

# FRILUFTSFRÄMJANDET

## KONTAKT

[friluftsframjandet.se/uddevalla](http://friluftsframjandet.se/uddevalla)

[uddevalla@friluftsframjandet.se](mailto:uddevalla@friluftsframjandet.se)

[facebook.com/uddevallafriluft](https://facebook.com/uddevallafriluft)

[#uddevallafriluft](https://twitter.com/uddevallafriluft)



swish: 123 459 64 41  
bankgiro: 5316-5767

Nonnens Väg 11 B  
451 50 Uddevalla

Uddevalla lokalavdelning samarbetar med



## UDDEVALLA LOKALAVDELNING



FRILUFTS  
FRÄMJANDET



### Intresset för friluftsliv ökar

Att vandra, åka långfärdsskridskor, paddla kajak eller bara vara i skog och mark är trendigt.

### Folkhälsa och livsglädje

Friluftsfrämjandet är en partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa och livsglädje. Vi är ungefär 100 000 medlemmar i hela landet och vi växer fortfarande efter mer än 130 år!

### En god friluftsmjö

Det ger hela befolkningen tillgång till naturen och underlättar barns uteaktiviteter. Vi tar därför en mer aktiv roll i samhällsdialogen när det handlar om folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen.

### Vi välkomnar nya medlemmar - och ideella ledare

Vi fortsätter att satsa på mångfald, inkludering och tillgänglighet så att våra medlemmar bättre speglar samhället. och vi vill gärna locka med oss ännu fler ungdomar. Kvalitet, trygghet och tillgänglighet är viktigt i vår verksamhet.

### Tusentals friluftsaktiviteter att välja bland

Våra ideella ledare visar dig ut i naturen inom en mängd olika grenar – alltid med kunskap, glädje och gemenskap i fokus. Vandring, fjällturer, Skogsmulle, paddling, klättring, naturparkour, långfärdsskridskor, cykel, längdskidor, utförsäkning och mycket mer kan du välja bland.

### Bli medlem

Medlemsåret sträcker sig från första oktober till sista september OCH du får magasin Friluftsliv fyra gånger per år, medlemserbjudanden mm.

Dessutom stöttar du vårt arbete med att skapa friluftsliv för alla.

[friluftsframjandet.se/medlem](http://friluftsframjandet.se/medlem)



## HERRESTADSFJÄLLETS LEDER



På Herrestadsfjället finns många mil fina leder att vandra mellan sjöar och stugor.

Bohusleden som passerar, vägnätet på Bulid och en vandringsled från Kurveröd till Åleslån gör det möjligt att till fots eller med cykel nå de stora vidderna och naturreservaten från stan.

## STUGORNA

Vi ansvarar ideellt för flera fina stugor på Herrestadsfjället, som alla medlemmar har tillgång till året om. Hällerstugan, Krokstugan, Kärrestugan, Kölrestugan, Kåtan och Åleslån.

Varje söndag året runt är någon av stugorna öppna med stugvärd på plats. Servering kan förekomma. Kolla aktuella öppettider mm på **[friluftsframjandet.se/uddevalla](http://friluftsframjandet.se/uddevalla)**



## LÅT ÄVENTYRET BÖRJA

Följ med våra långfärdsskridskoledare på tur när det finns is att åka på. Paddla kajak på Byfjorden och i havsbandet.

Delta i en söndagvandring i vildmarken, eller gör sällskap med vardagsvandrarerna om du är dagledig.

Vi välkomnar barn och familjer i vår verksamhet, med bland annat Skogsmulle, Knytte-, Strövar- och Lufsargrupper och MTB

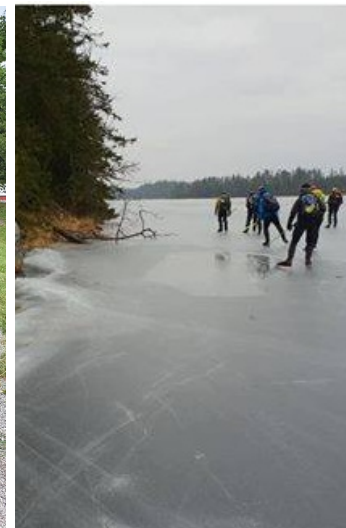


Som medlem i uddevalla lokalavdelning har du medlemspriser när du hyr våra stugor, och friluftsutrustning som kajaker och kanadensare, långfärdsskridskor, ryggsäck mm.

**Bli medlem i Friluftsfrämjandet!**

**[friluftsframjandet.se/medlem](http://friluftsframjandet.se/medlem)**

## ÄR DU VÅR NYA LEDARE?



Vill du kanske engagera dig som ledare i vår lokalavdelning? Vi behöver såväl barnledare som ledare inom långfärdsskridsko, paddling, MTB och annat, för att kunna utvecklas vidare. Vi ordnar din utbildning!

Hoppas du vågar ta kontakt - belöningen är riklig när många fler kan komma ut i naturen.

**Välkommen!**

