



FRILUFTS
FRÄMJANDET

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2019

Friluftetsfrämjandet Region Öst



ORDFÖRANDEN HAR ORDET

När jag skriver det här så är det mitt i den "corona-kris" som råder med mängder av inskränkningar för våra sammankomster och aktiviteter. Då känns det extra uppmuntrande att blicka bakåt med fokus på att vi nog snart är där igen och förhoppningsvis stärkta av det positiva det för med sig (återkommer till detta).



Året började som vanligt. Uppe i Idre på ledarveckan med kurser och massa inspirerande möten med medlemmar från friluftsrådet alla hörn. Det är alltid kul att se hur våra kursledare och deltagare intar Idrefjäll och

färgar fjället i blått. I år var det första gången vi hade samarbete med Region Mitt i våra kurser och även Region Mälardalen var på plats så det gav verkligen ett blått intryck.

Efter ledarveckan var siktet ställt mot vår regionstämma som var i Kinda där vi bland annat fick ta oss fram i smala gångar i grottor som naturen format. Det blev en bra och lärorik stämma med en hel del olika kurser och aktiviteter som gav inspiration tillsammans med kloka ord på själva stämman.

Ledarveckan sommar blev även den en annorlunda upplevelse då det för mig blev en vistelse präglad av förkyllning men ändå några möten som tillförde framtiden en hel del.

Hösten kom efter sommaren och även den har varit positiv. Jag vill här sända en stor uppskattning till alla våra kursteam som har levererat fler kurser än någonsin utan knorr men med stor inspiration och glädje. Det känns otroligt att jobba med så många

positiva människor som vill förmedla friluftsliv till andra.

För styrelsen blev det en tuff höst då vårt ekonomiska resultat drog iväg åt fel håll på grund av olika anledningar. Styrelsen har med anledning av det tagit kloka beslut och varit bra ledda med fakta från vårt kontor som ska ha en stor eloge. Frallaprojektet tog slut vilket innebar förändringar för framtiden men vi kan se tillbaka på ett projekt som drivits föredömligt men också framåt. Förhoppningen är att satsningen ska ha sått en hel del nya frön i lokalavdelningarna.

Utblick genomfördes för andra gången och trots färre deltagare blev det minst lika bra och här ser vi nu en framtid med mera brett samarbete inom vår organisation. På Utblick känns verkligen Friluftsrådet själ och hjärta.

Med de här orden vill jag tacka för mig då jag avser lämna ordförandeuppdraget. Det har gett mig otroligt mycket tillbaka även om det har krävt mycket nedlagd tid för att skapa förutsättningar till en bra verksamhet. Det har varit en förmån att samarbeta med anställda men även alla ideella möten som jag haft under de här åren har gett mig mycket hjälp och kraft.

Ett stort Tack från mig och vi ses säkert igen!

*Anders Ohlsson, ordförande
Friluftsrådet Region Öst*

Framsidesbilden till detta dokument är från Region Östs MTB-ledarutbildning på Isaberg hösten 2019. Foto: Henrik Witt.

INNEHÅLL

FRILUFTSAKADEMIN – VÅR UTBILDNINGSVERKSAMHET

VERKSAMHETSUTVECKLING

VÅRA MEDLEMMAR

MÅLUPPFYLLELSE

KOMMUNIKATION OCH SAMHÄLLSPÅVERKAN

DEMOKRATI OCH ORGANISATION

BIDRAGSGIVARE OCH SAMARBETSPARTNERS



Utblick, Friluftsrådet's nationella fortbildningshelg på Isaberg i oktober. Foto: Anna Kim-Andersson.

FRILUFTSAKADEMIN – VÅR UTBILDNINGSVVERKSAMHET

Friluftskademin är vår utbildningsorganisation som drivs av riksorganisationen, regionerna och ideella krafter tillsammans, med uppdrag att erbjuda och utveckla attraktiva och kvalitativa utbildningar samt fortbildningar. Våra utbildningar styrs och kvalitetssäkras genom Styrdokumentet Friluftskademin som antogs av Riksstämman 2018. Under 2019 har Friluftskademin påbörjat att implementera besluten ifrån styrdokument Friluftskademin.

Under 2019 har det gränsöverskridande arbetet utvecklats ytterligare mellan regionernas utbildningssamordnare/verksamhetsutvecklare. Tillsammans med den nytillsatta utbildningsansvarige på Riksorganisationen sker samverkan gemensamt för kvalitetssäkring och likvärdighet samt kring aktuella behov och önskemål för att driva utvecklingen framåt med Friluftskademin.

VÅRA UTBILDNINGSTEAM 2019

Inom Region Öst finns det sex olika utbildningsteam: Alpint inklusive Paraskidåkning och Snowboard, Barn, Kanot (Kajak & Kanadensare), Långfärdsskridskor, MTB och Låglandsvandring. Vilka utgör en central roll för att kunna utbilda nya ledare till våra lokalavdelningar som i sin tur är otroligt viktiga för kärnan i vår verksamhet med ledarledda aktiviteter.

I början av 2019 tillsattes regionens representanter från respektive utbildningsteam i de nya Utvecklingsgrupperna på nationell nivå. Där har arbetet med likvärdighet och kvalitetssäkring med full kraft påbörjats för våra utbildningar och fortbildningar över hela landet.

