VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2015

SAMMANFATTNING AV VERKSAMHETSÅRET 2015:

Friluftsfrämjandets Lokalavdelning på Lidingö har ett brett program med ett stort urval av uppskattade aktiviteter året om. Genom våra engagerade och välutbildade ledare erbjuder vi upplevelser till våra friluftsintresserade medlemmar i alla åldrar och med varierande grad av vana och erfarenhet. Vi satsar medvetet på att ge deltagarna möjlighet att prova sig fram i naturen med bästa säkerhet. Våra väl etablerade grenar som bl.a. kajak, strövare o frilufsare och långfärdsskridsko bildar en stark bas i lokalavdelningens verksamhet. Under 2015 har bl.a. grenar som MTB och vandring varit växande och vi har kunnat möta en glädjande ökad efterfrågan. Vår alpina gren är alltid fulltecknad av ungdomar, som vill utveckla sin skidåkning och vi är särskilt glada för att vi inom grenen kan knyta till oss ungdomar, som utbildats som tränare för yngre förmågor. Friluftsfrämjandets nya hemsida och ökade synlighet i sociala medier ger verksamheten värdefullt stöd både lokalt och i Friluftsfrämjandet som helhet. Såväl medlemsantalet som antalet ledare har ökat något under året men våra möjligheter till ytterligare tillväxt är beroende av tillgången på utbildade ledare. En viktig uppgift för styrelsen är att försäkra oss om att intresserade medlemmar ges möjlighet att delta i Friluftsfrämjandets ledarutbildning.

På årsmötet antogs en verksamhetsplan för 2015 som i korthet innebar följande.

* Fortsätta och fullfölja förbättrad dokumentation av styrelsens arbete och uppdrag samt verksamhetens rutiner.
* Gå vidare med ambitionen att starta mer familjeinriktade verksamheter som familjemulle, Äventyrliga familjen bl.a. genom familjeinriktad vandring.
* Satsa på seminarier och aktiviteter för att ge ledarna ny inspiration.
* Söka nya former för att locka och behålla ledare.
* Uppsöka förskolor som idag eller framöver vill bedriva Mulleverksamhet och träffa avtal.
* Starta MTB-verksamhet för fasta grupper.

Föreningens ekonomi är fortsatt stabil. Den från förra året inledda grenbudgeten har förbättrat lokalavdelningens och grenarnas möjligheter att styra och följa upp verksamheten mot mål. Budgeten har följts upp och slutsatser har i huvudsak kunnat hållas enligt plan. En slutsats som dragits är att visst behov av medel för särskilda satsningar, t.ex. speciell ledarutveckling och större investeringar, behöver anslås inom gemensamma medel. Erfarenheterna från arbetet med grenbudgetar kommer att tas tillvara inför kommande planering av löpande verksamhet och behov av särskilda satsningar.

***1. LOKALAVDELNINGENS STYRELSE***

Inga Ovanmo Skoog ordförande

Jonas Nyqvist vice ordförande

Clara Tesch Thunberg sekreterare

Jan Scheja kassör

Fredrik Berns

Ylva Ericsson

Sofia Gezelius

Tina Lalander

Fredrik Westerman

Per Larsén suppleant

Styrelsen har hållit 10 protokollförda sammanträden. Vårens arbete för styrelse och grenledare avslutades på Hustegaholm med tipsvandring och måltid i Köksstugan. Alla lyckades utmärkt i tävlingen. Hösten avslutades med styrelsemöte och middag för styrelse och grenledare på Restaurang Ekogården, Stockby, en lokal aktör på Lidingö, som satsar på ekologisk meny.

