



# VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2018

FRILUFTSFRÄMJANDET LIDINGÖ

## ORDFÖRANDE HAR ORDET

Bakom oss har vi ett fantastiskt år för Friluftsförbundet på Lidingö. Återigen har våra ideella ledare och funktionärer sett till att unga och gamla fått njuta av äventyr ute i naturen. Vi ser hur både antalet medlemmar och verksamheten växer. Genom att arrangera olika aktiviteter på Lidingö och i andra delar av Sverige kan vi *”främja en aktiv fritid genom skidåkning och annat friluftsliv och därigenom verka för folkhälsa och livsglädje”* vilket är föreningens ändamål.

Det som är värt att lyfta fram i år är dels hur bland annat vandring och Freeskiers fortsätter att utveckla sin redan stora verksamhet samtidigt som nya initiativ, t.ex. Äventyrliga vuxna Funkis leder till att vi når en ny grupp i samhället.

Patrik Blomquist, Ordförande Friluftsförbundet Lidingö

## VÅRA VERKSAMHETER

Friluftsförbundet är Sveriges största och bredaste friluftsförbundet med 95 000 medlemmar och 7000 ideella ledare. Vårt fokus sedan starten år 1892 är att genom friluftsliv verka för folkhälsa, livsglädje och en tillgänglig friluftsmiljö för alla.

Under 2018 hade föreningen följande övergripande mål:

- Rekrytering av ledare och ledarutveckling
- Arbeta över gränserna mellan olika grenar
- Förbättra kommunikation till medlemmar och de som ännu inte blivit medlemmar.

## LEDARVÅRD & REKRYTERING

Ledarna är vår absolut största tillgång därför har en ledarvårdsgrupp bildats för att arbeta med dessa frågor. Gruppen består av 4 personer varav 3 från styrelsen och träffas regelbundet för att driva den här frågan framåt.

Fokuset har till att börja med varit på att jobba för att behålla våra nuvarande ledare. Baserat på förslag från verksamhetskonferensen i november 2017 samt från ledare på olika håll så valde vi att sätta upp en modell där vi varje kvartal satsar på ett av följande områden: utbildning, ”prova på” aktivitet, föreläsning eller gemensamt firande. Så under året har vi haft

- Utbildning: 2 st HLR utbildningar där vi haft en blandning av deltagare från de olika grenarna
- ”Prova på” - Freeskiers ordnade kvällsskidåkning i Ekholmsnäsbacken med skidlektion för de som önskade
- Gemensam sommaravslutning på Hustegaholm för alla ledare och styrelsen
- Inspirerande föreläsning - i höstas bjöds äventyraren Olof Sundström in och talade för ledare och Äventyrliga vuxna

Vi har även införskaffat namnbrickor till alla ledare och styrelsen och undersökt möjligheten att köpa profilkärl till ledarna.

## KOMMUNIKATION

Vi har kommunicerat med programblad som tidigare, men har beslutat efter höstens utgåva övergå till mer regelbundna nyhetsbrev via mejl. Vidare har vi kommunicerat via Facebook och genom att försöka få in fler aktiviteter i äventyrshanteraren. Vi har också annonserat på anslagstavlor och med banderoller inför Äventyrsdagen och Bytesmarknaden.

Två av våra ledare, Olle Lundström och Magnus Linde nominerades till "Min lokala hjälte" i Mitt i Lidingö och Olle utsågs slutligen till 2018 år lokala hjälte för sina insatser med Freeskiers och framförallt för samarbetet med Mentor Sverige.

## BARN & UNGDOMSVERKSAMHETEN

Friluftsförbundet barn- och ungdomsverksamhet består på Lidingö av två delar: Skogsmulle och skogens värld, vår verksamhet för barn 0–6 år, samt Vildmarksäventyr för barn och ungdomar 7–25 år (Strövare ca 6-9 år, Frilufsare ca 9-14 och TVM ca 14-25 år).

