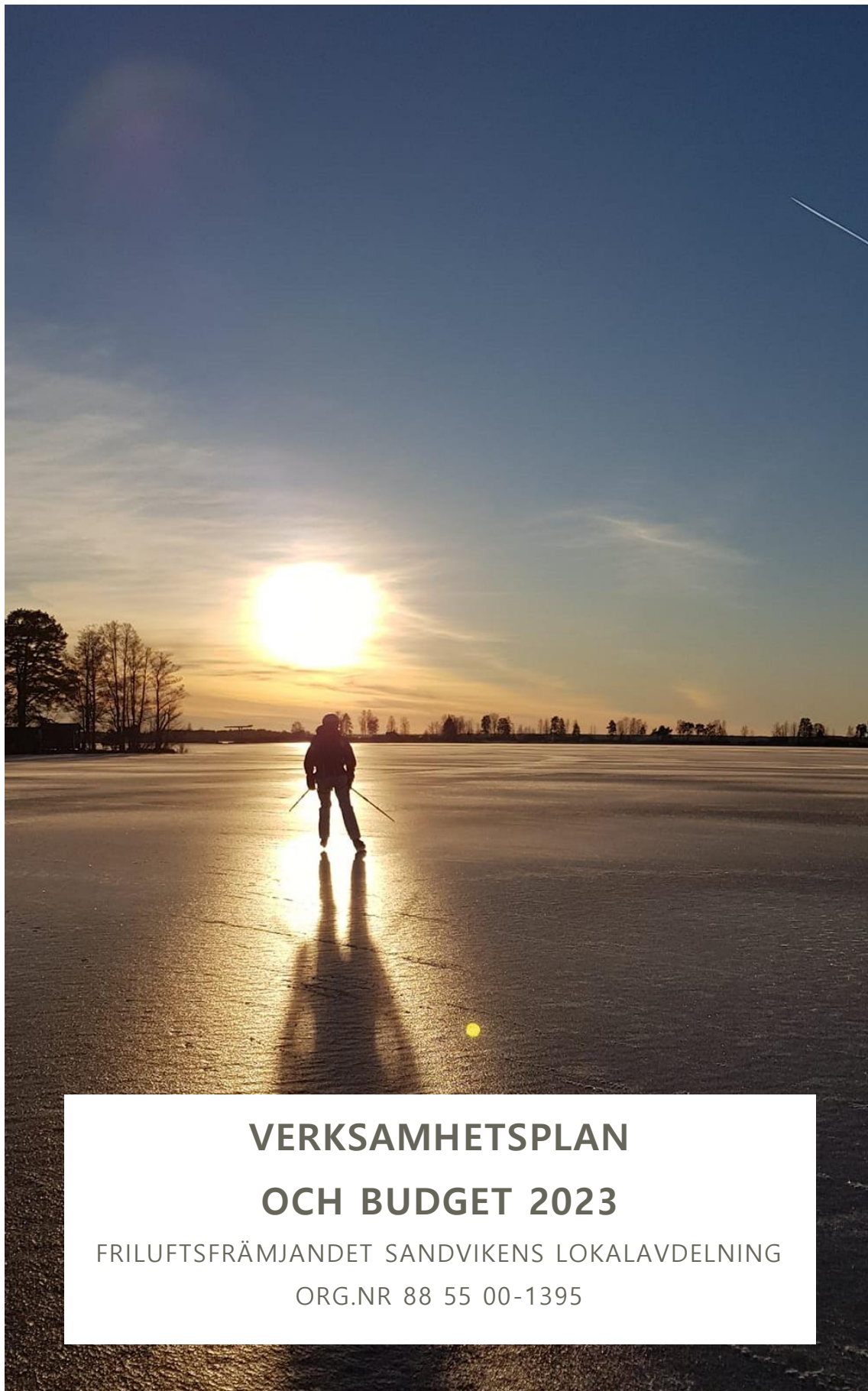




VERKSAMHETSPLAN OCH BUDGET 2023

FRILUFTSFRÄMJANDET SANDVIKENS LOKALAVDELNING

ORG.NR 88 55 00-1395

Bild från Storsjön. Fotograf: Jeanette Axelsson.