Under året som gått har alla utbildningsteam i regionen börjat att använda Teams, Friluftsrådets digitala plattform, som kommunikationskanal men även som bank för dokument samt utbildningsmaterial. Detta skapar en lättillgänglighet för alla



Nationell alpin upptakt i Idre. Foto: Nina Svenman.

i teamet och kursledare kan med enkelhet följa med i utbildningsteamets arbete samt finna underlag för utbildningar och fortbildningar på ett enkelt vis.

Detta år har utbildningsteam Alpint, Långfärdsskridskor och Barn utvecklat sitt samarbete med respektive teams motsvarighet i Region Mitt genom fysiska träffar, gemensamma utbildningar samt fortbildningar. Båda regionernas utbildningsteam ser flera positiva effekter av samverkan.

BARN – FRILUFTSÄVENTYR

Utbildningsteam Barn som leder grundutbildningar inom Skogsmulle och skogens värld (Skogsknopp, Skogsknytte, Skogsmulle och Familjemulle) och Vildmarksäventyr (Strövare, Frilufsare och Äventyrliga familjen) har utökats med en kursledare under året till tio stycken.

Kursledarna är fördelade över hela regionen och leder utbildningar på flera platser med en tanke på geografisk spridning.

Under året har följande utbildningar genomförts med god uppslutning i deltagarantalet.

- 5-7 april. Rimforsa Skogsmulle och skogens värld, 12 deltagare.
- 23-25 augusti. Ånnaboda Skogsmulle och skogens värld, 16 deltagare.
- 13-15 september. Nässjö Skogsmulle och skogens värld, 21 deltagare.
- 20-22 september. Borensberg Vildmarksäventyr, 15 deltagare.

Under året har de nya Utvecklingsgrupperna startat upp sitt nygamla arbete med att skapa en samsyn över landet på våra utbildningar. Detta är ett stort arbete som pågått i flera år men nu börjar närma sig ett gemensamt utbildningsmaterial. Skogsmulle och skogens värld kommer att under 2020 pröva det gemensamma arbetssättet och utvärdera detta under kommande utbildningar. Vildmarksäventyr ligger strax bakom och kommer att fortsätta arbeta

med en gemensam utbildningsplan under 2020. Under året har en ny handledning för Skogsmulle och skogens värld kommit ut. Samarbetet med Friluftsrådets centrala utbildningsorganisation under Friluftskademin har fortgått och stärkts under året.

Utbildningsteam Barn har träffats i Växjö vid en gemensam träff i februari. Med fortbildning i Anpassat ledarskap med kursledare från projektet Anpassat ledarskap ett samarbete med scouterna som finansieras av Postkodslottet.

Under helgen diskuterades hur teamet ska jobba med utbildningsplaner och utbildningar i stort under året. Vad kursledarna har för tankar om sitt fortsatta ledarskap och hur teamet ska få en bra spridning på våra utbildningar med rätt inriktning.

Kursledarna har fått möjligheten att under 2019 få delta i fortbildningskonferensen Ute är inne. I år förlagd till Jönköping. Tre av kursledarna deltog.

Under året har teamet börjat använda Friluftsrådets gemensamma arbetsytta i Teams. Ett mer digitalt arbetssätt ger nya möjligheter för effektivt samarbete och nya kontaktvägar. Det är en inkörsperiod, men satsningen kommer att underlätta för teamet att utvecklas i framtiden.

Några kursledare har deltagit i Region Östs utbildningshelg Utblick. Exempel på saker som kursteamet erbjuder: Äventyrspedagogik, Äventyrslekar, Planering av verksamhet, Knoppar och skogspyspel.



Bilder från utbildningen Vildmarksäventyr i Borensberg, 2019. Foto: Tommy Gustafsson.

SKOGSMULLE I FÖRSKOLAN

2019 utbildade Region Öst ytterligare en kursledare inom Skogsmulle i förskolan-pedagogiken så numera finns två kursledare från regionen i det nationella teamet för Skogsmulle i förskolan.

Regionen erbjöd två grundutbildningar under året. Vårens utbildning hölls på friluftsgården Öxnegården, Jönköping och höstens utbildning hölls vid Vidingsjö motionsområde, Linköping. Under 2019 var det totalt sex nya förskolor i regionen som tecknade avtal om Skogsmulle i förskolan.



SKOGSMULLE
FRILUFTSFRÄMJANDET

ALPIN VERKSAMHET

IDRE VECKA 2

Ledarveckan i Idre, vecka 2, är den mest intensiva veckan vad gäller Region Östs alpina utbildningar. 6 skidinstruktörer fanns på plats och följande genomfördes:

- Introduktion, skidor utför, 9 deltagare.
- Utbildning 1 skidor, 26 deltagare.
- Utbildning 2 skidor, 6 deltagare.
- Utbildning Bi-Ski instruktör, 2 deltagare.
- Nationella Certifieringsgruppen samlades för att arbeta med utveckling av certifieringsprocessen. Regions Öst medverkade med två representanter.

