



VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2022

FRILUFTSFRÄMJANDET LIDKÖPING

FRILUFTS
FRÄMJANDET



INNEHÅLL

ORDFÖRANDE HAR ORDET	2
VÅRA VERKSAMHETER	3
Våra anläggningar	3
Snickartorpet.....	3
Sjölunda	3
Barn – friluftsäventyr	4
Längdskidåkning.....	4
Kajak	4
Kanadensare – Öppen kanot.....	5
Långfärdsskridsko.....	5
Naturparkour	6
MTB	6
Fjäll.....	6
Vandring Lågländ.....	6
Ung	7
Andra grenar eller projekt	7
VÅRA LEDARE	8
VÅRA MEDLEMMAR.....	9
KOMMUNIKATION OCH SAMHÄLLSPÅVERKAN	9
DEMOKRATI OCH ORGANISATION	10
Styrelsens uppdrag och ansvar.....	10
Styrelsen	10
Grenledare	11



ORDFÖRANDE HAR ORDET

130 år av äventyr - vårt bidrag till ett bättre Sverige

Under 2022 har Friluftsrämjandet firat 130 år! Redan 1892 såg vi att man kunde använda friluftsliv som lösning till några av de utmaningar som samhälle stod inför då. Idag, 130 år senare, ser utmaningarna lite annorlunda ut, men lösningen består. Vi behöver fortfarande verka för en aktiv fritid genom olika typer av friluftsliv och därigenom verka för folkhälsa och livsglädje.

Idag håller stillasittandet, inomhusvistelsen och brist på tid i naturen på att bli en ny folksjukdom. Svenska barn sitter stilla nio timmar per dag – de rör sig minst i Norden. Endast 22 procent av flickorna och 44 procent av pojkarna når den dagliga rekommendationen för rörelse.

Möjlighet till friluftsliv och utevistelse, barn som vuxen, styrs i hög grad av bostadsort och socioekonomisk status. Unga, seniorer, utrikesfödda och boende i tätorter och storstäder kommer mer sällan ut i naturen än inrikes födda, medelålders och boende i glesbebyggda områden. Samtidigt växer förståelsen för behovet av aktivering, friluftsliv och idrott – hos politiker, myndigheter, media, näringsliv och allmänheten vilket leder till nya möjligheter för Friluftsrämjandet.

Som lokalavdelning är det vi som bidrar till att leverera lösningen på denna samhällsutmaning. Det är vi som ser till att stora och små kommer ut i naturen och får röra på sig tillsammans. För det är ju inte bara motionen och den friska luften vi bidrar med. Just "tillsammans" är ju något som är lite nedtonat i samhällsdebatten, men ack så viktigt för att vi ska må bra och vara friska. Genom att göra friluftsliv tillsammans, gör vi en viktig insats inte bara för oss själva, utan för alla som vi delar det med, och alla som blir inspirerande att ta steget själva. Vi bjuder in **alla** – inte bara medlemmar – att prova på olika friluftaktiviteter, att låna utrustning mm i syfte att få ut så många som möjligt i naturen!

I Lidköping har vi ett antal aktiva barngrupper, regelbundna vandringar, kajakturer och kurser för både nybörjare och avancerade samt en aktiv långfärdsskridskoverksamhet. Dessutom gör vi en del aktiviteter utöver de här huvudgrupperna som gör att vi syns i kommunen!

Så genom att vara medlem och deltagare, att vara ledare och skapa aktiviteter, att vara förtroendevald och driva vår lokalavdelning, genom allt vårt engagemang bidrar vi tillsammans till ett bättre Sverige. Tack för ditt bidrag!

Pia Björnsdotter, Ordförande Friluftsrämjandet Lidköping

VÅRA VERKSAMHETER

Friluftsförbundet är Sveriges största och bredaste friluftsförbundet med 110 000 medlemmar och 7800 ideella ledare, varav 600 medlemmar och 60 ledare är medlemmar i vår lokalavdelning. Vårt fokus sedan starten år 1892 är att genom friluftsliv verka för folkhälsa, livsglädje och en tillgänglig friluftsmiljö för alla.

