

Friluftsbere­dskap



**Aktivitetskort-
ett urval från kortleken**



Länsstyrelserna

A



Allemansrätt

■ Du får:

Göra upp eld om det är säkert och inte förbjudet.

■ Du får inte:

Elda vid brandrisk eller under eldningsförbud.

Skada mark, stenhällar, träd eller natur.

Ta ved från levande eller döda träd.

■ Kom ihåg:

Använd fasta grillplatser om möjligt.

Släck elden helt innan du går.

Ha alltid vatten i närheten.

Följ särskilda regler i skyddade områden.



V

VARM

8



Säkerhet vid eld

Ha vatten, eldfilt och första
hjälpen nära.

Elden ska vara kall när ni går.
Kolla eldningsförbud!



VARM



8

10

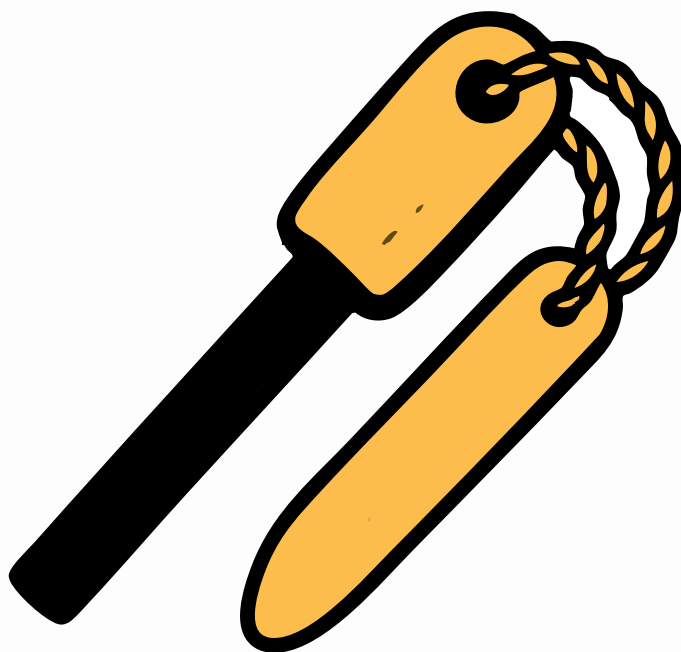


Göra upp en eld utan tändstickor

Håll tändstålens delar i varsin hand.

Lägg brännbart material nära.

Dra snabbt- gnistorna tänder elden.



VARM

01

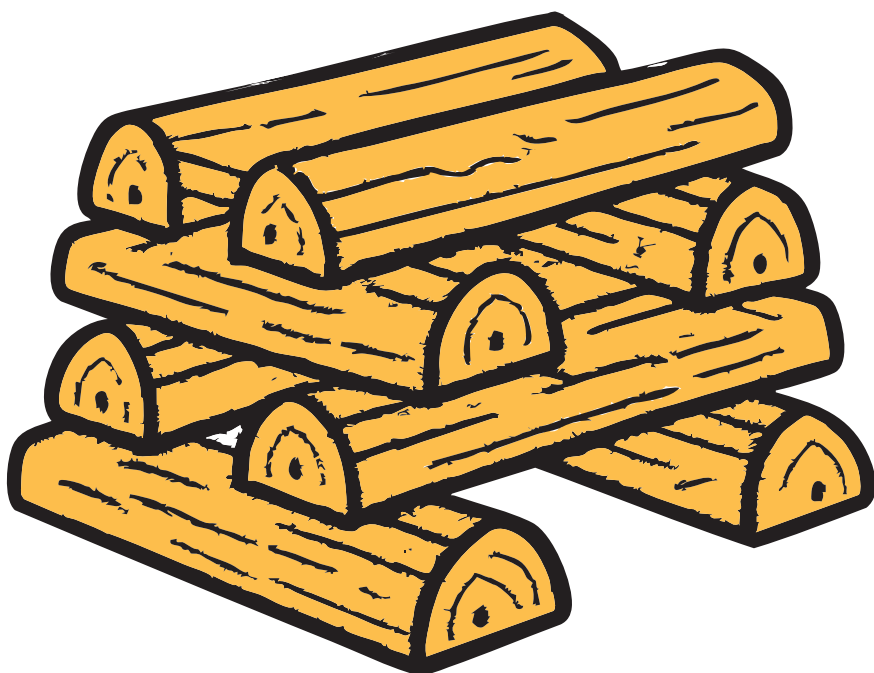
K



Gör upp eld i eldstad

Bygg en fyrkant av ved.