**2. REVISORER**

Per-Erik Olson

Mats Stigenius

Roland Jadeborg suppleant

Denise Mörck Leckne suppleant

**3. VALBEREDNING**

Patrik Blomquist sammankallande

Eva Buhre

Kerstin Bergengren

**4. GRENLEDARE, FUNKTIONÄRER OCH ANSTÄLLDA**

Fredrik Westerman Lidingö Freeskiers

Anna Gillenius Kull Barnskridskor, Barnskidor

Ivar Ericson Håll i hälsan, Vattengymnastik

Siw Linde Internationell barn- och ungdomsverksamhet

Tina Lalander Vandring

Magnus Linde Stavgång

Felicia Pagels Geocaching

Micke Stenemyr MTB

Nina Woll Kajak

Kajsa Källström I Ur och Skur

Emma Colérus Knopp, Knytt, Mulle

Anders Lindell Strövare, Frilufsare

Eva Rozenbeek TVM

Jesper Gramenius Långfärdsskridsko, Lilla Vikingarännet

Eva Buhre Sommarfjäll, Klubbmästare

Christian Gottlieb Vinterfjäll, Friluftsmiljöombud, Skogsgruppen

Mikael Holmlund Anställd (Kansli, Medlemsombud, Webmaster)

Patrik Blomquist Bytesmarknad

Anders Rosswall Marknadsföring

Eva Lundberg Programredaktör

**5. MEDLEMMAR 2015**

Antalet medlemmar under året uppgick till 2117 (2 019 år 2014). Av dessa var lite fler än 40 % barn och ungdomar 6 – 20 år. Ungefär 50 % var över 25 år.

**6. LEDARE**

Runt årsskiftet var antalet registrerade ledare (inkl. kursledare och grenledare) som tillhör Lidingö lokalavdelning 90. I verksamheten finns också ca 50 funktionärer som hjälper till i olika sammanhang.

**7. UTMÄRKELSER**

Stora Förtjänstmärket har tilldelats Emma Colérus, Ingela Dahlén, Therese Hård af Segerstad, Marie Wallmark, Katarina Woll och Camilla Hillert.

Förtjänstmärket har tilldelats Lars Agö, Fredric Ankarcrona, Kerstin Bergengren, Kristian Dahlgren. Ylva Ericsson, Olle Holmström, Roland Jadeborg, Fredrik Jonsson, Christine Lalander, Kerstin Nes, Jonas Nyqvist, Sebastian Rodniansky och Anna Stenemyr.

**8. ÅRSMÖTE**

Årsmötet samlade 52 medlemmar och hölls på Föreningsgården. Mötet leddes av kommunalrådet Carl-Johan Schiller, Lidingö. Samtliga val som valberedningen lagt fram antogs. Efter avslutat årsmöte vidtog mingel med möjlighet till kontakter och utbyte varefter deltagarna erbjöds en härlig måltid anrättad av medlemmen Lars Agö samt musikquiz under ledning av styrelseledamoten Jan Scheja. För den fina insatsen med dukning, servering och efterföljande städning tackades våra TVM-are!

Avgående styrelseledamöter Göran Cederwall, Kerstin Bergengren, Johan Bryvall och Lars-Åke Hörjel avtackades.

**9. RIKSSTÄMMA**

På Friluftsfrämjandets riksstämma deltog Inga Ovanmo Skoog och Tina Lalander.

**10. REGIONSSTÄMMA**

Ombud för lokalavdelningen på Region Mälardalens regionsstämma var Inga Ovanmo Skoog, som även deltog tillsammans med Sofia Gezelius på den verksamhetskonferens som regionen ordnade i november.

**11. VERKSAMHETSGRENARNA**

Lokalavdelningen har en bred verksamhet som innehåller aktiviteter för alla åldrar året runt. I den följande beskrivningen har en uppdelning gjorts i fem större grupper:

Verksamhet

11. 1 Verksamhet för barn och ungdomar inom förskola och skola

I detta område ingår följande aktivitetsgrenar:

* Knopp, 2-3 år
* Knytt, 3-4 år
* Skogsmulle, 5-6 år
* Strövare, 7-9 år
* Frilufsare, 10-14 år
* Barnskidor (skidskola med turskidor)
* Barnskridsko

Dessa verksamheter skedde vid de åtta I Ur och Skur-enheterna (fem förskolor, två dagbarnvårdare och en skola) samt vid en förskola som är certifierad för Skogsmulleverksamhet. Ett antal dagbarnvårdare, privata och kommunala förskolor erbjöd också vissa av aktiviteterna.

