

 VÄSTERBOTTENS LÄNS LANDSTING
Inkom: 2017 -09- 14
Dnr:

Ansökningsblankett folkhälsobidrag

Föreningens namn IOGT-NTO Medmänniska

Länsförening Mindre förening

Organisationsnummer 802435-2505

Adress Sveagatan 7

Postnummer 903 27 Ort Umeå

Post-/bankgiro 5601-1877

UPPDRAGETS NAMN Yoga för beroende och tillfrisknande beroende

Sökt .12000..... kronor

Beskrivning

Vad ska göras

Yoga för beroende med syfte att stärka och främja hälsosammare livsstil samt mående.

Pilotgrupp genomförd (vt 2017) i samarbete med NBV Norr Umeå (Eva Emaden) samt MediYoga Institutet (Pär Krutzen) i Stockholm. Pilotgruppen bestod av beroende samt tillfrisknande beroende, anonym Facebooksida för informationsutbyte har fn 50 medlemmar varav 60%kvinnor resp 40% män.

Utvärderingsenkät deltagare (MediYoga och NBV Norr) samt samtal med medarbetare och ledning (Dan Lindberg/Lars-Eric Åhlen) utmynnade i önskan om fortsättning utifrån att deltagare visat positiva responser. Beroendesjukdomen har förhöjd riskfylld livsstil, förhöjd dödlighet samt generellt omfattande ohälsa. Sjukdomen är multidimensionell vilket medför att KASAM är den givna grunden för tillfrisknande samt prevention.

Erika Strömsten/studievägledare stod för genomförande av pilotprojektet med stöd av ledning samt NBV Norr. Val av yogametod utgick från att det finns svensk forskning vid MediYoga Institutet samt att Erika har den formella utbildningen i metoden, tidigare känd som Medicinsk Yoga och har samarbetat tidigare med institutet gällande utmattning, depression, hjärt-kärl samt cancer i yogagrupper. Vi behöver nu bidrag för att kunna fortsätta för yogalokal samt studiematerial. I förlängningen hoppas vi integrera metoden i den ordinarie verksamheten samt utveckla ytterligare samarbete med andra aktörer kring beroendeproblematik.

Ansökan folkhälsobidrag för 2018

Frivilliga organisationer har möjlighet att söka bidrag från Västerbottens läns landsting för att främja folkhälsan. Både länsorganisationer och mindre föreningar kan söka pengar för sitt hälsofrämjande och förebyggande arbete.

Riksdagen har fastställt ett nationellt folkhälsomål för det samlade folkhälsoarbetet samt 11 målområden. Målområdena omfattar de bestämningsfaktorer som har störst betydelse för folkhälsan. Det förebyggande arbetet ska utgå från något/några av de 11 nationella målområdena samt landstingets tolfte om psykisk hälsa.

I ansökan önskas svar på följande frågor:

- Vad ska ni göra?
- Varför vill ni göra det?
- Vilka är er målgrupp?
- Vilka målområden anknyter ni till?
- Vilka andra samarbetsparter finns? (studieförbund, kommun, annan organisation).

Beslut om beviljat bidrag

Inkomna ansökningar bereds av Samverkansnämnden som beslutar om fördelning av medel vid sitt sammanträde. Därefter skickas beslut ut till respektive förening.

Uppföljning

Skriftlig redovisning om genomförda insatser skickas in till Västerbottens läns landsting senast 30 april nästkommande år (om inte annat överenskommits).

En gemensam frivilligdag initieras av landstinget och varje år inbjuds ett antal föreningar som erhållit finansiellt stöd för föregående år att redovisa sitt arbete för berörda politiker, tjänstemän samt varandra.

Är det något ni funderar över hör gärna av er till mona.wennberg@vll.se 090-785 71 94 eller maria.falck@vll.se 090-785 71 93.

Kom ihåg att fylla i **alla** uppgifter!

Ansökan inlämnas senast måndagen den 18 september.

Målgrupp Beroende och tillfrisknande beroende individer i Umeå

Tidplan Start vt 2018 31/1 10 ggr, 1ggr/vecka/90min, ht 2018 13/9 10 ggr 1 ggr/vecka/90min

Vilka nationella målområden berörs 11, 9, 2, 6, 1 samt VLL-12 Psykisk Hälsa

Hur följer ni upp ert arbete

Via sedvanliga styrelsemöten och aktivitetsgenomgång.
Utvärderingsenkäter från MediYoga Institutet samt NBV Norr efter både vt 2018 och ht 2018. Kortfattade intervjuer löpande med deltagare.

