



Verksamhetsberättelse Mölnlycke LA 2025

Innehåll

- Ordföranden har ordet
 - Våra verksamheter
 - Våra anläggningar
 - Barn – friluftsäventyr
 - Kanadensare – Öppen kanot
 - MTB
 - Ung
 - Krisvis
 - Häng med oss ut
 - Våra ledare
 - Våra medlemmar
 - Kommunikation och samhällspåverkan
 - Demokrati och organisation
 - Styrelsens uppdrag och ansvar
 - Styrelsen
 - Övriga funktioner
 - Bidragsgivare och samarbetspartners
-



Ordföranden har ordet

Friluftsliv som lösning – nu mer än någonsin

När Friluftsrämjandet grundades för över 130 år sedan såg man att friluftsliv kunde vara en lösning på dåtidens samhällsutmaningar. Idag, 2025, står vi inför nya utmaningar, men lösningen består. Vi behöver fortfarande verka för en aktiv fritid genom friluftsliv och därigenom skapa folkhälsa och livsglädje.

Stillasittandet, inomhusvistelsen och bristen på tid i naturen fortsätter att öka. Barn och ungas kontakt med naturen har minskat drastiskt under de senaste decennierna. Samtidigt växer den psykiska ohälsan, ensamheten och bristen på gemenskap i vårt samhälle. Möjligheten till friluftsliv och utevistelse styrs fortfarande i hög grad av bostadsort och socioekonomisk status. Alltför många, både unga och vuxna, går miste om de positiva effekter som naturvistelse och friluftsliv kan bidra till.

Men det finns hopp. Förståelsen för behovet av aktivering, friluftsliv och gemenskap växer – hos politiker, myndigheter, media och allmänheten. Detta skapar nya möjligheter för Friluftsrämjandet att göra skillnad.

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 något som är 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 inspirerade att ta steget själva.

Ett år av utveckling och gemenskap

Under 2025 har Mölnlycke Lokalavdelning fortsatt att växa och utvecklas. Vår MTB-verksamhet har blomstrat med barn-, ungdoms- och vuxengrupper som cyklat på nya platser och skapat starka gemenskaper. Våra barngrupper har utforskat naturen genom olika aktiviteter – kanot, vandring, matlagning, övernattningar och mycket mer.

Vi har öppnat dörrarna för nya målgrupper genom Häng med oss ut, där vi samarbetat med kommunen och utbildat yrkesverksamma inom vård och omsorg. Genom Krisvis har vi delat med oss av friluftskunskap som stärker folks hemberedskap. Vi har bjudit in allmänheten till prova på-aktiviteter och visat att friluftsliv är för alla.

Allt detta har varit möjligt tack vare våra fantastiska ledare som på sin fritid skapar äventyr för andra. Tack vare er som är medlemmar och deltagare. Tack vare er som är förtroendevalda och driver vår lokalavdelning framåt.

Framåtblick

Inför 2026 står vi inför spännande möjligheter. Vi planerar att utbilda nya ledare, expandera vår barn- och ungdomsverksamhet och fortsätta bygga broar till nya grupper i samhället. Vi vill fortsätta vara en aktiv röst för friluftslivet i vår kommun och visa på de positiva effekter som vår verksamhet skapar.

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!

Niklas Lundberg Ordförande Friluftsförbundet Mölnlycke lokalavdelning

Våra verksamheter

Friluftsförbundet är Sveriges största och bredaste friluftsförbund med 110 000 medlemmar och 8 600 ideella ledare, varav 488 medlemmar och över 50 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.

I vår lokalavdelning ligger huvudfokus på mountainbike, barngrupper med friluftsäventyr och kanot. Under 2025 har vi även utvecklat verksamheten inom Häng med oss ut och Krisvis – metoder som ökar friluftslivets samhällsbidrag.

Under 2025 har lokalavdelningens verksamhet skapat ett stort antal äventyr och aktiviteter med över 4000 timmar ute i naturen.

