



FRILUFTS
FRÄMJANDET

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2025

FRILUFTSFRÄMJANDET UPPSALA

ETT TACK FRÅN STYRELSEN I UPPSALA

Styrelsen för Friluftsförbundet Uppsala lokalavdelning lämnar härmed följande verksamhetsberättelse för verksamhetsåret 2025 (1 januari 2025 – 31 december 2025).

Vi i styrelsen är mycket stolta och glada över det engagemang som anställda, ledare, förtroendevalda och alla medlemmar visat i Uppsala lokalavdelning under 2025. Friluftsförbundet i Uppsala fortsätter, år efter år, att leverera äventyr.

Vi har exempelvis:

- ✓ Anpassat gruppstorlekar från små när det behövs, större när det går
- ✓ Lagat mat utomhus och umgåtts genom träning på Uppsalas utegym
- ✓ Vi ses helst fysiskt men använder det digitala när det behövs
- ✓ Erbjudit medlemmar och ledare att gå utbildningar och ledarkurser – men inte tillräckligt många, vi hade gärna utbildat många fler



Fjällblålocka i Ammarnästrakten foto: Nilla Hallgren

Ett stort och varmt tack för år 2025 och till oss alla som engagerar oss i Friluftsförbundet Uppsala!

Styrelsen

INNEHÅLL

ETT TACK FRÅN STYRELSEN I UPPSALA.....	1
ORDFÖRANDEN HAR ORDET	3
VÅR GEMENSAMMA VERKSAMHET 2025	4
Valberedningen.....	4
Revisorer	4
Uppsala och Region Mälardalen	5
Uppsala och Friluftsförbundet Riks	5
Samarbete	5
Lucia på Lunsentorpet	6
Ledarna	6
Personal	7
Sektionerna	7
Bilagor	8
SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE	9
Alpint	9
Barn och ungdom	11
Fjäll och vandring	12
Kanut	13
Långfärdsskridsko.....	14
Lågland.....	16
Ekonomisk analys 2025	18
Bilagor.....	18



ORDFÖRANDEN HAR ORDET

Snart 135 år av Äventyr – vi gör Sverige piggare och gladare

Friluftsfrämjandet har banat väg för naturupplevelser ända sedan 1800-talet, och här i Uppsala har vi skapat äventyr tillsammans sedan 1934. Mycket har hänt sedan dess, men friluftslivets kraft är densamma. I en tid präglad av klimatkris och stillasittande vill vi vara en motvikt som sprider rörelseglädje, inspiration och framtidstro.

För oss i lokalavdelningen handlar det om mer än bara motion och frisk luft – det handlar om gemenskap. Genom att åka skidor och utforska naturen **tillsammans** sänker vi trösklarna för alla. När vi rör oss som ett lag gör vi en viktig insats för både folkhälsan och varandra. Vi finns här för att inspirera fler att våga ta det allra första steget ut, året om.

Vilket fantastiskt år vi har haft!

Under 2025 har Uppsala lokalavdelning fyllt naturen med liv och rörelse. Vi blickar tillbaka på ett år fyllt av äventyr, utveckling och gemenskap. Här är några av höjdpunkterna:

- ❄️ **Snöglädje i Sunnerstabacken:** Vi har lärt hundratals barn och vuxna att bemästra skidor och snowboard.
- 🛶 **Från fjäll till hav:** Vi har lett krävande fjällturer genom årstiderna och paddlat kajak från Ekolns lugna vatten till Gräsös vågor.
- ⚠️ **Nästa generation:** Våra barngrupper har utforskat naturen och växer upp med ny energi och spännande idéer.
- 🧑‍🦺 **Gemenskap på hemmaplan:** Vi har vandrat i närområdet, tränat på utegym, guidat på blanka isar och stärkt samarbetet med kommuner och andra föreningar.
- 📬 **En röst för friluftslivet:** Vi har påverkat framtiden genom att besvara remisser och driva viktiga frågor.

Visst är vi stolta! Med denna energi i ryggen ser vi fram emot att anta framtidens utmaningar på samma härliga sätt – tillsammans.

