareutveckla och stärka processen kring kommunikation vid ett äventyr. Från publicering av äventyret genom påminnelser och slutligen uppföljning.

OPINIONSBILDNING OCH PÅVERKAN

Vi definierar och avgränsar arbetet med opinionsbildning och påverkan till att genom dialog med beslutsfattare främja en samhällsutveckling som gynnar våra prioriteringar. Det är genom denna dialog som vi bidrar med vår kunskap som underlag till beslutsfattare för kloka beslut.

Vårt arbete med opinionsbildning och påverkan är alltid transparent och konstruktivt. Våra metoder är främst att vi svarar på remisser, deltar i nätverk och forum som är relevanta, bedriver opinionsbildning via redaktionell media, samt bedriver påverkan via direktdialog med beslutsfattare. Vi för dialog med en representativ bredd av de politiska partierna.

För att främja en samhällsutveckling som gynnar våra prioriteringar ska lokalavdelningen 2023:

- Vara aktiva i arbetet med kommunens översiktsplan 2035
- Vara aktiva i arbetet kring bildandet av nationalpark i Nämdöskärgården
- Vara aktiva i Värmdö kommuns friluftsråd

Arbetet med opinionsbildning och påverkan måste dock alltid ta hänsyn till tillgänglig tid och prioritering av föreningens kärnverksamhet.

