



**VERKSAMHETSPLAN
OCH BUDGET 2025**

FRILUFTSFRÄMJANDET SANDVIKENS LOKALAVDELNING
ORG.NR 88 55 00-1395

Äventyret är nära

På fjället, vattnet, snön, isen eller i skogen – året runt och för alla – skapar Friluftetsfrämjandet roliga, trygga och lärorika äventyr.

Vi har tagit på oss uppdraget att bidra till ökad folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen, genom friluftsliv. Med vår ideella kraft främjar och stärker vi fysisk aktivitet och hälsa, mångfald och inkludering, demokratin och respekten för naturen. Det är vårt bidrag till ett ännu bättre samhälle.

Vi är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som genom friluftsliv verkar för folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen. Sedan år 1892 har vi värnat allemansrätten och främjat friluftslivet.

Som medlemmar inspirerar, stöttar och leder vi varandra. Verksamheten bedrivs lokalt, och stöttas av våra regioner och riksorganisationen.

Låt äventyret börja.

Innehåll

1. Äventyr – vår verksamhet	4
1.1 Mulle	4
1.2 Strövare	4
1.3 Funktionell skidåkning.....	4
1.4 Långfärdsskridsko.....	5
1.5 Fjällvandring	6
1.6 Vandring lågland	6
1.7 Kajak	6
1.8 Unga Äventyrare	7
1.9 Håll-i-form	7
2. Finansiering	8
3. Budget	8

1. ÄVENTYR – VÅR VERKSAMHET

1.1 MULLE

Vi vill ha Mulleverksamhet men för närvarande saknar vi ledare. Vi svarar för utbildningskostnaden för den som önskar bli Mulleledare.

1.2 STRÖVARE

Strövarna kommer att fortsätta i Järbo under 2025, för barn mellan 7-9 år (födda 2016-2018). Vi kommer att träffas vid 10 tillfällen på söndagar mellan mars och oktober. Vi kommer att fortsätta upptäcka naturen tillsammans i "naturrutan" och luppen är återkommande på våra träffar. Barnen kommer fortsätta träna på att handskas med kniv och att göra upp eld med tändstål. Karta och kompass och knopar kommer att utforskas under året. En kortare vandring längs med Gästrikeleden kommer att göras under sommarmånaderna.

Lunch kommer att tillagas tillsammans över öppen eld men även på stormkök. Barnen kommer att bli ännu mer delaktig i matlagningen detta år.

/Hanna Andersson, Grenledare Strövare

1.3 FUNKTIONELL SKIDÅKNING

Målsättning

Vår målsättning är att ge våra gäster ett öppet och varmt mottagande som gör att vi skapar en trygghet för dem. Vi vill bjuda våra åkare på en upplevelse som ger mersmak och gör att de vill återkomma. Våra återkommande gäster vill vi ska utvecklas och hitta glädjen i att bli självständiga åkare med ett intresse för friluftsliv och skidåkning. Vi vill:

- Att nya gäster kommer till grenen Funktionell skidåkning LA Sandviken
- Att gäster efter utbildning ska åka själv alternativt med utbildade medåkare.
- Förmedla känslan av glädje och frihet genom skidåkning till alla gäster.
- Behålla våra utbildade instruktörer och allmänmedåkare.
- Hålla vår utrustning till grenen funktionellskidåkning uppdaterad så att våra gäster kan åka med fräscht och funktionssäkert material.

Våra mål är satta så att vi kontinuerligt jobbar mot målen, men samma målsättning återkommer från säsong till säsong.

Framtiden

Vi strävar efter att hålla en hög ledarkompetens som skapar trygghet och säkerhet för både ledare och åkare. Vi vill skapa möjlighet för fler personer med funktionsvariationer att få ett rikare friluftsliv genom att uppleva glädjen och friheten i alpin skidåkning.

Vi vill kontinuerligt uppdatera och förbättra vår utrustning för att bibehålla säkerheten i åkningen och ge en attraktiv upplevelse för våra åkare.

Vi ser ett fortsatt behov av att vidareutbilda våra nuvarande ledare kontinuerligt och även hitta nya instruktörer.