Samarbetspartners

NBV Norr Umeå, Eva Emaden samt Mattias Rosdhal.

Bidrag från andra aktörer (kommuner, stiftelser etc.)

.Gällande.Yoga.för.beroende.finns.inga.bidrag..IOGT.Medmänniska-Bakfickan.
får cirka 155 000 kr för daglig verksamhet från kommunen per år.

Ekonomisk kalkyl

Intäkter	Kronor	Kostnader	Kronor
		Lokalhyra Ordenshuset 20 ggr á 90 min	8.000,00
		Studiematerial 20-40 deltagare	4.000,00
Summa	0	Summa	12.000

Kryssa i de påståenden som stämmer med er förening:

Föreningen är demokratisk Ja Nej

Föreningen har en styrelse med minst tre medlemmar Ja Nej

Föreningen har revisor Ja Nej

Föreningen har redovisat eventuella tidigare folkhälso- Ja Nej

bidrag från landstinget

Kontaktuppgifter:

Namn..... **Erika Strömsten**
Telefon..... **IÖGT-NTO Medmänniska Bakfickan 090-129650**
Mobiltelefon..... **070-6332230**
e-mail..... **bakfickanumea@outlook / erika.stromsten1@gmail.com**

Ansökan inlämnas senast måndag den 18 september

Via mail till:

landstinget@vll.se

Märk ansökan "Folkhälsobidrag 2018"

Via post:

Västerbottens läns landsting

Diariet

Köksvägen 11, 901 89 Umeå

Märk ansökan "Folkhälsobidrag 2018"



REVISIONSBERÄTTELSE

IOGT-NTO Medmänniska, Organisationsnummer: 802435-2505 VERKSAMHETSÅRET 2016

Jag har granskat årsbokslutet och bokföringen samt styrelsens förvaltning av IOGT-NTO Medmänniska för året 2016. Det är styrelse som har ansvaret för räkenskaperna och verksamheten. Uppgiften som revisor är att uttala sig om årsbokslutet och verksamheten utifrån granskningar. Revisionen har utförts i enlighet med revisionsred. Det innebär att papper granskats för att i rimlig grad kunna försäkra att årsbokslutet inte innehåller viktiga fel. Därför kan revisionen anses ge en rimlig grund för uttalanden.

Årsbokslutet har gjorts med samma noggrannhet som bokföringen under året, där varje bokföringspunkt är styrkt med verifikat. Föreningens totala kostnader på 1 640 077 kr balanseras med intäkter från bidrag och försäljning på 1 789 522 kr. Den mycket omfattande föreningsverksamheten har med andra ord nästan klarat av att balanserar de höga kostnaderna. Det innebär dock att året ger ett överskottet på 149 445 kr.

Det är en imponerande och omfattande verksamhet som sköts med både stort engagemang och stor noggrannhet. Det redovisningssystem som används har ger en god överblick. Vissa förbättringar i rutiner för bokföringen kan dock underlätta möjligheten att göra ekonomisk uppföljning.

Sammantaget har inte hittats några fel eller brister i de handlingar som granskats. Årsmötet rekommenderas därför: att fastställa resultat- och balansrapporten för IOGT-NTO Medmänniska, år 2016 enligt årsmöteshandlingarna.

Styrelsens ledamöter har enligt min uppfattning handlat i enlighet med föreningens stadgar och föreslår därför att årsmötet beviljar styrelsens ledamöter ansvarsfrihet för räkenskapsåret.

Umeå 2017-02-25

Mats Lundström
Föreningens revisor

Umeå 2016-11-01

IOGT-NTO MÄNNISKA

Sveagatan 7
903 27 UMEÅ

VERKSAMHETSBERÄTTELSE IOGT-MEDMÄNNISKA 31/10.2015 – 31/10.2016

Samarbete även i år med "Tegs kyrkan" vid både sinnesro gudstjänst på Bakfickan, torg tal för narkotikans offer samt minnesstund i "Röbäck Kapell".

Samarbete med "Frivården" där vi under året tagit emot 4st som avtjänat sitt straff, bestående av samhällstjänst.

