

Verksamhetsberättelse 2024

Friluftsrådet Region Mälardalen



I det här dokumentet kan du läsa om några av våra viktigaste händelser 2024. Det finns länkar i dokumentet som du kan klicka dig vidare på om du vill läsa mer. [Här](#) har vi samlat information om 2024 som inte finns på andra webbsidor

”Tycker att hela utbildningen var mycket bra och speciellt bra att vi var från olika lokalavdelningar. Alla har olika erfarenheter att förmedla och det är ett bra sätt att knyta nya kontakter.”

Ordförande har ordet

Som ny ordförande i Region Mälardalen är jag otroligt stolt över den verksamhet vi bedrivit 2024 för att utbilda ledare och stötta lokalavdelningar.

Några aktiviteter under året som jag vill lyfta lite extra:

Längdåkningsalliansen: Ett nytt initiativ mellan lokalavdelningar i Mälardalen som vill ha verksamhet inom längdskidåkning

Locka och behålla ledare: Baserat på input från vår verksamhet har vi tagit fram ett nytt workshopkoncept för att stötta Lokalavdelningar med några av deras viktigaste frågor

Påverkan: Vi är med och påverkar vårt samhälle genom att svara på remisser till regioner och stötta lokalavdelningar att svara på remisser.

Verksamhetsberättelsen innehåller fler exempel på vårt fina arbete.

Nu vill jag passa på att tacka alla utbildningsledare, ledare, förtroendevalda i regionen och lokalavdelningar, och anställda på regionkontoret för ett fantastiskt 2024.

Sverige är fantastiskt, ut och njut!



Stort tack till alla er som är med och bidrar till vår verksamhet!

Vår verksamhet drivs tack vare insatser av ideella ledare, utbildningsledare, funktionärer och förtroendevalda. Ni är alla med och bidrar till folkhälsa och livsglädje!

Under året har tre ledare utbildat sig till [utbildningsledare](#) i olika grenar.

Varmt välkomna till våra utbildningsteam!

Lokalavdelningar

Regionen består av 54 lokalavdelningar med en bredd av olika friluftsgrenar



Antal medlemmar

	2019	2020	2021	2022	2023	2024
Region Mälardalen	42 659	42 537	44 114	43 731	43 708	43 906
Riksorganisationen	108 371	108 559	112 083	109 290	108 166	109 404





Året i siffror – Friluftetsfrämjandet Region Mälardalen

- Utbildat 450 nya ledarkompetenser.
- Genomfört 42 grund (inkl. intro) - och påbyggnadsutbildningar
- Genomfört 14 fortbildningar
- Stöttat 30 lokalavdelningar utifrån deras behov, i deras organisatoriska arbete genom workshops och samtal. Vi har haft kontakt och samtal med 45 lokalavdelningar under året.
- Förmedlat ett 15-tal remisser till lokalavdelningarna vilket möjliggjort lokalt påverkansarbete för friluftsmiljön
- Redovisar ett negativt resultat på 42 580 kr för verksamhetsåret. Mer info finns [här](#).
- Nästan 44 000 medlemmar



Betydelsefulla händelser under året

Äventyr för unga i fokus

2024 fick verksamhet för unga extra stort fokus: det genomfördes en MTB-ledarutbildning för unga mellan 13-25 år och en "Ung ledarutbildning – Vildmarksäventyr" för blivande ledare för barn och unga. Uppskattade regionala äventyr för unga såsom Camp Vår, Rommeresan och TVM-ting genomfördes för ett hundratal ungdomar. Med medel från [Svenskt friluftsliv](#) erbjöd vi en träff för unga ledare, utbildning av unga skidledare från socioekonomiskt utsatta områden och en tredagarskurs om utforskande av friluftsliv för friluftsovana.