11.2 Verksamhet för barn och ungdomar, öppen verksamhet

Under våren och hösten har Strövar- och Frilufsarverksamheten bestått av totalt 12 grupper varav 4 Frilufsare och 8 Strövare. Grupperna består av totalt 144 barn och ungdomar som tillsammans deltagit i cirka 150 friluftsträffar. Grupperna leds av 23 utbildade ledare samt cirka 15 hjälpledare.

En ny grupp startade under hösten, och inför 2016 ser det ut som om ytterligare minst en grupp kommer att starta. Den begränsande faktorn är som vanligt brist på ledare trots att rekrytering av ledare ständigt står på agendan.

Under våren och hösten har två ledare genomgått utbildning för Stövare och Frilufsare, och ytterligare tre är under utbildning.

23-24 maj arrangerade vi vårt årliga Äventyrsläger i Hustegaholm. Lägret var mycket lyckat med fint väder och massor av aktiviteter. 8 av Strövar- och Frilufsargrupperna deltog i lägret. Till detta läger bjöds också samtliga barn på kölistan, med föräldrar, in för information om verksamheten och vad som krävs för att nya grupper ska kunna starta.

Under året har ett utbildningsprogram i första hjälpen påbörjats; tanken är att vi ska kvalitetssäkra samtliga ledares kunskaper genom att alla genomgår en kortare utbildning i ämnet. Kursen leds av Gerd Westholm Kjellgren, och hittills har 17 ledare genomgått kursen.

11.3 Utförsåkning:

Utförsåkning:

Utförsåkning, under namnet Lidingö Freeskiers, består av:

Skidskola: Lidingö Freeskiers helgskidskola är för barn från 5 år och uppåt. Skidskolan omfattar 6 lektioner à 90 minuter. Varje år utbildas 200 elever. Freeskiers: Drygt 200 Barn och ungdomar i åldern 7 till 15 år utvecklar sin skidåkning på flera plan och den personliga färdigheten tränas mycket. Skidglädje, nya härliga vänner och mängder av upplevelser på snö är vad Freeskiers handlar om.

Freeskiers Total: Freeskiers Total är en sektion inom Friluftsfrämjandet som riktar sig till funktionshindrade. Deltagarna indelas i mindre grupper som leds av instruktörer från Freeskiers. Instruktörsutbildning och praktik: Många av våra ungdomar som har varit med i Freeskiers återkommer som instruktörer. De går Friluftsfrämjandets utbildningar och gör sin praktik i Lidingö Freeskiers. Vi har ungefär 40 stycken instruktörer per år. I år har 20 tidigare elever gått Intro kursen och gjort sin praktik hos oss.

11.4 Verksamhet för vuxna

Benämningen vuxenverksamhet vänder sig till vuxna men flera aktiviteter är aktuella även för tonåringar eller för hela familjen.

* Vandring
* Stavgång
* Cykel/MTB
* Fjäll sommar och vinter
* Kajak
* Långfärdsskridsko
* Håll i hälsan. Här ingår vattengymnastik, Chi Gong och kursverksamhet inom ämnet kroppskännedom.
* TVM

**Vandring**

Vandringsgrenen har haft en hel del olika typer av vandringar under 2015.

Glädjande nog är grenen växande och åtminstone en ny ledare kommer att utbilda sig under 2016, liksom att vi får förstärkning från en vandringsledare i Stockholm. Det har också diskuterats om kommande familjevandringar.