Ulrika Jahrmarkt

Ordförande Friluftsfrämjandet Uppsala verksamhetsåret 2025

VÅR GEMENSAMMA VERKSAMHET 2025

Friluftsförbundet Uppsala tillhör en av landets största lokalavdelningar och är en stolt medlem i G1000 – nätverket för föreningar med över 1 000 medlemmar. Att vara en stor aktör innebär ett särskilt ansvar; vi balanserar den ideella glöden med ett professionellt ansvarstagande för både vår personal och vår ekonomi. Under året har vi lagt stort fokus på att stärka vår organisation genom att introducera nya styrelsemedlemmar och ledare i vår vision. Genom att bygga en gemensam grund för hur vi fungerar och vart vi strävar, fortsätter vi att utveckla föreningen för framtidens äventyr.

Under året har vi fortsatt arbetat med att stärka Uppsalas digitala närvaro. Genom att integrera våra aktiviteter i äventyrsguiden når vi ut till fler, samtidigt som vi säkerställer en professionell hantering av deltagardata genom ett anpassat anmälningssystem. Detta förenklar uppföljningen av statistik och aktivitetstimmar avsevärt.

För att öka tryggheten och igenkänningen vid våra aktiviteter har vi även satsat på en tydligare visuell profil. Våra ledare och funktionärer förses med blå profilvästar med logotyp och ledarmärkning, vilket gör dem lätta att identifiera för både befintliga och blivande medlemmar.

Under år 2025 har vi arbetat med personalskifte och med allt det innebär. Det är mycket att tänka på och inte alltid det enklaste för ideella föreningar innan rutiner kommer på plats. Det föreligger delvis nya rutiner för att rapportera statistik, vi vägleder flera nya grenledare att hitta sin roll och den ledaradministration som sker i bakgrunden men som är nödvändig för våra Äventyr.

Under sista kvartalet 2025 har en t ex ny grenledare för alpinsektionen rekryterats och även Fjäll fick en ny grenledare under hösten.

VALBEREDNINGEN

Valberedningen har bestått av Carolina Wallström-Pan (sammankallande), Jin Moen och Tove Västibacken.

REVISORER

Revisorer har varit Åke Wideqvist och Anders Emdén. Suppleanter var Pär Sundquist och Maria Storgärds.

UPPSALA OCH REGION MÄLARDALEN

Genom vår storlek har Uppsala lokalavdelning relativt många röster i de föreningsdemokratiska ordningarna. Vi har nyttjat vår rösträtt i flera sammanhang under året:

- På Region Mälardalens årsstämma på Lustikulla den 26 april deltog Ulrika Jahrmarkt, Andreas Kjellin, Carolina Wallström-Pan, Maria Nordholm.
- På Region Mälardalens ordförandeträffar den 20 mars resp 18 november deltog Ulrika Jahrmarkt på båda och Anders Nilsson i november.
- Regionen har haft workshops/verksamhetsplanering/digitala tematräffar/kassörsträffar där vi deltagit

UPPSALA OCH FRILUFTSFRÄMJANDET RIKS

Vi har även deltagit i de nationella arrangemangen från Friluftsförbundet Riks.

- På Årsstämman den 17 maj hade vi tyvärr inget ombud som kunde delta.
- På G1000+ konferensen, för lokalavdelningar med mer än 1 000 medlemmar, den 21–22 november på Profilhotels Nacka deltog Ulrika Jahrmarkt och Anki Söder.
- Vi har engagerat oss i möten och information om vår gemensamma IT-plattform och officepaketet F3

SAMARBETE

Under året har vi haft ett fortsatt samarbete med Studieförbundet och Uppsala kommun. Vi har dessutom verkat och samarbetat med ett flertal andra föreningar och grupper med syftet att skapa förutsättningar för fler att komma ut i naturen.

LÖK- ersattes med ny policy för samverkan med aktörer i civilsamhället

Oavsett namn eller policy, har FF fortsatt medverka på föreningsdialoger med kommun och andra föreningar. Med ett envist förtydligande att vi inte är en idrottsförening.

Fjällfinastigen

Projektarbetet har detta år äntligen färdigställts i Sunnerstaåsens friluftsområde.

Alewalds

Rese- och vandringsdagarna på Alewalds den 22–25 maj

Personlig medverkan från FF i fyra dagar med bord, flagga och dator.

