

## FRILUFTSFRÄMJANDET

Friluftsfrämjandet har guidat människor till stora och små äventyr ända sedan 1892. Vi älskar friluftsupplevelser och vill att så många som möjligt ska upptäcka vår fantastiska natur genom våra aktiviteter. Vi vet att kroppen och själen måste få sitt för balans i livet.

Friluftsfrämjandet är en ideell organisation med närmare 90 000 medlemmar, sex regioner, cirka 360 lokalavdelningar och 207 I Ur och Skur förskolor och skolor i hela landet. Årligen arrangerar våra över 8 000 ledare och funktionärer tusentals friluftsaktiviteter för alla åldrar och friluftsintressen. Friluftsfrämjandets utomhuspedagogiska barnverksamhet finns spritt till ett tiotal länder som till exempel Japan och Finland.

Friluftsfrämjandet erbjuder medlemmarna ett smörgåsbord av olika friluftsaktiviteter. Några exempel är Skogsmulle, skidor, snowboard, fjällturer, klättring, mountainbike, paddling, stavgång och inte minst ett lärande för livet genom våra I Ur och Skur skolor - en upplevelsebaserad utomhuspedagogik för barn i skola och förskola.

På alla Friluftsfrämjandets aktiviteter finns det ledare med som guidar och gör turerna spännande, säkra och roliga. Våra ledare utbildas för att ge våra medlemmar härliga friluftsupplevelser, gemenskap för livet och kunskaper för att vilja fortsätta.

Vi verkar för att alla ska få chansen att uppleva naturen i närmiljön och i friluftsområden, därför bejakar och värnar vi starkt vår unika allemansrätt.

## UDDEVALLA LOKALAVDELNING

Nonnens Väg 11 B  
451 50 Uddevalla

webb: [friluftsframjandet.se/uddevalla](http://friluftsframjandet.se/uddevalla)  
facebook.com/uddevallafriluft  
e-post: [uddevalla@friluftsframjandet.se](mailto:uddevalla@friluftsframjandet.se)  
telefon: 0522 - 376 74  
bankgiro: 5316-5767

Äventyrstelefon: 0522 - 375 11



Friluftsfrämjandet - Region Väst  
webb: [friluftsframjandet.se/regioner/vast](http://friluftsframjandet.se/regioner/vast)  
e-post: [regionvast@friluftsframjandet.se](mailto:regionvast@friluftsframjandet.se)

Friluftsfrämjandet - Riks  
webb: [friluftsframjandet.se](http://friluftsframjandet.se)  
e-post: [info@friluftsframjandet.se](mailto:info@friluftsframjandet.se)

Vi samarbetar med



## FRILUFTSFRÄMJANDET UDDEVALLA



VI HAR INTE VARIT INNE SEDAN 1892 - DET TÄNKER VI FORTSÄTTA MED!



FRILUFTS  
FRÄMJANDET

På Herrestadsfjället finns flera fina leder att vandra på mellan sjöar och stugor. Bohusleden går här och en sju kilometer lång nyrustad vandringsled från Kurveröd till Åleslån gör det möjligt att nå de stora vidderna och det nya naturreservatet till fots från stan.



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

Kaffeserveringen i Hällerstugan på vintersöndagarna är ett givet utflyktsmål.



## LÅT ÄVENTYRET BÖRJA



Vintertid finns en livaktig sektion för långfärdsskridsko - alltid på isen.

Sommartid paddlar vi på Byfjorden och i havsbandet.

Familjemulle och Äventyrliga familjen är nya tillskott till våra Mulle-, Knytte- och Strövargrupper. Vi vill gärna se ännu fler barn och familjer i vår verksamhet.

Vardagsvandrarerna är flitiga på lederna. Kontakta oss gärna om du är dagledig.



## VÄLKOMMEN SOM MEDLEM!

webb: [friluftsframjandet.se/engagera\\_dig](http://friluftsframjandet.se/engagera_dig)

Barn (0-12)	100 kr
Ungdom (13-25)	170 kr
Vuxen (26-)	360 kr
Familj	530 kr

Som medlem kan du också hyra friluftsutrustning som kajaker och kanadensare, långfärdsskridskor, rygsäckar, kök och andra tillbehör.



Är du sugen på att jobba som ledare i vår lokalavdelning? - Vi behöver såväl barnledare som ledare i de andra verksamheterna för att kunna utvecklas vidare.

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

