



## Nyhetsbrev maj 2026

*Nyhetsbrev till dig som är medlem i Friluftsförbundet  
Södertälje lokalavdelning*

### **Vi har haft en fantastisk vinter med ett brett utbud av aktiviteter!**

I skrivande stund är det vårens aktiviteter som pågår och vi hoppas att ni medlemmar hittar något för er. Alla aktiviteter hittar ni som vanligt på hemsidan. Utan er blir det inga äventyr och aktiviteter och utan våra ledare, hjälpledare, funktionärer och förtroendevalda blir det inte heller något, TACK för ert engagemang! Tillsammans gör vi roliga äventyr och aktiviteter och bidrar till en friluftsigare värld.

Ha en fortsatt fin vår och en bra sommar så hörs vi i nästa Nyhetsbrev!

*Tony Forsberg*

*Ordförande Friluftsförbundet i Södertälje*

### **LÅNGFÄRDSSKRIDSKO**

Långfärdsskridskosäsongen 2025/2026 lät vänta på sig – men vilken säsong det blev till slut! Den första ledarledda turen gick av stapeln den 24 januari, men redan under en kort period i december bjöd Södertäljeområdet på åkbar is och några av våra ledare passade på att smygstarta.



*Blankis Foto: Torbjörn Jonered*

Trots den sena starten hann vi med hela 15 gruppturer och närmare 230

skinnare ute på isen fram till den 8 mars – imponerande!

Den ihållande kylan gav oss dessutom riktigt fina isar, både på Mälaren och ute i skärgården, vilket gav många minnesvärda turer.

Nytt för i år var våra kortare eftermiddagsturer – ett uppskattat inslag för den som vill få in en tur även när tiden är knapp.

Stort tack till alla deltagare och ledare som bidragit till gemenskapen, glädjen och alla fina upplevelser på isen. Vi ser redan fram emot nästa säsong!

*Pär Wallin*

*Grenledare Långfärdsskridskor*



## SKIDSKOLAN I RAGNHILDSBORGSBACKEN



Foto: Roger Strandberg

Skidskolan har en fantastisk vintersäsong bakom sig: Under januari och februari genomfördes 23 kurser, med nästan 200 deltagare!

Detta hade inte varit möjligt utan alla funktionärer:

- 7 aktiva skidlärare
- 24 hjälpledare (yngre tonåringar)
- 63 funktionärer i grupp "Rankan", som gör Ragnhildsborgsbacken åkbar, tillverkar snö, pistar, sköter liften och säljer fika och korv i Backstugan

## LÄNGDSKIDOR

Vi är ju beroende av natursnö, men vintern bjöd på snö och kyla och vi kunde genomföra fyra av de fem planerade nybörjarkurserna i Tveta med taggade och ivriga deltagare. Det är så roligt att se hur deltagarna förbättrar sin teknik och blir säkrare på skidorna, och

Det nya samarbetet med Vackstanäs-gymnasiet (i stället för Telge tillväxt) har varit mycket trevligt och givande. En win-win, där Vackstanäs-gymnasiets elever får praktiken i skidskolan som en inriktning i utbildningsutbudet.

*Tammie Lättman & Malin Bjelkestig  
Skidskolan*



*Skidlärare och funktionärer på den traditionella Rommeresean  
Foto: Roger Strandberg*

flera kommer tillbaka till flera tillfällen. Vi hoppas kunna öka på med ytterligare längdskidledare till nästa säsong.

*Bertil Ahlqvist  
Grenledare Längdskidor*



## VINTERFJÄLL

Vinterns fjälltur blev en drömtur i drömväder. Efter en hel del planerande och pysslande med logistik, tåg, boende och skoterskjuts (över sjön Akkajaure), kunde vi i år erbjuda en tur genom Sarek. Sarek är vårt vildaste (inga leder eller stugor) och kanske det vackraste fjällområdet enligt de flesta fjällvandrare.



*Gruppen framför Niak, 1920 m.ö.h. Foto: Sven Undeland*

Vi blev en grupp på totalt 8 personer inklusive Magnus och Sven som ledare. För att delta krävdes gedigen fjällerfarenhet av vinterturer med tält.

Efter nattåg och buss anlände vi till Ritsems fjällstation, där vi kunde landa och gå igenom utrustning och säkerhetsrutiner första dagen. Efter en god natts sömn var vi sedan redo för skjuts över Akkajaure för att spara lite energi och tid.



*Tältnatt i Routesvagge Foto: Sven Undeland*

Sedan gick turen via Kutjaure, Routesvagga, Skarja (i hjärtat av Sarek), Bierikjaure, Liehtjitjaure, och norr om fjället Slugga, till slutmålet Saltoluokta fjällstation, totalt cirka 9 mil. Där avslutade vi turen med en härlig renskavsgryta!

Vi fick njuta av Sarek i sex dagar och fem nätter med blå himmel och sol, vilket inte händer så ofta i livet, en fantastisk upplevelse för hela gruppen!

Nu planerar vi för kommande fjällturer i sommar och/eller höst!

*Sven Undeland  
Grenledare Fjäll*



## VANDRING



Lugn rast vid Envättern Foto: Eva Gruvstedt

I Vandringssektionen är vi i full gång med vårvandringarna. Vi genomför tio tisdagsvandringar, tio onsdagsvandringar, fem kortvandringar samt minst tre helgvandringar.

Tisdagsvandringarna är kortare och lite enklare än onsdagsvandringarna.

Vi rör oss helst i närområdet Södertälje-Nykvarn men det blir också några längre resor för att hitta trevliga vandringar.

## BARN

Under terminen har Skogsmullegruppen fortsatt att hålla till i Tveta. Vi har haft många uppskattade aktiviteter i skogen, bland annat har vi letat efter vårtecken och följt knopparnas utveckling för att ta reda på vilka träd de tillhör.

Vi har också arbetat med temat Trygg i skogen och vad man ska göra om man går vilse. Barnen fick samarbeta kring att bygga skydd och lära sig hur man kan lämna synliga spår, till exempel genom att hänga upp en väska, vante eller keps. Det blev fina skydd och ett mycket gott samarbete mellan barnen.

Vårsäsongen avslutar vi i mitten av juni, och börjar om igen i början av september.

Vi har också ett fortsatt samarbete med Aktivitetscentrum i Södertälje, även om det inte leder till så många vandringstimmar.

*Leif Bergman*

*Grenledare Vandring*



Vid St. Ryssjön blåste kalla vindar och alla tog skydd 🌞 Foto: Eva Gruvstedt



Extra mysigt var det att avsluta med fika inne i skydden efter bygget.

Utöver detta har vi byggt hinderbanor och skapat naturtavlor av material som

vi hittade i skogen. Under återstående träffar kommer vi att leta efter småkryp och insekter samt håva i Måsnaren.

Södertälje kommun har under vintern rustat upp Skogsmullespåret i Tveta, en härlig tillgång för våra barngrupper!



*I Jägarskogen Foto Leif Bergman*

I Nykvarn har vi två Familjegrupper som träffas en gång i veckan, sammanlagt sju gånger vardera. Det är sju barn i varje grupp plus föräldrar.

I utvecklingen av Oxvretsområdet i Nykvarn planeras ett Mullespår, och på sikt grill/eldplatser och vindskydd. Vi har deltagit i planeringsarbetet med idéer, behov, önskemål mm.

*Louise Gillberg Sausins & Leif Bergman*



FRILUFTS  
FRÄMJANDET

SÖDERTÄLJE