Funkismulle öppnar dörrar

Det nya verksamhetskonceptet [Funkismulle](#) hjälper fler barn att hitta meningsfulla aktiviteter och sociala sammanhang genom friluftsliv. Med det får ledare barn att upptäcka och utforska naturen på lekfulla och lärorika sätt utifrån [anpassat ledarmaterial som finns tillgängligt på webben](#) och en [inspirerande film om att leda Funkismulle](#). Filmen producerades i samarbete med barn och vuxna.

Häng med oss ut

Konceptet [Häng med oss ut - friluftsliv för psykisk hälsa](#) lanserades i Friluftsliv Framjandet under året. Med hjälp av nyrekryterade utbildningsledare genomfördes en första utbildning i regionen under två dagar, med resultatet nio utbildade ledare. Vi jobbar tätt med Riksorganisationen inom denna gren, både kring verksamhetsutveckling och nätverkande mellan anslutna verksamheter.

Skogshjältarna fortsatt populär pedagogik

Vi har genomfört fyra [Skogshjälte-utbildningar](#) varav två i pågående samarbeten, det ena med Vallentuna kommun som gjort en storsatsning på [utbildning av pedagoger på samtliga kommunala grundskolor](#) och det andra i Gävle i samarbete med RF SISU:s ["Rörelsesatsning i skolan"](#).



Betydelsefulla händelser under året

Behovsanpassade skidledarutbildningar

Lokalavdelningarna som bedriver skidverksamhet önskade "färdigbakade" skidledare till uppstarten av skidsäsongen. Det behovet lyckades vi möta med ett inlyssnande utbildningsteam som genomförde två skidledarutbildningar (U1,U2) i österrikiska Kaprun under höstlovet. Upplägget föll väl ut med 36 utbildade ledare.

Växande intresse för att leda äventyr i kajak

Tack vare stort intresse och hög efterfrågan på [kajakledarutbildning](#) utökade utbildningsteamet snabbfotat årets utbud. Det planerade upplägget med en Kajak 1 utbildning blev till två utbildningar med totalt närmre 20 deltagare.

Samtalstrygga utbildningsledare

Utbildningsledare i ett flertal grenar, från Snö till Skogsmulle och skogens värld, gjorde under en dag en djupdykning på temat "det trygga samtalet". Gunilla von Perner, samtalsterapeut, vägledde i hur en kan möta sina deltagare i olika situationer. Friluftslivets nya ledarskapslitteratur, [Ledarskap för friluftsliv](#), var också bas i utforskande samtal om att leda i naturen.

Skogsmulle i förskolan övergick till I Ur och skur

Under våren genomförde vi våra två sista [Skogsmulle i förskolan-utbildningar](#). Parallellt med genomförandet arbetade vi med kunskapsöverlämning till [I Ur och Skur](#) som från och med hösten tog över ansvaret för verksamheten.

Delaktiga i dialogen om vår arena

Vårt regionala [Friluftsmiljöråd](#) har under året lagt tid och energi på att besvara [Region Stockholms Regionala Utvecklingsplan](#) och har parallellt med det förmedlat ett trettiotal remissunderlag till berörda lokalavdelningar. De har rört allt från inbjudningar till samråd, skapande av naturreservat och klimathandlingsplan till utsläpp av metylenklorid, solcellspark och avskaffande av badförbud. Här kan du läsa mer om vårt [Påverkansarbete - Friluftslivetsfrämjandet](#)



Lokalavdelningar i regionen

Nytt grepp ger nyfikenhet på samarbete och utveckling

Nytt för i år är att vi samordnar [workshopen "Locka och behålla ledare"](#) lokalavdelningar emellan. Det har medfört en ökad nyfikenhet och öppenhet för samarbete inom lokalavdelningarnas verksamheter och även med närliggande lokalavdelningar. De ideella har uppskattat att fokusera på en angelägen fråga.

Uppskattat webbstöd & nya webbsidor

Vi har haft dialog med och stöttat lokalavdelningar med utveckling av deras hemsidor, detta har uppskattats av till exempel [Boo](#) och [Hofors](#) lokalavdelning. I samarbete med Riks utvecklade vi [webbsidor för ideellt engagemang](#) som stöd för lokalavdelningarnas rekryteringsarbete.