Ett exempel på vidareutbildning är att 3 av våra ledare deltog i Region Mälardalen och Regions Östs gemensamma avrostning inför säsongen 2024-2025. Under upptakten övades egen skidåkning, användes utrustningen för funktionell skidåkning och nya idéer provades. Dessutom hade vi en ny ledare med som deltog i utbildning av biski allmänmedåkare som hölls parallellt med avrostningen. Feedbacken från alla som deltog visar att detta var mycket uppskattat.
/Sven-Erik Lindgren, Grenledare Funktionell skidåkning

1.4 LÅNGFÄRDSSKRIDSKO

För 2025 planerar vi att:

- Ordna avslutande ledarträff för säsongen i april/maj och en uppstartsträff i oktober samt en gemensam ledarträff med Gävle utomhus i början av vintersäsongen.
- Skicka mejl via Friluftetsfrämjandet till skridskoåkare att säsongen närmar sig.
- Ordna ledarschema och ha ledda turer på lördagar och söndagar när ismöjlighet finns från mitten av november till mitten av mars.
- Ordna rekognosceringsturer på lördagar, gärna tillsammans med Gävles ledare och erfarna åkare för att sondera isläget när det inte är tillräckligt känt.
- Ordna "komma-i-gång-turer" på konstfrusen bana inför skridskosäsongen.
- Ordna några tillfällen för nybörjare att öva extra.
- Rapportera in antal deltagare per tur till Friluftetsfrämjandet.
- Ordna aktivitet vid plogade banan på Storsjön vid en lördag, kanske första helgen i februari om banan är i bruk.
- Ordna kurs för intresserade av långfärdsskridskoåkning i november i samarbete med Studieförbundet.
- Övernattningsresa med skridskoåkning för ledare och vana åkare tillsammans med Gävle.
- Rekrytera ny långfärdsskridskoledare till kurs.
- Uppdatera vår hemsida vid behov.
- Lägga in frestande skridskobilder och informera om säsongen på vår Facebooksida
- Delta i Region Mälardalens ledarträffar vid möjlighet.
- Skicka ombud och eventuellt deltagare till Iskongressen – som nästa gång blir 2026.

/Inga-Greta Andersson, Grenledare Långfärdsskridsko

1.5 FJÄLLVANDRING

Grenen Fjällvandring tar tillfälligt uppehåll under 2025 på grund av personliga skäl.

/Susanne Holmqvist, Grenledare Fjällvandring

1.6 VANDRING LÅGLAND

Vandringssäsongen för lågland planeras komma igång i början av maj med en "Inspektionsvandring" på Gästrikeleden där flera, men inte alla, av våra vandringar sker. Med årets 16 planerade vandringar vill vi inte bara uppleva naturen, utan även det kulturella och historiska i Gästrikland. Med bland annat friluftskunskap samt karta- och kompasstema hoppas vi sprida kunskap om att vistas i naturen. Vi kommer ha två vandringar med övernattnings samt två smakvandringar där deltagarna är med och lagar mat på stormkök. Vi har också inlett en dialog med organisationen Matvärden för samarbete kring våra smakvandringar. Matvärden arbetar för ökad användning av lokala råvaror. Även i år blir det vandringar där det finns möjligt att följa med i el-rullstol. Gästrikeleden fyller 50 år i år och det vill vi gärna uppmärksamma. Liksom föregående år kommer vi ha en Nationalparksvandring tillsammans med Naturrum och Länsstyrelsen. Vandringsåret rundas av i november med reflexvandring och förhoppningsvis en djurspårvandring.

Inför 2025 har två vandringsledare slutat men vi budgeterar för utbildning av en ny ledare samt två "Blå ledare". Vi får också tillskott med en ledare från skridskosektionen. Innebär totalt åtta vandringsledare under säsongen.

Inför det här året har vi inom vandring inlett ett samarbete med Gävles lokalavdelning och hoppas därför göra någon vandring tillsammans med dem. Vårt tryckta program är planerat innehålla både Sandvikens och Gävles vandringar.

/Pia Grönvall, Grenledare Vandring lågland

1.7 KAJAK

Vi planerar för 2025 att fortsätta med kvällspaddlingar veckovis på vardagkvällar, från maj till in i september så länge vädret tillåter. Kamratpaddlingarna utannonseras som äventyr/evenemang på hemsidan och sena ändringar meddelas via Facebook. Vi kommer att paddla på främst Storsjön och Öjaren, samt i Gävle och Skutskär. Vi är ute 2,5-3 timmar varje gång med fikastopp och paddlar ca en mil.

