



FRILUFTSFRÄMJANDET VÄSTERÅS  
2023-0214

## Äventyret är nära Verksamhetsplan 2022–2024

På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftsförbundet 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.*

## Förord / nuläge

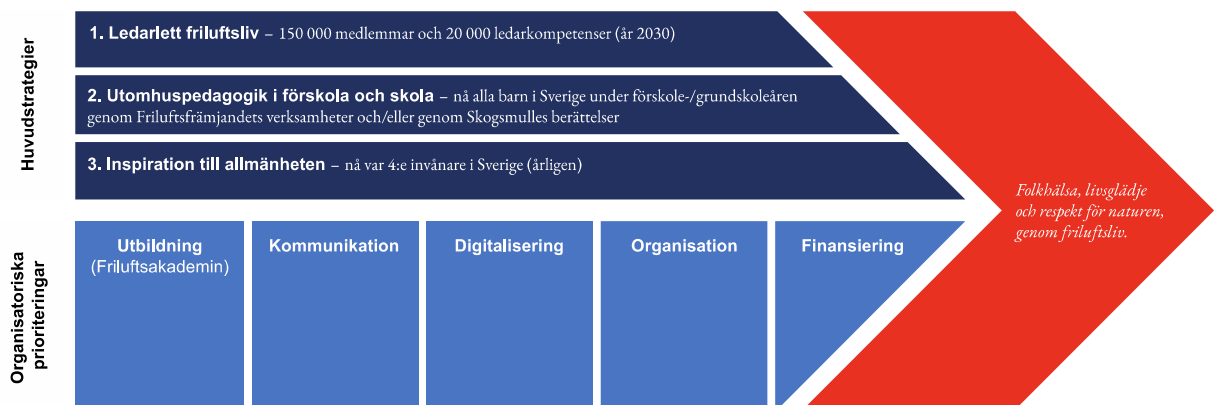
På riksstämman 2021 antogs en Strategi 2030 för vår organisation. Strategin slår fast att år 2030 ska Friluftetsfrämjandet

- ha 150 000 medlemmar och 20 000 ledarkompetenser,
- nå alla barn i Sverige under förskole-/grundskoleåren genom Friluftetsfrämjandets verksamheter och/eller genom Skogsmulles berättelser, samt
- nå var 4:e invånare (årligen) via inspiration till allmänheten.

Målen ska nås genom att vi fortsätter utvecklas och växa genom tre huvudstrategier till 2030: 1) ledarlett friluftsliv, 2) mer utomhuspedagogik i förskola och skola, samt 3) inspiration till allmänheten.

Strategi 2030 innehåller även fem organisatoriska prioriteringar: a) utbildning/Friluftetsakademin, b) kommunikation, c) digitalisering, d) organisation samt e) finansiering. Huvudstrategierna och de organisatoriska prioriteringarna styr vår organisation i arbetet att klara uppdraget och uppnå 2030-målen.

### Friluftetsfrämjandets 2030-strategi



Grundläggande är vårt arbete för ett hållbart friluftsliv, samt att vår stora och breda organisation fortsätter agera som ett Friluftetsfrämjandet. Strategi 2030 integrerar vår verksamhet med vårt arbete för ett hållbart friluftsliv, och därmed ett mer hållbart samhälle.

Strategi 2030 är ambitiös, med tydliga mål. På samma stämma antogs även en ”Övergripande 3-årig verksamhetsplan, gemensam för Friluftsförbundets 3 nivåer, 2022–2024. Denna 3-åriga verksamhetsplan konkretiserar eller förtydligar vad vår organisation behöver fokusera på de kommande åren för att nå de mål och strategier som finns i Strategi 2030. Den 3-åriga planen sammanflätar vår organisations tre nivåer och är ett bevis på vårt gemensamma agerande som Ett Friluftsförbundet – en stor och bred organisation, med ett gemensamt uppdrag. Och blå färg på kläderna.

