



VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2023

FRILUFTSFRÄMJANDET VÄNERSBORG

INNEHÅLL

ORDFÖRANDE HAR ORDET	2
VÅR VERKSAMHET	3
Bastungen	3
Barn – friluftsäventyr	4
Kajak	6
Långfärds-kridsko	7
Vandring Lågland	8
Klättring	10
VÅRA LEDARE	11
VÅRA MEDLEMMAR	11
KOMMUNIKATION OCH SAMHÄLLSPÅVERKAN	11
DEMOKRATI OCH ORGANISATION	12
Styrelsen	13
BIDRAGSGIVARE OCH SAMARBETSPARTNERS	14

ORDFÖRANDE HAR ORDET

Jag ser tillbaka på verksamhetsåret 2023 och funderar på vad som har hänt i vår lokalavdelning under året. Det är med glädje jag konstaterar att vår verksamhet har erbjudit många äventyr i vår närhet och längre bort.

Antalet grupper inom barnverksamheten har ökat. Det betyder att allt fler barn har möjlighet att vara med i vår fantastiska verksamhet. Sundals-Ryr har även prövat nya idéer som Familjeäventyr. Det ska bli intressant att följa den utvecklingen. Ytterligare en ny verksamhet har introducerats – Vandra i vår närhet. Torsdags-vandringar varannan vecka under säsong för daglediga.

Vår traditionella Grötfest i början av december är en aktivitet som är öppen för alla medlemmar. Här är alla välkomna, unga som gamla, aktiva som mer passiva medlemmar. 30 deltagarplatser erbjuds. 23 medlemmar tog sig dit genom snön och fick en trevlig afton i Bastungen

Under året som gått har vi tillsammans med Vänersborgs kommun skrivit om avtalet för Bastungen. Kommunen kommer nu att ansvara för allt underhåll och vi får erlægga en acceptabel månadshyra. Båda parter är nöjda med avtalet. På Klätterstugan har målningsarbete påbörjats under året, vilket verkligen behövdes. Barnklättringen har startats upp igen och det är aktivitet i stugan flera dagar i veckan.

I september hade vi en ledardag på Käringudden. Det var med glädje vi mötte representanter från många verksamheter och vi hade en givande dag tillsammans. Matlagning ute, kajak, parkour och lekar stod på programmet. Men inte minst viktigt är samvaron och möjlighet till erfarenhetsutbyte ledare emellan.

Jag tackar dig som medlem, ledare eller styrelsemedlem för ditt engagemang som driver vår förening framåt.

Vänersborg 24 02 25

Eva-Lis Larsson

Ordförande i Vänersborgs lokalavdelning

VÅRA VERKSAMHETER

Friluftsförbundet är Sveriges största och bredaste friluftsförbundet med över 112 000 medlemmar och 8000 ideella ledare. Närmare 700 av dem är medlemmar i vår lokalavdelning, varav ca 50 ledare. Vårt fokus sedan starten år 1892 är att genom friluftsliv verka för folkhälsa, livsglädje och en tillgänglig friluftsmiljö för alla.

Vi i Lokalavdelning Vänersborg arbetar för att behålla och utveckla vår verksamhet utifrån behov och efterfrågan, men även baserat på insikter från omvärlden. Våra grenar och de aktiviteter som görs inom varje gren, utgör kärnan i vår verksamhet.

Vid genomgång av verksamhetsplanen för 2023 så ser vi att vi genomfört de aktiviteter som vi planerade för, exempelvis hyresavtal för Bastungen, ledardagen på Käringudden, en ny strövargrupp Vänersborg, introduktionsträff för blivande ledare samt ett antal ledarutbildningar.

BASTUNGEN

Bastungen nyttjades flitigt under 2023 av ledare och styrelse som möteslokal för olika sammankomster gällande våra olika verksamheter.

Vår populära caféverksamhet bedrevs på söndagar under mars/april samt under september/oktober. Ett trettiotal medlemmar bemannade cafét samt bakade både brödkakor och olika fikabröd till försäljningen till våra besökares stora glädje.