Vi arbetar för att behålla och utveckla vår verksamhet utifrån behov och efterfrågan inom Friluftsförbundet, men även baserat på insikter från omvärlden. Våra grenar och de aktiviteter som görs inom varje gren, utgör kärnan i vår verksamhet. Vi samarbetar med Studieförbundet i de flesta av våra aktiviteter.

I vår lokalavdelning ligger huvudfokus på att behålla de ledare vi har samt att hela tiden rekrytera nya. Vi vill behålla befintliga aktiviteter men är också öppna för nya idéer och aktivitetsområden i de fall då sådana idéer framförs. Vi vill bidra till folkhälsan genom att erbjuda roliga friluftsförbundet där alla kan vara med och vi vänder oss till både barn, familjer, ungdomar och vuxna och hoppas att alla ska kunna hitta något de tycker är för dem!

Vi har under 2022 nått våra uppsatta mål enligt verksamhetsplanen enligt följande:

Vi har genomfört 75 av de 85 aktiviteter vi hade som mål, några fler var planerade men blev inte genomförda av olika anledningar.

Vi har genomfört 7339 aktivitetstimmar vilket med råge uppfyller målet på 6500 h.

Alla som stod i kö till barnverksamheten har erbjudits plats!

I övrigt enligt nedan!

VÅRA ANLÄGGNINGAR

SNICKARTORPET

Snickartorpet har vi sedan 2005 arrenderat av kommunen och området har varit och är föremål för flera olika gruppers intresse och där försöker vi göra det bästa för alla inblandade parter. Vi håller området tillgängligt för allmänheten genom röjning av sly, klippning av gräsmatta och förbättringar av marken så att den håller för den stora användning som är. Stora förbättringar i tillgängligheten har skett i och med den nya kajakbryggan som byggdes 2017.

Våra egna grupper nyttjar naturligtvis kanadensare, kajaker och området med övernattningsmöjligheter i vindskydd och tält men många andra lånar vindskydd och kanadensare av oss tex skolor i kommunen och grupper från andra lokalavdelningar. Dessutom hyr vi till låga priser ut utrustning så att alla, inte enbart medlemmar, kan komma ut i naturen och njuta av den!

Vi har ett arrendeavtal där vi får nyttja och sköta området exklusive själva torpet. Tomtmarken närmast är inte vår men vi har fortsatt sköta gräsklippningen och får använda gräsytan vid våra samlingar med kajaker bla. Vi har tillgång till färskvatten och el.

1 maj genomfördes traditionsenligt en arbetsdag då ett gäng medlemmar samlades och städade och fixade i området.

SJÖLUNDA

På Sjölanda har vi tillgång till en liten stuga som vi hyr av kommunen. Stugan i

Sjölunda är väldigt viktig för oss då den ligger lättillgänglig för de flesta så att vi kan ha en stadsnära förrådsplats och samlingsplats.

BARN – FRILUFTSÄVENTYR

Friluftsäventyr är Friluftsfrämjandets barnverksamhet och består av två delar: Skogsmulle och skogens värld, vår verksamhet för barn 0–6 år, samt Vildmarksäventyr för barn 7–12 år. Verksamheten i Familjemulle och Äventyrliga familjen ingår också i Friluftsäventyr.

Friluftsfrämjandet har ca 34 000 barnmedlemmar varav 200 barn och ungdomar finns i vår lokalavdelning. Friluftsfrämjandet har en viktig uppgift att erbjuda barn- och ungdomar meningsfulla aktiviteter. Genom att hjälpa unga att upptäcka glädjen av att vistas i naturen kan vi skapa ett starkt förhållande till natur och friluftsliv. Vi ser också att våra aktiviteter är en viktig inkörsport till ett livslångt medlemskap och engagemang för naturen och friluftslivet. Vi möter barn och ungdomar och ger dem en meningsfull fritid.