CLINICS I SÄLEN

Den traditionella säsongsupptakten i Sälen var i december. Förutom ett glatt återseende genomfördes Intro skidor, olika Clinics samt fortbildning med ämnen hämtade från Interski i Bulgarien. 12 skidinstruktörer, 3 snowboardinstruktörer och en instruktör för Bi-Ski.

Följande kurser genomfördes:

- Clinic skidor, 23 deltagare.
- Intro snowboard, 3 deltagare.

- Clinic snowboard, 3 deltagare, Bi Ski medåkare, 2 st, Guidad åkning, 5 st.

I Clinicsprogrammet fanns:

- Skidlärare 2.0 – en uppdatering till 2020-talets skidteknik och ledarskap, pedagogik och metodik.
- Skidtest.
- Fort, farligt och vansinnigt roligt.
- Skidskola för grön-blå nivå.
- Kortare svängar.
- Certifiering i skidteknik.
- Privatlektioner – deltagarens val.

Genom förhandsanmälan till ovan nämnda Clinics kunde ledarplaneringen läggas upp så att alla deltagare i möjligaste mån fick möjlighet att delta på de Clinics som de önskat. Clinic snowboard hade som vanligt fyra halvdagar med olika teman men med samma grupp. Även i år genomfördes ett teammöte under helgen där teamet bland annat pratade om rekrytering av nya ledare till teamet, hur efterfrågan från Realgymnasiet kan mötas, hur teamet vill fortsätta utveckla samarbetet med Region Mitt och även övriga regioner, samt hur teamet ska använda IT-verktyget Teams.

Även information från Interski i Bulgarien samt att det blir avslutning med region Mitt i Tännaldalen i slutet av april och sist men inte minst presenterades en idé om en stor avslutning på skidsäsongen 2021 genom att delta på "middle Interski" i Levi i slutet av april.

PLANERING FÖR VERKSAMHET

I september genomfördes en teamträff i Jönköping, 12 st kursledare medverkade. Mest fokus lades på nya kursledares väg in i teamet, fortbildning och vinterns kurser. Utbildningsteamet har fortsatt arbetet med att nå ut till lokalavdelningarna för att försöka ge dem de alpina ledarutbildningar de behöver, för att de i sin tur ska kunna utöka verksamheten. Det vi har genomfört i år är två kurstillfällen i fjällen samt en delad Utbildning 1. Planerad Intro i Isaberg fick ställas in på grund av att anläggningen stängde. Certifieringar har utförts i Sälen, Isaberg, Norrköping, Skövde, Stenkällegården, Idre.

VIDAREUTBILDNING – TEAMET

Vintersäsongen 2018/2019 avrundades för Utbildningsteamets del med en långhelg i början av maj i Funäsfjällen. Tillsammans med Utbildningsteam Mitt i

Tännaldalens backar, gnuggades det senaste inom Medveten Skidteknik. Från Region Öst deltog nio personer.

Första helgen i december 2019 genomfördes Friluftsförbundet alpin riksuptakt. Där jobbades det med innehåll hämtat från Interski i Bulgarien. Det fanns även tid att arbeta i de regionala teamen. Från Region Öst deltog nio personer i samband med träffen på Idre Fjäll.

PARASKIDÅKNING

Det tidigare externfinansierade utvecklingsprojektet SkiCamp har lett till att regionen nu har möjlighet att bedriva prova-på skidåkning för barn och unga som har någon typ av funktionsnedsättning och utbilda fler ledare inom paraskidåkning. Under 2019 erbjöds åkning med hjälp av sitski, skicart eller biski i Vetlanda, Mullsjö och Vadstena med totalt 17 deltagare. Regionen genomförde en biski-instruktörsutbildning i Idre Fjäll samt en utbildningsdag för åtta blivande biski-medåkare i Vetlanda. I samband med regionens fortbildningshelg i Sälen erbjöds möjlighet för alla skidledare att prova-på paraskidåkning. Under utbildning 1 skidor genomfördes ett moment med prova-på åkning för blivande skidledare.

Foto från Idre i januari 2019 samt från Idre respektive Sälen i november och december. Foto: Nina Svenman.





LÅNGFÄRDSSKRIDSKO

Utbildningsteamet för Långfärdsskridskor utökades med en person under 2019 men är fortfarande för litet för att driva verksamhet eller egna utbildningar då det endast består av två kursledare. Därför valde teamet att fortsätta sin samverkan med Region Mitts utbildningsteam. Under 2019 genomfördes Utbildning Steg 1 i Härnösand med sex deltagare och Steg 3 i Västerås med åtta deltagare. Utbildningsteamet har också en representant i den nationella utvecklingsgruppen.

KAJAK OCH KANADENSARE

Utbildningsteam Kanot består av fem kursledare. Teamet genomförde under året två kanadensarledarutbildningar, i Norrköping med sju deltagare och i Växjö med sex deltagare. I Växjö lånade teamet en kursledare från Region Syd. Teamet har också genomfört Kajakledarutbildning steg 1 med tio deltagare. Med på utbildningen var även två blivande teammedlemmar varav en nu gått kursledarutbildningen. Under hösten påbörjades Kajakledarutbildning steg 2 med sex deltagare. I samband med nationella fortbildningshelgen på Isaberg var en av teamets medlemmar med och genomförde prova-på-paddling i kajak. Två ledare har under hösten gått kursledarkursen. Teamet har en representant i utvecklingsgruppen knuten till riks.