DIGITALISERING

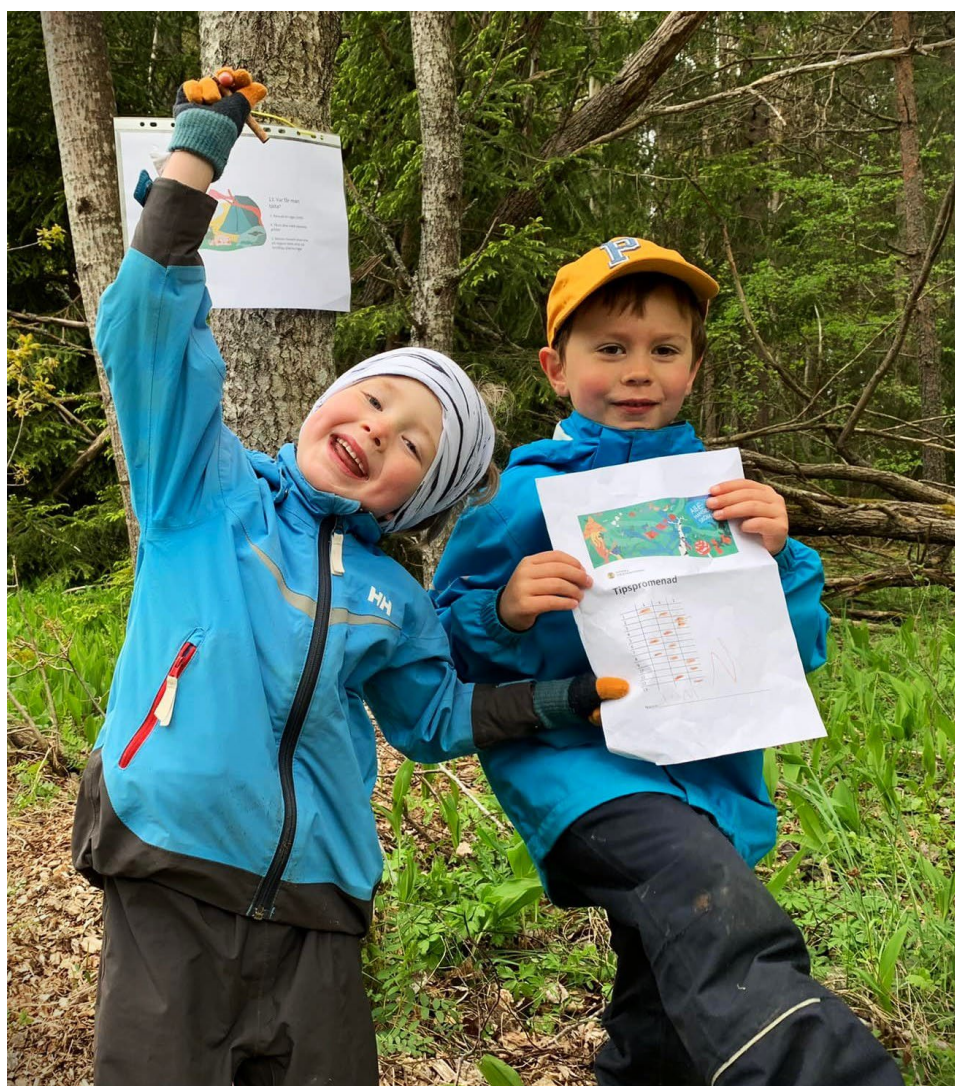
PRIORITERINGAR 2023

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

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

Friluftsrämjandet Lokalavdelningen ska 2023 prioritera att

- Säkerställ att alla funktionärer är korrekt registrerade i vårt medlemsregister.
- Säkerställ att alla ledare har ett Office 365 konto.
- Underhålla och utveckla vår Sharepointportal
- Alla funktionärer arbetar administrativt via våra Teamskanaler och Sharepointportal.



ORGANISATION

ÅRSMÖTE

Årsmöte hålls i januari/februari via Teams. Detta möjliggör för fler medlemmar att delta i mötet. Vid mötet presenteras verksamheten i ord och bild utöver själva årsmötet.

STYRELSEN

Styrelsen ska strategiskt leda, driva och utveckla lokalavdelningen. Styrelsen skall verka i enlighet med Friluftsförbundet's stadgar. Styrelsen genomför möten ca en gång per månad. Utöver detta hålls informella möten av diskussionskaraktär för att utveckla verksamheten. Ledare bjuds in till styrelsemöten som adjungerade deltagare vid behov.

Styrelsen kommer förutom den löpande framdriften av föreningen att under året genomföra följande aktiviteter:

- Genomföra två ledardagar, en per termin.
- Överväga att bjuda in intressanta föredragshållare samt genomföra andra icke grenspecifika aktiviteter av utbildande karaktär.

VALBEREDNINGEN

Valberedningens arbete är centralt för den demokratiska styrningen av lokalavdelningen, främst genom ansvaret att föreslå ledamöter till styrelsen samt revisorer. Valberedningen består av två personer varav en person väljs varje år. Vid mindre lokalavdelningar kan färre personer ingå i valberedningen.

Lokalavdelningen ska 2023 utveckla valberedningens arbete och säkerställa att ledamöterna i valberedningen erbjuds en utbildning i hur en valberedning bör arbeta.

ADMINISTRATION

Det krävs en hel del administration för att sköta en lokalavdelning inom Friluftsförbundet. Under 2023 ska lokalavdelningen

- Underhålla och använda verktyg inom Sharepoint och Teams för att underlätta administration
- Underlätta för verksamhetsgrenarna att själva utföra sin administration

EVENTS/KONFERENS

Lokalavdelningen kommer under 2023 att delta i lokala events som gagnar den egna verksamheten.

Vi kommer också delta i Regionstämma (digitalt) och Riksstämma (digitalt)

FINANSIERING

Lokalavdelningen Värmdö har under 2022 lyckats att vända ekonomin från underskott till ett överskott, vilket skapar ekonomiska möjligheter för utveckling av vår lokalavdelning under 2023.

Medlemmar betalar för deltagande i våra aktiviteter och bidrar därmed till finansiering av utbildningar, material och administrativa omkostnader.

Intäkter erhålls också från medlemsavgifter, bidrag ifrån Värmdö kommun, projektmedel samt andra bidrag.

