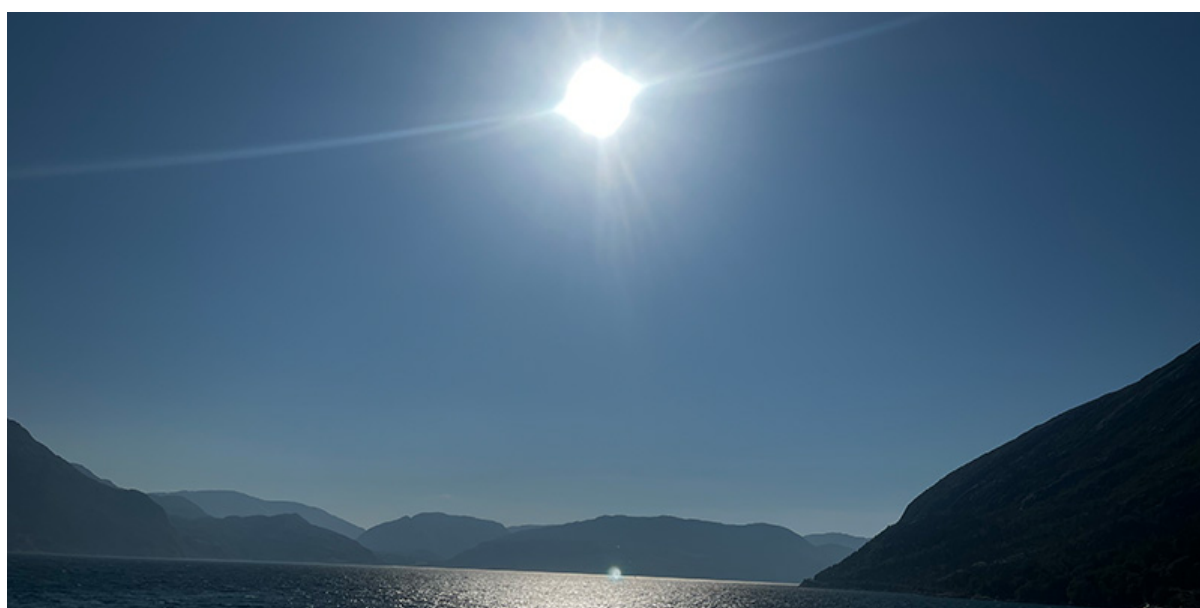


Läs mailet i din [webbläsare](#).



Region Mälardalen

Nyhetsbrev 4-25



Låt sommarens solstrålar...

Låt sommarens solstrålar fortfarande värma dig och låt minnena av sommarens äventyr finnas kvar och ge dig energi och kraft när vi nu tar oss an höstens utmaningar 🍁





Bli synlig i lokalmedia – digital workshop

Vill du att fler ska få upp ögonen för det ni gör i er lokalavdelning? I den här digitala workshopen får du konkreta tips på hur du kan nå ut i lokalmedia, även om du har lite tid och ingen tidigare erfarenhet.

Datum: 8 september

Tid: kl. 18.00 - 19.00

[Läs mer](#)



Förebyggande säkerhetsarbete (alla grenar)

Välkommen till en workshop med fokus på säkerhetsplan (men även övergripande utvecklingsarbete inom säkerhet) för dig som är grenledare, ledare eller styrelseaktiv i Friluftsrämjandet, oavsett gren.

Det här tillfället är en möjlighet att ses på plats över grengränserna och diskutera säkerhetsarbete och säkerhetsplan sett över olika verksamheter!

Datum: 14 september

Kl: 10.00 - 15.00

Plats: Regionkontoret, Alsnögatan 7

[Läs mer](#)



Bli Krisvis - höj din och andras hemberedskap

Känner du till att du som medlem, pedagog, förtroendevald eller ledare kan ta del av e-utbildningarna "Krisvis introduktionsutbildning" och "Krisvis för ledare"?

Vid en kris kan gemenskapen, att känna någon i sin närhet, vara lika viktig som att kunna hantera ett friluftskök och att kunna rena vatten. I e-utbildningarna går vi igenom vad du själv kan göra för att bli krisvis.