MOUNTAINBIKE – MTB

2019 har varit ett mycket aktivt år för hela utbildningsteamet. Teamet inledde våren med att i april fortbilda sig i Nols Wilderness medicine i Stenungsund. I början av maj höll hela teamet ledarutbildning på Isaberg med 16 deltagare. Senare i maj hölls en fortbildningsdag tillsammans med Andreas Danielsson i Värnamo och dit bjöd teamet in MTB-ledare från Kinda, Värnamo och Kalmar. Totalt deltog cirka 20 ledare som fortbildade sig inom teknik, cykel-mek, säkerhet och lekar på cykel. I

juli ansvarade hela utbildningsteamet för kompetensutveckling under ledarveckan i Idre. Teamet höll ett antal fortbildningspass för ledarveckans MTB-ledare. Det handlade om hoppteknik, teknik uppför och utför, fördjupad mek, hur man startar upp MTB-verksamhet i sin lokalavdelning och ett pass med tekniklekar. Passen var fullbokade och mycket uppskattade. Även i Idre kompletterades utbildningsteamet med kursledare från riks.

I september hölls årets andra ledarutbildning på Isaberg. Åtta deltagare fanns på plats tillsammans med två kursledare. Utbildningsteamets cykelår avslutades på Utblick på Isaberg i oktober där teamet höll prova-på-pass, guidade turer och cykling utför berget. Därutöver ledde regionens MTB-team en workshop som handlade om att starta upp och utveckla MTB-verksamhet på lokalavdelningsnivå. Teamet har en representant i nationella utvecklingsgruppen och som deltar på alla gruppens möten.

NATURPARKOUR

Under 2018 utvecklade Friluftsförbundet tillsammans med Gymnastikförbundet arbetet med naturparkour i hela landet med medel från Arvsfonden. I början av 2019 avslutades detta projekt och övergick då till den ordinarie verksamheten i Friluftsförbundet. Utbildningar och fortbildningar hålls av ett nationellt utbildningsteam. Regionerna kan vid behov och önskemål anordna utbildningar med hjälp av det nationella teamet.

Under 2019 har inga nya ledare utbildats i regionen, dock fortsätter sju stycken lokalavdelningar (Norrköping, Vadstena, Borensberg, Örebro, Mullsjö, Lindås och i Kinda) med sin verksamhet. Under 2019 har Naturparkour efterfrågats som en fortbildning för i första hand Strövare och Friluftssare vilket visat på ett behov av att redan utbildade verksamma ledare inom andra verksamhetsgrenar.

VANDRING LÅGLAND

Under det gångna året har två utbildningar för vandringsledare genomförts. Teamet har deltagit vid fortbildningshelgen i Isaberg där man även i år stod ansvarig för två fortbildningspass. Ett i navigation med karta och kompass samt ett pass i handhavande GPS. Utbildningsteamet har under 2019 utökats med två nya kursledare, vilket öppnar upp för möjligheten att erbjuda vandringsledarutbildningar med tätare intervall.

FJÄLL

Friluftsförbundet Friluftsvårskommitténs fjällverksamhet leds av ett nationellt utbildningsteam varav två av dessa kursledare har sin hemvist i Region Öst. Under den nationella fortbildningshelgen Utblick i oktober möttes kursledarna för planering av sin verksamhet.



Övre bild: Region Öst erbjöd för första gången i oktober en heldag med scenariobaserad kurs i L-ABCDE för friluftslivets ledare. Foto: Nina Svenman. Nedre bild: Låglandsvandringsledarutbildning, Sixtorp, maj 2019. Foto: Adrian Clarke.

VERKSAMHETSUTVECKLING

Parallellt med att driva utbildningsverksamhet arbetar Region Öst med att stötta lokalavdelningarna på andra sätt. Under 2019 har satsningar pågått såsom Allergisäkra äventyr (fd. FRALLA), det andra genomförandet av nationella fortbildningshelgen Utblick och förverkligande av Spelet om allemansrätten.

FRALLA – ALLERGISÄKRA FRILUFTSAKTIVITETER

Astma- och Allergiförbundet och Friluftsförbundet fick tillsammans stöd av Postkodlotteriet under 2017 för att gemensamt under tre år utveckla anpassad verksamhet för barn och unga med astma och allergi. Det långsiktiga målet är att barn och unga med astma och allergi ska skapa en sund relation till sin egen hälsa och till naturen, det i sin tur kan bidra till att bryta utanförskap, minska oro och stärka livskvalitet.

En viktig del i projektet har varit att ta fram en e-utbildning Allergisäkra äventyr, riktad till ledare för barnverksamhet. Utbildningen har tagits fram i samarbete med Astma- och Allergiförbundet och Learnify. Den innehåller ett antal olika moment under fyra större rubriker: "Välkommen", "Vad är allergi och astma?", "Tryggt ledarskap" och "Verktygslådan". Utbildningen består bland annat av intervjuer med ledare, information från en barnsjuksköterska och forskare samt intervjuer med barn som själva berättar om sina erfarenheter kring astma och allergi. Utbildningen finns tillgänglig under ramen för Friluftsakademien.