Jan Scheja har hållit i fågelvandringar under våren (maj), en morgonvandring o en kvällsvandring. Många glada o positiva deltagare fick under expertkompetens veta vilka fåglar som dök upp.

Karin Byström höll i en trevlig blomstervandring vid Larsberg o visade deltagarna alla olika växter och allt man kan göra av växterna i naturens skafferi.

Två lite längre vandringar hölls en lördag i april på Gålö och en lördag i oktober gick vi Sörmlandsledens etapp 3. Vi var på våren över 20 personer o höstvandringen lockade drygt 10 deltagare.

I november hölls ett vandrarmöte där planeringen för nästa år togs upp.

**Stavgång**

Stavgången på onsdagsförmiddagar med mottot motion, naturupplevelser och kaffepaus samlar en trogen skara samt nya deltagare emellanåt. Turerna går både vår och höst.

**Cykel/MTB**

Under året har lokalavdelningens MTB-gren haft 14 st. träffar med i snitt 17-18 personer, barn i åldern 6-13 år och föräldrar. På äventyrsdagen ställde vi i ordning en ”hinderbana”. Det var full fart i 4 timmar med en hel massa cyklister, mest barn.

3 – 6 september anordnade lokalavdelningen en MTB-resa till Funäsdalen, för vuxna, som blev mycket lyckad. 15 st. nöjda deltagare och 3 st. ledare som gärna skulle göra något liknande igen.

FF MTB Lidingö fick tillsammans med andra LA i Stockholmsområdet även i år förtroende för att ställa i ordning en ca 600 kvm stor ”bike-arena” på Vildmarksmässan. Den var mycket populär även denna gång, så det kommer att bli en uppföljning under 2016.

Vi har även vidareutbildat några av våra ledare inom Första Hjälpen, riktad mot MTB-ledare.

Erhållet utvecklingsbidrag på 10.000 från Region Mälardalen har utbetalats under året efter redovisning av uppnådd verksamhet.

Vinter- och sommarfjäll

Lokalavdelningens gren Sommarfjäll genomförde en vandring i Jämtland 21-26 augusti. Ledare var Eva Buhre (grenledare Sommarfjäll) och Christian Gottlieb. Vid starten i Vålådalen bestod gruppen, förutom av ledarna, av nio deltagare. Två av deltagarna nödgades dock avbryta turen efter första dagsvandringen p.g.a. bristande kondition.

Övernattningar skedde i stugorna i Stensdalen (två nätter), Vålåstugan och Lunndörren (två nätter). Turen började med frukost och avslutades med middag i Vålådalen.

Det var mycket varmt och soligt väder. Endast sista dagen kom något regn.

Under året har vi haft kontakter med grenledaren för TVM, Eva Rozenbeek, och diskuterat gemensamma frågor.

Kajak

2015 kajaksäsongen har utbudet på turer, kurser och kvällspaddlingar varit i olika svårighetsgrader och antal deltagare mindre än förra året; några turer har vi varit tvungna förkorta eller ställa in pga vädret.

Bassängträningarna hade stor efterfrågan och även nybörjarkursen. På kvällspaddlingarna på måndag- och onsdagkvällar i juni och augusti var det sammanlagt 101 deltagare, flest deltagare i augusti och vi fick ett extra tryck efter kajakreportaget i Lidingötidningen. Två teknikpass genomfördes. Dagsturerna Nackarunt, Kalastur och Månskenspaddling var det bra med deltagare, bara några platser kvar. Vandrarhemsturen till Stora Kalholmen och veckopaddlingen på västkusten var fullbelagda. Gillögaturen arrangerades i år av Tyresö med ledare från Lidingö. Totalt hade vi 213 personer ute på vattnet på 24 aktiviteter.

Kajakledarna deltog också på Friluftsfrämjandets äventyrsdag vid Kyrkviken i september. Flera av våra ledare har tagit grönt paddelpass och även gjort andra fortbildningar under året. Vi har två representanter i regionens ledarutbildningsteam.