Under 2022 har våra viktigaste aktiviteter för barn och Ungdomar varit Öppna Skogsgläntan, Skogsknopp, Skogsknytte, Skogsmulle, Strövare, Lufsare och TVM.

Antal aktivitetstimmar: 6473h

LÄNGDSKIDÅKNING

Friluftsfrämjandets historia bygger till stor del på skidåkning. Längdskidåkning är en träningsgren/träningsform som har ökat i deltagare de senaste åren. Längdskidåkning är populärt, oavsett om det är för att bara vistas i naturen, röra på sig eller om man vill träna för att prestera. Inom Friluftsfrämjandet är längdskidåkning den sjätte mest efterfrågade aktiviteten med ett intresseantal på över 13 000 medlemmar. I vår Lokalavdelning har vi 97 intresserade.

Under 2022 hade vi tyvärr inga egna aktiviteter inom längdskidåkning utan hänvisade till en annan aktiv förening på orten nämligen Lidköpings Vintersportklubb som har stor verksamhet inom denna gren. Detta innebär att vi inte nådde målet i verksamhetsplanen att utveckla skid-verksamheten med fokus på nybörjarkurser i konstsnöspår under 2022. Det krävs fler ledare för att driva runt den verksamheten.

KAJAK

Kajak har idag 13 881 intresserade medlemmar och står för 20 % av de inlagda aktiviteterna det senaste året. Verksamheten har en stark ställning i Friluftsfrämjandet, framförallt i Mälardalen och på västkusten. I vår Lokalavdelning har vi 125 intresserade.

Kurser

Vi genomförde sju prova-på-paddlingar där deltagarna får lära sig grunderna i att paddla kajak under en tur med utgångspunkt från Snickartorpet. Dessa turer är öppna även för personer som inte är medlemmar i Friluftsfrämjandet.

En teknikkurs i tre delar har genomförts. Första träffen inriktar sig på rakt-fram paddling, andra på svängar och tredje på vågor.

På vårkanten höll vi en bassängträning i simhallen där vi koncentrerade oss på räddningsövningar.

Tillsammans med Destination Läckö-Kinneulle samt Naven Outdoor ordnade vi för tredje året Läckö Kajakträff. Det fanns ett uppdämt behov av att träffas efter covidrestriktionerna och alla 200 platser blev uppbokade på bara några få dagar. Träffen genomfördes med en mängd turer och var mycket uppskattad av deltagarna. Våra ledare bidrog med såväl kajakkunskap som lokalkännedom tillsammans med en mängd ledare från andra delar av landet.

Vi genomförde 12 turer dels med utgångspunkt från Snickartorp men också en tredagarstur till Lurö och en tur med utgångspunkt från Fjällbacka. Vi började också året med ett par vinterturer för de som var intresserade av ett så kallat Harry-år där man skall paddla minst en gång varja månad. På grund av ledarbrist kunde detta tyvärr inte följas upp riktigt hela året.

Ett par ledare gick Rough water junkie kurs med Nautopp. I mycket hårt väder med upp till storm i byarna där vi fick möjlighet att öva på våra färdigheter i hög brytande sjö och hårda vindbyar.

Johan gick steg 1 kurs och är nu fullvärdig ledare. Vi är nu 12 utbildade kajakledare i lokalavdelningen.

Benny gick kurs hos Kanotförbundet och är nu godkänd examinator för Grönt paddelpass.

Antal aktivitetstimmar: 2519h

KANADENSARE – ÖPPEN KANOT

Kanadensare/öppen kanot har en lång tradition i Friluftsförbundet och friluftslivet i Sverige. Under ett antal år har kajaken tagit större plats på bekostnad av den öppna kanoten.

I Lidköping har vi inga renodlade Kanadensarpaddlingar men de ledare som har de lite äldre barnen har gått Kanadensarledarutbildning och är ute med sina grupper och paddlar kanadensare. Kanadensarna används också mycket av allmänheten eftersom vi hyr ut dem.