Bastungen bokades av medlemmar och andra vid ca 25 tillfällen under året. Övernattningar har genomförts av Strövarna samt Tjörns FF. Möten av olika slag har hållits bland annat av elevhälsan VBG:s kommun. Andra exempel är bröllop, babyshower, barnkalas samt andra olika familje- och släktsammankomster.

Under året har lokalavdelningen tillsammans med Vänersborgs kommun slutit ett hyresavtal kring fastigheten Bastungen. Avtalet gäller från 20240101. Det har upprättats en åtgärdsplan kring yttre och inre underhåll gällande fastigheten. Ett inre arbete har utförts, trapphuset är nymålat. Yttre innehåll planeras och kommer att genomföras av kommunen. I nuläget finns inga inplanerade åtgärder gällande det yttre underhållet.

Gunnel Wretling, ansvarig caféverksamheten Bastungen

BARN – FRILUFTSÄVENTYR

Friluftsäventyr är Friluftsförbundet's barnverksamhet och består av två delar: Skogsmulle och skogens värld, vår verksamhet för barn 0–6 år och Vildmarksäventyr för barn 7–12 år. Nytt för 2023 är Familjeäventyr som anordnats av Sundals-Ryr.

I vår lokalavdelning finns 296 barn- och ungdomsmedlemmar. Friluftsförbundet 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. Verksamheten bidrar till att väcka de ungas intresse för miljö och hållbarhet.

VÅRA BARNGRUPPER

SUNDALS-RYR

Under 2023 har vi haft barnverksamhet med Knopp, Knytte, Mulle, Strövare och Lufsare.

Grupperna har haft regelbundna träffar med ca 6 tillfällen per termin. Sammanlagt har vi haft ca 50 barn i de olika grenarna.

Verksamheten håller till på Kroppefjäll.

Vi är 13 ledare/hjälpledare.

Vi har vid 3 tillfällen haft familjeäventyr med olika teman och platser varje gång. Det har fallit väl ut och ca 5 familjer har deltagit vid varje tillfälle. Vid ett tillfälle var vi familjer från 4 olika länder, Sverige, Tyskland, Nederländerna och Storbritannien.



Justine Särnerblom, grenansvarig barn Sundals-Ryr



VARGÖN/VÄNERSBORG

Under 2023 har Vargön/Vänersborg haft 4 barngrupper.

Vårterminen:

- Knyttegrupp för barn födda 18/19 (12 barn)
- Mullegrupp för barn födda 16/17 (9 barn)
- Strövargrupp för barn födda ca 14/15 (11 barn)
- Strövargrupp för barn födda ca 13/14/15 (12 barn)

Höstterminen:

- Mullegrupp för barn födda 18/19 (12 barn)
- Mullegrupp för barn födda 16/17 (10 barn)
- Strövargrupp för barn födda ca 14/15 (11 barn)
- Strövargrupp för barn födda ca 13/14/15 (12 barn)

Grupperna har under året utökat sin ledarstab vilket är väldigt roligt.

Under vårterminen gjorde Knyttegruppen sin sista termin som knyttar och vi grävde upp skräpbrädan som vi följt under 1 års tid. Vi har lekt lekar, pysslat och lärt oss om skogens djur och hur vi är rädda om naturen.

Strövargrupperna har fortsatt träna på sina friluftskunskaper. Bygga trefotskojor, reflexvandring, cykelutflykt och övernattnig i Bastungen är några exempel från strövarnas verksamhet under 2023.

Båda grupperna har testat på inomhusklättring i Friluftsförbundet klätterstuga.

Höstens nyblivna Mullegrupp fick en ny plats att utforska. Fokus har varit att våga vinka hejdå till sina föräldrar och att känna sig trygga med den nya platsen. De har gått på äventyrsutflykt, pratat om svampar, om livet som finns i jorden och gått på bajsjakt. De fick också träffa Mulle för första gången vilket var väldigt spännande!