Jan Sjöblom  
ordförande

## Innehåll

1. Övergripande
2. Ledarlett friluftsliv / Friluftsakademin
3. Mer utomhuspedagogik i förskolor och skolor
4. Inspiration till allmänheten / Kommunikation
5. Digitalisering
6. Organisation
7. Finansiering
8. Externa forum

# 1. Övergripande

## 1.1 Sammanfattning och styrdokument

Denna verksamhetsplan utgår från Friluftetsfrämjandets stadgar, Strategi 2030 samt är skapad tillsammans med lokalavdelningens budget för 2022–2024.

Denna verksamhetsplan följer den mall som Friluftetsfrämjandets 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 Framjandet Västerås bidrar till förverkligandet av Sveriges nationella mål för friluftspolitik. Syftet är att stödja människors möjligheter att vara i naturen och utöva friluftsliv, med allemansrätten som grund. Riksdagen har satt upp 10 mål för friluftspolitik:

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. Ledarlett friluftsliv / Friluftsakademin

De friluftsgrenar som Friluftetsfrämjandet Västerås skapar äventyr inom är: kajak, kanadensare, långfärdsskridsko, mountainbike, naturparkour, Skogsmulle och skogens värld (Öppna skogsglántan, Knopp, Knytte Skogsmulle, Funkismulle och Familjemulle), vandring (lågland) samt Vildmarksäventyr (Strövare och Frilufsare).

### 2.1 Prioriteringar 2022–2024

I vår lokalavdelning är vi bra på att erbjuda en bred verksamhet med aktiviteter för olika åldrar och intressen. Vår styrka är vår stora ledargrupp där utmaningen dock är att få våra ledare mer delaktiga i administrativ planering för att avlasta grenledare.

Friluftetsfrämjandet Västerås ska 2022–2024 prioritera att

- Rekrytera, samordna och vårda hjälpledare samt ledare
- Finansiera och uppmuntra utbildning och fortbildning av hjälpledare och ledare
- Tydliggöra behov av utbildningar och fortbildningar till regionen
- Föreslå utbildningsledare till regionen (utbildningsledare kallades fram till nyligen för kursledare)
- Erbjuder medlemmarna en ökad bredd av friluftsgrenar och nivåer (från nybörjare till erfaren), i syfte att alla medlemmar ska kunna hitta ett äventyr som passar deras intresse och erfarenhetsnivå

*Dessa prioriteringar är i linje med lokalavdelningens roll i förverkligandet av Strategi 2030 samt den 3-åriga verksamhetsplanen.*

### 2.2 Trygga och säkra äventyr

Att Friluftetsfrämjandets äventyr är trygga och säkra är en viktig grundbult i Friluftetsfrämjandet. Att vi löpande jobbar med att utbilda, fortbilda och säkerställa våra ledares kompetens och förutsättningar för att leda äventyr är utav största vikt. Det är också viktigt att vi inför våra äventyr jobbar med att förebygga säkerheten kring äventyren där ett sätt är att jobba med säkerhetsplaner. Det är också en självklarhet att alla som möter barn och unga i våra verksamheter ska lämna in ett utdrag ur belastningsregistret.

Pandemin har inneburit nya sätt att tänka för att vår verksamhet ska kunna bedrivas på ett tryggt och säkert sätt.

Lokalavdelningen ska säkerställa att ledarmarkeringarna i medlemsregistret är aktuella, och i linje med styrdokument Ledare.

## 2.3 Lokalavdelningens ledare

I dagsläget har lokalavdelningen ca 80 ideella ledare vilka varje år gör viktiga insatser genom att skapa verksamhet. Målet är att öka antalet ledare.