Friluftsförbundet har ca 34 000 barnmedlemmar varav 600 barn finns i vår lokalavdelning. Friluftsförbundet har en viktig uppgift att erbjuda barn- och ungdomar meningsfulla aktiviteter. Genom att hjälpa unga att upptäcka glädjen av att vistas i naturen kan vi skapa ett starkt förhållande till natur och friluftsliv. Vi ser också att våra aktiviteter är en viktig inkörsport till ett livslångt medlemskap och engagemang för naturen och friluftslivet.

Totalt har vår lokalavdelnings barnverksamhet skapat 7000 aktivitetstimmar om man inte räknar Skogsmulle och skogens värld som uteslutande sker inom de sex olika förskolor och den skola som använder I Ur och Skur pedagogiken.

Under året har vi haft 9 aktiva Strövare/Frilufsare-grupper och 19 aktiva ledare. Antalet barn/ungdomar som är aktiva i vår verksamhet uppgår till ca 80 stycken. För närvarande har vi ingen aktiv TVM grupp men några av våra TVM:are har deltagit på ting på olika håll i landet. Verksamheten pågår året om och grupperna ses i snitt en gång per månad.

## ALPIN SKIDÅKNING

Friluftsförbundet historia bygger till stor del på skidåkning. Grunden i snöverksamheten är skidskolan i hemmabacken. Den alpina grenen inom Friluftsförbundet lokalavdelning på Lidingö heter Lidingö Freeskiers. Vi har ca 250 aktiva barn och ungdomar i årskurs 1 till 9 som tränar med oss varje vecka, ungdomarna tränar 2 gånger per vecka och barnen 1. För nybörjare har vi en Helgskidskola som under 6 tillfällen utbildar ca 300 barn. Vår träning leds av ungdomar i gymnasieåldern som går skidläroarbildning i Friluftsförbundet regi. Vi har ca 50 aktiva tränare i vår verksamhet och är stolta över vilka goda förebilder de är för barn och ungdomar som deltar i vår verksamhet. Sammantaget är vi Sveriges största friåkningsklubb.

Totalt har vår lokalavdelnings alpina skidåknings-verksamhet skapat ca 4000 aktivitetstimmar.

## KAJAK

Kajak har idag 250 intresserade medlemmar i vår lokalavdelning. Totalt har vår lokalavdelnings kajakverksamhet skapat ca 200 aktivitetstimmar.

## LÅNGFÄRDSSKRIDSKO

Långfärdsskridsko har funnits länge i organisationen. 13 713 medlemmar är intresserade av långfärdsskridskoäventyr vilket ger grenen stor potential. I vår Lokalavdelning har vi ca 300 intresserade.

Under 2018 har våra viktigaste aktiviteter inom långfärdsskridsko varit våra turer på torsdagar, lördagar och söndagar, vår kurs i januari samt plogning av rundbanan på Grönstaviken.

Totalt har vår lokalavdelnings långfärdsskridsko-verksamhet skapat ca 620 aktivitetstimmar.

Enligt överenskommelse med Lidingö stad ordnar vi en plogad skridskobana på Grönstaviken. Uppdraget innebär att när omständigheterna tillåter ploga och underhålla en skridskobana 2 – 3 km lång på Grönstaviken under tiden januari - mars. Vi ansvarar för att banan har tillräcklig tjocklek samt för övrigt är åkbar.

Syftet med banan är att ge skridskointresserade som inte känner att de kan delta i vår turverksamhet tillfälle att åka på naturis. Banan utnyttjas också för att ordna Lilla Vikingarännet för de yngre. I anslutning till banan ordnas också plurningsövning under kontrollerade förhållanden.

Banan var åkbar 26 dagar under säsongen. För bestämning av antalet åkare och hur lång tid de nyttjar banan saknas mätmöjlighet. Lilla Vikingarännet ordnades en lördag och söndag i februari. Antalet deltagare som löste startbiljett var 78, därtill kommer ett antal medföljande föräldrar.