LÅNGFÄRDSSKRIDSKO

Långfärdsskridsko har funnits länge i organisationen. 13 713 medlemmar är intresserade av långfärdsskridskoäventyr vilket ger grenen stor potential. I vår Lokalavdelning har vi 112 intresserade.

Vi har under 2022 haft 9 st ledare att tillgå i långfärdsskridskosektionen. Det har under året anordnats 1st nybörjarkurs och Avrostning på isstadion, 1st plurrövning i sågad vak, 1 slipkurs samt ett antal rekturer och privatturer.

Isläget har under säsongen varit besvärande med svårlästa och svårbedömda isar i vårt närområde vilket gjort dem mindre lämpade för turåkning. En omfrysning skedde i slutet februari men då fanns inga lediga ledare. Säsongen 22/23 startade bra med rektur och inslag på Radio Skaraborg 16 dec och tur på Vätern 17dec men kom sedan av sig pga mildväder

Antal aktivitetstimmar: 355 h

NATURPARKOUR

Friluftsförbundet har med stöd av Allmänna Arvsfonden och i samarbete med Svenska Gymnastikförbundet utvecklat Naturparkour som genom ungdomar skapar moderna mötesplatser för integration. Det ökar barns och ungdomars möjligheter till en hälsosammare livsstil, stärker självförtroende, gruppgemenskap och ger dem tillgång till naturen som livsrum. I vår Lokalavdelning har vi 7 intresserade.

Under 2022 har det inte genomförts några renodlade Naturparkour-aktiviteter men viljan finns att introducera det i våra barngrupper när tillfälle ges!

MTB

Antalet cyklister har ökat stadigt under många år. Cyklingen består av olika grenar. Den vanligaste är stigcykling, men även downhill och enduro finns i vissa lokalavdelningar. MTB är en aktivitet som kompletterar skid- och snöverksamheten under sommarsäsongen.

Allemansrätten ger möjlighet att cykla på stigar, men på fler och fler platser inskränks möjligheten att cykla genom lokala ordningsföreskrifter eller reservatsregler. Det finns 11 348 intresserade medlemmar i medlemsregistret. I vår Lokalavdelning har vi 54 intresserade.

Under 2022 har vi pga ledarbrist tyvärr inte genomfört någon verksamhet inom Mountainbike. Detta innebär att vi inte nådde målet i verksamhetsplanen att utveckla mountainbike-verksamheten under 2022. Det krävs fler ledare för att driva runt den verksamheten.

FJÄLL

Friluftsförbundets fjällverksamhet är som störst under sommaren med fjällvandringar. Den består även av fjällturer på skidor vintertid och andra verksamheter som ibland använder fjällerna som arena. På grund av förändrade krav från omvärlden har Friluftsförbundet sedan 2017 övergått till en anpassning efter Fjällsäkerhetsrådets grundläggande norm för fjälledare. I vår Lokalavdelning har vi 100 intresserade av sommarfjäll.

Under 2022 har en ledare påbörjat utbildning Steg 1 till Fjälledare. Vi har inte genomfört några egna aktiviteter ännu inom detta område men ledaren under utbildning har lagt ca 400 aktivitetstimmar på detta.

VANDRING LÅGLAND

Vandring lågland är en vardags- och helgverksamhet, oftast dagsturer men också med övernattnig. Vandringsgrenen erbjuder otaliga variationer på inriktningar och teman såsom: barnvagnsvandring, vandring med meditation, veckodagsvandringar etc. I vår Lokalavdelning har vi 124 intresserade.

Under 2022 har vi genomfört tolv vandringar, andra lördagen varje månad under hela året. Vandringarna vänder sig till medlemmar men även icke medlemmar är välkomna att prova ett par gånger innan de behöver bli medlemmar. Nybörjare är varmt välkomna! Åtta av vandringarna har genomförts inom Lidköpings kommun. Kinnekulle, Lundsbrunn och Flämslätt är andra ställen vi besökt. Flera av vandringarna har haft ett tema såsom väder, fåglar, poesi och friluftsmat. Vandringsåret avslutades med den numera traditionsenliga glöggturen i Råda.