Lokalavdelningens mål för antal ledare 2022–2024 är

<i>Friluftsgren</i>	<i>2022</i>	<i>2023</i>	<i>2024</i>
Kajak	10	10	10
Kanadensare	2	4	6
Långfärdsskridsko	5	5	5
Mountainbike	25	25	25
Mountainbike barn	5	3	5
Naturparkour	2	3	4
Skogsmulle och skogens värld	25	28	31
Vildmarksäventyr	11	13	15
Vandring (lågland)	2	6	6
Skidor utför	1	1	1
Övrigt	2	4	4

För att våra ledare ska fortsätta att trivas i rollen och för att rekrytera ytterligare ledare ska lokalavdelningen:

- Rekrytera nya ledare t.ex. genom medlemsutskick
- Ge mandat till grenledare att besluta om ledarutbildningar och mindre inköp inom sin gren.
- Erbjuder grundutbildning och fortbildning
- Ordna gemensamma avslutningar/träffar för ledare med mat och aktiviteter
- Erbjuder deltagande i lokalavdelningens övriga aktiviteter gratis eller till subventionerat pris
- Erbjuder sponsring till blå profilplagg

Inom Friluftsakademin skiljer vi på utbildning, fortbildning och kurser.

Utbildning är när vi utbildar nya ledare utifrån en gemensam utbildningsplan.



Med fortbildning syftar vi aktiviteter som har till syfte att utveckla våra befintliga ledare. Fortbildningarna är ett bra sätt för våra ledare att utveckla sig i rollen, hålla sina kunskaper och färdigheter aktuella och skapa utrymme för reflektion. 2022–2024 ska lokalavdelningens ledare erbjudas deltagande i följande fortbildningar:

- Första hjälpen/HLR
- Grenspecifik fortbildning

Med kurser syftar vi aktiviteter som skapas av lokalavdelningen och som har till syfte att utveckla våra befintliga ledare/medlemmar. Kurser är ett bra sätt för våra ledare att utveckla sig i rollen, hålla sina kunskaper och färdigheter aktuella och skapa utrymme för reflektion. 2022–2024 ska lokalavdelningens ledare erbjudas deltagande i följande kurser:

- Kajakteknik
- Kanadensarteknik
- gruppdynamik

## 2.4 Kajak

I Västerås har vi utbildning i bassäng för nybörjare samt kvällspaddlingar, dagsturer och övernattningssturer.

Målen för 2022-2024 är att behålla kvällspaddlingar, dagsturer och övernattningssturer i nuvarande omfattning samt genomföra nybörjarkurs i kajak när pandemiläget tillåter.

Prioriterad utveckling är aktivitet vintertid för att behålla ledare samt att fortsätta utveckla samarbete med närliggande lokalavdelningar.

## 2.5 Kanadensare

I Västerås har kanadensarverksamheten främst bestått av teknikkvällar och enstaka dagsturer. Kanadensarpaddling sker också med de äldre barngrupperna.

Målen för 2022-2024 är att utbilda fler kanadensareledare bland barnledarna samt att öka antalet dagsturer för medlemmar. Prioriterat område är också att se över förvaring och skötsel av såväl kanadensare som kajaker.

## 2.6 Långfärdsskridsko

I Västerås är vi fortfarande i uppstartsfasen gällande långfärdsskridsko. Målet för 2022-2024 är att de ledare som är under utbildning går färdigt dessa för att vi ska kunna erbjuda långfärdsskridskoturer framöver. Prioriterat område är också att fortsätta utveckla samarbete med närliggande lokalavdelningar.

## 2.7 Mountainbike

Verksamheten fokuseras kring vår/sommar/höst. Under vinterhalvåret reduceras verksamheten till någon/några grupper helt beroende på vilka ledare som då kan ställa upp.

Målsättningen för 2022-2024 är att turerna kommer fortsatt bedrivas i närområdet men ibland även på annat håll. Ambitionen är att även erbjuda helgturer i varierande miljöer och på olika underlag och svårighetsgrad. Regelbundna turer planeras till onsdagar samt tisdagar för grön (långsam grupp). Utöver detta vill vi erbjuda mek kurser på en grundläggande nivå.