Lägg i något från eldpåsen och
tänd med tändstålet.



K

VARM

A



Allemansrätt

■ Du får:

Slå upp tält för 1–2 nätter i naturen.

Tälta på en plats utan att störa eller skada naturen.

■ Du får inte:

Tälta nära hus eller på tomt.

Stanna längre utan markägarens tillstånd.

■ Kom ihåg:

Välj plats med omsorg.

Lämna inga spår.

Följ särskilda regler i skyddade områden.

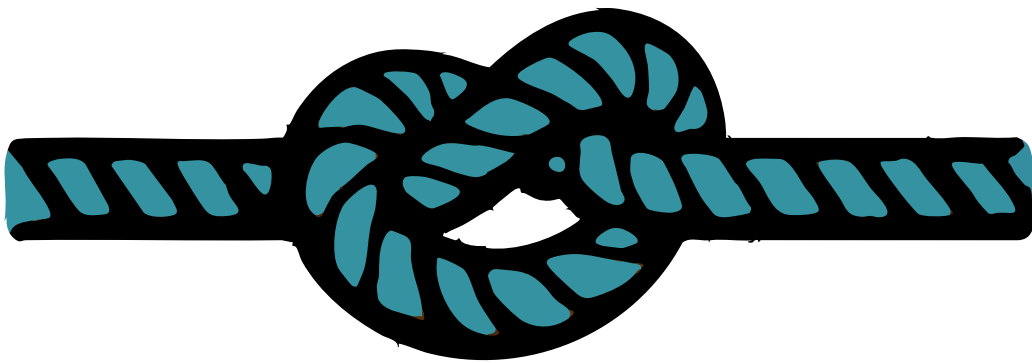


A



Gör ditt knoprep

Klipp nylonrep (90–120 cm).
Smält ändarna med en tändare.
Vilka knopar kan ni?
Lär av varandra!



10

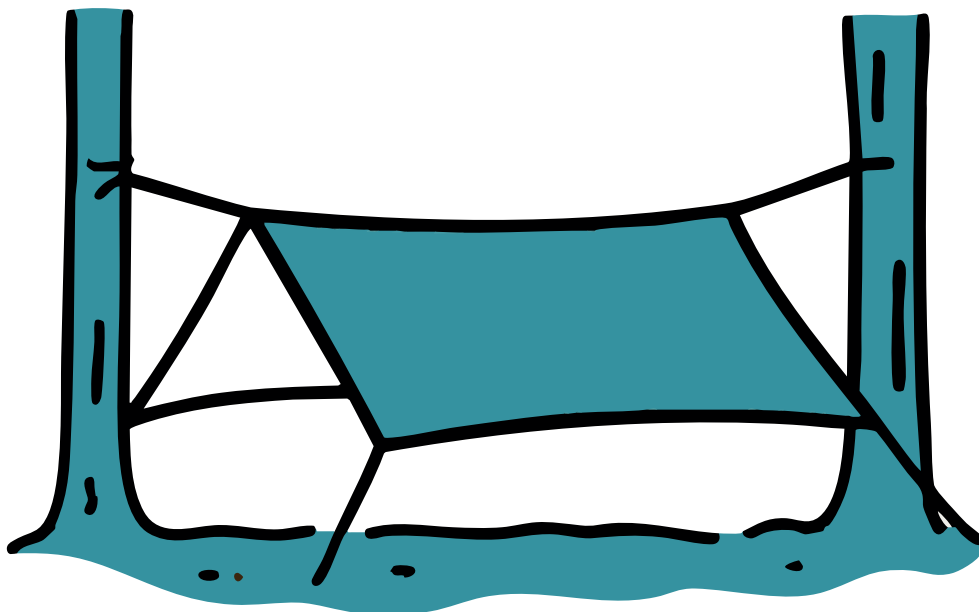


Testa Tarpen

Lättviktsalternativ till
presenning.

Prova olika sätt att sätta upp
den på.

Hur många kommer ni på?



TORR

01

A



Allemansrätt

■ Du får:

Plocka vilda bär, örter, svamp och blommor.

■ Du får inte:

Plocka nära bostadshus eller på tomt.