Alewaldskväll den 19 november med tema långfärdsskridskor med kvällsöppet för Friluftsförbundet.

Friluftsförbundet berättade och visade bilder om lust, lätthet och äventyr som isen ger på åar, sjöar och skärgård.

Alewalds gick igenom vad som är viktigt att tänka på när det gäller val av pjäxor, skenor och annan skridskoutrustning och vi fick möjlighet att handla till bättre priser.

Upplandsstiftelsen; Världens mat Sunnerstagropen 7 september

Andreas Kjellin och Anki Söder deltog och bjöd på stekt gröt med grönsaker som provsmakarna, med viss förvåning, uppskattade.

Fritidskortet

Vi har registrerat vår lokalavdelning till Fritidskortet - en möjlighet för barn och ungdomar mellan 8–16 år att kunna få ekonomiskt stöd till en aktiv fritid. Under 2026 omfattas även sjuåringar i reformen.

Regional tankesmedja för Friluftsliv Arrangemang på annans mark 21 oktober

Länsstyrelsen Uppsala Län, Upplandsstiftelsen, Uppsala Kommun och Funktionsrätt Uppsala Län anordnade, vi deltog.

Upplandsstiftelsen

Medverkat på Upplandsstiftelsens friluftsgroups träffar. FF med i nätverket.

Volontärbyrån

Delvis medverkat på Volontärnätverkets träffar. FF med i nätverket.

LUCIA PÅ LUNSENTORPET



Söndagen den 14 december genomfördes det traditionsenliga Luciafirandet på Lunsentorpet – i år för 40:e gången i ordningen! Arrangemanget är ett samarbete mellan Friluftsförbundet i Uppsala och Knivsta samt Uppsala och Knivsta kommuner.

Dagen bjöd på en gemensam vandring från Flottsundsbron ledd av våra ledare. Väl framme vid torpet bidrog funktionärer med logistik och kaffeservering, vilket blev en uppskattad paus i det fuktiga vädret.

LEDARNA

Under 2025 har Uppsala en hel del slutrapporterade Äventyr på Friluftsförbundets hemsida, men ett flertal är ej slutrapporterade. Mörkertalet är fortfarande stort eftersom flera verksamheter inte använder Äventyrshanteraren.

Avtackningsvandring 15 november
Vi vandrade Salstaleden från Skyttorp till Vattholma med stopp för lunch och guidad tur på Salsta slott. Det blev en mycket lyckad dag och en nöjd Eva H-J.



PERSONAL

Eva Hartman-Juhlin, verksamhetsansvarig, har under året avslutat sin deltidstjänst hos oss på Friluftsförbundet Uppsala, liksom Susanna Sundström som skött vår bokföring och löner på timbasis.

Vi har anställt Ann-Christin Söder som ersättare för både Evas och Susannas uppgifter

Daniel Johansson har arbetat halvtid med kanotuthyrning, administration av skidskolorna, rapportering av verksamhetsstatistik till kommunen med mera.

Totalt har 4 timanställda arbetat som liftvakter och med kanotuthyrning. Styrelsen vill framföra ett extra varmt tack till personalen för ett mycket väl utfört arbete under 2025.

SEKTIONERNA

Friluftsförbundet Uppsala vilar på en grund av cirka 150 engagerade ledare, hjälpledare och ledare under utbildning. Eftersom många har kompetens inom flera grenar och tar på sig olika roller, är vår samlade kunskapsbank betydligt större än antalet individer.

Arbetet inom våra olika sektioner har under året bedrivits på ett utmärkt sätt, vilket framgår av de bifogade sektionsberättelserna. Vi är djupt tacksamma för våra ledare – det är er passion och professionalitet som gör vår omfattande verksamhet möjlig

Styrelsen, Uppsala den 31 december 2025

Ulrika Jahrmarkt, ordförande

Anders Nilsson, vice ordförande

Ann-Christin Söder, kassör

Andreas Kjellin, ledamot

Ulrica Jakobsson, ledamot

Danijela Krajisnik, ledamot

Ella Ollonen, ledamot

Anna Lindholm, suppleant

Hans Furuland, suppleant

Maria Nordholm, suppleant

Lena Hiort av Ornäs, suppleant

BILAGOR

1. Resultaträkning för 2025
2. Balansräkning per den 31 december 2025

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Här presenteras årets verksamhet inom var och en av de grenar som lokalavdelningen hade under år 2025.