Långfärdsskridsko

Långfärdsskridskogrenen genomförde turer torsdagar, lördagar och söndagar. Turverksamheten började den 1 januari med den klassiska turen Kungsängen-Sigtuna och avslutades redan den 22 februari. Det blev en kort men intensiv säsong; vi genomförde 12 turer. Som ett led att locka ut fler på isen hålls kurser varje år; kursen 2015 gick som vanligt av stapeln i januari med 2 teorikvällar, teknikövning på Östermalms IP och 1 praktiktur på Brofjärden. Lokalavdelningen ansvarade även för att ploga en 3 km lång bana på Grönstaviken, med start vid Askrike Segelsällskap. På grund av utebliven is kunde Grönstabanan inte öppnas alls innan våren kom och därför fick Lilla Vikingarännet ställas in. Som tidigare säsong skötte vi även om Isbiten, en mindre konstfrusen bana vid Sticklinge fritidsgård.

Håll i hälsan

Verksamheten med vattengymnastik bedrivs fortsatt under höst- och vår med en trogen skara om 30 deltagare med ledarna Lotta Rosén och Eva Lundholm. Reservledare har varit Svetlana Belevich.

TVM/Äventyrarna

TVM hade under året haft ca 10 deltagare mellan 15 år och 17 år. Verksamheten bygger på gruppens egna aktiviteter samt gemensamma nationella TVM-läger, s.k. Ting (3 st/år), samt gemensamma aktiviteter med Mälardalens TVM ca 1 st/mån. Gruppens aktiviteter spänner över allt från klättring till cykling och vandring.

Grundtanken med TVM är att ungdomarna självständigt ska planera och utföra sina egna aktiviteter. En ledare finns med i gruppen som mentor, för att stötta dem i att bli självständiga, komma med inspiration och ge kunskap genom att de får lära sig grunderna i att planera och ansvara för träffarna samt träna lite gruppdynamik. Även en hjälpledare är kopplad till gruppen.

Fyra deltagare från Lidingö medverkade som funktionärer vid ett Frilufsarläger för hela Mälardalen i Gladökvarn, Huddinge, med totalt ett 70-tal deltagare. Gruppen arrangerade också en Hajk med övernattning på Bogesundslandet. För andra året i rad har Lidingö Lokalavdelning arrangerat en vandring med övernattning i Norge för deltagare från Mälardalen.

Från Lidingö deltog 3 TVM-are vid ungdomsstämman. En TVM-are har gått kursen ”ung ledare” i Friluftsfrämjandet.

11.5 Övriga engagemang

Det internationella utbytet rörande barnverksamhet är fortsatt omfattande. Verksamheterna har innefattat länderna England, Wales, Skottland, Tyskland, Lettland, Litauen, Finland, Ryssland och Japan. Ett nytt land, Litauen, har under året tillkommit.  
  
I korthet har följande aktiviteter ingått:

* Två studiebesök med grupper av studerande till barnpedagoger har ordnats på I Ur och Skur förskolor. Studenterna har kommit från två olika universitet i Wales.
* Deltagande i möte med ryska Skogsmulleledare från St Petersburg.
* I Prekuli, Lettland, har en Knopp-kurs hållits på förskolan Mezmalina.
* Vid en resa i Storbritannien genomfördes Skogsmullekurs i Wales, Knopp- och Knytt-kurs i England och en workshop rörande Skogsmulle i Skottland.
* Ledare från Skogsmulleledarnas förening i Finland togs om hand då de besökte Sverige för att ta emot Skogsmullestipendiet.
* Två representanter för en nystartad förskola med utomhuspedagogik i Vilnius, Litauen, har varit på studiebesök och gjort 2-dagars praktik på I Ur och Skur På Stubben.
* I Tyskland, Bayern, har en Skogsmullekurs för personalen på en förskola hållits.
* En grupp japanskor verksamma inom barnomsorgen har varit på studiebesök och gjort 2-dagars praktik på I Ur och Skur Mulleborg.
* Två japaner från Hokkaido, Japan, har varit på besök för diskussioner.