Under hösten 2019 fick en ledare med expertkunskaper i friluftsteknik uppdraget att under tre månader genomföra en turné i Sverige. På 16 platser i landet har totalt omkring 100 lokala representanter för både Friluftsförbundet och Astma- och Allergiförbundet deltagit i en allergisäker friluftaktivitet. Ledaren har pratat om, och visat, hur eldning kan ske för att skapa så

lite rök som möjligt, för att därmed minska besvären för närvarande med astma. Hur matlagningen kan skötas allergisäkert har också behandlats. Syftet med turnén har varit att sprida information om allergisäkra äventyr till de lokala avdelningarna, samt främja framtida samverkan genom att de lokala representanterna får mötas kring aktiviteten. För att sprida budskapet ytterligare om hur rökutveckling, och besvär av den, kan minimeras har det tagits fram en kort introduktionsfilm i ämnet.

Tillsammans med en friluftsentreprenör, tillika kock, har det tagits fram ett häfte med allergisäkra friluftrecept. Alla recept i häftet har utslutit de åtta vanligaste allergenerna samt laktos och gluten. I häftets inledning finns också tips och råd kring allergier och friluftsliv. Recepten har provlagats vid ett antal tillfällen samt granskats av en dietist på Astma- och Allergiförbundet.



Satsningen har också tagit fram en guide till att allergisäkra äventyr i vår verksamhet riktad till ledare och lokalavdelningar. Guiden vill vi inspirera till att lokala aktiviteter ska bli allergiappassade.

Allergisäkra äventyr har under 2019 spridits under ett antal konferenser, mässor och vid nätverksträffar, bland annat under en europeisk friluftskonferens på Irland, Svenska Turistföreningens värdkonferens, Innovation day, nationell skolsjuksköterskekonferens, samt återkommande möten med länsstyrelsen i Jönköpings respektive och Östergötlands län.



Inom ramen för Allergisäkra äventyr genomfördes en turné hösten 2019 där friluftslivsledare Adrian Clarke var ambassadör för satsningen. På ett femtontal orter över hela landet där Astma- och Allergiförbundet och Friluftslivsfrämjandet båda har lokal förankring genomfördes träffar för att inspirera till Allergisäkra äventyr och dialog om samverkan för framtiden. Ovan är ett inlägg på Allergisäkra äventyr's Facebooksida.

Ovan till höger: Under hösten togs även manualer fram Guide till allergisäkra äventyr i vår verksamhet, för ledare inom Astma- och Allergiförbundet respektive Friluftslivsfrämjandet. Hos Friluftslivsfrämjandet nås guiden via: www.friluftslivsframjandet.se/allergisakraaventyr.

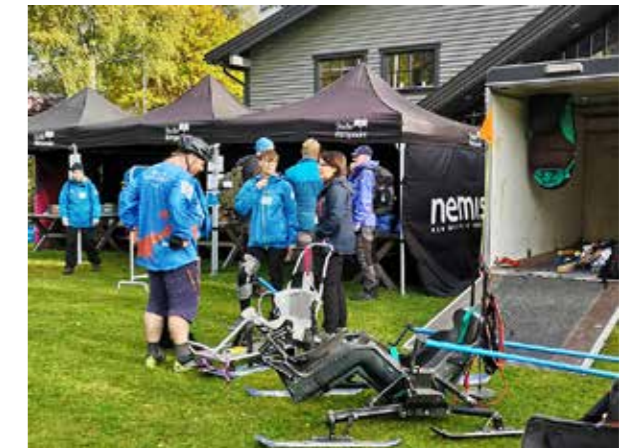


Allergisäkra äventyr ordnade en aktivitet i samband med kampanjen #sovaute i maj. Familjer bjöds in till ett övernattningsäventyr vid Ågelsjön, Norrköping.

UTBLICK – NATIONELL FORTBILDNINGSHELG

2019 genomfördes Friluftslivsfrämjandets nationella fortbildningshelg Utblick för andra året på Isberg Mountain resort den 11-13 oktober med Region Öst som arrangör/värd. Utvecklingsgrupp Vildmarksäventyr samt nationella utbildningsteam Fjäll genomförde varsin teamträff i anslutning till Utblick och från riksorganisationen

medverkade flera anställda. Projekt Allergisäkra äventyr var medarrangör liksom Studieförbundet. Samarbetspartners var Outnorth samt Bergans, Light My Fire och Smålands Turism. Totalt medverkade ca 150 personer under helgen. Utvärderingen från helgen från deltagare och kursledare visar åter på en hög grad av nöjdhet både gällande valet av plats för arrangemanget, faciliteter, och fortbildningshelgens upplägg och genomförande.



Bilder tagna i samband med förberedelser och genomförande av nationella fortbildningshelgen för friluftslivets ledare: Utblick 2019. Foto: Anna Kim-Andersson. Flygbilden över stranden och kajakerna: Johannes Löf.