Utmaningar i lokalavdelningarna

Inför skapandet av [Friluftetsfrämjandet Region Mälardalens verksamhetsplan 2025-2027](#) undersökte vi [lokalavdelningarnas utmaningar via en enkät](#). Bland svaren framgår att de tre största utmaningarna är att rekrytera ledare, att behålla ledare samt att rekrytera styrelseledamöter. Tack till alla 24 lokalavdelningar som var med och bidrog i arbetet!



Längdskidsalliansen – Samverkan kring längdskidåkning

Under hösten bildade åtta lokalavdelningar en Längdallians för att stärka samarbetet kring längdskidåkning, ett initiativ som är öppet för fler. Särskilt värdefullt har detta varit för ledare som är ensamma i sin lokalavdelning. Genom samarbetet har det bland annat lokaliserats och aktivt arbetats med att skapa goda kontakter med några av [Stockholmsregionens konstsnöspårsanläggningar](#).

Vi har utbildat ledare i 12 friluftsgrenar

Vi bidrar till att
stärka
folkhälsa
och öka
livsglädje!



Långfärdsskridskor



Vildmarksäventyr



Snowboard



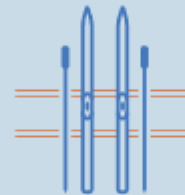
Vandring



Skridskor



Utförsåkning



Längdskidor



Skogsmulle



Naturparkour



Klättring



MTB



Kanot



Kajak

Organisation



Samverkan med andra

Vi har aktivt valt att [samverka med andra organisationer och föreningar](#) under det gångna året. Vid ett möte med kommundienstämman i regionen anordnat av Länsstyrelsen Stockholm lyfte vi Skogshjältarna, Häng med oss ut och möjligheter kopplade till samverkan mellan lokalavdelningarna och kommunen.



Vi har synts och hörts i media

Mats Eklycke pratade om "att hitta fokus i samtal med barn och ungdomar" och "i naturen blir tonen snällare" i [podden Samtalstrygg](#) och Ylva Schöldberg spred isglädje i radions Morgon i P4 genom att prata säkerhet och naturupplevelse på långfärdsskridsko.



Ökad kompetens om hållbarhet

En genomförd [miljö- och hållbarhetsutbildning på Ekocentrum](#), Göteborg, för personalen på regionkontoret gav inblick och djupare förståelse för de fotavtryck vi skapar som organisation och individer. Kunskap som är värdefull på många plan i den vidare utvecklingen av vår verksamhet.

Organisation



Regionstämma 2024

Syftet med regionstämman är att diskutera och bestämma det som är viktigt för verksamheten samt att välja regionstyrelse som ska leda organisationen. På regionstämman deltar ombud från lokalavdelningarna i regionen.

På regionstämman 2024 deltog 38 ombud från 19 lokalavdelningar. Totalt 67 personer deltog i stämman. Den hölls den 13 april och genomfördes på Tollare folkhögskola, Nacka



Regionstyrelsen

I regionstyrelsen är nio engagerade medlemmar invalda. Vi träffas ungefär vid 11 styrelsemöten per år.

Verksamhetsgrupper och råd

Medlemmarna är utsedda av regionstyrelsen och arbetar ideellt för att utveckla respektive verksamhetsgren med stöd från regionkontoret



Uppföljning av handlingsplan 2024

Inför varje år tar regionen fram en handlingsplan som utgår ifrån vår treåriga verksamhetsplan. Nästan alla planerade aktiviteter har genomförts.

Regionkontoret

Åtta medarbetare på regionkontoret stöttar regionens lokalavdelningar genom att bl. a. ge organisatoriskt stöd och erbjuda ledarutbildningar.

[Här](#) finns information om 2024 (länkade webbsidor uppdateras för att vara aktuella)



FRILUFTS
FRÄMJANDET

Låt äventyret börja!