Äventyret är nära

På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsrörelsen roliga, trygga och lärorika äventyr.

Vi har tagit på oss uppdraget att bidra till ökad folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen, genom friluftsliv. Med vår ideella kraft främjar och stärker vi fysisk aktivitet och hälsa, mångfald och inkludering, demokratin och respekten för naturen. Det är vårt bidrag till ett ännu bättre samhälle.

Vi är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. Sedan 1892 år har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Som medlemmar inspirerar, stöttar och leder vi varandra. Verksamheten bedrivs lokalt, och stöttas av våra regioner och riksorganisationen.

Låt äventyret börja.

Innehåll

1. Övergripande
2. Äventyr – vår verksamhet
3. Finansiering
4. Budget

1. ÖVERGRIPANDE

1.1 Sammanfattning och styrdokument

Denna verksamhetsplan utgår från Friluftsförbundets stadgar, Strategi 2030 samt är skapad tillsammans med lokalavdelningens budget för 2023.

Denna verksamhetsplan följer den mall som Friluftsförbundets riksorganisation har tagit fram som förslag till riksorganisationen, regionerna och lokalavdelningarna. Syftet med en gemensam mall är att vidareutveckla vår gemensamma struktur, våra gemensamma strategiska prioriteringar och vårt gemensamma arbete för att uppnå vårt uppdrag: folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen, genom friluftsliv.

1.2 Prioriteringar 2022–2024

Den 3-åriga verksamhetsplanen antogs på riksstämman 2021. Den konkretiserar vad vår organisation behöver fokusera på de kommande 3 åren för att uppnå målen i Strategi 2030:

1. Fler aktiva medlemmar genom många, bra och engagerade ledare
2. Mer utomhuspedagogik i förskola och skola
3. Mer inspiration till allmänheten

1.3 Hållbart friluftsliv

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.

Friluftsliv Främjandet Sandviken bidrar till förverkligandet av Sveriges nationella mål för friluftspolitiken. Syftet är att stödja människors möjligheter att vara i naturen och utöva friluftsliv, med allemansrätten som grund. Riksdagen har satt upp 10 mål för friluftspolitiken:

1. Tillgänglig natur för alla.
2. Starkt engagemang och samverkan för friluftslivet.
3. Allemansrätten – värna och sprida kunskap.
4. Tillgång till natur för friluftsliv.
5. Attraktiv tätortsnära natur.
6. Hållbar regional tillväxt och landsbygdsutveckling.
7. Skyddade områden som resurs för friluftslivet.
8. Ett rikt friluftsliv i skolan.
9. Friluftsliv ger god folkhälsa.
10. God kunskap om friluftslivet.

2. ÄVENTYR – VÅR VERKSAMHET

2.1 SKOGSMULLE, SANDVIKEN

Vi kommer ha 6 träffar under vår respektive höst. Eftersom det delvis blir nya barn i grupperna kommer vi fokusera på att lära känna och skapa trygghet i gruppen genom lekar och sånger inspirerad av det vi upptäcker i naturen. Vi kommer repetera vad vi tidigare gjort för ”gamla ” deltagare samt uppdatera ”nya” deltagare.

Teman kommer vara ”Vad händer i naturen”. Utgångspunkter blir träd och andra växter men också både stora och små djur. Stoppställen, samling av saker i naturen, spår, knoppar, flyttfåglar bland annat.

Vi utnyttjar barnens egen nyfikenhet och upptäckarglädje och kommer utgå från det så mycket som möjligt för att inspirera och väcka barnens intresse för djur och natur. Möten med Mulle och Skräplisa planeras förstås.

Vi har f.n. enbart två grenledare och hoppas därför kunna rekrytera flera, vilket vi är på gång med.

/Ewa Ekman Lindberg och Lotta Sales, Grenledare Skogsmulle i Sandviken

2.2 STRÖVARE

Under våren kommer en Strövar-grupp att starta i Järbo för barn mellan 7-9 år. Vi kommer ha 6 stycken träffar på söndagar under våren respektive hösten. Vi kommer att upptäcka naturen tillsammans med temat ”Vad händer i naturen under våra årstider”. Vi kommer laga lunch tillsammans på öppen eld men även på stormkök, lära oss handskas med kniv, upptäcka naturen med lupp men även med karta och kompass. En kortare vandring kommer att genomföras.