Bakfickan har haft polisstudenter. 2st grupper med 6 blivande poliser på 2 timmars föreläsningar under rubriken "Bemötande och Kommunikationer". Mycket uppskattat.

Haft ett flertal föreläsningar:

- | | |
|---------------------------------------|--------------------|
| * Bränntbergsskolan | (2 st) |
| * Social programmet | (1 st) |
| * Dragonskolan | (5 st) |
| * Transport till behandlingshem 12+12 | (1 st) |
| * Möte med Psykiatrin | (4 st) |
| * Möte med frivården | (2 st) |
| * Intervju med P4 Västerbotten | (1 st) |
| * Politiker träff på Bakfickan | (1 st) |

Utflykter på våren med pimpling och senare murkel plockning som alltid avslutades med korvgrillning. Surströmmingsfester förlagda på Bakfickan

Vi har även färdigställt vårt verksamhetshus i Tavelstö. Under sommaren har vi haft öppet våran anläggning under sommaren för våra badgäster. Där har vi haft tre personer som serverat våra årliga badgäster. Anordnat två grillfester för badgästerna. Firat valborg med stor brasa. Hade även en öppen midsommarfest som lockade 30 besökare. Vi har även från juni månad till 15 oktober härbärgerat 3 stugor för 6 polacker som jobbat med ställningsbygg åt UP-Bygg

Haft den sedvanliga traditionen med öppet hus med gratis julbord som lockade 600 besökare. Öppet hus med Nyårsfirande. En stor påskbuffé.

Bakfickan har under det gångna året haft öppet alla vardagarna med gratis frukost samt även gratis luncher. Vi har även startat upp "hockeykvällar" på vår storbilds TV och bjudit dom kvällarna på mat.

Bakfickan huvudsakliga verksamhet består i att ordna så INGEN i Umeå behöver gå omkring hungrig eller utan varma kläder. Vi delar även ut kläder och bidrar till den hjälp som gavs till Litauen. Både då det gäller kläder och julmat.

Vi kommer att fortsätta under kommande år. Tyvärr så ser vi att antal besökare bara ökar. Vi har under det gångna året haft över 13.000 besökare och har just nu 4st som angivit sin adress för post till oss.

Med vänliga hälsningar:

Lars-Eric Åhlén (Ordförande)

STYRELSEN IOGT MEDMÄNNISKA

ORGANISATION-NR: 5601-1877

SVEAGATAN 7 (90327 UMEÅ)

TELEFON: 090-129650

Webb: <http://www.bakfickanumea.se/>

email: bakfickanumea@outlook.com

Bemärkelse	Namn	Adress	Tele	Personnummer
ORDFÖRANDE	Dan Lindberg	Järnvägsgatan 9 913 35 HOLMSUND	070-2794276	530907-9373
VICE ORDFÖRANDE	Lars-Eric Åhlén	Sönkmyrvägen 17 904 40 RÖBÄCK	070-5375798	450913-5879
SEKRETERARE	Kim Rönnholm	Ostkroken 44 906 26 UMEÅ	072-2336969	700617-8516
KASSÖR	Stefan Burström	Äppelvägen 24 B 904 36 UMEÅ	070-4053356	561123-8519
STUDIE VÄGLEDARE	Erica Strömsten	Sveagatan 7 903 27 UMEÅ	070-6332230	680124-8540
SUPPLEANT	Sussi Grundström	Ostvägen 157 906 26 UMEÅ	076-8437742	631105-8504
SUPPLEANT	Uno Persson	Dragongatan 8 903 22 UMEÅ	070-3443752	331229-8551
SUPPLEANT	Sylvia Åström	Dragongatan 8 903 22 UMEÅ	073-0386824	430628-8525

Bestämmelser för IOGT-NTO Föreningar

§ 4:1 Organisation

En förening ska bestå av minst fem medlemmar.

Bildandet av en förening samt dess namn och nummer fastställs av förbundsstyrelsen. Föreningens högsta beslutande organ är föreningsmötet. Mellan föreningsmötena leds föreningen av en styrelse. Föreningen bör samarbeta med föreningar och scoutkårer inom IOGT-NTO-rörelsen genom en IOGT-NTO-krets. En förening som bedriver verksamhet i en förening inom IOGT-NTO:s Juniorförbund är fadderförening åt denna. Fadderföreningen ska utse en ansvarig juniorledare som ingår i juniorföreningens styrelse.