SPELET OM ALLEMANSRÄTTEN

Kunskap om allemansrätten är en viktig förutsättning för att fler ska kunna använda sig av naturen på ett ansvarsfullt och hållbart sätt. Då det saknades nyskapande pedagogiskt material tog Friluftsrämjandet Region Öst på sig ett särskilt utvecklingsuppdrag inom Friluftsrämjandet med grundläggande tankar om vikten av människans samspel med naturen och att kunskapen om Allemansrätten bäst kan ges genom ett lustfyllt lärande. Utgångspunkten för utvecklingsarbetet var att skapa ett nytt kreativt material riktat till unga.

Utvecklingsarbetet bedrevs i samarbete med Studieförbundet i Jönköpings län och ungdomsorganisationen Sverok med stöd av Naturvårdsverket. Arbetet resulterade i ett kortspel om Allemansrätten som i dialog med Friluftsrämjandets riksorganisation fick namnet "Spelet om allemansrätten". Målet är att på ett lustfyllt sätt öka kunskapen om hur man ansvarsfullt och hållbart umgås med naturen. Ansvaret för nytryck och försäljning av kortspelet ligger nu på Riksorganisationen Spelet kommer att kunna beställas via Friluftsrämjandets webbshop. Dessutom finns en digital kortversion på Friluftsrämjandets hemsida. De projektmedel som beviljades från Naturvårdsverket redovisades sommaren 2019.



Spelet om Allemansrätten finns både som en kortlek (bild ovan) och i digital version, som nås via Friluftsrämjandets hemsida. Foto: Lotta Norberg.

Det är roligt att lära

I Sverige gäller allemansrätten. Det är en tradition med rötter flera hundra år tillbaka i tiden, till de medeltida landskapslagarna. Idag är allemansrätten så viktig att den nämns i grundlagen. Men det är ingen lag. Snarare kan vi se den som en överenskommelse om hur vi ska bete oss i naturen. Får man till exempel tälta i en hästhage? Här är ett kul sätt att lära dig och dina deltagare!



The Right to Public Access Game

Answer 10 quick questions about the Right to Public Access. Challenge your friends!

PLAY →



Spelet om allemansrätten

Svara på 10 snabba men kluriga frågor om allemansrätten. Utmana dina vänner!

SPELA →

VÅRA MEDLEMMAR

För att verka i enlighet med vårt ändamål, behöver vi en hållbar och stark medlemstillväxt. Friluftsrämjandet arbetar för att öka antalet medlemmar – dels genom nya medlemmar, men framförallt att få befintliga medlemmar att stanna kvar hos oss. Det gör vi genom att göra medlemskapet attraktivt – aktivera dem med både äventyr, kunskap och inspiration över hela året. Vi strävar mot världens bästa friluftaktiviteter levererade av Sveriges mest eftertraktade ledare.

MÅLUPPFYLLELSE

Inom Friluftsrämjandet i Region Öst är vi totalt 12 987 medlemmar (30 september 2019) vilket är en ökning med över 5,5 procent jämfört med 2018 och i princip med linje med förväntan för året. Våra medlemmar är fördelade inom följande medlemskategorier:

- 39 procent av våra medlemmar är barn. (-2% jmf. med föregående år)
- 11 procent av våra medlemmar är ungdomar. (2% ökning jmf med föregående år).
- 50 procent av våra medlemmar är vuxna.

I Region Öst finns 2 114 familjemedlemskap (48 fler än föregående år) och 48 procent (+4 % jmf med föregående år) av det totala antalet medlemmar i Region Öst är familjemedlemmar.

De flesta medlemmarna tillhör följande lokalavdelningar, mer än 500-1500 medlemmar: Norrköping, Linköping, Örebro, Jönköping, Kalmar, Karlskoga och Växjö. Kalmar är uppkomling i gruppen. Mellan 400-500 medlemmar: Värnamo, Ljungby och Borensberg.

Målet för Region Öst var att 2019 uppnå 13 000 medlemmar och detta mål nåddes. Extra roligt är att vi växte inom alla medlemskategorier och att två lokalavdelningar, Linköping och Örebro, i år passerade 1 000-medlemsstrecket.

Friluftsrämjandet på nationell nivå har kvantitativa mål gällande antal medlemmar, men även gällande antal ledare och antal aktivitetstimmar. Region Öst gör dock ingen uppföljning gällande antal ledare och antal aktivitetstimmar 2019.

Inom Friluftsrämjandet Region Öst upphörde tre lokalavdelningar under 2019 vilket innebär att det finns 44 lokalavdelningar inom regionen numera. Motalas upptagningsområde införlivades i Borensbergs lokalavdelning och motsvarande genomfördes för Trehörna som nu tillhör Tranås, respektive Öland som nu tillhör lokalavdelning Kalmars upptagningsområde.

Medlemsstatistiken per lokalavdelning redovisas i tabellen på nästa sida.

Antal medlemmar i Region Öst och i regionens lokalavdelningar 2018 och 2019.