Barnens nyfikenhet kommer styra träffarna utifrån temat ”Vad händer i naturen under våra årstider”. Alla barn ska kunna delta under samma förutsättningar.

/Hanna Andersson, Grenledare Strövare

2.3 FUNKTIONELL SKIDÅKNING

Målsättning

Vår målsättning säsongen 2023 - 2024 är att:

- Få våra normalt återkommande åkande gäster att på nytt hitta glädjen i skidåkningen och med det komma tillbaka till vår organisation.
- Nya gäster ska komma till grenen Funktionell skidåkning LA Sandviken
- Gäster efter utbildning ska åka själv alternativt med utbildade medåkare.
- Förmedla känslan av glädje och frihet genom skidåkning till alla gäster.
- Behålla våra utbildade instruktörer och allmänmedåkare.
- Uppdatera utrustning till grenen funktionellskidåkning så att våra gäster har möjlighet att åka med fräscht material.

Våra mål är satta så att vi kontinuerligt jobbar mot målen, men samma målsättning återkommer från säsong till säsong.

Framtiden

Vi har inför säsongen 3 aktiva instruktörer och 2 aktiva allmänmedåkare. Våra allmänmedåkare har på försäsongen vidareutbildats att hantera biski vilket nu gör att vi har en bra grund att jobba vidare med. I vår ledarstab finns två ledare som har paus och en ledare som inte kan vara med på grund av sjukdom.

Vi ser ett fortsatt behov av att hitta och utbilda fler instruktörer även om trycket lättat lite genom våra två nya allmänmedåkare. För att hålla hög säkerhet för våra gäster kommer utrustningen att ses över och bedömas av våra ledare löpande.

Vår målsättning är att hålla en hög ledarkompetens, vilket ger hög säkerhet och genom mycket skidglädje vill vi skapa en miljö som våra gäster söker sig till. Det skapar möjlighet för fler personer med funktionsvariationer att få ett rikare friluftsliv genom att uppleva glädjen och friheten i alpin skidåkning.

/Sven-Erik Lindgren, Grenledare Funktionell skidåkning

2.4 KAJAK

Från maj till slutet av augusti, och in i september om vädret tillåter, kommer vi att fortsätta med kvällspaddlingar på vardagar liksom tidigare år.

Kamratpaddlingarna utannonseras som äventyr/eventemang på hemsidan och sena ändringar meddelas via Facebook. Vi kommer att paddla på främst Storsjön och Öjaren, samt i Gävle och Skutskär. Vi är ute några timmar varje gång med fikastopp och paddlar ca en mil.

Vi kommer att fortsätta samarbetet med FF Skutskär-Älvkarleby och turas om att leda turer för att kunna vara minst två ledare vid varje tillfälle. Vi planerar att anordna en längre dagstur och en övernattningsstur under säsongen.

/Karin Jakobsson, Grenledare Kajak

2.5 LÅNGFÄRDSSKRIDSKO

Ordna avslutande ledarträff för säsongen i april/maj och en uppstartsträff i oktober samt en gemensam ledarträff med Gävle utomhus i början av vintersäsongen.

Skicka mejl via Friluftsförbundet till skridskoåkare att säsongen närmar sig.

Ordna ledarschema och ha ledda turer på lördagar och söndagar när ismöjlighet finns från mitten av november till mitten av mars.

Ordna rekognosceringsturer på lördagar, gärna tillsammans med Gävles ledare och erfarna åkare för att sondera isläget när det inte är tillräckligt känt.

Ordna "komma-i-gång-turer" på konstfrusen bana inför skridskosäsongen.

Ordna några tillfällen för nybörjare att öva extra.

Rapportera in antal deltagare per tur till Studieförbundet och Friluftsförbundet.

Ordna aktivitet vid plogade banan på Storsjön vid en lördag, kanske första helgen i februari om banan är i bruk.

Ordna kurs för intresserade av långfärdsskridskoåkning i samarbete med Studieförbundet.