[Läs mer](#)

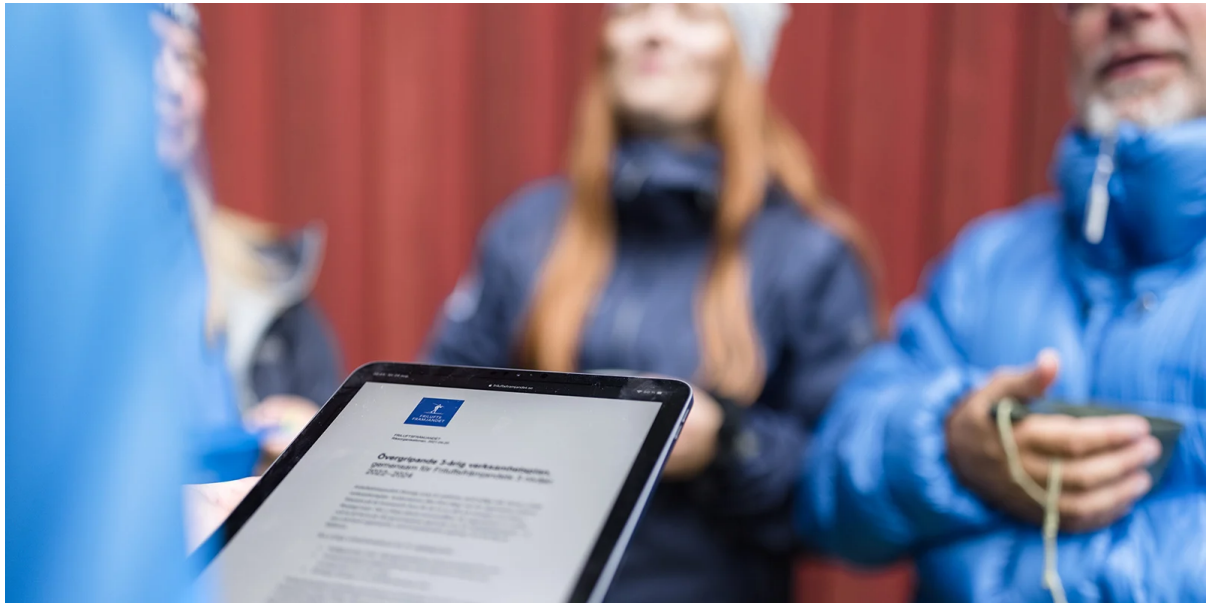
Så här kan du påverka – skriv en motion

Om det är något du vill förändra i vår organisation kan du alltid påverka genom att skriva en motion/ett ärende. När behöver styrelsen din motion för att ta upp den på årsmötet?

- **Motion till lokalavdelningen:** senast två veckor före årsmötet.
- **Motion till regionen:** skickas via lokalavdelningens styrelse och ska vara hos regionen senast tre veckor före regionstämman (senast 27 mars 2026).
- **Ärende till riksorganisationens årsmöte:** går via lokalavdelningens styrelse och regionstyrelsen. Ska vara hos riksorganisationens styrelse senast 1 januari 2026.

Här nedan finns tips på hur du skriver en motion

[Läs mer](#)



Valberedning - tips och hjälp att komma igång med ert valberedningsarbete

Region Mälardalen bjuder in dig som är valberedare i din lokalavdelning till ett kom i gång med ert valberedningsarbete.

Datum: Tisdag 14 oktober, digital träff

[Läs mer](#)

Äventyrshanteraren - Skapa och hantera äventyr - Digital på teams

Region Mälardalen bjuder in dig som är ny i organisationen och eller känner dig osäker på hur äventyrshanteraren fungerar, till en genomgång - Skapa och hantera äventyr.

Datum: Torsdag 16 oktober, digital träff

[Läs mer](#)



Ledarträff med fokus på utmanande samtal

Välkommen till Region Mälardalens ledarträff med fokus på "utmanande samtal". Vi satsar, för tillgänglighetens skull, denna gång på en digital träff och bjuder in dig som är ledare i lokalavdelning (oavsett gren) att delta.

Datum: 13 november

Tid: kl 18.30 - 21.00

[Läs mer](#)



Första hjälpen HLR och L-ABCDE

Första hjälpen utbildning med HLR och L-ABCDE för dig som ska bli ledare eller behöver uppdatera dina kunskaper.

"Att hjälpa en annan är att stärka både dem och sig själv." ❤️

[Läs mer](#)



Nationell Fjälledarträff, Stockholm

Varmt välkommen fjälledare eller fjälledare under utbildning till höstens nationella ledarträff nedom trädgränsen!

Verksamhetsgrupp fjäll, Region Mälardalen inbjuder dig att ta chansen att träffa dina ledarkollegor, knyta nya kontakter, få ny input och lärdomar och inte minst: sammanfatta den gångna säsongen tillsammans i trevliga former!

Läs mer



🌿 Digital inspirationsträff 🌿

Funkisverksamhet & bildstöd som verktyg för kommunikation

Är du ideell ledare och nyfiken på eller vill lära dig mer, eller kanske en förälder som vill få tips och ideer för att inkludera fler eller till och med starta funkisverksamhet i er lokalavdelning?

Läs mer

Fritids KORTET



Folkhälsomyndigheten



eHälsomyndigheten

Ansök om att bli ansluta till Fritidskortet

Den 1 september lanserades Fritidskortet som syftar till att hjälpa fler barn och ungdomar att prova på fritidsaktiviteter och få en meningsfull fritid. Det möjliggör för

vårdnadshavare till barn mellan 8-16 år att ansöka om att betala hela eller delar av sitt/sina barns fritidsaktiviteter med Fritidskortet. För att Fritidskortet ska fungera vid betalning av en fritidsaktivitet måste lokalavdelningen vara ansluten till Fritidskortet och erbjuda minst 6 aktiviteter under en sammanhängande sexmånadersperiod.