§ 4:2 Föreningsmöte

Föreningsmöten utöver årsmötet hålls på den tid och plats som ett föreningsmöte eller styrelsen har beslutat. Ett föreningsmöte är beslutsmässigt när minst fem av föreningens medlemmar är närvarande. Föreningens årsmöte ska hållas före februari månads utgång varje år på den tid och plats som föregående årsmöte har beslutat. Om årsmötet inte har hållits i tid kan förbundsstyrelsen eller distriktsstyrelsen kalla till årsmöte.

Kallelse till årsmöte ska ske senast fyra veckor före mötet på det sätt som föregående årsmöte har beslutat. Varje medlem i föreningen kan skicka motioner till årsmötet. Styrelsen ska ha fått motionerna senast två veckor före årsmötet. Styrelsen ska yttra sig över varje motion. Årsmötet är beslutsmässigt när det har blivit kallat enligt stadgarna och minst fem av föreningens medlemmar är närvarande.

§ 4:3 Mötesrättigheter och beslutsformer

Varje medlem i IOGT-NTO-rörelsen har närvarorätt på föreningsmötet. Varje löftesbunden medlem i IOGT-NTO-rörelsen har närvaro- och yttranderätt på föreningsmötet. Mötesordföranden kan ge yttranderätt till andra närvarande. Varje medlem i föreningen har förslags- och rösträtt.

Ingen har rösträtt i frågor som rör egen förvaltning eller eget arvode.

Val sker genom acklamation eller, om någon röstberättigad begär det, genom sluten omröstning. Vid lika röstetal avgör lotten. En röst på fl er personer än det antal som ska väljas, eller på någon som inte är nominerad till valet, är ogiltig. Mötet avgör andra frågor om mötesregler när de kommer upp.

§ 4:4 Årsmötesärenden

På ett föreningsårsmöte ska följande ärenden tas upp:

- a) fastställande av föredragningslista
 - b) fastställande av antalet närvarande medlemmar
 - c) ställningstagande till om årsmötet har kallats enligt stadgarna
 - d) ställningstagande till om årsmötet är beslutsmässigt
 - e) val av ordförande och sekreterare för mötet, två rösträknare och två protokolljusterare
 - f) föredragning av styrelsens verksamhetsberättelse
 - g) föredragning av styrelsens ekonomiska berättelse
 - h) föredragning av revisionsberättelse
 - i) fastställande av resultaträkning och balansräkning
 - j) beslut i frågan om ansvarsfrihet för ledamöterna i styrelsen
 - k) beslut om motioner och förslag
 - l) beslut om ersättningar
 - m) beslut om arbetsplan för tiden fram till nästa årsmöte
 - n) beslut om eventuell lokal medlemsavgift för det kommande kalenderåret
 - o) beslut om budget för det pågående kalenderåret
 - p) beslut om antal ledamöter, minst fem, och ersättare i styrelsen
 - q) val av ordförande, vice ordförande, sekreterare, kassör och studieledare samt eventuella ytterligare ledamöter och ersättare i styrelsen
 - r) val av två revisorer och minst en ersättare
 - s) val av valberedning och eventuella ersättare
 - t) val av ansvarig juniorledare om föreningen bedriver juniorverksamhet
 - u) val av ombud och ersättare till distriktsårsmötet
 - v) val av ombud och ersättare till IOGT-NTO:s Juniorförbunds distriktsårsmöte om föreningen bedriver juniorverksamhet
 - w) val av ombud och ersättare till kretsårsmötet om föreningen tillhör en krets
 - x) eventuella ytterligare val
 - y) beslut om tid, plats och kallelsesätt för nästa årsmöte
 - z) beslut om eventuella andra frågor som finns med i kallelsen
- Protokollet från årsmötet ska inom tre veckor lämnas till revisorerna och distriktsstyrelsen samt finnas tillgängligt hos ordföranden.

§ 4:5 Föreningsstyrelse

Årsmötet ska välja en styrelse med minst fem ledamöter och kan också utse ersättare. Ledamöter och ersättare väljs för tiden intill slutet av nästa eller nästnasta ordinarie årsmöte. Om årsmötet ajournerar sig kan det dock besluta att de nya ledamöterna ska tillträda vid en tidpunkt som infaller innan årsmötet har avslutats. Ordförande, vice ordförande, sekreterare, kassör och studieledare väljs särskilt. Styrelsen är beslutsmässig när mer än halva antalet ledamöter är närvarande.

