

Program för Utblick 11–13 oktober

Version FINAL 1.3 den 9 okt 2019.



Välkommen till Isaberg Mountain Resort och Utblick som är Friluftslivets Akademin nationella utbildningshelg för friluftslivets ledare. Fortbilda dig, fördjupa, bredda, nätverka. All information finns på webben WWW.FRILUFTSFRAMJANDET.SE/UTBLICK
Kontaktperson: Anna Kim-Andersson, tel 0708-20 50 10
Under helgen når du även Utblicks arbetsgrupp via 070-229 24 72

Utblick är en allergivänlig konferens avseende kost, lokaler, starka dofter, med mera.



FREDAG 11 OKTOBER. EFTERMIDDAG OCH KVÄLL.

**** Incheckning ****

**** 12.00-13.00 Välkomstlunch + hämta fika ****

Fånga friluftslivet med kameran. Cecilia, Outnorth
13.00–14.30 | Samling infocenter

MTB Guidad tur. Pink Lady. Tommy, Andreas
13.00–14.30 | Samling infocenter

Följ med på en toppentur. Vandrings. Anna
13.00–14.45 | Samling infocenter

e-learning Allergisäkra äventyr+stormköksfika. Louise, Åsa
13.00–14.30 | Samling infocenter

Skogspysel med Skogsmullebarn. Karin G
13.00–14.30 | Samling infocenter

Olika friluftslivsförutsättningar. Mens & andra ting. Kim
13.00–14.30 | Samling infocenter

5 min bushcraft för friluftslivet. Adrian
13.00–14.30 | Samling på udden vid sjön

**** 14.30-15.00 Utefika ****

Workshop om framtidens ledarutbildning. Kristian
15.00–16.30 | Samling infocenter

MTB Isabergs bästa utförsåkning. Marcus, Ulrika
15.00–16.30 | Samling infocenter

MTB Prova-på. ^A Dahn, Andreas
15.00–16.30 | Samling vid Isabergs cykeluthyrning

Paracord. Grunderna för att göra armband. Robert
15.00–16.30 | Samling infocenter

Skogsbada. Cecilia, Outnorth
15.00–16.30 | Samling infocenter

Workshop om eld. Utveckla din friluftsteknik. Adrian
15.00–16.30 | Samling på udden vid sjön

Gör skillnad med ditt ledarskap! Susanne, Anna
15.00–16.30 | Samling infocenter

Om Friluftslivets Akademin friluftsmiljöprogram. Lotta, m.fl.
15.00–16.30 | Samling infocenter

Egentid. Smit iväg en stund på berget. Utblicks deltagare åker Isaberg Rodel Adventure med 20 % rabatt under helgen. Öppet lördag-söndag.

Isaberg Höghöjdsbana. Utblickspris 200 kr/person.
14.45–17.00 | Samling infocenter

INVIGNING + FÖRELÄSNING

17.45–19.00 | För alla | Bergasalen | Ingen föranmälan.

Kvällens gästföreläsare är Mikael Hill, förbundskapten för herrlandslaget i innebandy. Mikael har en fritidsledarutbildning i botten, han har varit tränare i många år och har tidigare yrkesroller arbetat exempelvis med förenings- och organisationstutveckling. Att sporra, inspirera och utveckla inte minst ungdomar – har varit/är en del av hans uppdrag. Temat för föredraget är LEDARSKAP. Det handlar också om betydelsen av att göra det möjligt för ALLA att vara med. Allergisäkra äventyr är föredragets värd.

**** ca 19.00-20.30 MIDDAG I RESTAURANGEN ****

Isaberg i pannlampans sken. Christoffer
20.45–22.00 | Välkommen på en kvällstur i pannlampans sken tillsammans med Christoffer Kytler, vandringsledare, Jönköpings lokalavdelning. Samling utanför receptionens entré. Rundan är ca 2,5 km.

^A Det tillkommer en avgift för cykelhyra.

^B Det tillkommer en avgift för utrustning / farkost.

LÖRDAG 12 OKTOBER. FÖRMIDDAG.

**** 07.00-08.30 Frukost + hämta fika ****

Äventyrspedagogik i Skogsmulles skog. Lisa
08.30–12.00 | Samling inne, passets första 30 min är i konferensavdelningen, sedan går gruppen ut.