Ansök här: [Friluftsföreningar.](#)

Se svar på vanliga frågor på Fritidskortets webbplats

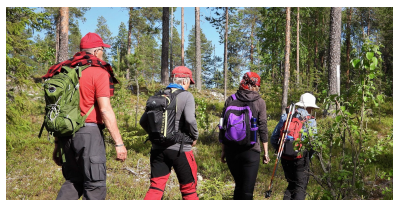
[Läs mer](#)



Skogsmulle och skogens värld, grundutbildning Täby

Välkommen att utbilda dig till ledare för våra verksamheter inom Skogsmulle och skogens värld!

[Till äventyret](#)



Ledarutbildning Vandring Lågland

"Det enda som slår äventyret är att få leda andra ut i naturen" 🌿
Är du redo att bli den som tar med människor på oförglömliga upplevelser? Då är den här utbildningen för dig!

[Till äventyret](#)



Ung ledarutbildning Vildmarksäventyr, Järfälla

Den här utbildningen riktar sig till dig som är 13-25 år och vill bli ledare i Vildmarksäventyr (för barn 7-12 år).

[Till äventyret](#)

HITTA FLER ÄVENTYR

Inspiration och stöd på webben

På de nyskapade webbsidorna [Stöd från regionen](#) och [Styrelsearbete](#) får du en god överblick av det stöd ni kan få i lokalavdelningen, här hittar du även användbara verktyg och tips kopplat till det löpande styrelsearbetet.

[Läs mer](#)

Är du ensam ledare i din gren i din lokalavdelning?

Be gärna en representant i lokalavdelningens styrelse att tilldela dig rollen som grenledare om du är "ensam" ledare i din gren eller om ni är ett mindre ledargång. På så sätt når viktig grenspecifik information fram och ni får bättre förutsättningar för utveckling: genom till exempel nätverkande vid grenledarträffar och information om aktuella fortbildningar. Grenledarens roll kan se olika ut i olika lokalavdelningar. Ta en diskussion med din styrelse och forma rollen efter era förutsättningar och önskemål. Inspireras gärna av denna information.

[Läs mer](#)



Sök stipendium för att nå nya målgrupper - Friluftsrämjandet

Vill din lokalavdelning bjuda in fler till Friluftsrämjandets gemenskap? Nu finns ett nytt stipendium att söka, för lokalavdelningar som vill nå nya målgrupper genom aktiviteter för allmänheten.

[Läs mer](#)

Trygga äventyr under jaktsäsong

Höst innebär tid för jakt. Vi vill även under denna period bedriva roliga, trygga och säkra äventyr. När du leder verksamhet ute i skog och mark under jaktsäsong – stäm gärna av med jaktledaren i området om var jägarna håller till och om jakt bedrivs när ni planerar att vara ute. Sprid gärna informationen i dina/lokalavdelningens kanaler och lägg in några rader om jakt i säkerhetsplanen.

Läs gärna om vett och etikett i samband med jakt

[Läs mer](#)



Fyll på din ryggsäck

Anpassat ledarskap, Friluftsrämjandet, e-utbildning
Krisvis, Friluftsrämjandet, e-utbildning för ledare

[Ledare som lyssnar](#), Folkhälsomyndigheten, e-utbildning
[Motivera ideella](#), Volontärbyrån, digital utbildning
[Motivera ideella](#), Studieförbundet, studieplan

PÅ GÅNG

11-21/9 [Skogsdagarna - Naturskyddsföreningen](#)

13/9 [Vandringens Dag - Svenska Turistföreningen](#)

20/9 [Allemansrättens Dag - Svenskt Friluftsliv](#)

21/9 [Hela Sverige plockar skräp - Håll Sverige rent](#)

21/9 [Regional tankesmedja för friluftsliv - Tillgänglig natur för alla, Uppsala](#)



Bli Ledare

Det enda som slår äventyret, är att leda det. Varje år visar våra 8700 ledare vägen ut i naturen för tusentals medlemmar – med sann passion för friluftslivet, stor kunskap och varm gemenskap. Bli en av oss och låt äventyret börja.

Välkommen

Kontakta Friluftsförbundet Region Mälardalen

Har du en fråga, eller av annan anledning vill komma i kontakt med Friluftsförbundet Region Mälardalen? Varmt välkommen att kontakta oss.

Kontakta oss

Du får det här brevet för att du är ideellt aktiv i Friluftsförbundet Region Mälardalen.

[Hitta äventyr](#) | [Hitta fortbildning](#) | [Mina sidor](#)