Övernattningsresa med skridskoåkning för ledare och vana åkare tillsammans med Gävle.

Rekrytera ny långfärdsskridskoledare till kurs.

Uppdatera vår hemsida vid behov.

Lägga in frestande skridskobilder och informera om säsongen på vår Facebooksida

Delta i Region Mälardalens ledarträffar vid möjlighet.

Skicka ombud och eventuellt deltagare till Iskongressen – som nästa gång blir 2024.

/Inga-Greta Andersson, Grenledare Långfärdsskridsko

2.6 FJÄLLVANDRING

På årets två fjällvandringar vill vi ta med deltagare upp till norra Sapmis (Lappland) vackra fjällvärld.

De båda vandringarna är tältturer. Som i planeringens skede är på 6 dagar vardera och ger möjlighet för 20 personer (10/grupp) att följa med på äventyr.

I år är den ena målgruppen Unga Äventyrare. De kommer redan från Gävle station få börja sitt äventyr med att sova på nattåget upp till Katterjokk. Vi börjar redan på ankomstdagen att vandra mot Rissåjavri, mer känd som Trollsjön. Sjön ligger på 815 m.ö.h. Den härligt turkosgröna sjön består av smältvatten från omkringliggande glaciärer och är Sveriges klaraste med ett siktdjup på ca 36 meter. Att ta ett dopp i den iskalla sjön är verkligen en upplevelse som de sällan kommer uppleva igen. Men för att komma till Rissåjavri från tåget behöver vi vandra efter malmбанan i rallarnas fotspår. Vi fortsätter vandringen in bland höga fjäll och djupa dalar. Bland annat bor vi en natt vid Sveriges högst belägna fjällstation Låktatjåkkastugan, som ligger 1228 m.ö.h. Vi blir under hela vandringen påmind om att vi är i Sapmi, då alla namnen på kartan är på Samiska. Vi lär oss vad bland annat de beskrivande samiska orden corru, jávri, våggi betyder. Sista vandringsdagen, innan vi anländer till Abisko (där nattåget går tillbaka till civilisationen igen) går vi på fjället Njullå som också kallas för blomsterfjället på grund av sin blomsterrikedom. Förhoppningen är att få syn på den sällsynta orkidén Lappfela som är en av rariteterna.

Målet med vår vandring med Unga Äventyrare är att visa att vår 140 mil långa fjällkedja är tillgänglig för oss. Vi vill visa att vi kan vistas med det vi behöver för att överleva i våra ryggsäckar, mitt i vildmarken långt ifrån civilisationen på ett tryggt och säkert sätt. Vi vill ge dem inblick i vår svenska historia (som pågår ännu) om den viktiga malmbanan och rallarna som byggde. Och vi tror bara nattåget upp till vårt nordligaste Sverige kan vara en upplevelse i sig för flera av ungdomarna. Där vi också påvisar att vi inte alltid behöver ta bilen för att ta sig någonstans. Självklart kommer samernas liv vara vår huvudfokus under hela turen då vi befinner oss mitt i deras kulturlandskap Sapmi.

Naturen, djuren, fjällväxter, bada i kalla jokkar, glaciärer, kan man dricka glaciärvatten? Ja det kommer vara många upplevelser som ungdomarna kan bära med sig resten av sina liv. Vi vet att när man får kunskap om naturen kommer man även vara rädd om den. Förhoppningsvis kommer ungdomarna tillbaka hit någon gång, kanske med sina egna barn och lär dem om vår vackra fjällkedja. Kanske skapas det ett intresse för att någon av ungdomarna själv skulle vilja bli fjälledare.

För att turen skall vara trygg och säker kommer vi hyra utrustning till de ungdomar som behöver.

Den andra målgruppen vänder vi oss till deltagare som kanske aldrig har vandrat i dessa spektakulära fjälltrakter. Det är deltagare som vill vandra i trygghet och gemenskap och uppleva fjällen utan vältrampade leder. Vi kommer gå på stigar, men även helt oledat. Vädret och topografin kommer få styra oss vart vi vandrar och slår läger. Deltagarna behöver ha gjort någon fjällvandring tidigare och ha kunskap om sin utrustning.