Öva handledning. Fortbildning för kursledare. Anna N B
08.30–12.00 | Samling infocenter

Förebyggande säkerhetsarbetet för fjälledare. Pontus
08.30–12.00 | Samling infocenter

MTB Prova-på. ^A Ulrika, Marcus
08.30–10.00 | Samling vid Isabergs cykeluthyrning

Naturparkour. Prova-på. Pontus, Oskar
08.30–10.00 | Samling infocenter

Skogsbada. Cecilia, Outnorth
08.30–10.00 | Samling infocenter

Navigation med karta och kompass. Peter, Olle
08.30–10.00 | Samling infocenter

Framtidens klimat och friluftsmeteorologi. Ulrika W
08.30–10.00 | Samling infocenter

Vår viktiga eld. För dig som är ledare för äldre barn. Evis
08.30–10.00 | Samling infocenter

**** 10.00-10.30 Utefika ****

MTB Prova-på. ^A Ulrika & Marcus
10.30–12.00 | Samling vid Isabergs cykeluthyrning

Rörelseglädje med Skogsmullebarn. Marie
10.30–12.00 | Samling infocenter

När du ska leda grupp som vandrar med hund. Katarina N
10.30–12.00 | Samling infocenter

Upptäck berget. Traillopning. Anna
10.30–12.00 | Samling infocenter

Använd GPS i friluftslivet. Peter, Olle
10.30–12.00 | Samling infocenter

Naturparkour, mer moves. Anna A, Pontus, Oskar
10.30–12.00 | Samling infocenter

Fånga friluftslivet med kameran. Cecilia, Outnorth
10.30–12.00 | Samling infocenter

Prova att sätta upp tarp & vindskydd. Adrian C
10.30–12.00 | Samling på udden vid sjön



Vill du cykla själv på berget utanför programmet? Vi har några cyklar som du kan låna under lördagen till självkostnadspris. Kontakta anna.kim-andersson@friluftslivetsakademin.se

VI SKAPAR MERVÄRDEN TILLSAMMANS PÅ UTBLICK

Friluftslivets Akademin Shop finns på plats, pop-up.

Outnorth. Möt din digitala friluftsliv- och outdoorbutik i Utblicks eget showroom under fredagen. Titta förbi och kika på tält och prylar. Kör Outnorths digitala quizz.

Light My Fire. Bli mästare i friluftslivets kök med gåvan som heter L-Spork.

Bergans är Friluftslivets Akademin officiella klädpartner. Till lördagens Utblicksmingel bidrar Bergans med fina priser.

Studieförbundet. Vårt studieförbund. Vässa dig ihop med studieförbundet som tror på föreningsutveckling och som också vill att du tar hand om dig och syns i mörket. (Kika i din goodiebag så förstår du vad vi menar).

Smålands Turism AB, är besöksnärsorganisationen för Jönköpings län som utvecklar och kommunicerar turistprodukter samt främjar turismen genom insatser på regional, nationell och internationell nivå. Som ett smakminne från Småland och Utblick, bjuder Smålands Turism AB på den vackra och fullständigt oemotståndliga Polkagrisen från Gränna. Och passar på att hälsa varmt välkommen tillbaka!

**I livets ryggsäck
är kunskap
den lättaste
saken att bära**



LÖRDAG 12 OKTOBER. EFTERMIDDAG OCH KVÄLL.

** 12.00-13.00 Lunch + hämta fika **

Kävsjön runt, Store Mosse Nationalpark. *Christoffer, Karin S*
12.50–17.00 | Samling parkeringen vid receptionen

Överlevnad, grunder och föda. *Tommy*
13.00–16.30 | Samling infocenter

Kajakpaddling – prova på.^B *Håkan, Johannes*
13.00–14.30 | Samling vid bryggan vid sjön

När du ska leda grupp som vandrar med hund. *Katarina*
13.00–14.30 | Samling infocenter

Workshop om eld. Utveckla din friluftsteknik. *Adrian*
13.00–14.30 | Samling på udden vid sjön

e-learning Allergisäkra äventyr+stormköksfika. *Louise, Åsa*
13.00–14.30 | Samling infocenter

Tältvandring med barngrupper. *Anna A, Andreas*
13.00–14.30 | Samling infocenter

Workshop om ungt ledarskap. *Kim, m.fl.*
13.00–14.30 | Samling infocenter

** 14.30-15.00 Utefika **

Kajakpaddling – prova på.^B *Håkan, Johannes*
15.00–16.30 | Samling vid bryggan vid sjön

Workshop om lokalt påverkansarbete. *Lotta m.fl.*
15.00–16.30 | Samling infocenter

Knoppar, att knyta & surra. *Robert*
15.00–16.30 | Samling infocenter

Juridik för friluftsledare. *Anna A*
15.00–16.30 | Samling infocenter

Terminsplanering Skogsmulle och skogens värld. *Karin G*
15.00–16.30 | Samling infocenter

Olika friluftslivsförutsättningar. Mens & andra ting. *Kim*
15.00–16.30 | Samling infocenter

18.00–19.00 BINGO!

Nätverka, mingla, lär känna fler. Vi förbereder en flexibel aktivitet som kan vara antingen ute eller inne – beroende på lördagens väder. Mer information om aktiviteten meddelas under lördagen. Fina priser kommer att lottas ut från Bergans och Studiefrämjandet bland de som deltar.