ALPINT

Trots en trevande start med snöbrist och mildväder visade säsongen snabbt prov på den styrka och kreativitet som kännetecknar vår sektion. När det såg som mest osäkert ut inför skid- och snowboardskolans planerade start i vecka 4, lyckades kommunen spruta upp en barnbacke i sista stund – och därmed rädda starten. Tack vare detta kunde vi hålla fast vid vårt löfte: att ge barn, ungdomar och vuxna möjlighet att uppleva glädjen i skidåkning och snowboard.

Två intensiva skid- och snowboardskoleperioder – och massor av lärande

Trots begränsade snöförhållanden genomförde vi två omgångar av skid- och snowboardskola med totalt cirka 125 deltagare fördelade på 21 grupper. Av dessa åkte 113 skidor och 12 snowboard.

Åldersmässigt spände deltagarna från de allra yngsta (44 barn i åldern 5–6 år) till vuxna nybörjare. Nivåerna varierade från helt nya åkare till fortsättningsgrupper – ett bevis på att vi når brett och skapar utveckling för alla.

Sektionen hade totalt 33 aktiva ledare, varav 30 inom skidåkning och 3 inom snowboard. Under året rekryterades sex nya ledare som genomgick introduktionsutbildning i Kungsberget (Mälardalens regi). För att stärka kompetensen inom ledargruppen genomfördes en satsning på subventionerade stegutbildningar. Totalt genomförde fem ledare i vidareutbildning (stegutbildning) under året.

Genomförda aktiviteter

En gemensam skid- och snowboarddag i Kungsberget arrangerades den 12 januari, inklusive clinics. Samtidigt hölls introduktionsutbildning för nya ledare i samarbete med Mälardalens utbildningsteam, vilket gav möjlighet till gemensam lunch och nätverkande mellan nya och erfarna ledare. Inför säsongsstart hölls ett upptaktsmöte i Kontaktpunktens lokaler, kompletterat med digitala informationsmöten, backmöte och introduktionstillfällen för nya ledare.

Ledarskapsförändring

Under hösten skedde ett byte av grenledare. Linda Stertman meddelade att hon önskade avgå av personliga skäl, och Patrik Hallsjö tog över rollen som grenledare i oktober.



Trots utmanande förutsättningar har sektionen under året visat prov på flexibilitet och engagemang. Genom ett starkt engagemang och en välorganiserad verksamhet har vi kunnat erbjuda kvalitativa skid- och snowboardskola.

Summering med nyckeltal – Alpinsektionen 2025

- **Antal deltagare totalt: ca 125**
 - Skidor: 113
 - Snowboard: 12
- **Antal grupper: 21**
 - Heat 1 (v. 4–5): 80 deltagare
 - Heat 2 (v. 9–10): 45 deltagare
- **Åldersfördelning:**
 - 5–6 år: 44 barn
 - 7–9 år: 43 barn
 - 10–15 år: 29 ungdomar
 - Vuxna: 9
- **Nivåfördelning:**
 - Nybörjare (ljusgrön): 72
 - Nybörjare/fortsättning (mörkgrön): 34
 - Fortsättning (blå): 19
- **Ledare:**
 - Totalt: 33 (30 skidor, 3 snowboard)
 - Nya ledare: 6
 - Genomförda stegutbildningar: 5
 - 2 st Utbildning 1, Skidor
 - 1 st Utbildning 1, Snowboard
 - 1 st Utbildning 2, Skidor
 - 1 st Utbildning 4, Skidor

Grenledare: Linda Stertman

BARN OCH UNGDOM

Friluftsförbundet Lokalavdelning Uppsala har under året givit barn och ungdomar, i olika åldrar, möjlighet att delta i Friluftsförbundets populära, trygga och säkra barn- och ungdomsverksamhet.

Grupper:

Vi har under våren och hösten haft 13 respektive 8 grupper. En gruppomgång består av flera träffar och varje träff är mellan 1 ½ - 4 timmar lång. Ibland har övernattnings skett med de äldre barnen.

