

Friluftsbereðskap

Upptäckarglädje, kunskap, rörelse och gemenskap i naturen



Friluftsliv, en del av vår civila beredskap

Sveriges civila beredskap handlar om mer än matförråd, vatten och utrustning. Minst lika viktigt är att människor har kunskap, praktiska färdigheter, handlingsförmåga och förmåga att samarbeta. Det är sådana förmågor som hjälper oss att förebygga, hantera och återhämta oss från samhällsstörningar. Här kan friluftslivet spela en viktig roll.

Friluftsbereðskap bygger på en enkel idé: genom friluftsliv utvecklar vi kunskaper, erfarenheter och relationer som stärker både individens och samhällets beredskap. I naturen lär vi oss genom att göra, samarbeta och lösa problem tillsammans, utan att behöva utgå från oro eller kriser.

Många av de färdigheter som används i friluftslivet är desamma som behövs vid en samhällsstörning. Att hålla sig varm, torr och mätt, rena vatten, laga mat under enkla förhållanden, orientera sig och använda utrustning är exempel på kunskaper som utvecklas naturligt genom återkommande friluftaktiviteter.

Men friluftsbereðskap handlar om mer än praktiska färdigheter. När människor vistas ute tillsammans utvecklas också samarbete, kommunikation, ansvarstagande och tillit. Naturen ger dessutom möjlighet till rörelse, återhämtning och stärker både den fysiska och psykiska hälsan. Genom naturkontakt utvecklas förståelsen för våra gemensamma resurser och känslan av ansvar för den plats där vi lever. Allemansrätten gör dessa naturupplevelser möjliga för alla.

Friluftslivet tränar också vår förmåga att anpassa oss när förutsättningarna förändras. Vädret kan slå om, utrustning gå sönder, planen behöva ändras eller en oväntad situation uppstå. Att lösa sådana utmaningar tillsammans utvecklar flexibilitet, problemlösning och tilltro till den egna förmågan, egenskaper som är värdefulla både i vardagen och vid samhällsstörningar.

Friluftsbereðskap handlar därför om att använda friluftslivet som en naturlig arena för lärande och utveckling. Genom positiva naturupplevelser utvecklar barn, unga och vuxna de kunskaper, erfarenheter och relationer som stärker den civila beredskapen. Den bästa beredskapen utvecklas ofta genom sådant vi redan gör. När vi vistas i naturen, lär tillsammans och får nya erfarenheter utvecklar vi samtidigt de kunskaper, färdigheter och relationer som stärker både individen och samhället.

Länsstyrelsen Skåne: www.lansstyrelsen.se/skane/friluftsbereðskap