Vi kommer att fortsätta samarbetet med FF Skutskär-Älvkarleby och turas om att leda turer för att kunna vara minst två ledare vid varje tillfälle. Vi planerar att anordna minst en längre dagstur och en övernattningsstur under säsongen. Vi söker fler kajakledare att utbilda under säsongen.

/Karin Jakobsson, Grenledare Kajak

1.8 UNGA ÄVENTYRARE

Mål 2025

- Fortsätta att marknadsföra oss och bygga ett större nätverk med dom lokala föreningarna i Sandviken. Målet med detta är att få fler ungdomar till våra aktiviteter.
- Vidareutbilda våra ledare och fortsätta värva fler!
- Hålla äventyr med ABF, Rapatac och Scouterna där vi lär ungdomar grunderna i friluftsliv och allemansrätt.
- Fortsätta vårt samarbete med Spira och Sandviken kommun genom att stötta på de sätt vi kan. Spira är ett projekt i Sandviken kommun där man ska främja de goda krafterna i samhället så som skolan, sportföreningar och föreningar som genomför aktiviteter för unga.
- Försöka få fler möjligheter att hålla presentationer på olika evenemang för att visa att vi finns och vad vi gör. Samt höra av oss till skolor i Sandviken kommun.
- Delta som veckans gäst på Bessemerskolan.
- Hålla i minst 1 aktivitet per kvartal (helst fler!).
- Marknadsföra ledarskap på bland annat sociala medier för att locka in nya ledare.

Verksamhetsplan

Q1 jan-mars

- Skridsko aktivitet
- Naturpyssel med Rapatac inomhus

Q2 april-juni

- Klättring i Kungsbergsgrottorna
- Överlevnads vandring

Q3 juli-september

- Pilbågsaktivitet utomhus med Reconyou i Järbo som är ett företag som erbjuder pilbågsaktiviteter.
- Havspaddling tillsammans med Gävle lokalavdelning

Q4 oktober-december

- Nedsläckthus i Årsunda
- Övernattning i Militärtält

/Nora Hadin, Grenledare Unga Äventyrare

1.9 HÅLL-I-FORM

Vi kommer liksom tidigare år att träffas på tisdagskvällar under perioderna januari-april och september-december. Vi håller som vanligt till i Murgårdsskolans röda gymnastiksal med vår motionsgymnastik till inspelade instruktioner och musik.

/Lars-Ove Skogh, Grenledare Håll-i-form

2. FINANSIERING

Friluftsförbundet Sandvikens verksamhet finansieras av medlemsavgifter och bidrag, samt i viss mån av deltagaravgifter.

3. BUDGET

Styrelsen Friluftsförbundet Sandviken föreslår följande budget för verksamhetsåret 2025.

Funktionell/paraskidåkning	
Inkomster	20 000
Utgifter	<u>-228 600</u>
Resultat	-208 600
Långfärdsskridsko	
Inkomster	8 000
Utgifter	<u>-18 700</u>
Resultat	-10 700
Vandring, lågland	
Inkomster	3 200
Utgifter	<u>-19 100</u>
Resultat	-15 900
Vandring, fjäll	
Inkomster	0
Utgifter	<u>0</u>
Resultat	0
Håll-i-form	
Inkomster	5 700
Utgifter	<u>-5 535</u>
Resultat	165
Kajak	
Inkomster	3 000
Utgifter	<u>-3 500</u>
Resultat	-500
Unga äventyrare	
Inkomster	0
Utgifter	<u>-17 750</u>
Resultat	-17 750
Strövare	
Inkomster	3 600
Utgifter	<u>-3 600</u>
Resultat	0

forts. på nästa sida...

... forts från föregående sida

Summa inkomster	43 500
Summa utgifter	<u>-296 785</u>
Resultat huvudverksamhet	-253 285
Bidrag och medlemsavgifter	140 000
Övrigt	
Annonskostnader	-4 000
Kostnader för möten, presentreklam mm	-2 000
Övriga föreningskostnader	-4 500
Kontorsmaterial	-1 000
Bankavgifter	<u>-1 800</u>
Summa övriga kostnader	-13 300
Avskrivningar	<u>-10 892</u>
Resultat	-137 477