Snittet har varit ca 8,5 vandrare vid varje tillfälle vilket är en ökning med drygt en person per vandring jämfört med fjolåret.

Två vandringsledare har utbildats under året.

Antal aktivitetstimmar: 292h

UNG

Det finns över 15 000 ungdomsmedlemmar i Friluftsrämjandet (13–25 år) och 588 unga ledare. Ungdomsperspektivet behövs förstärkas inom Friluftsrämjandet. Idag är TVM, Skidåkning, Skidlärarutbildning, Fjäll och Naturparkour, viktiga grenar för våra ungdomar inom Friluftsrämjandet. Men vi strävar efter fler grenar och fler aktiviteter. I vår Lokalavdelning har vi tidigare haft en större TVM-verksamhet än vi för tillfället har men vi har ett antal aktiva i alla fall och strävar efter fler!

ANDRA GRENAR ELLER PROJEKT

Inom **Alpint** har vi inte haft några egna aktiviteter men en ledare har deltagit tillsammans med FF Skövde i deras skidskola på Billingen. Samma ledare har också certifierats som skidledare i Steg 1 i december efter prov och tillräckligt med praktik.

Vi gjorde en aktivitet riktad till vuxna som vill lära sig mer om Friluftsliv/Bushcraft och matlagning under våren. Vi hoppas kunna utveckla denna verksamhet med fler tillfällen då det fanns ett intresse för den typen av verksamhet. Vi har lagt lite teman på vandringstillfällena som i viss mån kan uppfylla även detta behov.

Arbetsdag på Snickartorpet genomfördes enligt tradition 1 maj.

Vi deltog i Rådalyftet för att visa upp vår verksamhet för en bredare publik. Liksom tidigare år genomfördes också en väldigt populär Spökvandring i Råda öppen för allmänheten, den lockade i år över 900 deltagare!!

Vi har varit med och arrangerat samt agerat som ledare vid Läckö Kajkträff.

Antal aktivitetstimmar: 1100 h



VÅRA LEDARE

Ledare och förtroendevalda är grunden för all vår verksamhet. Varje år utbildar Friluftsrämjandet flera hundra ledare till våra olika verksamheter. Vi stöttar det viktiga jobb som de gör, ge dem möjlighet att utvecklas och uppmuntra dem stanna i organisationen.

Föreningens sammansättning av ledare och medlemmar speglar inte samhället 2022. Vi har därmed en mångfaldsutmaning. Utmaningen är störst när det gäller etnisk och kulturell mångfald, samt att alltför få barn fortsätter som ungdomar i organisationen. Vi vill underlätta nyrekrytering av både ledare, kursledare och förtroendevalda.

Friluftsakademin har ett ansvar i att säkerställa lokalavdelningarnas försörjning av ledare och förtroendevalda, genom kvalitativa utbildningar inom ramen för våra utbildningsplaner. Utbildningarna genomförs av våra kursledare med ledning och stöd av samordningsgrupper, utbildningsteam och tjänstemän på nationell och regional nivå.

Under året har vi inte arrangerat någon större ledarträff i lokalavdelningen men vi har införskaffat ryggsäckar till de barnledare som velat ha detta. Vi tillhandahåller också viss profilutrustning till nya ledare som tillkommer och detta varierar lite beroende på vilken gren ledaren tillhör.