Två plurningsövningar genomfördes, en för allmänheten med 12 deltagare, en för I Ur och Skur Utsiktens skola med runt 30 deltagare.

Kurs hölls som vanligt med 2 teorikvällar i januari för de 24 deltagarna. Efter en teknikträning på Östermalms IP var det dags för en tur på naturis. 19 deltagare var med på Länna Kyrksjö där det även övades på livlinekastning och genomgång av säkerhetsutrustningen.

## MTB

Inför 2018 så flyttade grenledaren och flera ledare slutade Under 2018 så lyckades vi rekrytera flera ledare och verksamheten kunde fortsätta både höst och vår. Vi har kört 16 tillfällen och har ungefär 10-20 barn per tillfälle, från 7 år till högstadieålder. Vid träffarna har vi cyklat på markerade mtb-leder på Lidingö och vid Fiskartorpet på Norra Djurgården. Vi har även varit på den kommunala dirt-bmx-banan vid två tillfällen för att träna teknik. Fokus har varit att lyfta barnen till en nivå där de är kompis med cykeln och tryggt klara teknisk och rotig stig även och branta nerförsbackar. Ett annat mål har varit att kunna hålla en jämn fart i grupperna för att få till mycket cykling under träffarna. Två ledare gick ledarkursen på Lidingö i juni 2018 och fick därmed sig bra övningar och verktyg för att strukturerat lära ut mtb-cykling. Vi har haft 2-4 ledare per träff samt föräldrar för de

minsta barnen. Höstterminen avslutades med ett par klassiskt fina pannlampspass. Det är nog de passen som uppskattas mest av båda barn och ledare. Under 2018 har grenledaren i ett separat projekt för Friluftsförbundet arbetat med fotograferandet till boken Cykla mtb med barn. De har resulterat i att barn från Lidingö syns i boken. Inför 2019 så upprepar vid upplägget med 2018 men ledargänget är numera mer varma i kläderna.

## VANDRING LÅGLAND

Vandring lågland är en vardags- och helgverksamhet året runt, oftast dagsturer men också med övernattnig. Vandringsgrenen erbjuder otaliga variationer på inriktningar och teman såsom: vandring med meditation, vandring för personer med funktionsvariationer, veckodagsvandringar och stads/kulturvandringar. I vår Lokalavdelning har vi ca 200 personer som är intresserade av Vandring. Anslutningen till vandringarna har varit synnerligen god från såväl egna lokalavdelningen samt med deltagare från andra lokalavdelningar. Verksamheten har kunnat lämna ett bidrag till den gemensamma verksamheten inom lokalavdelningen och satsa på ledarutveckling. Totalt har vår lokalavdelnings vandringsverksamhet skapat 5000 aktivitetstimmar. Som exempel kan nämnas att Under 2018 har antalet deltagare varit 171 på tisdagsvandringarna och 143 på stavgången resulterande i 342 respektive 286 aktivitetstimmar.

Genomförda vandringar under 2018 har varit:

- Kungsholmen runt 10 februari
- Runt södra Djurgården 17 mars
- Eldgarnsö naturreservat 22 april
- Skogsvandring med lägereld på västra Lidingö 6 maj
- Vandringsresa till Öland 10-13 maj
- Fågelmorgon 19 maj
- Vandring i Ekbacken 23 maj i samarbete med Naturskyddsföreningen
- Vandring i Erstavik 26 maj i samarbete med Skogstur
- Försommarvandring på Lidingö 2 juni samarbete med Naturskyddsföreningen
- Lyssna till kvällsfågelsång vid Hustegaholm 5 juni
- Vandring med guldkant på Ornö 15-17 juni
- Vandring i Härjarö naturreservat 7 juli
- Vandring på Kullahalvön 22-26 augusti
- En tur Nybrokajen-Hammarby sjöstad-Saltsjö Duvnäs 1 september
- Vandring i Rosersberg 15 september tillsammans med Skogstur
- Vandring med guldkant i Tiveden 19-21 oktober
- Tre insjöar på Lidingö 25 oktober
- Höstlovsvandring med grillning 30 oktober
- Vandring Saltsjön runt 18 november
- Vandring norra Djurgården 1 december
- Tisdagsvandringar vår och höst i Grönstaskogen
- Stavgångsvandring vår och höst