Grupperna fördelar sig så här:

- Öppna skogsgläntan (0 – 2 år): Nyhet för i år. Flera separata träffar, ej enhetliga grupper.
- Skogsknopp (1 – 2 år): 1 grupp
- Skogsknytte (3 – 4 år): 4 grupper
- Skogs-/Familjemulle (5 – 6 år): 4 grupper
- Strövare (7 – 9 år): 4 grupper
- Frilufsare (10 – 13 år): 6 grupper



Ledare:

Vi har under året haft totalt 25 ledare, inklusive hjälpledare, som ledare i grupperna. Samtliga ordinarie ledare är väl utbildade inom Friluftsförbundet. Hjälpledare har hjälpt till i vissa grupper. Dessa har inte hunnit utbildas sig ännu.

Våra barn- och ungdomsledare måste alltid lämna in ett utdrag från Polisens belastningsregister innan de får leda grupp, för barnens säkerhet.

Ledaraktivitet och ledarvård:

Några nya ledare har tillkommit och dessa har utbildat sig under året. Några redan utbildade ledare har vidareutbildat sig, för att leda äldre barngrupper.

Några ledarträffar har genomförts, digitalt via Teams.

Grenledare: Ulrica Jakobsson

FJÄLL OCH VANDRING

Ledare: Vi är 13 aktiva fjälledare. Fem är utbildade enligt fjälledarnormen för både sommarfjäll och vinterfjäll, fyra är utbildade för sommarfjäll och två är snart klara för sommarfjäll samt två ledare är under utbildning.

Möten: Vi har haft möten för att planera verksamheten under våren och hösten. Inför alla fjällturer har vi också ordnat digitala eller fysiska förträffar.

Grenledare: Lena Douhan Håkansson slutade som grenledare under våren 2025 och Maria Rolf tog över rollen.

Aktiviteter:

- Vinterskidtur Ritsem till Nikkaluokta i mars, övernattning i stugor, en vecka. Nio deltagare, två ledare och en ledare under utbildning. Fantastiskt fin tur med vana deltagare. Några långa dagsetapper. Vi hade en extradag som vi flyttade fram på grund av blåsigt väder. Lite snö mot slutet, tur att det funkade med skotertransport.
- Fåglar i fjällen i Stekenjokk i juli, dagsturer, övernattning på vandrarhem, en vecka. Tio deltagare, en ledare och en ledare under utbildning. Konceptet med fågeltema är populärt. Tyvärr ont om fåglar i området, en ledare blev sjuk, viktigt vara två.
- Ammarfjället sommarvandring i juli, övernattning i tält, en vecka. Nio deltagare, två ledare och en ledare under utbildning. En ledare blev sjuk och fick lämna fjället. Vädret var soligt och för varmt. Svårt med skugga, använde tarp, behov att rena vatten i värmen, även åska. Turen planerades om något.
- Offerdalsfjällen sommarvandring i augusti, övernattning i tält, en vecka. Åtta deltagare, två ledare. Bra med stort ledartält där alla fick plats.
- Fulufjället, vandring i augusti, dagsturer, övernattning i stuga, 4 dagar. Tolv deltagare, en ledare och en ledare under utbildning. Bra med lätt tur, nybörjarvänligt att bo på samma ställe.
- Utöver våra turer gjorde en av våra ledare praktik på en vandring med Stockholms lokalavdelning.



Grenledare: Maria Rolf



KANOT

Sektionen har 18 ledare och 1 hjälpledare varav 16 var aktiva under 2025. 1 ledare har gått KLU steg 1 kajakutbildning 2025 och en ledare har gått KLU steg 2 kajakledarutbildning. 2 befintliga steg 1 ledare planerar att gå steg 2 kajakledarutbildning 2026. En stor utmaning för sektionen framöver är att rekrytera nya ledare

Ledarutbildning/ledarvård

2 ledare deltog på Friluftsrämjandets årliga kajakledarträff i Stensund. Ledarna har även övat räddningstekniker inomhus i bassäng



Verksamhet

Även om många aktiviteter var fullbokade så dras vi med en god del avbokningar. Det finns ett stort intresse för nybörjaraktiviteter, men även för enklare kvällsaktiviteter i närmiljön dvs. Ekoln.

Inga incidenter eller olyckor har förekommit.