Den äldre Mullegruppen hade en vårtermin där de jobbade med Mulles utmaningar. De pratade också om fåglar, lärde sig om en ny fågels varje tillfälle. Under hösten var temat "Nova och rymden". De gjorde stjärntecken i snön, hade reflexvandring och tittade på stjärnorna på kvällen.

Ledare för grupperna har varit Anna Metso, Maria Brunberg, Evelina Ljunggren, Sofia Torstensson, Sara Johannesson, Therese Skälegård Emanuelsson, Josefin Gustavsson, Linda Steiner och Kathrin Rothbarth

Anna Metso, grenansvarig barn Vargön/Vänersborg

KAJAK

Säsongen 2023 har vi i Kajaksektionen som vanligt haft vår samlingspunkt i den röda ladan på Sanden. Under sommarsäsongen maj-september genomfördes 15 ordinarie onsdags-paddlingar och 2 familjepaddlingar med blandade destinationer såsom t ex Långa Maja, Vassbotten och Ursand. Två av onsdagspaddlingarna har bjudit på paddling på annan ort, närmare bestämt Gardesanna och Trollhättan Göta älv/kanalen. I genomsnitt har varje onsdagspaddling under säsongen lockat 15 deltagare.



I april/ maj anordnades en uppskattad nybörjarkurs som blev så gott som fulltecknad. Kursen var uppdelad på tre tillfällen; bassängövning i Lunnevibadet i Grästorp, kvällspaddling i Vänersborg och helgpaddling med övernattnig på Björkönen i Tösse skärgård.

Under Aqua Blå i Vänersborg fanns kajakledare på plats och höll ladan öppen för alla som var nyfikna på kajak och paddling. Prova-på-paddling erbjöds två gånger per dag där "först till kvarn" gällde.

Utöver detta har vi anordnat bassängövningar vid sex tillfällen om 2h, då vi instruerat i olika räddningstekniker. För detta ändamål har vi hyrt Lunnevibadet i Grästorp. Det här är populärt med högt deltagarantal och flera på kölista.



Vi har varit 12 aktiva ledare i kajaksektionen denna säsong. De aktiva ledarna har genomfört ca 5 schemalagda paddlingar var som huvudledare eller hjälpledare.

Då årets traditionsenliga avslutningshelg på Ramsvikslandet saknade anmälda deltagare blev det en helg för oss ledare att umgås, äta gott och paddla tillsammans. (Troligtvis saknades anmälda på grund av att det blåste stormbyar på lördagen).

Sammanfattningsvis har vi haft en fin och lyckad säsong med uppemot 350 deltagare och ledare totalt vid våra olika paddlingar och aktiviteter.

Niclas Dagson och Martin Andersson, grenansvariga kajak



LÅNGFÄRDSSKRIDSKO

Vi har haft ledarträffar, en på våren och en på hösten. Närvarande var både nya och gamla ledare.

Issituationen i närområdet var inte som önskat så det blev långa resor till isarna.

Deltagarna kom även från andra lokalavdelningar bland annat från Kungälv, Göteborg och Malmö. Kul.



Vi fick till totalt 48 turer. 28 privatturer, 5 rekturer och 15 utlysta turer.

Ett olycksfall, skedde under promenad till Svingsjön. Personen fick bäras ut till bilarna för transport till NÄL. Två brott på fotled. Den olycksdrabbade hade bara gott att säga hur vi skötte situationen.

I december hade vi en nybörjarkurs. Den innehöll säkerhet på is, utrustningstips, iskunskap. Skridskoåkning inomhus och utomhus.

Tillsammans med Uddevalla LA arrangerades teknikträning i arena Vänersborg.