Detta gör att vi under 2023 kan fortsätta mot vårt mål att skapa möjligheter för vårt friluftsliv på Värmdö

PRIORITERINGAR 2023

Under 2023 kommer arbetet fortsätta med att utveckla Värmdös lokalavdelning genom att utveckla de befintliga ledarna och rekrytera nya där behov finns. Vi budgeterar också för två ledardagar under året.

Vi fortsätter att arbeta för att deltagaravgifterna täcker våra utgifter i samband med aktiviteterna.

2023 budgeteras för fortsatt uppdatering av utrustning och material som gör att vi kan utvecklas och locka fler deltagare till våra aktiviteter.

Föreningen ska söka sponsorer till verksamheten.



BUDGET 2023

Belopp anges i kronor.

Konto	Beskrivning	Summa alla kostnads- ställen	1 Overhead	5 Kajak	6 Långfärds- skridskor	7 Vandring	8 Förskole- barn	9 Skolbarn	10 Längd- skidor	12 MTB
SAMMANSTÄLLNING										
Intäkter		180 750	98 000	31 800	4 800	6 000	15 400	24 750	0	0
Kostnader		180 450	65 700	59 400	6 000	14 550	15 300	19 500	0	0
Resultat		300	32 300	-27 600	-1 200	-8 550	100	5 250	0	0
INTÄKTER										
3010	Aktiviteter	82 750	0	31 800	4 800	6 000	15 400	24 750	0	0
3410	Medlemsavgifter	50 000	50 000	0	0	0	0	0	0	0
3921	Grundbidrag Värmdö kommun	48 000	48 000	0	0	0	0	0	0	0
3922	Bidrag Värmdö kommun	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3990	Övriga intäkter	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		180 750	98 000	31 800	4 800	6 000	15 400	24 750	0	0
KOSTNADER										
4010	Material	8 500	500	1 000	2 500	0	1 500	3 000	0	0
4022	Aktiva ledare - ledarvård	38 500	30 000	2 000	0	3 000	2 000	1 500	0	0
4023	Hjälpledare - Ledarvård	6 000	0	0	0	0	6 000	0	0	0
4024	Funktionär - Ledarvård	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4025	Förtroendevald - Ledarvård	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4026	Medlemmar - Ledarvård	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4030	Äventyrskostnader	4 450	0	0	0	1 450	0	3 000	0	0
4031	Mat vid äventyr	6 700	3 000	0	0	700	0	3 000	0	0
4032	Hyra vid äventyr	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4039	Annonskostnader vid äventyr	12 000	12 000	0	0	0	0	0	0	0
4041	Bilersättning för ledare	11 700	0	11 000	0	700	0	0	0	0
4612	Aktiva ledare - utbildning	27 100	0	18 400	0	8 700	0	0	0	0
4614	Funktionär - utbildning	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4613	Hjälpledare - utbildning	2 000	2 000	0	0	0	0	0	0	0
4615	Förtroendevalda - utbildning	45 300	0	27 000	3 500	0	5 800	9 000	0	0
4616	Medlemmar - utbildning	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5010	Lokalhyra	6 000	6 000	0	0	0	0	0	0	0
5910	Annonsering	5 000	5 000	0	0	0	0	0	0	0
6110	Kontorsmaterial	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6230	Datakommunikation	400	400	0	0	0	0	0	0	0
6250	Tele och post	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6570	Bankkostnader	5 000	5 000	0	0	0	0	0	0	0
6980	Föreningsavgifter	1 800	1 800	0	0	0	0	0	0	0
Summa		180 450	65 700	59 400	6 000	14 550	15 300	19 500	0	0



EXTERNA FORUM

Friluftsförbundet Värmdö är representerat i ett flertal externa forum, se nedan.

Forum	Namn
Mötesplats Stavsnäs	Marie Jungbeck
Friluftsrådet, Värmdö kommun	Marie Jungbeck
Utbildningsteam kajak, Region Mälardalen	Leena Jylli och Carl-Johan Wallin
Utbildningsteam Skogsmulle och skogens värld, Region Mälardalen	Ulla-Britt Thorngren