Koppling till Friluftsförbundets huvudstrategier

Vår verksamhet under 2025 har arbetat utifrån Friluftsförbundets tre huvudstrategier med utgång från verksamhetsplanen:

Stärk det ledarledda friluftslivet – Genom våra barngrupper, MTB-verksamhet och TVM-grupper har vi erbjudit ledarledda äventyr för alla åldrar. Vi har utbildat nya ledare och utvecklat befintliga verksamheter.

Öka friluftslivets samhällsbidrag – Genom Häng med oss ut och Krisvis har vi samarbetat med kommunen, utbildat yrkesverksamma och bidragit till stärkt hemberedskap och psykisk hälsa.

Inspirera allmänheten till friluftsliv – Genom prova på-aktiviteter som Vårkänslor på Råda säteri och tomtvandring har vi bjudit in allmänheten och visat på friluftslivets värde.

Våra anläggningar

Friluftsförbundet i Mölnlycke har ett ouppvärmrt förråd som ligger vid Råda Säteri. Där förvaras utöver friluftsutrustning även kanoter och i närheten även en kanot-trailer.

Mölnlycke LA ingår i Föreningen Härsjönäs lägergård tillsammans med Region Väst och sex andra lokalavdelningar inom Friluftsförbundet. Mölnlycke lokalavdelning har under 2025 representerats av två medlemmar. Vi är mycket glada över att vi får behålla Härsjönäs i Friluftsförbundet och att vi kan fortsätta bedriva delar av vår verksamhet på lägergården.

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 39 000 barnmedlemmar varav 180 barn 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 både på fritiden, i fritidsverksamhet och i skolan/förskolan.

Under 2025 har våra barngrupper haft en bred och varierad verksamhet:

Frilufsarna Björnarna hade 10 träffar under året med 10 ungdomar i åldern 13-14 år. Gruppen har paddlat SUP, haft övernattningar, paddlat kanot, byggt vindskydd, lagat mat, klättrat och haft fredagsmys i skogen.

Eldvingarna fokuserade på kanot med flera träffar där barnen lärde sig grunderna. Barnen har också lagat mat på stormkök, tillverkat eldstartare och haft kravlöst häng i skogen. Som ett led i att utveckla barnens eget engagemang startades en WhatsApp-grupp där barnen får information direkt. Barnen fick också planera en träff själva, vilket resulterade i grottklättring och tacos.

Lufsargruppen Vargarna har haft en mycket varierad verksamhet: längdskidåkning, "stopp-vandring" med lekar och uppdrag, fredagsmys med stjärnspaning och mörkergömma, paddling och egen kanothajk, storläger, matlagning från "hemliga lådan", vandring runt Ugglemossen samt farsdagslunch i skogen där alla pappor bjöds på mat och kaffe. Vargarna arrangerade även årets tomtevandring.

TVM-gruppen Svalan ägnade sig under våren 2025 åt vandring och paddling samt flera hajker. Gruppen gjorde bland annat en hajk med tåg till Hindås, varifrån de vandrade Vildmarksleden hemåt med övernattnings i vindskydd, samt en kanothajk vid Vättlefjäll.

Denna verksamhet är ett tydligt exempel på hur vi arbetar med huvudstrategi 1 – Stärk det ledarledda friluftslivet.

Kanadensare – Öppen kanot

Kanadensare/öppen kanot har en lång tradition i Friluftsfrämjandet och friluftslivet i Sverige.

I vår lokalavdelning används kanoterna aktivt av barn- och ungdomsgrupperna. Under 2025 har kanot varit en central aktivitet i flera av våra barngrupper, särskilt Eldvingarna som fokuserat på att lära sig grunderna i kanot.

Kanoterna hyrs även ut till allmänheten, och lokalavdelningen har en kanot-trailer som öppnar upp för att paddla i andra sjöar än Rådasjön. Däremot så kommer vi under 2026 behöva begränsa uthyrningen till medlemmar inom friluftsfrämjandet.