Aktivitet/ deltagare	Tillfällen 2025	Deltagare 2025	Tillfällen 2024	Deltagare 2024	Tillfällen 2023	Deltagare 2023	Tillfällen 2022	Deltagare 2022
Antal	27	227	28	245	27	201	37	260

Kanoter, utrustning och kanothus

Sektionen äger 24 K1:or, 4 K2:or och 15 kanadensare. Kanoterna hyrs ut när sektionen inte har behov av dem för egna aktiviteter. Inga kajaker har bytts ut under året. 15 kajakledare har ansvarat för en reparationsvecka var under uthyrningssäsongen. Flera ledare har tagit ett mycket större ansvar för reparationer än vad man kan kräva av ledare som jobbar ideellt. Långsiktig är det inte hållbart att lägga så mycket underhållsarbete på ideellt arbetade ledare.

Sektionen har haft tre arbetsdagar/kvällar i kanothuset.

Kanoter hyrs ut till allmänheten när de inte används i sektionens verksamhet.

Uthyrningssäsongen 2025 resulterade i samma låga nivå av uthyrningar som 2024. Orsaker kan vara dåligt väder under vår och försommar, obefintlig marknadsföring, ingen möjlighet att boka via webb-bokningssystem, begränsade öppettider och konkurrens från kommersiella aktörer.



Vi har fortfarande ett stort slitage på kanoterna vilket resulterar i ett stort investeringsbehov för nya kajaker de kommande åren samtidigt som nuvarande uthyrningsmodell måste ses över.

Samverkan

Verksamheten är välintegrerad med kajakaktiviteterna inom Region Mälardalen.

Sektionen är representerad i regionens verksamhetsgrupp kajak och utbildningsteam kajak samt i Friluftsförbundets Riks utvecklingsgrupp kajak.

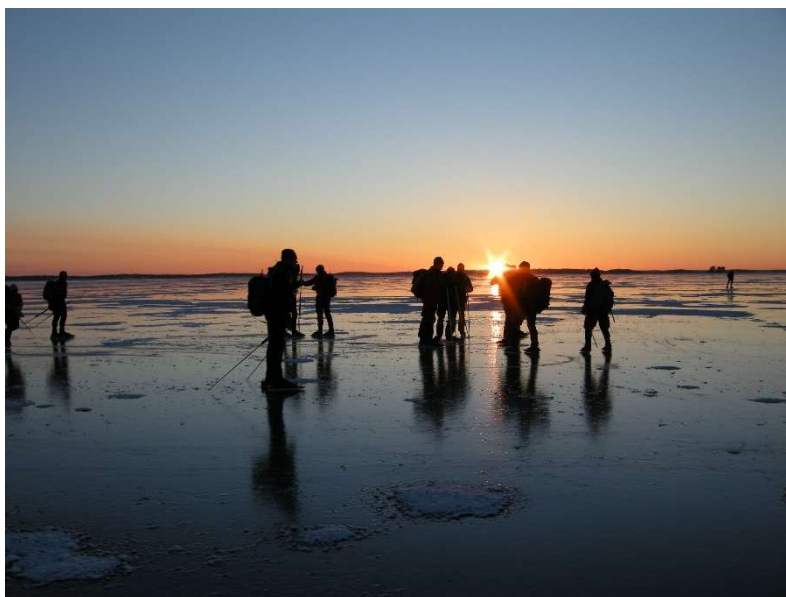
Webb och sociala medier:

Sektionens Facebooksida har utvecklats väl under året och vi har fortsatt ökning av antal följare.

Grenledare: Lars Kristian Stölen

LÅNGFÄRDSSKRIDSKO

Säsongen 2024–2025 började i slutet av november, helgen före första advent, på de minsta sjöarna. Två veckor senare andra advent var isarna så pass bäriga och säkra att vi vågade ta med oss grupper på isarna. Det blev avslutning av årets introduktionskurs två dagar i rad på Funbosjön samt en utflykt på Dalälven vid Söderfors. Det hann bli tre utlysta turer och tre utflykter för deltagarna i introduktionskursen före nyår. Så bra att vi hade de teoretiska kurstillfällena så pass tidigt.