§ 4:6 Föreningsstyrelsens uppgifter

Styrelsen är föreningens verkställande organ. Mellan föreningsmötena är styrelsen föreningens beslutande organ. Den leder föreningens arbete efter stadgar, grundsatser och program, ideologiska program samt föreningsmötets och kongressens beslut. Den ska arbeta för att föreningens verksamhet bedrivs i enlighet med § 4:7.

Till årsmötet ska styrelsen lägga fram verksamhetsberättelse, ekonomisk berättelse och förslag till arbetsplan och budget.

§ 4:7 Föreningsverksamhet

Föreningen bör ha mångsidig verksamhet som ger medlemmarna möjlighet till en meningsfull gemenskap och tar tillvara deras vilja att bidra till IOGT-NTO-rörelsens och samhällets utveckling.

Föreningen ska arbeta för att så många som möjligt blir medlemmar och därigenom väljer en helnykter livsstil. Den ska även motarbeta användningen av alkohol, narkotika och andra gifter med berusande effekt.

Föreningen ska sträva efter att påverka lösningen av samhällsfrågor i sitt verksamhetsområde genom engagemang i samhällslivet. Den ska särskilt verka för en demokratiskt förankrad långsiktig miljö- och samhällsplanering.

Föreningen ska uppmuntra till ungdoms-, junior- och scoutverksamhet. Den bör bedriva juniorverksamhet inom IOGT-NTO:s Juniorförbund. En förening som bedriver verksamhet i en juniorförening är fadderförening åt denna.

Fadderföreningen ska utse en ansvarig juniorledare som ingår i juniorföreningens styrelse.

Varje löftesbunden medlem i IOGT-NTO-rörelsen får delta i föreningens verksamhet. Föreningen ska lämna en rapport om sin verksamhet till förbundsstyrelsen, distriktsstyrelsen och kretsstyrelsen varje år.

§ 4:8 Valbarhet till förtroendeuppdrag

Varje löftesbunden medlem i IOGT-NTO-rörelsen kan väljas till förtroendeuppdrag i föreningen. Distriktsårsmötesombud måste dock vara registrerade medlemmar i IOGTNTTO. Ett kretsårsmötesombud måste vara löftesbunden registrerad medlem i någon av kretsens föreningar eller kårer.

§ 4:9 Firmateckning

Styrelsen bestämmer hur föreningens firma ska tecknas. Firman ska dock tecknas av minst två personer gemensamt, däribland minst en förtroendevald.

§ 4:10 Ekonomisk förvaltning

Räkenskapsåret är ett kalenderår.

Räkenskaperna ska avslutas och lämnas till revisorerna senast tio dagar före årsmötet tillsammans med styrelsens ekonomiska berättelse och verksamhetsberättelse. Den ekonomiska berättelsen ska innehålla en resultaträkning och en balansräkning. Föreningen kan besluta att kretsstyrelsen får ansöka om och förvalta offentliga bidrag till föreningens verksamhet.

§ 4:11 Fastighetsförvaltning

En förening kan äga och förvalta fast egendom. Om fl era föreningar gemensamt ska äga och förvalta fast egendom kan parterna bilda en ideell förening eller välja annan associationsform.

Vill en förening sälja eller på annat sätt göra sig av med fast egendom eller del av fast egendom krävs beslut med två tredjedels majoritet på ett föreningsmöte. Till detta möte ska varje medlem få en skriftlig kallelse senast fyra veckor före mötet. Där ska det tydligt framgå att mötet gäller försäljning av fast egendom. Ett beslut om försäljning av fast egendom gäller dock inte förrän det har fastställts av förbundsstyrelsen i enlighet med § 6:1.

Lokaler som en förening, ett distrikt eller förbundet äger ska vara alkoholfria.

§ 4:12 Revision

Årsmötet väljer två revisorer och minst en ersättare. Dessa väljs för tiden intill slutet av nästa årsmöte. Om årsmötet ajournerar sig kan det dock besluta att de nya revisorerna ska tillträda vid en tidpunkt som infaller innan årsmötet har avslutats. Om föreningen bedriver juniorverksamhet är revisorerna också revisorer i juniorföreningen. Revisorerna ska följa styrelsens verksamhet och ekonomiska förvaltning. De ska till årsmötet lämna en revisionsberättelse med förslag om fastställande av resultaträkning och balansräkning samt förslag i fråga om ansvarsfrihet för styrelsen. Förbundsstyrelsen och distriktsstyrelsen kan besluta om revision av föreningens räkenskaper och förvaltning.

