



Låt äventyret börja

Vi skapar roliga, trygga och lärorika äventyr
– i skogen, på vattnet, snön, isen och på fjället.
Året runt och för alla. Välkommen du också!

Friluftslivets pionjärer sedan 1892

Med cirka 110 000 medlemmar är vi en av Sveriges största friluftslivsorganisationer som sedan 1892 har främjat friluftslivet, stärkt folkhälsan och värnat allemansrätten. Genom våra 300 lokalavdelningar guidar över 8 500 ideella ledare såväl barn som vuxna på stora och små äventyr i naturen, över hela landet.



Friluftsliv för alla

Vi har tagit på oss uppdraget att bidra till ökad folkhälsa, livsglädje och respekt för naturen genom ett hållbart friluftsliv. Vi skapar rörelse och naturglädje i gemenskap – och alltid utan tävling. Låt äventyret börja!

Upptäcka och undersöka 0 till 7 år – från snubbel till självkänsla

För små upptäckare blir även små äventyr stora. Tillsammans med de allra minsta, deras föräldrar och utbildade ledare upptäcker vi naturen med mycket lek och bus.

I Skogsknopp och Skogsknytte har barnen en förälder med sig och alla leker och lär tillsammans. När barnen blir lite äldre träffar de Skogsmulle och ger sig ut på äventyr i skogen på egen hand tillsammans med våra ledare. Barnen i Skogsmulle upptäcker och utforskar med alla sina sinnen samtidigt som de lär sig att respektera naturen.

På vintern har vi skidskola och skridsko-skola, båda fulla av åkglädje och med lek som metod för lärande.



Äventyr och kompisar 6 till 12 år – från självkänsla till utmaning

Sov en natt i tält och laga mat över öppen eld. Testa klättring, naturparkour, kanot eller mountainbike. Utifrån gruppens nivå tar ledaren med Strövare eller Frilufsare på nya äventyr. Ju äldre barnen blir desto större äventyr.

13 år och uppåt – äventyr, pirr i magen och utmaningar

Här lär du känna andra i din ålder med samma intressen som du, och tillsammans ger ni er ut på aktiviteter som paddling, vandring, cykling, fjällresor och lägerverksamhet. Träffarna präglas av gemenskap, glädje och passion för äventyr med naturupplevelser.

Gemenskap och utmaningar Vuxna – från lugn och ro till äventyr

Gör en äventyrsresa nära eller längre bort. Följ med på nybörjartur på långfärdsskridskor i fullmånens sken. Gå på tur på vinter- eller sommarfjället. Åk utför i pisten, på skidor eller snowboard. Vandra i en skog nära dig. Glid fram i kajak på en stilla sjö. Cykla mountainbike, laga mat över öppen eld eller snöskovandra i gnistrande sol. Det finns något för alla!



Utförsåkning



Barnverksamhet



Skidskola



Vandring



Fjälltur sommar



Fjälltur vinter

Vi leder dig mot nya äventyr

Hos oss kan du ta del av små och stora äventyr, bland annat inom skidåkning, skridskoåkning, vandring, mountainbike, snowboard, klättring, kajakpaddling, naturparkour och fjällturer. För de minsta erbjuder vi verksamhet genom Skogsmulle och skogens värld och inom våra verksamheter I Ur och Skur och Skogshjältarna även utomhuspedagogik och friluftsliv i cirka 400 förskolor och skolor.



Snowboard



Klättring



Långfärdsskridskor



Kanadensare



Kajak



Naturparkour



Mountainbike



Längdskidor



Skogsmulle



I Ur och Skur



Skridskoskola

4 goda skäl att vara medlem



Bli medlem!

www.friluftsfamjandet.se/engagera-dig/bli-medlem



1 Ta del av tusentals äventyr

Mer än 8 500 ideella ledare guidar barn och vuxna på äventyr i naturen – året runt, över hela landet.



2 Förmåner och rabatter

Som medlem får du rabatt på resor, upplevelser, boende och utrustning.

3 Stöd vårt arbete

Vi arbetar för att bevara allemansrätten och ett friluftsliv för alla. Och i tider där stillasittandet och psykisk ohälsa ökar kan rörelseglädje i naturen göra så att fler mår bättre. Tack för att du är med oss!



4 Magasin Friluftsliv

Du får vårt medlemsmagasin 4 gånger per år – en mycket uppskattad medlemsförmån som inspirerar till friluftsliv





Bli ledare!

[www.friluftsframjandet.se/
ledare/bli-ledare](http://www.friluftsframjandet.se/ledare/bli-ledare)

Bli ledare i Friluftsförbundet

Det enda som slår äventyret, är att leda det

Varje år skapar våra 8 500 ledare roliga, trygga och lärorika äventyr – med sann passion för friluftslivet, med stor kunskap och i varm gemenskap.

Vi har utbildat friluftslivets ledare sedan 1892. Som ledare bidrar du med tid och engagemang, i gengäld får du utbildning, personlig utveckling, teknisk utveckling i din friluftsgren, ett större socialt nätverk, gemenskap och en chans att komma ut i naturen oftare. Ditt engagemang gör det möjligt för ännu fler att uppleva och upptäcka naturen. Du blir också en del av Friluftsförbundet och vårt arbete att göra friluftslivet tillgängligt för alla.

Oavsett vad just din drivkraft är, får du genom oss nya erfarenheter och utvecklingsmöjligheter. Vilka äventyr vill du leda?



FRILUFTS
FRÄMJANDET

Låt äventyret börja!

Letar du efter ditt nästa äventyr och vill komma i kontakt med vår verksamhet? På www.friluftetsframjandet.se hittar du massor av äventyr – stora som små, oavsett om du längtar långt bort eller söker äventyret utanför dörren. Hos oss finns något för alla!