	2018	2019		2018	2019
Alvesta	175	174	Mörlunda-Vimmerby	85	88
Aneby	6	7	Norrhult	1	0
Borensberg	401	408	Norrköping	1 401	1 494
Braås	38	27	Nybro	160	153
Eksjö	189	200	Nässjö	320	315
Finspång	291	356	Oskarshamn	129	188
Gnosjö	105	100	Sävsjö	75	131
Gotland	286	321	Söderköping	86	101
Hällefors	57	66	Torsås	6	9
Ingelstad	88	118	Tranås	21	21
Jursla-Åby	352	375	Trehörna	9	-
Jönköping	622	733	Vadstena	400	378
Kalmar	377	514	Valdemarsvik	17	57
Karlskoga	601	524	Vetlanda	275	238
Kinda	279	315	Värnamo	475	469
Kolmården	255	229	Västbo	151	140
Kumla	187	214	Västervik	379	390
Lessebo-Hovmantorp	58	-	Växjö	600	615
Lindesberg	50	67	Ydre	1	1
Lindås	60	77	Öland	76	59
Linköping	1028	1011	Örebro	1 020	1 198
Ljungby	559	475	Öxnegården	190	215
Mantorp	118	85	Totalt	12 306	12 987
Mullsjö	197	330			

KOMMUNIKATION OCH SAMHÄLLSPÅVERKAN

För att underlätta vår möjlighet att arbeta för vårt ändamål behöver Friluftsförbundet och vår lokalavdelning vara välkända i samhället, och då kända för vår verksamhet och värderingar. Det gör vi genom att arbeta i enlighet med vår varumärkesplattform – Blå boken, vår grafiska manual, vår uppförandekod och Friluftsförbundet.se – vårt gemensamma fönster mot samhället.

Region Öst kommunicerar officiellt genom följande kanaler:

- Regionens webbplats nås via www.friluftsförbundet.se/ost där vi löpande lägger ut nyheter samt uppdaterar kalendarium och sidor med information om regionens verksamhet och projekt, kontaktuppgifter, med mera.
- På Facebook och instagram heter Friluftsförbundet Region Östs konto @friluftsförbundetost och här arbetar vi varumärkesorienterat med syfte att marknadsföra våra utbildningar samt berätta om våra prioriterade satsningar, regionens arbete och kursteamens insatser samt att lyfta och inspirera lokalavdelningarna.
- Nyhetsbrevet Regionförbundet med information till alla medlemmar. 2019 utkom nyhetsbrevet vid sex tillfällen (februari, juni, september, oktober, december).
- Ett digitalt nyhetsbrev till lokalavdelningarnas styrelser. 2019 utkom styrelsebrevet en gång (i mars).

- Regionens anställda och styrelse arbetar också med kommunikation genom direkta kontakter med medlemmar och lokalavdelningar i samband med regionstämma och andra möten som vi medverkar i.
- Friluftsförbundets satsning FRALLA – friluftsliv för alla, finns på webben www.friluftsförbundet.se/fralla och har en egen facebookside @friluftslivforalla.
- Friluftsförbundets satsning på paraskidåkning har tidigare gått under namnet Skicamp. På webben www.friluftsförbundet.se/skicamp finns mer information och här finns också en egen facebookside @skicamp.friluftsliv

Publiceringen av Region Östs kanaler sköts i huvudsak av regionens kommunikatör utifrån en redaktionell plan och som i den mån det går också synkas med riksorganisationens kommunikationsplan. Region Östs målgrupper är både externa intressenter och interna (medlemmar, lokalavdelningar, styrelser).



Vid sidan av webbplatsen friluftsrämjandet.se/ost är Friluftsrämjandet Region Östs facebook-sida @friluftsrämjandetost den viktigaste digitala kanalen för att nå ut till olika målgrupper med information om regionens verksamhet. Sammantaget gjordes 117 inlägg under 2019 vilket i princip är samma antal som 2018. Regionen ökade dock antal sponsrade inlägg från ett tiotal till ett tjugotal. Fortfarande dock med små medel. Beloppen som lade på sponsrade inlägg varierade mellan 150-400 kr per inlägg. Bedömningen är dock att räckvidden för både sponsrade och osponsrade inlägg stadigt ökat under året. Vid årets utgång hade regionens facebook-sida 1 007 personer som gillar/följer sidan vilket var 258 fler än vid samma tid året innan.

För framtiden bedöms @friluftsrämjandetost vara en kanal värd att vårda på Facebook – och utveckla. I takt med att facebook-sidan blir en allt starkare kanal finns ökade möjligheter att gå från att mest vara en avsändare av information till att också genom sidan komma i dialog med olika målgrupper.

FRILUFTSMILJÖARBETE

Insikten om friluftslivets betydelse för såväl människors hälsa och välbefinnande, som för stimulans av miljömedvetenhet har ökat. Därför måste friluftslivets intressen väga tungt i samhällets planering och verksamhet. Naturen är den miljö där huvuddelen av vår verksamhet bedrivs. Allemansrätten är en förutsättning för att vi, genom friluftslivet ska kunna bidra till folkhälsa och livsglädje. Den är också avgörande när det gäller allas tillgänglighet till naturen.