Denna tur som börjar (och slutar) i Abisko leder oss in i Tjuonavagge som på samiska kanske är okänd. Men på svenska är det kanske vår kändaste dal i fjällvärlden nämligen Lappporten. Vandringen kommer ske i dalar, men också på höga höjder. Tanken är i detta planeringsskede att vi är ute i 6 dagar och 5 tältnätter.

Vi kommer förboka tågplatser (avbokningsbara biljetter) till alla deltagare för att vår erfarenhet är att biljetterna tar slut väldigt fort.

Målet med denna tur är att upptäcka nya platser som man kanske ha hört talas om men aldrig varit till i gemenskap och trygghet.

Utgifterna kommer täckas av deltagaravgifterna i budgeten. Vi kommer även få ett överskott som kommer täcka underskottet i den totala budgeten för fjällsektionen. Men överskottet går också till kommande utbildningar inom fjällsektionen.

Ledare för årets fjälltur kommer vara fjälledare Susanne Holmqvist och hjälpledare Karin Jakobsson. Maria Hedqvist är med på all planering men kommer inte vara med på själva vandringarna. Unga Äventyrarens ledare Nora Hadin och Benjamin Nilsson kommer få vara med som hjälpledare under turen med UÄ och även i all planering.

/Susanne Holmqvist, Grenledare Fjällvandring

2.7 VANDRING LÅGLAND

Säsongen 2023 planeras starta i slutet av april med inspektionsvandring på Gästrikeleden, sträckan mellan Kungsberg och Dalfors. Fågelvandringen är inplanerad till den 6 maj. Vandringarna planeras på olika sträckor av Gästrikeleden i så många kommuner som möjligt samt även på omärkta stigar och leder. Med ett utökat ledarteam kan vandringarna ha större variation. Flera vardagsvandringar, flera för rullstolar och kanske flera övernattningar.

Intressant historia hittar vi på nedlagda järnvägsbankar, gamla kyrkstigar, fäbodrar och på alla gamla järnbruk i vårt landskap.

/Kristina Lundström tel. 070 2631109, Grenledare Vandring

Natur- och Kulturvandringar 2023

Tis 18 april Inspektionsvandring Styggberget-Hedarna. Söder om Kungsberget över Långbodarna till Hedarna. Tur retur ca 11 km i lättgången terräng. Samling vid Lidl i Sandviken 09.30 eller på Gästrikeleden söder om

Kungsberget 09.50. Matsäck för lunchpaus vid vindskyddet på Hedarna plus en kortare fikapaus.

Lör 6 maj Fågelvandring i Gysinge ca 9 km. Lättgången över de gamla järnvägsbroarna till Seveds kvarn, där medhavd lunch intas. Efter lunchen vandrar vi längs Dalälven där vi går på nötta stigar med mycket rötter och på spänger. Svårighetsgrad medel. Vår fågelexpert och guide är Olof Borgh. Samling vid Lidl i Sandviken 08.30 (OBS tiden!) eller 09.15 vid stora parkeringen i Gysinge. Matsäck för lunch och en kortare fikapaus. Kikare är bra att ha med!

Sön 14 maj Rundtur i Krattens exotiska skogar ca 10 km. Med start i Kalvsnäs på Gästrikeleden går vi i lättgången terräng över Gropbacka till Kratte masugn och åter till Kalvsnäs. Lunch vid vindskyddet intill Kratten. Samling vid Lidl i Sandviken 09.30 eller på Gästrikeleden i Kalvsnäs 10.10 Matsäck för lunch och kortare fikapaus.

Tis 16 maj Högbo bruk-Lövtjärnen, norrut längs Gästrikeleden tur-retur 7 km i lättgången terräng. Lämplig för elrullstolar. Samling vid Lidl i Sandviken 09.30 eller i Högbo stora parkeringen 09.45. Ta med lunchmatsäck.

Lör 27 maj Skommarhyttan–Gjusberget tur-retur ca 10 km. Mestadels lättgången men uppför till toppen av Gjusberget/Gjustjärnberget. Samling vid Lidl i Sandviken 09.30 eller Skommarhyttan 10.10. Matsäck för lunch på Gjusberget och för en kortare eftermiddagsfika.