För att kunna hålla igång verksamheten och erbjuda turer i storleksmässigt hanterbara grupper behöver vi vara tillräckligt många ledare som regelbundet är med och cyklar. Under treårsperioden har vi som mål att behålla de utbildade ledare som finns samt utbilda ytterligare 3-5 st. Om någon/några ledare vill gå en kompletterande ledarutbildning välkomnar vi detta. Ledarcyklingar arrangeras årligen samt planeringsträffar, två till antalet, varje år. Syftet med dessa är att planera och utvärdera verksamheten och samtidigt träffas och umgås.

Vi kommer fortsätta använda oss av facebook "MTB Friluftetsfrämjandet Västerås" där vi lägger ut bilder och skriver turrapporter. Bilder kommer också läggas ut på instagramkontot [mtb\\_friluftetsframjandetvasteras](#). En viktig punkt är samarbete med kommun och övriga aktörer. Vi kommer därför fortsätta deltaga på dialogmöten med kommun/markägare/länsstyrelse/region/andra ideella/kommersiella aktörer.

## 2.8 Mountainbike Barn

I Västerås finns en grupp inom MTB barn som under 2022 kommer bli två. Målet för 2022-2024 är att fortsätta utveckla MTB barn.

## 2.9 Skogsmulle och skogens värld

*”Skogsmulle och skogens värld” är en verksamhet för de yngre barnen: Öppna Skogsgläntan (0-2 år), Skogsknopp (2-3 år), Skogsknytte (3-4 år), Skogsmulle (5-7 år), och Familjemulle.*

I Västerås finns verksamhet inom samtliga ovanstående delar. Vi har även en grupp för barn med funktionsvariation, kallad Funkismulle.

Målet för 2022-2024 är att fortsätta starta nya grupper när behovet finns samt att behålla och rekrytera nya ledare. Prioriterad utveckling av verksamheten under dessa år är att skapa en permanent ”Skogsmulleplats” i Vedboskogen dit allmänheten kan komma för att gå Skogsmulles naturstig/upplevelsestig. Vi vill också fortsätta synas i sammanhang som Barnfestivalen och anordna familjedagar. För att behålla våra duktiga ledare kommer vi anordna inspirationsträffar och workshops. Vi fortsätter att visa vår verksamhet på vår instagramsida ff\_barn\_vasteras.

## **2.10 Vandring (lågland)**

I Västerås har vi bland annat erbjudit mörkervandringar. Verksamheten är fortfarande i en uppstartsfas och målet för 2022-2024 är att utöka verksamheten. Den mest prioriterade insatsen är att rekrytera fler ledare.

## **2.11 Vildmarksäventyr**

*”Vildmarksäventyr” är Friluftetsfrämjandets verksamhet för barn, ungdomar och unga vuxna: Strövare (7–8 år), Frilufsarna (9–13 år cirka), TVM Äventyrsgrupper (cirka 14–25 år) och Äventyrliga familjen.*

I Västerås finns idag Strövare och Frilufsare. Vi har också en kombinerad grupp i Varmsätra utanför Sala.

Målet för 2022-2024 är att bli fler grupper vilket till viss del sker genom en övergång av äldre skogsmullegrupper när de har åldern inne. Prioriterad utveckling är att erbjuda inspirationsträffar och möjlighet till fortbildning tex. kanadensarpaddling och naturparkour.

## **2.12 Övriga friluftsgrenar**

Vi har under åren erbjudit enstaka aktiviteter som gourmetmiddag, bäversafari, grottkrypning, skidresa m.m. Vi har även en bytesmarknad för friluftsprylar varje år.

Målsättningen för 2022-2024 är att öka dessa aktiviteter då vi tror att det finns en stor efterfrågan inom bl.a. överlevnadskunskap och familjeaktiviteter som inte ingår i vår ordinarie barnverksamhet. Prioriterad insats är att se över hur bytesmarknadens upplägg ska vara kommande period.