Under 2019 har våra viktigaste aktiviteter för att bevara vår lokala friluftsmiljö varit:

- En regional överenskommelse under-tecknades i slutet av år 2018 mellan Region Östergötland och idéburen sektor, varav Friluftsrämjandet Region Öst är en part av 41 organisationer med

regional verksamhet. Under året har en gemensam handlingsplan arbetats fram för det fortsatta samarbetet. Tanken var också att förbereda ett gemensamt arbete kring Friluftslivets År 2020 som Naturvårdsverket beslutat flytta fram för att genomföras i hela landet under år 2021. Region Örebro län har under året haft en samverkan med ideella sektorn inom ramen för "Sociala innovationer". På liknande sätt har det pågått olika processer i övriga regioner och i samverkan med länsstyrelser där Friluftsrämjandet Region Öst under 2019 deltagit aktivt.

- Naturvårdsverket genomför årligen en "Tankesmedja för friluftsliv". Våren 2019 var den förlagd till Kristianstad med det övergripande temat "Det hållbara friluftslivet". På tankesmedjan deltog personer från regionstyrelsen och lokalavdelningar inom Region Öst.

DEMOKRATI OCH ORGANISATION

Friluftsrämjandet är en ideell organisation och vi bygger vår verksamhet på demokratiska principer. Vår organisationsstruktur Riks/Region/Lokalavdelning styrs av gemensamma stadgar. Som enskild medlem kan man vara med och påverka i både mikro- och makroperspektivet genom vår modell för representativ demokrati.

Friluftsrämjandet Region Östs verksamhet leds av regionsstyrelsen i enlighet med organisationens stadgar, beslut tagna på stämmor, strategiska riktningsskildringar och andra styrdokument. Våra lokalavdelningar leds av sina respektive styrelser. Regionstämman i Västervik genomfördes den 21–22 april. Då fattades beslut om att regionsstyrelsen skulle gå från sju till åtta ledamöter plus ordförande. Under året hölls åtta ordinarie möten. Fysisk träff: Visingsö 30-31 augusti och Scandic Hotel Jönköping den 21–22 februari. Övriga möten hölls via Skype och Teams.

Ledamot Elin Rydin
Ledamot Agnes Claesson

UTBILDNINGSTEAM sammankallande

Barn Karin Gustafsson
Alpint Mikael Carlnitz m.fl.
Kajak/kan. Kersti Beck-Larsson
Vandring Peter Lindström
MTB Ulrika Persson
Långf.skridsk. Stina Bouvin

STYRELSENS UPPDRAG OCH ANSVAR

Regionsstyrelsen ska leda, driva och utveckla verksamheten så att ändamålsparagrafen uppfylls långsiktigt. Styrelsen ska verka i enlighet med Friluftsrämjandets stadgar och styrelsens arbetsordning.

UPPDRAG OCH REPRESENTATION

Studieförbundet Småland Gotland, styrelsesuppleant: Klas Qvarnström

Stiftelsen Isabergstoppens styrelse:
Ledamot Claes Rosenqvist
Suppleant Hans-Åke Antonsson
Lekmannarevisor: Klas Qvarnström

STYRELSEN

Ordförande Anders Ohlsson
Vice ordförande Esbjörn Peterson
Kassör Klas Qvarnström
Sekreterare *adjungerad anställd*
Ledamot Håkan Eriksson
Ledamot Karin Gustafsson
Ledamot Lars Hermansson
Ledamot Martin Liepe

FRILUFTSMILJÖ. Läs mer på www.friluftsrämjandet.se/ost-friluft

REGIONKONTOR

Verksamhetsutveckl. Hans-Åke Antonsson.
Utbildningssamordnare Nina Svenman.
Projektledare Louise Hammerin.
Kommunikatör, projektledare och TeamLeader Anna Kim-Andersson.

BIDRAGSGIVARE OCH SAMARBETSPARTNERS

Friluftsförbundet har ett starkt stöd i våra långsiktiga samarbetspartners vad gäller ekonomiskt stöd samt samarbete i gemensamma frågor, kommunikation, nätverk och kompetensutbyte.

Under 2019 har Friluftsförbundet Region Öst fått bidrag till vår verksamhet från:

- Landstinget i Kalmar län
- Region Jönköping
- Region Kronoberg
- Region Östergötland
- Örebro läns idrottsförbund

Till Friluftsförbundets allemansrättsspel har Region Öst fått projektmedel från:

Naturvårdsverket

Friluftsförbundet Region Östs utvecklingsinsats
FRALLA – allergisäkra friluftaktiviteter genomförs i samarbete med:



Friluftsförbundets studieförbund är:



Bilder från Utblick 2019. Foto: Hans-Åke Antonsson.





TACK FÖR DITT STÖD

Tack vare ditt medlemskap får du en möjlighet att komma ut i naturen, speciellt dem som annars inte hittar dit. Du är med och stärker förutsättningarna för en tillgänglig friluftsmiljö för alla. Som medlem får du också tillgång till Sveriges bredaste utbud av guidade friluftaktiviteter, attraktiva medlemsförmåner samt Magasin Friluftsliv fyra gånger per år. Försäkring ingår i alla aktiviteter och du har möjlighet att vidareutvecklas genom att bli ledare i organisationen.

LÅT ÄVEN TYRET BÖRJA.



Friluftsrådet har 90-konto: plusgiro 900176-9.
Tack för din gåva—den gör stor skillnad.