Tors 1 juni Kvällsvandring till Valludden i Årsunda ca 6 km. Vi får ta del av Valluddens spännande historia. Samling vid Lidl i Sandviken kl 17.00 eller vid Ica i Årsunda 17.20. Fika för en paus.

Lör 3 juni Vandring i Bro-skogarna (Storvik) ca 11 km. Vi går en tur i Bro bys skogar norr om Storvik med start vid våtmarken Vassäng och går sedan via Bro-skogarna till Skatfors. Vi kommer att se fin skog, gruvor och annat. Medtag fika för 2 pauser. Samling 09.30 vid Lidl eller 09.50 vid Vassäng, Storvik/Bro

Sön 11 juni Med start vid Resecentrum tar vi oss delvis på Högboleden till Sunnanäng, där vi äter medhavd lunch. Sträckan fram och tillbaka blir ca 9 km. Lämplig för både vandrare och elrullstolar. Samling vid Resecentrum 09.30. Vi följer Högboledens märkning genom centrum.

Sön 18 juni Mackmyra bruk till Slättans fäbod tur-retur 13 km i lättgången terräng. Vi passerar två fäbodar på vägen. Möjlighet till grillning vid Slättans fäbod. Matsäck för lunch och en fikapaus. Samling vid Lidl i Sandviken 09.30 eller vid Mackmyra bruks parkering 09.50

Ons 9 aug. Kvällsvandring till Sjöbergs fäbod från Stensätra idrottsplats. Lämplig även för elrullstolar. Tur-retur ca 7 km. Samling vid Stensätra idrottsplats 17.00. Medtag kvällsfika.

Lör 12 aug Långvandring på Gästrikeleden Åmot-Kroksjön tur-retur ca 18 km. Svårighetsgrad medel men lång. Samling vid Lidl i Sandviken 09.00 (Obs tiden) eller i Åmot vid Bunges kapell 09.45. Matsäck för en längre lunch och två kortare fikapaus.

Lör/sön 19/20 aug Vandring med övernattnig på Kungshögsslingan. En tur på ca 18 km som vi delar upp på två dagar med en övernattnig. Medtag egen utrustning för att sova utomhus (typ tält, tarp, sovsäck osv). Vi startar efter lunch ena dagen och kommer tillbaka innan lunch andra dagen. Du behöver kvällsmat, frukost, något för två raster, samt vandringssnacks om du vill. Vatten behöver bäras med eller filtreras/kokas. Samling vid Lidl i Sandviken 12.15 eller på parkeringen vid kyrkan i Österfärnebo kl 13.00. Svårighetsgrad: Medelsvår totalt ca 18 km. Frågor och råd kring utrustning ring Joakim tel. 070 3778905 eller Olof tel. 070 6167309

Sön 20 aug Dagsvandring i Järbo runt Västerhällan ca 11 km med lunch på Västerhällan vid vindskyddet. Samling vid Lidl i Sandviken 09.30 eller 09.50 vid Järbo idrottsplats. Matsäck för en längre och en kortare paus.

Lör 26 aug En ca 9–10 km rundtur i Torsåker med start vid Vallbyheden via Sälgsjön och Valls kalkbrott tillbaka till Vallbyheden. Vid Sälgsjön, där lunchen intas, finns möjlighet att grilla och kanske ta en simtur i väntan på lämplig grillglöd. Vid Valls kalkbrott är det dags för eftermiddagsfika. Samling vid Lidl i Sandviken 09.30 eller parkeringen vid Kyrkan i Torsåker 10.00. Matsäck för lunch och fika.

Sön 3 sept Mackmyratur ca 6 km. Svårighetsgrad medel (stigar på ängsmark men bitvis steniga). Vi blir guidade i brukets historia. Samling vid Lidl i

Sandviken kl. 09.30 eller vid Mackmyra bruks parkering kl. 09.50. Matsäck för en lunchpaus.