De olika aktiviteterna har redovisats i separata rapporter.

Från lokalavdelningen har följande ledare deltagit: Anita Egle, Kajsa Källström, Magnus Linde, Siw Linde, Sachiko Takami.

**Friluftsmiljö**

Skogsgruppens tidigare samrådsmöten med Tekniska kontoret har upphört på Lidingö Stads initiativ. Lokalavdelningens intressen för bevarande av tillgång till upplevelserik friluftsmiljö sker fortsättningsvis enbart genom egna svar på remisser. Gruppen fortsätter tidigare samverkan med regelbundna möten för erfarenhetsutbyte. Representanter från lokalavdelningen har varit Christian Gottlieb och Inga Ovanmo Skoog.

**12. INFORMATION OCH MARKNADSFÖRING**

Vi har under 2015 arbetat vidare efter samma grundprinciper som tidigare. Det innebär att vi regelbundet genom olika kanaler försett våra medlemmar med aktuell information för att de ska få maximal glädje av våra aktiviteter och därmed sitt medlemskap. För det andra vill vi lyfta fram och profilera våra ledare. För det tredje vill vi locka till oss friluftsintresserade Lidingöbor, som ännu inte är medlemmar.

Bland åtgärderna att informera och marknadsföra förening märks främst:

* Hemsidan har förnyats som följd av en lansering av en helt ny plattform för Friluftsfrämjandet som helhet.
* Fortsatt aktivering på lokalavdelningens Facebook där många av aktiviteterna lyfts fram med gott resultat.
* Programblad har producerats och distribuerats till medlemmar och även lagts ut på olika sätt till icke medlemmar.
* Nyhetsbrev - 6 st har mejlats till medlemmar med mejladress.
* Affischer och flygblad har tagits fram – ca 10 för anslagstavlor, Friskis&Svettis, Maltes, Byt och Köp, stadshuset och stadsbiblioteket.
* Lidingö Fritidskarta – en liten annons.
* Äventyrsdagen – genomfördes den 20 september vid Kyrkviken. Mycket uppskattad och välbesökt uppvisning av bla TVM, Strövare, Kajak och Mulle samt långfärdsskridsko. Artikel i text och bild i Lidingö tidning.

**13. KANSLIET**

Lokalavdelningen hyr ett kansli i Larsberg av Föreningsrådet i det som kallas Föreningsgården. Kansliet har varit bemannat och öppet för besök två timmar i veckan. Därutöver har det utnyttjats flitigt för olika slags möten. Styrelsen får även stöd av Region Mälardalen genom att vi köper bokföringstjänster från dem.

**14. INSATSER PÅ DISTRIKTS- OCH RIKSNIVÅ**

På följande poster i distriktet, regionen och på central nivå fanns ledare från Lidingö lokalavdelning:

Harriet Guter har varit ledamot i Riksorganisationens styrelse. Eva Buhre har varit ledamot och i ekonomigruppen för region Mälardalen. Båda har avgått under 2015.

Inga Ovanmo Skoog ingår i Friluftsmiljörådet samt Marknadsföringsrådet och har varit ordförande i valberedningen för region Mälardalen. Björn Wedholm var medlem i den rikstäckande gruppen av Israpportörer.

Eva Buhre och Christian Gottlieb har deltagit i möten och en konferens, som ledamöter i Region Mälardalens "Ledningsgrupp fjäll".

Lidingö 2015-03-01

Inga Ovanmo Skoog

Jonas Nyqvist

Jan Scheja

Ylva Ericsson

Sofia Gezelius

Clara Tesch Thunberg

Fredrik Berns

Tina Lalander

Fredrik Westerman