2025

Det nya året inleddes med mycket fin is på vikar av Ekoln, Lårstaviken och Sydoxen. Vi hade också fina turer på Marvikarna och Färnebofjärden. Däremot blev det aldrig någon tur på havet. Säsongen tog slut redan i början av mars.

Under 2025 gjordes 16 utlysta turer, för allmänheten att anmäla sig till. På dessa turer blev det totalt 141 deltagare. Antalet utlysta turer såväl som antalet deltagare på dessa, var mycket lägre än föregående år.

Det gjordes fler spaningar, som redovisats på Skridskonätet, ungefär lika många som föregående år. Totalt 56 mot 57 året innan.

Antalet aktiva ledare var under året 14 stycken. Några ledare har av personliga skäl valt att inte delta aktivt i verksamheten. Under hösten har tre unga förmågor valt att gå steg ett i ledarutbildningen. Därutöver gick en klart utbildningen med steg tre. Det var ganska länge sedan vi hade några som gick utbildningar.

På grund av att vi under året fick färre deltagare i våra utbildningar (iskunskap och introduktionskurs till långfärdsskridskoåkning) och för en gång skull fick flera som gick ledarutbildningar, vilket vi naturligtvis är glada för, så har grenen ett ekonomiskt underskott 2025.

Under år 2025 har det skrivits om två olyckor i samband med skridskoåkning i den lokala tidningen. Båda erfarna skridskoåkare som gav sig ut på isen utan sällskap. Den ena olyckan skedde i slutet av säsongen (våren 25) då en person från Uppsala förolyckades. På nyårsafton plurrade en annan person men blev lyckligtvis räddad av en person som bor i närheten och hörde personens rop på hjälp. Den senare skridskoåkaren är medlem i Friluftsrämjandet. Även om man tycker att man har erfarenhet har bra kunskaper och det är fint väder och goda isförhållanden. Men tycker sig inte hinna ordna sällskap. Så ska man inte ge sig ut.

Det är mycket viktigt att tänka på säkerheten: **Kunskap, Utrustning och Sällskap**

Grenledare: Lars Nilsson

LÅGLAND

Sektionen lågland anordnar sedan tidigare vandringar på vardagar och helger, utomhusträning och orientering med Hitta ut-kartan. Under 2025 har vi utökat vår verksamhet med serierna "Startklar i naturen" och "Äta ute varje månad 2025".

Onsdagsvandringar

Onsdagsvandringarna har fortsatt att vara populära och under året har 44 vandringar genomförts och 19 vandringspass sålts. I genomsnitt har 13 personer deltagit per tillfälle. Förutom vandringar i närområdet har fyra vandringar genomförts på Signaturlad Stockholm och på etapp Lidö på SAT- Stockholm Archipelago Trail. Även andra platser längre bort som Färnebofjärden, Billudden och Ängsö har besökts. Vid två tillfällen har deltagarna bjudits på fika i Hammarskog och vid två tillfällen på grillning i samband med månskensvandring.

Helgvandringar

Under en helg i juli anordnades en övernattningsvandring i skärgården på de två nordligaste etapperna av SAT. Vi samlades lördag morgon i hamnen i Simpnäs och tog båten över till Arholma och gick etappen på ön söderut för att avsluta på Arholma Nord. Där vi åt middag tillsammans på restaurangen, beskådade solnedgången och kröp till kojs i bäddade sängar i tvåbäddsrum. Efter frukostbuffé på söndagen gick resan vidare med taxibåt till Lidö för vandring i öns vackra natur. Dagen avslutades med middag på Lidö Vårdshus. En lördag i oktober åkte vi till Sala och vandrade en bit av Gruvdammsrundan, följde den gamla fraktkanalen samt tittade på gruvhål och utställningar vid besöksgruvan.

Traditionsenligt vandrade vi en söndag i december till Lunsentorpet för Luciafirandet.

Utomhusträning

Vi har erbjudit utomhusträning såväl vårtermin som hösttermin. På vårterminen erbjöd vi två grupper per vecka - måndagar och torsdagar. Vi tränade på elva olika platser varav vi grillade efter träningen en gång per grupp och hade en avslutning med matlagning då vi också utvärderade terminen. Vårterminen fick 8,6 i medel i utvärderingen.