Lör 9 sept Kungsberg till Ulvtorp och via Likkolampi tillbaka till Kungsberg, ca 11km. Svårighetsgrad medel. Samling vid Lidl i Sandviken 09.30 eller Kungsberg, där Gästrikeleden från Åsen kommer ner till vägen, kl 10.00. Matsäck för lunch i Ulvtorp och en kortare fikapaus på vägen tillbaka.

Sön 17 sept Högbo bruk- Pers fäbod 6 km. Rundtur i lättgången terräng. Samling 09.30 vid Lidl i Sandviken eller Högbo stora parkering 09.45. Tag med lunchmatsäck

Lör23 sept Vandring från Skatfors till Storvika fäbodar i lättgången terräng tur-retur ca 12 km. Vi gör också en avstickare till Karl XII:s ståtliga tall. Samling vid Lidl i Sandviken 09.30 eller Skatfors 09.50. Matsäck för lunch och eftermiddagsfika.

Sön 1 okt Vandring på Gästrikeleden från Rosenbergsstugan till Medskogssjön tur-retur ca 12 km. Svårighetsgrad medel. Samling vid Lidl i Sandviken 09.00 eller vid Rosenbergsstugan 09.45. Lunchen intas vid Medskogssjön samt en fikapaus på vägen tillbaka.

Ons 15 nov Reflexvandring i Årsunda. Samling vid Lidl i Sandviken 17.00 eller Årsunda idrottsplats 17.25. Ca 3-4 km i bitvis stiglös terräng. Pannlampa eller ficklampa behövs Matsäck för kvällsfika. Möjlighet till korvgrillning.

Lör 25 nov Djurspårvandring från Björkmuren i Järbo upp till Västerhällarna ca 7 km med Ove Eriksson som guide. Samling vid Lidl i Sandviken 09.30 eller Björkmuren 09.50. Egen matsäck för lunch vid vindskyddet på Västerhällan, där grillelden hälsar välkommen.

Vandringsledare: Ildri Guleng tel. 070 2042604, Joakim Helmbrant tel. 070 3778905, Maria Hedqvist tel. 072 0107581, Bengt Lindblom tel. 073 0308578, Pia Grönvall tel. 070 3309003, Olof Larsson tel.070 6167309, Ronald Hansson tel.070 4163659

Grenledare: Kristina Lundström tel. 070 2631109

För våra vandringar gäller följande: Ingen förhandsanmälan om inget annat anges i programmet. Medtag alltid matsäck och vatten samt ev. regnplagg. Bra med skor som tål väta, eftersom det kan vara blött i markerna. Ingen avgift för att delta. Samåkning när det är tillåtet, varvid medpassagerare betalar en mindre avgift till chauffören. Ledaren behöver få kännedom om någon av deltagarna har en åkomma som behöver beaktas under vandringen. Alla är välkomna att delta i våra vandringar även icke medlemmar. Som medlem är du däremot försäkrad och får vår tidning "Friluftsliv" samt har möjlighet att delta i alla arrangemang som Friluftsliv Främjandet anordnar i Sverige

2.8 UNGA ÄVENTYRARE

Mål 2023

- Fortsätta att marknadsföra oss och bygga ett större nätverk med dom lokala föreningarna i Sandviken. Målet med detta är att få fler ungdomar till våra aktiviteter.
- Vidareutbilda 2 av våra ledare.
- Hålla i ett äventyr till sommaren med Rapatac och lära ungdomar grunderna i friluftsliv och allemansrätt.
- Fortsätta vårt samarbete med Spira och Sandviken kommun genom att stötta på de sätt vi kan.
- Försöka få fler möjligheter att hålla presentationer på olika evenemang för att visa att vi finns och vad vi gör.
- Höra av oss till skolor i Sandviken kommun.
- Hålla en aktivitet med TVM i Uppsala i höst.
- Anordna en till fjällvandring med vår certifierade fjälledare Susanne Vandraren med fler deltagare än förra året.
- Hålla i minst 1 aktivitet per kvartal.
- Fixa så att vi kan hyra ut militärtältet dvs bygga en låda som vi kan förvara tältet i samt utforma ett kontrakt för uthyrningen.

Verksamhetsplan

Q1 jan-mars

- Engagemangsmöte med Spira, jan.