### 3. Mer utomhuspedagogik i förskolor och skolor

#### **Prioriteringar 2022–2024**

Inom det geografiska området för Friluftsförbundet Västerås är Friluftsförbundet aktivt i ett fåtal förskolor och skolor.

Friluftsförbundet Västerås ska 2022–2024 verka för ett gott samarbete mellan lokalavdelningen samt de förskolor/skolor som finns inom lokalavdelningens område, genom att

- kartlägga vilka förskolor och skolor som idag använder sig av Friluftsförbundets utomhuspedagogik.

## 4. Inspiration till allmänheten / Kommunikation

Målet för Friluftetsfrämjandets arbete med kommunikation är att så många som möjligt inom målgruppen friluftsintresserad allmänhet ska 1) ha grundläggande kunskap om Friluftetsfrämjandet, 2) känna att Friluftetsfrämjandet är välkomnande och har verksamhet som passar dem, 3) bli medlem, samt 4) delta i verksamheten.

8 % av allmänheten uppgav år 2021 att de inspireras till friluftsliv av Friluftetsfrämjandet. Målet i Strategi 2030 är att det ska öka till 15 % år 2024, och sedan till 25 % år 2030.

### 4.1 Prioriteringar 2022–2024

I vår lokalavdelning är vi bra på att lägga ut våra aktiviteter i aktivitetsguiden samt använda oss av sociala medier för marknadsföring medan vi har svårare att nå icke medlemmar eller redan aktiva/intresserade. Utmaningen är också att få våra medlemmar att bli mer engagerade i vår verksamhet och komma med förslag på aktiviteter.

Friluftetsfrämjandet Västerås ska 2022–2024 prioritera att

- Arbeta med redaktionella medier ("press"), i syfte att få lokala/regionala redaktionella medier att skriva om vår verksamhet
- Arbeta med sociala medier (främst Facebook, Youtube och/eller Instagram), genom att ha aktiva konton med bilder, texter och filmer från vår verksamhet
- Tydligt profilera ev. anläggning (t.ex. stuga, led eller skidbacke) samt ledare med Friluftetsfrämjandets logotyp

*Dessa prioriteringar ovan är i linje med lokalavdelningens roll i förverkligandet av Strategi 2030 samt den 3-åriga verksamhetsplanen.*

Västerås ska 2022-2024 även prioritera att

- säkerställa att lokalavdelningens alla äventyr/aktiviteter publiceras på Friluftetsfrämjandets webbplats (i den s.k. Äventyrshanteraren), samt att informationen är tydlig och inbjudande.
- säkerställa att informationen om lokalavdelningens olika äventyr/aktiviteter sprids till medlemmar och potentiella medlemmar

(friluftsintresserad allmänhet), exempelvis genom mail, nyhetsbrev, sociala medier och lokalmedia.

- säkerställa att informationen om lokalavdelningen på Friluftsförbundets webbplats är komplett och uppdaterad,
- säkerställa att lokalavdelningen inom ett fåtal dagar svarar på mail från målgruppen.
- säkerställa att informationen om lokalavdelningens förtroendevalda och ledare i medlemsregistret är komplett och uppdaterad.
- uppmuntra alla ledare att använda ett blått profilplagg i samband med att de leder äventyr/aktiviteter.
- säkerställa att ledarna är varma, öppna och välkomnande mot målgruppen, samt strävar efter att äventyr/aktiviteter ska vara roliga, trygga och lärorika, för alla deltagare.
- delta i riksorganisationens kampanj ”Bli ledare”, genom att informera riksorganisationen om inom vilka grenar lokalavdelningen aktivt söker fler ledare, samt genom att direkt kontakta och inom kort träffa samtliga intresseanmälningar.
- delta i riksorganisationens kampanj ”Bli medlem” genom att sprida kampanjmaterialet.
- kontakta lokalmedia i samband med intressant verksamhet för att fråga om de är intresserade att göra ett reportage.
- delta på något lokalt event årligen (t.ex. marknadsdagar eller en föreningarnas dag), i syfte att träffa potentiella medlemmar.