Vi är totalt 50-60 aktiva ledare och hjälpledare samt några som inte varit aktiva just detta år och har under 2022 utbildat 8 nya ledare. Fördelat på varje gren finns utbildade ledare enligt följande:

26 ledare, varav 2 nya, inom Barn – Friluftsäventyr

2 ledare inom Alpina skidor

2 ledare inom Längdskidåkning

12 ledare inom Kajak

8 ledare, varav 1 ny, inom Kanadensare

9 ledare, varav 2 nya, inom Långfärdsskridsko

1 ledare inom Naturparkour

2 ledare inom MTB

1 ledare under utbildning inom Fjäll

3 ledare varav 2 nya inom Vandring

VÅRA MEDLEMMAR

För att verka i enlighet med vårt ändamål, behöver vi en hållbar och stark medlemstillväxt. Friluftsförbundet 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 friluftsanslag levererade av Sveriges mest eftertraktade ledare.

Friluftsförbundet har en positiv medlemsutvecklingstrend. Pandemin snarare bidrog än förhindrade detta även om aktiviteterna självklart har fått anpassas en del.

Vi har under 2022 rekryterat 95 nya medlemmar till vår lokalavdelning. I vår lokalavdelning har de flesta av medlemmarna deltagit i minst en aktivitet alternativt nyttjat vår utrustning som vi har för uthyrning tex kanadensare och kajaker.

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](https://www.friluftsfremjandet.se) – vårt gemensamma fönster mot samhället.

Vi kommunicerar i följande kanaler:

- Vår egen sida på [friluftsfremjandet.se](https://www.friluftsfremjandet.se)
- Vår lokalavdelnings del i Äventyrshanteraren på [Friluftsförbundet.se](https://www.friluftsfremjandet.se). Genom våra totalt 7339 antal aktivitetstimmar har vi bidragit till att göra vår verksamhet mer känd lokalt och Friluftsförbundet som helhet mer attraktivt.
- Vår lokalavdelnings egen Facebooksida
- Paddla kajak i Skaraborg, Långfärdsskridsko i Skaraborg, MTB Skaraborg

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 2022 har våra viktigaste aktiviteter för att bevara vår lokala friluftsmiljö varit deltagande i kommunens kampanj där de kartlägger friluftslivet i kommunen. Vi har fått vara med och pricka ut de områden vi använder och som vi tycker är viktiga att bevara samt prioriterat de områden vi anser viktigast.

Vi lät också Fridays for Future finnas på plats vid vår Spökvandring och tala med deltagarna om sitt arbete gällande bevarande av tätortsnära skogar.

DEMOKRATI OCH ORGANISATION

Friluftsförbundet 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.

Friluftsförbundets verksamhet leds av styrelsen och generalsekreteraren i enlighet med organisationens stadgar, beslut tagna på stämmor, gällande strategiska riktningsskildokument och andra styrdokument. Vår lokalavdelning leds av styrelsen.

Vi har 6 ledamöter och 2 suppleanter i styrelsen. Under året har vi genomfört 11 protokollförda styrelsemöten. Protokollen ligger på vår hemsida.

STYRELSENS UPPDRAG OCH ANSVAR

Vår Lokalavdelnings styrelse ska leda, driva och utveckla verksamheten så att ändamålsparagrafen uppfylls långsiktigt. Styrelsen skall verka i enlighet med Friluftsförbundets stadgar och styrelsens arbetsordning.

STYRELSEN

Ordförande	Pia Björnsdotter
Vice ordförande	Ulrik Henriksson
Kassör	Börje Svensson
Sekreterare	Iris Hjortenhed
Ledamot	Joachim Johansson
Ledamot	Karen-Marie Kaasgaard
Ledamot	Linnéa Alexandersson
Suppleant	Zari Abelsson
Suppleant	Jonas Alexandersson

GRENLEDARE

Långfärdsskridsko	Jörgen Sjöstedt
Barn	Karen-Marie Kaasgaard
Kajak	Benny Fondén
Låglandsvandring	Zari Falknäs Abelsson
Mountainbike	Torbjörn Eriksson
Längdskidor	Margareta Joninger Mutale

Styrelsen tackar för det gångna året!!!

Pia Björnsdotter Iris Hjortenhed

Börje Svensson Ulrik Henriksson

Karen-Marie Kaasgaard Joachim Johansson

Linnéa Alexandersson