- Pilbågsskytte, mars.

Q2 april-juni

- Förträff inför fjällvandringen, april/maj.
- Paddling, maj.
- Testa på friluftsliv med Rapatac, juni.

Q3 juli-september

- Fjällvandring, V29

Q4 oktober-december

- Nedsläckt hus TVM, oktober.
- Ev advent vandring i dec

/Nora Hadin, Grenledare Unga Äventyrare

2.9 HÅLL-I-FORM

Vi kommer liksom under tidigare år att träffas på tisdagskvällar under perioderna januari-april och september-december. Vi håller som vanligt till i Murgårdsskolans röda gymnastiksal med vår motionsgymnastik till inspelade instruktioner och musik.

/Lars-Ove Skogh, Grenledare Håll-i--form

2.10 STAVGÅNG

Onsdagar, hela maj och fram till och med midsommarveckan.

Stavgång i Trebo, ca 1 timme per gång.

Annonseras i äventyrshanteraren på hemsidan och på Facebook.

Alla är välkomna att kostnadsfritt delta på stavgången men är du medlem i Friluftsliv Främjandet är du försäkrad och får vår tidning Friluftsliv samt har möjlighet att delta i alla arrangemang som Friluftsliv Främjandet anordnar.

/Maria Hedqvist, Grenledare Stavgång

2.11 LÄNGDSKIDOR

OM det finns tillgång till snö/konstsnö som är åkbar utan risk (hård is):

Tre tillfällen (onsdagar, ca 1–1,5 timme per gång) med skidteknik för vuxna i februari vid Årsunda IP. Detta blir med kort varsel pga. att snötillgången styr och kommer då att annonseras ut via Facebook.

Tillfälle 1: Bekanta sig med sin balans utan- och sedan med stavar, platt

Tillfälle 2: Teknik uppför och nedför (inte brant)

Tillfälle 3: En runda och testar det vi lärt oss.

Medlemskap i Friluftsförbundet krävs, i övrigt gratis.

/Maria Hedqvist, Grenledare Längdskidor

3. FINANSIERING

Friluftsförbundet Sandvikens verksamhet finansieras av medlemsavgifter och bidrag, samt i viss mån av deltagaravgifter.

4. BUDGET

Styrelsen Friluftsförbundet Sandviken föreslår följande budget för verksamhetsåret 2023.

Funktionell skidåkning	
Inkomster	45 000
Utgifter	<u>-45 000</u>
Resultat	0
Längdskidåkning	
Inkomster	0
Utgifter	<u>-300</u>
Resultat	-300
Stavgång	
Inkomster	0
Utgifter	<u>0</u>
Resultat	0
Långfärdsskridsko	
Inkomster	7 500
Utgifter	<u>-15 200</u>
Resultat	-7 700
Vandring, lågland	
Inkomster	0
Utgifter	<u>-14 500</u>
Resultat	-14 500
Vandring, fjäll	
Inkomster	57 000
Utgifter	<u>-96 260</u>
Resultat	-39 260
Håll-i-form	
Inkomster	5 600
Utgifter	<u>-5 400</u>
Resultat	200

forts. på nästa sida...

... forts från föregående sida

Kajak	
Inkomster	3 000
Utgifter	<u>-1 000</u>
Resultat	2 000
Unga äventyrare	
Inkomster	0
Utgifter	<u>-18 800</u>
Resultat	-18 800
Strövare	
Inkomster	4 000
Utgifter	<u>-11 100</u>
Resultat	-7 100
Mulle	
Inkomster	4 800
Utgifter	<u>-13 420</u>
Resultat	-8 620
Summa inkomster	126 900
Summa utgifter	<u>-220 980</u>
Resultat huvudverksamhet	-94 080
Bidrag och medlemsavgifter	140 000
Övrigt	
Ledardag	-14 200
Annonskostnader	-17 000
Kostnader för möten, presentreklam mm	-7 500
Övriga föreningskostnader	-3 600
Kontorsmaterial	-800
Bankavgifter	<u>-1 800</u>
Summa övriga kostnader	-44 900
Avskrivningar	<u>0</u>
Resultat	1 020