Till höstterminen valde vi att erbjuda träning på måndagar, torsdagar och lördagar men det fanns inte intresse för så många tillfällen och vi fokuserade därför främst på måndagar och torsdagar igen. Vi konstaterade att det var ett lyckat koncept att hålla fasta grupper som på vårterminen och kommer att fortsätta med det under 2026.

Deltagarnas favoritgym var Hospitalträdgårdens gym i Ulleråker.

Hittaut

Likt tidigare två år har det varit vårt mål att såväl medlemmar som icke medlemmar ska kunna ta samtliga Hittaut-kontroller i Uppsala kostnadsfritt tillsammans med oss. Under

säsongen arrangerade vi 14 olika orienteringstillfällen och lyckades att täcka in nästan alla checkpoints under dessa.

Startklar i naturen

Vi har under året erbjudit sex tillfällen i grundläggande friluftskunskap där vi har gått igenom kläder och utrustning, eldning, stormkök, allemansrätten, karta och kompass och olika sätt att sova utomhus. Tillfället med första hjälpen blev tyvärr inställt på grund av inga anmälda. Mest intresse visades för att sova ute då vi en lördagskväll i september satte upp olika sorters tält och bekantade oss med hängmatta, vindskydd och tarp. Vi gjorde upp eld och grillade tillsammans och de flesta stannade kvar och övernattade till dagen därpå då vi bjöd på frukost. Alla delar i denna serie har varit kostnadsfria och öppna även för icke medlemmar.

Äta ute varje månad

Vi började året med frukost vid Fyrisån en måndagsmorgon i januari, fortsatte med kolbulletillagning i Vedyxaskogen i februari, grillade desserter vid Dalkarlskärret i mars, åt lunch i Stadsparken i april och hade AW med vedträkubb i Stadsskogen i maj. I slutet av juni lagade vi en trerättersmiddag vid Vreta udde, till juli gav vi tips på kallförvaring, i augusti anordnade vi en crêpes-fest i Gränbyparken, i september lagade vi en grönkålpasta vid Lyssnaängsbadet, i oktober bakade vi kanelbullar i Lilla Djurgården på Kanelbullens dag, i november lagade vi en linsgryta i Engelska parken och i december tillagade vi saffranskrabbelurer över eld och drack glögg vid Sten Sture-monumentet.

Totalt har vi arrangerat 104 äventyr vilket innebär i genomsnitt två aktiviteter per vecka. En ökning med 24 stycken i jämförelse med 2024 då vi i genomsnitt anordnade 1,5 aktivitet per vecka.

Antalet individuella friluftstillfällen har varit 1 123 stycken. En ökning med 561 stycken i jämförelse med 2024. Den stora ökningen består framförallt av ett ökat antal deltagare på onsdagsvandringarna och på en ökning av antalet äventyr.

Nio ledare eller hjälpledare har varit delaktiga vid minst ett äventyr under året.

Grenledare: Anna Lyckeld

EKONOMISK ANALYS 2025

Friluftsförbundet Uppsala uppvisar ett underskott om -114 930 kr som kan jämföras med det budgeterade underskottet -265 500 kr.

Vi hade tänkt oss intäkter från våra äventyr på ca 1 000 tkr och vi nådde upp till ca 820tkr. Bidragen gav oss ca 268 tkr vilket överensstämmer bra med budgeterade 260 tkr om än lite omfördelat då vi fick mer medlemsintäkter än förväntat och mindre från Uppsala kommun.

De direkta kostnaderna för att utföra äventyren höll en bra nivå på ca 73% av de budgeterade medlen och intäkterna uppgick till 81,9% av budgeterade intäkter vilket innebär att vi hade lite överskott mot budget att täcka omkostnader.

Som föregående år hade vi satt en hög budget för att utbilda nya ledare och 2025 nådde vi nästan upp till målet. 2024 var utbildningskostnaderna 72 740 kr 2025 blev de 203 261 kr jämfört med budgeterade 236 000 kr.

Anmärkningsvärt när det gäller utfall mot budget är sjunkande intäkter i kanotuthyrningen. Vi hade budgeterat 224 tkr men endast fått in 144 tkr och då vi har fasta kostnader som personal och avskrivningar så blev det en förlust om -76tkr.



BILAGOR

Resultatrapport 2025

Balansrapport per den 31 december 2025