## ÄVENTYRLIGA VUXNA

Äventyrliga vuxna startades senvåren 2016. Intresset växte och ytterligare en grupp drog igång ett halvår senare. Grupperna bestod av drygt 20 deltagare/grupp med en genomsnittlig närvaro på ca 80%.

På grund av svårigheter att rekrytera ledare och minskat deltagarantal togs beslut om en sammanslagning av grupperna inför höstterminen 2018.

Under våren gjordes en enkätundersökning vilket låg till grund för höstens program. Till ett flertal aktiviteter har ledare inom andra grenar engagerats för att bidra med sin expertis vilket varit mycket uppskattat. Verksamheten har visat sig vara en sluss vidare till andra verksamhetsgrenar inom främjandet, t ex kajak och långfärdsskridskor, dit tidigare deltagare sökt sig. Vi har även vänt oss externt för aktiviteter som klättring och svamplockning.

## ÄVENTYRLIGA VUXNA FUNKIS

Under våren 2018 startade en pilotverksamhet med syfte att erbjuda likvärdig verksamhet för vuxna personer med olika funktionsvariationer som t ex intellektuell funktionsnedsättning eller autismspektrumtillstånd. Detta föll väl ut och inför hösten erbjöds anmälan till fast grupp. Gruppen består av 6 deltagare och två ledare. Man har under hösten träffats vid 5 tillfällen och uppskattade aktiviteter har varit matlagning på öppen eld, fågelskådning och reflexorientering.

## INTERNATIONELLA VERKSAMHETEN

Lokalavdelning bedriver sedan början av 1990-talet internationellt samarbete med mål att bidra till att barn i alla länder skall beredas möjlighet att leka och lära i naturen på samma sätt som svenska barn. Grunden för verksamheten utgörs av Friluftsförbundet Skogsmulle, samt I Ur och Skur verksamheten.

### Insatsernas innehåll

- Genomförande av utbildningsverksamhet i Sverige och utomlands
- Studiebesök med informationsverksamhet utomlands
- Arrangerande av studiebesök i Sverige från olika länder
- Arrangerande av internationella Skogsmullesymposier
- Deltagande i sammankomster och seminarier utomlands

Verksamheten 2018 har omfattat en rad studiebesök från många länder på Lidingös I Ur och Skur förskolor.

- Året inleddes med sedvanligt besök från Gloucestershire University av 50 studenter.
- Anita Ierike från Saldus med lärare från en skola för barn med funktionsnedsättning.
- Kayla Nikells, en förskollärare, som ämnar starta en förskola i Montana, USA.

- Dr. Hee Jung Chang från Sydkorea. Hon har skrivit böcker om utomhuspedagogik och startat flera förskolor i sitt hemland. Då hon fastnat för Skogsmulle som pedagogiskt hjälpmedel återkom hon någon månad senare med 25 förskollärare och chefer.
- Tre förskollärare från New York där förskolegården ligger på taket av en byggnad på Manhattan, the Madison Avenue Presbyterian Church Day School.
- 7 japanska Skogsmulleledare och förskollärare fick två dagars praktik på I Ur och Skur.
- 6 förskollärare från Londons Pembury House Nursery School and Children´s Centre, Tottenham.
- Beth Barret en förskollärare från Fairbanks Alaska.
- Niki Buchan Australien, Educational Consultant, tillsammans med 15 förskollärare och konsulter från England.