MTB

Under 2025 har MTB-verksamheten fortsatt att utvecklas:

Barn- och ungdomscycklingen hade närmare 70 anmälda barn och genomförde 10-12 cykeltillfällen per termin. Gruppen cyklade vid Vargkullen, Lackarebäck, Herkulesgården samt vid Södra Långevattnet och Finnsjön. Ett uppskattat cykelläger genomfördes vid Rigortorpet med närmare 70 deltagare inklusive föräldrar.

Vuxen-MTB genomförde 15 tillfällen per termin med cirka 20 deltagare per tillfälle. Arbetssättet utvecklades under året då ledare från barn- och ungdomssektionen började stötta upp vuxencyklingen. Detta möjliggjorde att deltagarna delades in i två grupper utifrån tempo och erfarenhet, vilket tagits emot mycket positivt och lett till ett stadigt ökande deltagarantal. Under året cyklades det vid Södra Långevattnet, Finnsjön och i Delsjöområdet.

Tjejcyklingen fortsatte att vara en mycket uppskattad aktivitet med cirka 15 tillfällen per termin med god uppslutning och kontinuitet..

Ledarutveckling: En ny ledare utbildades och en ledare genomförde Steg 2-utbildning under året.

Ledarvästar: Under slutet av 2025 tog MTB-sektionen fram nya ledarvästar i samarbete med Friluftsrådet riksorganisation. Västar, som finns i två modeller (ledarväst och hjälpledarväst), Förhoppningen är att västarna ska göra lokalavdelningen mer synlig i skogen och samtidigt tydliggöra ansvarsfördelningen i grupperna.

Samarbete med Härryda kommun: MTB-sektionen fortsätter samarbetet med kommunen kring utvecklingen av Vargkullen.

MTB-verksamheten är ett utmärkt exempel på hur vi arbetar med huvudstrategi 1 – Stärk det ledarledda friluftslivet, och genom samarbetet med kommunen även huvudstrategi 2 – Öka friluftslivets samhällsbidrag.

Krisvis

Under 2025 har lokalavdelningen arbetat aktivt med Krisvis – en metod för att dela friluftskunskap som stärker hemberedskap.

Lokala utbildningar: Under våren genomfördes en tvåtimmars träff utomhus för grundläggande utbildning i Krisvis med 2 ledare och 6 deltagare. Eventet sponsrades av riks och inget medlemskap krävdes för att delta. En ytterligare träff hade planerats men ställdes in på grund av sjukdom.

Digitala utbildningar: 6 digitala utbildningar i Krisvis genomfördes under 2025 (2 timmar online om mat, vatten, värme, kommunikation och granne), finansierade av MSB.

Regionalt arbete: En ledare från Mölnlycke lokalavdelning har även bidragit till Krisvis-arbetet i Region Väst.

Krisvis-verksamheten är ett konkret exempel på huvudstrategi 2 – Öka friluftslivets samhällsbidrag, genom att bidra till stärkt hemberedskap.

Häng med oss ut

Under 2025 har lokalavdelningen arbetat aktivt med att öka friluftslivets samhällsbidrag genom metoden Häng med oss ut.

Samarbete med kommunen: Ett öppet hus arrangerades i samarbete med kommunen och enheten för nyanlända. Under eventet erbjöds olika typer av friluftaktiviteter för sammanlagt 10 familjer.

Utbildning av yrkesverksamma: Under året utbildades 15 nya ledare inom Häng med oss ut-metoden. Metoden används för yrkesverksamma inom daglig verksamhet, boendestöd och socialpsykiatri för att främja psykisk hälsa via friluftsliv. Ett kanot-event genomfördes tillsammans med daglig verksamhet som ett led i detta arbete.

Häng med oss ut är ett tydligt exempel på huvudstrategi 2 – Öka friluftslivets samhällsbidrag.

Övriga aktiviteter

Vårkänslor Råda säteri: Den 10 maj arrangerades ett event där prova på kanot erbjöds för allmänheten.

Tomtevandring: Arrangerad av Lufsargruppen Vargarna, ett uppskattat evenemang öppet för allmänheten.

SUP: Föreningen har 3 st SUPar som hyrs ut till medlemmar och allmänheten.

Dessa aktiviteter är exempel på huvudstrategi 3 – Inspirera allmänheten till friluftsliv.