Ledare: Monica Gunnarsson, Blasse Wallström, Anna Wallström, Hans Gebring, Bengt Alvin, Tina Lindblom, Hans Karjalainen, Matti Karhu, Jan Nyberg, Otilia Balazs, Karl Rehnberg Emanuel Olsson och Nicklas Karlsson

Monica Gunnarsson och Blasse Wallström, grenansvariga långfärdsskridsko



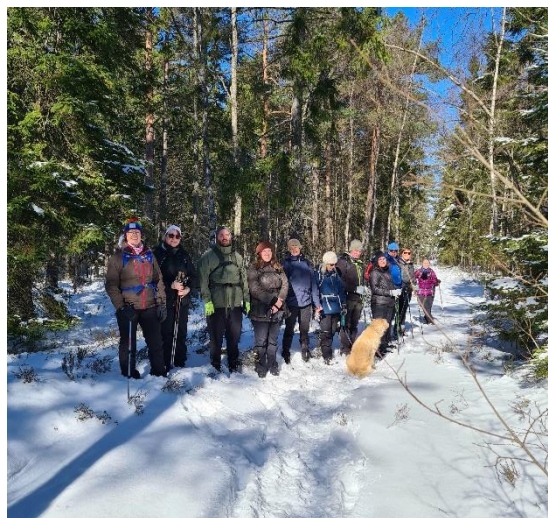
VANDRING LÅGLAND

Under 2023 har Vandringssektionen haft verksamhet med sammanlagt 60-talet deltagare. Säsongen startade med planeringsmöte 3 januari. Därefter har vi genomfört 5 vandringar, 12 vardagsvandringar samt 2 flerdagarsvandringar. Deltagarantalet har varierat mellan 1 och 13. Ytterligare en ledarträff hölls i augusti. Vi deltog i inspirationsvandring i Munkedal 13/5 arrangerad av Region Väst (Carina och Marie). Vi deltog även i Nols Wilderness medicine 12-14 maj på Kynnefjäll (Monica och Monica). Kursen ger en certifiering som varar i ett år. En ledare har gått utbildningen i lågländsvandring under året (Gunnel).

Vandringar:

- Nytt för 2023 har varit **vardagsvandringar**, varannan torsdag. Sammanlagt genomfördes 12 vandringar fördelat på 4-vår och 8-höst. Antalet deltagare har varierat mellan 1-4. Deltagarna har kommit från olika lokalavdelningar som Tjörn, Uddevalla och Vänersborg. Vandringarna har genomförts i vår närhet med stor variation. Fokus har varit på upplevelser ej strapatser. Sträckorna har varierat från 5-11 km.

- **11 mars** Vandring tillsammans med Lidköpings vandringssektion på Halleberg. Fin vandring i snö. Vi såg vargspår! (13 deltagare, två ledare).



- Vandringarna **26/3** Fröskog, vandra i "Ronjaland" ställdes in och **23/4** Mariestad – Vandra i Vänerstad sköts fram (för få anmälda)
- **17-20 maj** Tredagarsvandring på Öckerö-öarna. Succé! Mycket bra respons. (9 deltagare, tre ledare).



- **4/6** Blomstervandring i reservaten Nohlmarken och Skogastorpskärret på Falbygden. (9 deltagare, två ledare). *(Guckuskon var precis på väg att slå ut)*

- **26-27 augusti** 2-dagars i Risveden med tältövernattning fick tyvärr ställas in. Vädret var uselt och deltagarna drog sig ur.
- **30 september** vandrade vi en etapp på Gota-leden, mellan Floda och Lerum (9 deltagare från flera olika lokalavdelningar, två ledare).
- **8 oktober** gjordes ett nytt försök med Mariestad men även denna gång var det för få anmälda.
- **21-22 oktober** – 2-dagars Ulricehamn. Komosse. Lassalyckan. En övernattning Årås kvarn. Led vid Årås på söndagen, med guidning. (6 deltagare, två ledare).

- **12 november** Vandra i Vänerstad Karlstad. Karlstads lokalavdelning ställde upp med tre guider/ledare och vi fick en fin runda kring Mariebergsskogen med intressant utbyte kring vandringsverksamheten. (5 deltagare från Vänersborg).



- **3 december**, på första advent, genomfördes årets sista vandring, även i år en glöggvandring utmed Dalbostigen (2 deltagare, 3 ledare).