§ 4:13 Samgående med annan förening

En förening som vill gå samman med en annan IOGT-NTO-förening ska fatta beslut om detta. Föreningarna ska göra en skriftlig överenskommelse som ska innehålla uppgifter om tidpunkten för samgåendet och hanteringen av arkiv och andra tillgångar samt skulder. Beslutet ska fastställas av förbundsstyrelsen för att gälla. Distriktsstyrelsen ska yttra sig innan förbundsstyrelsen beslutar i frågan. Förbundsstyrelsen eller distriktsstyrelsen bör ta initiativ till samgående när ett beslutsmässigt årsmöte inte har kunnat genomföras.

§ 4:14 Upplösning

En förening kan upplösas genom beslut med två tredjedels majoritet på ett föreningsmöte. Till detta möte ska varje medlem få en skriftlig kallelse senast två veckor före mötet. Där ska det tydligt framgå att mötet gäller upplösning av föreningen. Kallelsen ska även skickas till det distrikt och den krets som föreningen tillhör. Om mötet inte blir beslutsmässigt kan förbundsstyrelsen eller distriktsstyrelsen upplösa föreningen efter samråd med föreningens medlemmar. När en förening har upplösts ska förbundet erbjuda medlemmarna medlemskap i en annan förening eller direktanslutning till distriktet eller förbundet. Vid upplösning tillfaller föreningens tillgångar distriktet. Finns det inget verksamt distrikt tillfaller tillgångarna förbundet.

§ 4:15 Särskilda stadgar

Föreningen ska anses ha antagit § 4:1–14 samt § 6:1 i dessa stadgar som sina egna stadgar. Om dessa paragrafer ändras anses även föreningens egna stadgar ändrade på motsvarande sätt. Om föreningen antar egna stadgar med innehåll utöver det ovan nämnda måste stadgarna godkännas av förbundsstyrelsen för att gälla.

Omfattande Verksamhetsberättelse

IOGT-MEDMÄNNISKA

"Bakfickan" startade i september 2003. Initiativtagare var Lars-Eric Åhlén, "Larsan" kallad, som skapade IOGT-MEDMÄNNISKA i en lokal i det gamla IOGT-ägda trähusets gårdshus, Bakfickan.

Syftet med "Bakfickan" var att stödja alla med alkohol- och andra drogproblem.

"Bakfickan" har idag utvecklats till en samlingsplats för Umeås mest utsatta från 18 år och uppåt, inte bara de med missbruksproblem utan också de som inte har så god ekonomi. De som kommer till "Bakfickan" är frukost-/lunchgäster, men vill också ha den sociala gemenskap, en stunds avkopplande snack, Bakfickan erbjuder.

Förutom de dagliga frukost- och lunchserveringarna celebrerar "Bakfickan" de stora högtiderna med Julbord hela Julhelgen, Nyårssupé, Påskmiddag och midsommarfirande. Höll på att glömma, Surströmmingspremiären i augusti.

Men "Bakfickan" är inte bara mat och prat, kamratskap för de som behöver det bäst, utan också övriga aktiviteter som syftar till att öka förståelsen i hela samhället för de som inte har "normal" social trygghet:

Föreläsningar med jämna mellanrum i Umeås grundskolor och gymnasier.

Företagsanpassade föreläsningar för mellan- och högre chefer, fackliga ledare för att ge kunskap om hur tecknen på ett begynnande drogberoende ser ut och hur de ska kunna hjälpa.

"Bemötande och kommunikation", en årligen återkommande tvåtimmarsföreläsning för studenterna vid Polishögskolan.

"Bakfickan" samarbetar också med Kriminalvårdens frivård och tar emot personer som är dömda till samhällstjänst.

Naturutflykter med bär- och svamplockning anordnas varje sensommar och höst, liksom spontana fisketurer och grillfester.

Bakfickan driver också en speciell sommaranläggning i natursköna Tavelsjöns sydöstra strand.

Prisvärt sommarcafé och stuguthyrning. Mycket populärt besöksmål

Mer information: <http://www.bakfickanumea.se/>

Enda kravet "Bakfickan" ställer på aktivitetsdeltagarna är absolute nykter- och drogfrihet.