** ca 19.00-20.30 MIDDAG I RESTAURANGEN. **

Efter middagen – 22.00

Nu är det lägereldarnas tid. Du har möjlighet att delta i en stilla stund vid lägereldar som blir riktiga, utomhus, eller fiktiva inomhus, beroende på väder. Hur har dagen varit? Kan vi lära känna varandra mer? Prat på teman. Aktiviteten är frivillig så klart. Samtalsledare är Lars Lundström, Adam Bergsveen, Lotta Norberg och Stefan Falkenstad från riksorganisationen. Mer information om grupper/tema/platser presenteras vid middagen.

Isabergs bastu är bokad för oss nere vid sjön kl. 20-22. För bastubad (ett mindre antal platser) får man skriva upp sig på en lista som finns i vårt infocenter under lördagen.

SÖNDAG 13 OKTOBER. FÖRMIDDAG.

** 07.00-08.30 Frukost + hämta fika **

Det är dags att förbereda avfärd i stugan.

Drop-in.- e-learning Allergisäkra äventyr. *Louise, Åsa*
08.00–12.00 | Titta förbi 45 minuter när det passar dig. Vi finns i konferensavdelningen.

Fortbildning för kursledare. *Anna N B*
08.30–12.00 | Samling infocenter

Äventyrslekar för Strövare, Lufsare, TVM. *Tommy, Karin G*
08.30–10.00 | Samling infocenter

Friluftsteknik: Vattenrening. *Katarina*
08.30–10.00 | Samling infocenter

Kom igång med MTB i din lokalavdelning. *Ulrika, Marcus*
08.30–10.00 | Samling infocenter

Morgonvandring utmed stränder. *Anna*
08.30–10.00 | Samling infocenter

Använd kniv och yxa. *Adrian*
08.30–10.00 | Samling på udden vid sjön

Framtidens klimat och friluftsmeteorologi. *Ulrika W*
08.30–10.00 | Samling infocenter

Hjärt och lungräddning. *Lotta*
08.30–10.00 | Samling i konferensavdelningen

** 10.00-10.30 Utefika **

Kajakpaddling Prova-på.^B *Håkan, Johannes*
10.30–12.00 | Samling vid bryggan vid sjön

Gående och rullstolsburna vandrar tillsammans. *Karin S*
10.30–12.00 | Samling infocenter

Småkypssafari för barnledare. *Lisa*
10.30–12.00 | Samling infocenter

Paracorddjur. Utökning och uppsamling. *Robert*
10.30–12.00 | Samling infocenter

Mer naturaktiviteter & lek med Knopp/Knytte. *Marie*
10.30–12.00 | Samling infocenter

Juridik för friluftsledare. *Anna A*
10.30–12.00 | Samling infocenter

Workshop om lokalt påverkansarbete *Lotta, m.fl.*
10.30–12.00 | Samling infocenter

Naturparkour. Komma igång. Bygga bana. *Pontus, Oskar*
10.30–12.00 | Samling infocenter

Hjärt och lungräddning. *Lotta*
10.30–12.00 | Samling i konferensavdelningen

** 12.00-13.00 Avslutningslunch **

**** I UTBLICKS INFOCENTER FINNS EN AVSKEDSGÅVA FRÅN SMÅLANDS TURISM AB, TITTA FÖRBI INNAN DU ÅKER HEM. ****

Obs! Utcheckning från din städade stuga är senast kl. 11.00.

DATUM ATT ANTECKNA – ALLERGISÄKRA ÄVENTYR

Allergisäkra äventyr är Astma- och Allergiförbundets & Friluftsförbundets satsning med stöd från Postkodlotteriet.

Adrian Clarke är ambassadör för Allergisäkra äventyr. I höst är han på **Sverigeturné** på orter där både Astma- och Allergiförbundet och Friluftsförbundet har verksamheter. Tipsa gärna på hemmaplan om träffarna: kom och lär dig mer om hur man kan göra äventyret allergisäkert. Friluftsteknik och annan inspiration utlovas också. Du får också veta mer om vår e-learning utbildning.

Ovanåker 15/10 • Gävle, 16/10 • Bergslagen 18/10 • Örebro 19/10
Skövde 20/10 • Solna 24/10 • Nacka 25/10 • Linköping 27/10
Borås 2/11 • Göteborg 3/11 • Västervik 7/11 •
Trollhättan-Vänersborg 9/11 • Ängelholm 16/11 • Karlstad 24/11
Jönköping-Huskvarna 30/11

www.friluftsfremjandet.se/allergisakraeventyr

LOKALT OCH REGIONALT VÄRDSKAP

Friluftsförbundet Region Öst tillsammans med Smålands Turism AB och Isaberg Mountain Resort hälsar varmt välkomna till Isaberg.

UTBLICK tar dig till nästa nivå

Vi hoppas att du checkar ut från Utblick och Isaberg trött, glad och nöjd. Uppfylld. Påfylld.

Låt äventyret börja.

^A Det tillkommer en avgift för cykelhyra.

^B Det tillkommer en avgift för utrustning / farkost.