Bild från inspirationsvandring i Munkedal

Ledare: Monica Andersson, Eva Holmkvist, Carin Munding, Marie Odenbring, Monica Gunnarsson, Eva-Lis Larsson, Gunnel Wretlind, Maria Hagrydh och Åsa Ericsson. Hans Karjalainen och Susanne Nordgren har anslutit till sektionen och startat som "hjälpredare" under året.

Marie Odenbring och Carina Munding, ansvariga grenledare Vandring

KLÄTTRING

Sektionen har under året haft ca. 20 vuxna och 10 barn/ungdoms-medlemmar. Under året har dessa medlemmar registrerat ca. 800 träningstillfällen i klätterstugan. Medlemmar har fri tillgång till stugan, året runt. Tisdag- och torsdagskvällar samlar flest medlemmar i klätterstugan. En del medlemmar klättrar utomhus när tillfälle ges.

Under året har vi haft prova-på-klättring, 1:a måndagen i månaden. Nio tillfällen med totalt ca 60 deltagare, mest barn/ungdom.

Vi har sökt ledare för eventuell barnverksamhet. Tyvärr har bara en person uttryckt intresse och vi är fortfarande för få ledare för att starta upp verksamheten.

Grepp till barn och vuxna har köpts in. Specifika barn-leder har byggts.

En ny luft-luft-värmepump installerades 2023-01-05 och ett tak över värmepumpen (ute-delen) byggdes i slutet på året. Ytterväggen mot vägen samt fönstren på ena kortsidan skrapades rena och målades om efter semestern.

Stugan har hyrts ut till privata sällskap (3 tillfällen) och lånats ut till grupper inom Friluftsförbundet (2 tillfällen).

Niklas Ekelund Nord har hjälpt till som ledare.

Peter Lublin, grenansvarig Klätter



VÅRA LEDARE

Ledare och förtroendevalda är grunden för all vår verksamhet. Engagerade och kompetenta ledare är en förutsättning för att lokalavdelningen ska kunna erbjuda våra medlemmar säkra och givande aktiviteter. Styrelsen strävar efter att stötta och uppmuntra ledarna i syfte att utveckla och stärka sitt ledarskap. Detta görs bland annat genom utbildning och ledarträffar.

Föreningens sammansättning av ledare och medlemmar speglar inte samhället 2023. 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.

Vi var under 2023 ca 60 ledare en ökning med 10 jämfört med föregående år. Under året har nya ledare genomgått grundutbildning. Detta fördelat på barn, vandring, skridsko och kajak. Nya ledare är en förutsättning för att verksamheten fortlever och utvecklas.

Ledare har genomfört ytterligare fortbildningar av olika slag under året, ex första hjälpen och barnolycksfall.

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 framför allt 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.

Medlemsantalet 2023 var 824, varav ungdomar 296 barn och ungdomar. En intressant iakttagelse är att föreningen har en i stort jämn fördelning män/kvinnor.

KOMMUNIKATION OCH SAMHÄLLSPÅVERKAN

Ett mål för föreningen är att vara välkända i samhället. Vi kommunicerar i följande kanaler:

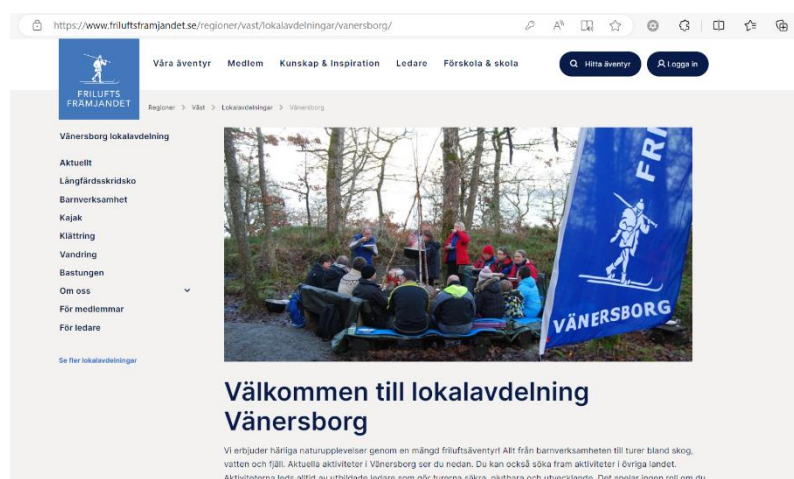
- Lokalavdelningens hemsida har under 2023 uppdaterats kontinuerligt. Via den anmäler man sig till olika äventyr och hittar exempelvis information om