## FJÄLL

Friluftsförbundet Friluftsförbundet Friluftsförbundet fjällverksamhet är som störst under sommaren med fjällvandringar. Den består även av fjällturer på skidor vintertid och andra verksamheter som ibland använder fjällen som arena. På grund av förändrade krav från omvärlden har Friluftsförbundet under 2018 övergått till en anpassning efter Fjällsäkerhetsrådets grundläggande norm för fjälledare. I vår Lokalavdelning har vi ca 350 intresserade av fjäll.

Totalt har vår lokalavdelnings fjäll-verksamhet skapat ca 2200 aktivitetstimmar.

## VINTERFJÄLL

Verksamma färdledare vid vårvinterns turer har varit Christian Gottlieb (grenledare) samt Eva Rozenbeek och Elsa Rozenbeek. Eva och Christian har gått en grundläggande lavinutbildning i Åre. Efter det blev Christian certifierad vinterledare enligt Fjällsäkerhetsrådets norm (nödvändigt för att få vara ansvarig ledare för fjällturer vintertid). Christian var tidigare certifierad sommarledare. Eva har gått Svenska Fjällklubbens grundläggande färdledarkurs för turer vintertid. Sedan tidigare är Eva certifierad sommarledare enligt Fjällsäkerhetsrådets norm. Staben av fjälledare har under året utökats med Lars Munter från Danderyd, som är certifierad sommar- och vinterledare. Danderyd har inte någon egen fjällverksamhet.

Grenen Vinterfjäll har nära samarbete med grenen Sommarfjäll med grenledare Eva Buhre.

Under vårvintern har två äventyr arrangerats av lokalavdelningen.

- 25-29 mars genomfördes dagsturer med utgångspunkt från Storulvåns fjällstation. Ledare var Christian med Elsa som praktiserande ledare. Antalet deltagare var 9.
- 8-14 april genomfördes en stugtur med start och mål vid Storulvåns fjällstation. Ledare var Eva och Christian. Turen började med en dagstur i fjällstationens omgivning. Därefter gick turen till stugan i Gåsen (två övernattningar), vidare till stugan i Stensdalen (två övernattningar) och sedan tillbaka till Storulvån, där gruppen övernattade och avslutade med en kortare dagstur den 14 april. Antalet deltagare var 8.

## BYTESMARKNAD

I oktober arrangerade som vanligt en bytesmarknad då allmänheten får möjlighet att sälja och köpa begagnat friluftsutrusning. Som vanligt var det mycket bra uppslutning även om det var något färre deltagare i år än förra året.

## ÄVENTYRS DAG

I september arrangerades en äventyrsdag vid vattnet nedanför Lidingö Kyrka. Den var mycket lyckad, men inte med så många aktiviteter som tidigare år.

## DEMOKRATI OCH ORGANISATION

Vår lokalavdelning leds av styrelsen. Lokalavdelningsstyrelse ska leda, driva och utveckla verksamheten så att ändamålsparagrafen uppfylls långsiktigt. Styrelsen skall verka i enlighet med Friluftsförbundet's stadgar och styrelsens arbetsordning. Vi har förutom ordföranden åtta ledamöter och två suppleanter i styrelsen. Under året har vi genomfört 10 styrelsemöten där samtliga ledare inbjöds att delta i avslutningen på både vårterminen. Samtliga styrelsemöten är öppna för samtliga medlemmar och styrelsen har intentionen att göra samtliga protokoll tillgängliga via hemsidan.





Lidingö 4 mars 2019

Patrik Blomquist

Ordförande

Per Larsén

Vice ordförande

Elisabet Holtz

Kassör

Ylva Ericsson

Sekreterare

Annika Bruno

Cecilia Eriksson

Py Dalaryd

Johan Larsson

Johan Claesson

Joakim Dahl

Suppleant

Ulla Bohmgren

Suppleant