## 5. Digitalisering

### **Prioriteringar 2022–2023/2024**

Alla ledare och förtroendevalda inom Friluftsförbundet har rätt till en Office 365-licens, och därmed möjligheten att använda stora delar av Officepaketet online. Dessutom har du tillgång till Storytalsportalen som innehåller video-utbildningar för användande av de olika verktygen inom Officepaketet.

För vår lokalavdelning innebär detta kraftfulla möjligheter att jobba tillsammans digitalt och effektivt i Microsoft Teams: med videomöten, gemensamt filbibliotek, gemensamma att-göra-listor, chattar samt appar och program som Excel och Powerpoint, m.m.

Friluftsrådet Lokalavdelningen ska 2022–2024 prioritera att

- Säkerställ att alla i styrelsen är korrekt registrerade i vårt medlemsregister.
- Säkerställ att alla i styrelsen har ett Office 365 konto.
- Låt alla i styrelsen titta på Storyals video Förbättra ert samarbete - en kort utbildningsvideo med fokus på Microsoft Teams.
- I appen Teams - skapa ett team för er lokalavdelnings styrelse.

## 6. Organisation

I vår lokalavdelning är vi bra på att komma med idéer som utvecklar verksamheten medan utmaningen är att se över hur vi bäst fördelar arbetet för att det inte ska bli för betungande för den enskilde individen.

### 6.1 Årsmöte

Årsmötet 2023 kommer hållas 6 mars kl. 19.00 på Skyttegatan 3 D.

### 6.2 Styrelsen

Styrelsen ska strategiskt leda, driva och utveckla lokalavdelningen. Styrelsen skall verka i enlighet med Friluftsförbundets stadgar. Styrelsen genomför möten ungefär 8-9 gånger/år Under året genomförs även ett till två strategimöten.

För att göra arbetet i styrelsen ännu roligare, effektivare och mer inkluderande ska styrelsen under året genomföra följande aktiviteter:

- Göra något roligt tillsammans tex en styrelsehög
- Avtackning av tidigare styrelsemedlemmar
- Se över organisationen med styrelse och grenledare för att jobba så effektivt som möjligt

### 6.3 Valberedningen

Valberedningens arbete är centralt för den demokratiska styrningen av lokalavdelningen, främst genom ansvaret att föreslå ledamöter till styrelsen samt revisorer. Valberedning bör bestå av minst tre personer varav en person väljs varje år. Vid mindre lokalavdelningar kan färre personer ingå i valberedningen.



## 7. Finansiering

Friluftetsfrämjandet Lokalavdelningen finansieras av medlemsavgifter, projektmedel, övriga bidrag och gåvor, samt egna intäkter. Syftet med ekonomin är att bidra med förutsättningar till en hållbar utveckling av vår verksamhet.

Lokalavdelningens ekonomi är stabil, men inte tillräckligt stark. Det är därför fortsatt prioriterat att årligen leverera överskott, genom att arbeta för ökad finansiering.

### **Prioriteringar 2022–2023/2024**

2022–2023/2024 vill vi fortsätta arbetet med deltagaravgifter, i syfte att säkerställa att deltagaravgifterna skapar ett litet överskott, inkl. kostnader för t.ex. material, ledarnas utbildning och fortbildning samt profilplagg.

Under 2022–2023/2024 kommer vi att sträva efter att öka våra intäkter. Det kommer vi att göra genom att utöka antalet aktiviteter. Vi kommer att använda vår ekonomiska kraft för att rekrytera och utbilda nya ledare. Dessutom kan vi om behov föreligger nyttja (en mindre del av) vårt fria egna kapital/kassa för att investera i att utbilda nya ledare.