föreningen, förmåner och ledarhandledningar. Webbansvarig har gått två digitala fortbildningar i EPI-server under hösten.

<https://www.friluftsfremjandet.se/regioner/vast/lokalavdelningar/vanersborg/>

- Föreningens Facebookgrupp används relativt flitigt för reklam för kommande äventyr samt Bastungens öppethållande. Gruppen har under året ökat till över 1300 medlemmar. Även kajaksektionen har en grupp på Facebook, med 270 medlemmar. Klättersektionen har en Facebooksida med drygt 430 följare.

Skärmbild från föreningens hemsida.



- Vår lokalavdelnings del i Äventyrshanteraren på friluftsfremjandet.se. Genom våra sektioner har vi bidragit till att göra vår verksamhet mer känd lokalt och Friluftsfremjandet som helhet mer attraktivt.
- Vår informationsbroschyr.
- Delar av vår verksamhet marknadsförs via Visit.

Friluftslivets intressen väger tungt i samhällets planering och verksamhet. Lokalavdelningen har även under 2023 agerat remissinstans till Vänersborgs kommun bla i deras arbete med att ta fram en friluftsstrategi.

DEMOKRATI OCH ORGANISATION

Friluftsfremjandet 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 genom att lämna önskemål och bidra med idéer.

Lokalavdelningen leds av styrelsen. Under året har styrelsen utöver ordinarie styrelsearbete fortsatt arbetat med helhetssyn och samsyn i lokalavdelningens olika verksamhetsgrenar ex gällande profilkädror och deltagaravgifter.

Vi är 9 ledamöter i styrelsen. Under året har vi genomfört 11 styrelsemöten.

Varje verksamhetsgren har under ledning av grensansvariga genomfört planeringsmöten.

Vi har också haft deltagare på Regionträffen i Uddevalla samt vid Inspirationsdag på Quality hotell i Vänersborg för ledare i Region Väst. Vice ordförande har deltagit på digital ordförandekonferens. Regionstämman genomfördes digitalt, 3 av styrelsens medlemmar deltog. Vi har representerats av 4 styrelsemedlemmar vid Kommunens träff angående Friluftsstrategin.

Styrelsen har i samarbete med valberedningen utarbetat tydligare rutiner för valberedningens arbetsprocess.

Årsmötet genomfördes Bill-Arne Andersson som inbjuden ordförande. Efter årsmötesförhandlingarna berättade Eva Jantzen om upplevelser i Dalsland.

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

Styrelsens sammansättning under verksamhetsåret:

Ordförande	Eva-Lis Larsson
Vice ordförande	Gunnel Wretlind
Kassör	Sven-Olof Sterner
Sekreterare	Ann-Marie Havdahl
Ledamot	Niclas Dagson Ottilla Balazs Matti Karhu Kerstin Webrell Hans Karjalainen

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:

- Team Sportia, Överby
- Flügger Färg
- Viltskogen – ett samarbete som tyvärr avslutades under 2023 pga konkurs



TACK FÖR DITT STÖD

Tack vare ditt medlemskap får du 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 ÄVENTYRET BÖRJA.

90 SVENSK
KONTO INSAMLINGS
KONTROLL

Friluftsrämjandet har 90-konto: plusgiro 900176-9.

Tack för din gåva – den gör stor skillnad.