Våra ledare

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

Föreningens sammansättning av ledare och medlemmar speglar inte samhället fullt ut. 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.

I Mölnlycke finns över 50 aktiva ledare fördelade över olika verksamhetsgrenar. Som ledare får man en viss sponsring av friluftskläder som kommer öka till 1000 kr 2026.

Arbetet med att utveckla och stödja ledare är centralt för huvudstrategi 1 – Stärk det ledarledda friluftslivet.

Våra medlemmar

För att verka i enlighet med vårt ändamål, behöver vi en hållbar och stark medlemstillväxt i kombination med ett ledarantal som möjliggör våra äventyr. Friluftsfrämjandet arbetar för att öka antalet medlemmar – dels genom nya medlemmar, men framförallt att få befintliga medlemmar att stanna kvar hos oss.

Friluftsfrämjandet har vänt medlemsutvecklingstrenden till tillväxt de senaste åren.. Tillväxten är en spegling av den intensiva utvecklingsfas som organisationen är inne i.

I Mölnlycke lokalavdelning har vi:

- 95 enskilda medlemskap
- 107 familjemedlemskap (286 familjemedlemmar)
- **Totalt 488 medlemmar**

Kommunikation och samhällspåverkan

För att underlätta vår möjlighet att arbeta för vårt ändamål behöver Friluftsrämjandet 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 Friluftsrämjandet.se – vårt gemensamma fönster mot samhället.

Vi kommunicerar i följande kanaler:

- Vår egen plats på friluftsrämjandet.se
- Vår lokalavdelnings del i Äventyrshanteraren på Friluftsrämjandet.se. Genom våra över 4000 antal aktivitetstimmar har vi bidragit till att göra vår verksamhet mer känd lokalt och Friluftsrämjandet som helhet mer attraktivt.
- Vår lokalavdelnings egna Facebooksidor (Mölnlycke Friluftsrämjande, Friluftsrämjandet Mölnlycke LA - Ledare och MTB Friluftsrämjandet Mölnlycke).

Samhällspåverkan

Mölnlycke lokalavdelning finns representerade i Rådet för idéburna organisationer i Härryda kommun. Det ger föreningen möjligheten att vara med och påverka kommunens arbete kring föreningar, barn och unga.

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. Inom alla våra grupper agerar vi och informerar enligt allemansrätten.

Under 2025 har vi aktivt arbetat med huvudstrategi 2 – Öka friluftslivets samhällsbidrag, genom dialog med kommunen och deltagande i lokala forum. Genom våra prova på-aktiviteter och närvaro i kommunikationskanaler har vi också arbetat med huvudstrategi 3 – Inspirera allmänheten till friluftsliv.

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.

Friluftsrämjandets 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 hade, under 2025, 6 ledamöter i styrelsen och 2 suppleanter. Under året har vi genomfört styrelsemöten från årsmötet i mars till och med december.

Styrelsens uppdrag och ansvar

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

Styrelsen

Ordförande: Niklas Lundberg

Kassör: Jenny Rosenthal

Sekreterare: Sofia Wiandt

Ledamot: Emma Ljunggren, Louise Tiderman, Masoud Salehi

Suppleant: Alexander Rehler

Övriga funktioner

Grenledare MTB: Joel Bergqvist

Representant Idéburna rådet: Vakant

Representant Härsjönäs: Jenny Rosenthal

Valberedning: Malin Ehrle, Jessica Löf

Bidragsgivare och samarbetspartners

Friluftsrämjandet har ett starkt stöd i våra långsiktiga samarbetspartners vad gäller ekonomiskt stöd samt samarbete i gemensamma frågor, kommunikation, nätverk och kompetensutbyte. Våra viktigaste samarbetspartners är:

- **Härryda kommun**
- **Mölnlycke Cykel och Sport**
- **Beijer Byggmaterial – Byggvaruhus Mölnlycke**

Vi är tacksamma för det stöd och den samverkan vi har med dessa aktörer, vilket möjliggör vår verksamhet och bidrar till utvecklingen av friluftslivet i Mölnlycke.