Ta levade träd och grenar eller ved.

Plocka fridlysta växter.

Gå över eller skada odlad mark.

■ Kom ihåg:

Visa hänsyn mot natur och människor.

Lämna inget skräp eller matrester.

Följ särskilda regler i skyddade områden.



V

MÄTT

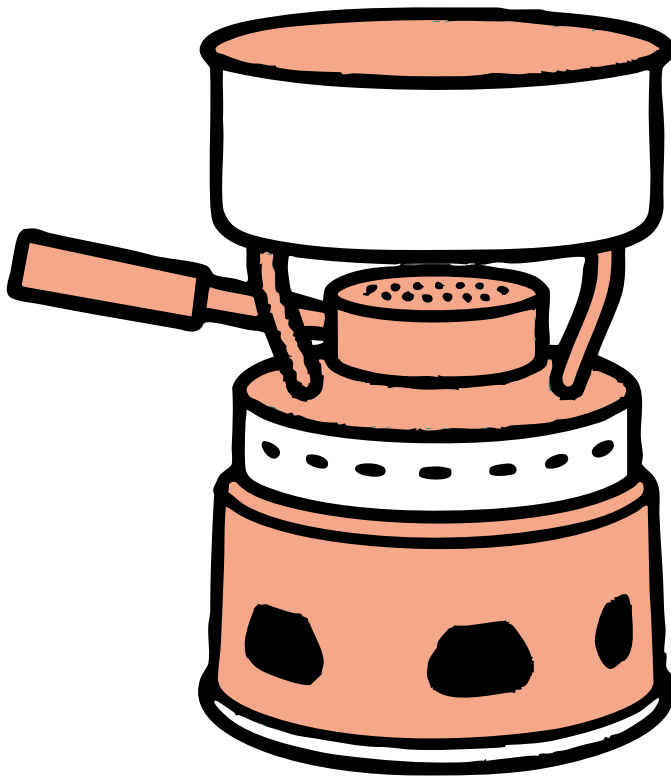


Stormköket

Sätt ihop stormköket i en mindre grupp.

Lär er hur det fungerar.

Hur kan ni använda stormköket i olika situationer när ni är ute i naturen?



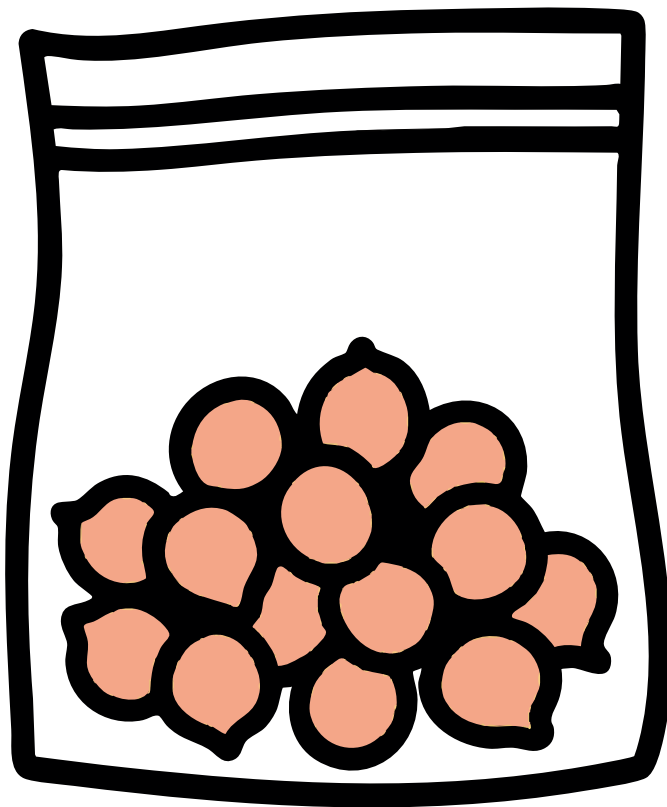


Hummusdip

Mosa kikärter i en zippåse.

Tillsätt citron, salt, peppar efter smak.

Servera med tortillabitar som ni stekt i olja på stormköket.



A



Allemansrätt

■ Du får:

Vara ute i naturen med andra.
Njuta av naturen tillsammans.

■ Du får inte:

Störa djur.
Förstöra i naturen.
Skräpa ner.

■ Kom ihåg:

Visa hänsyn till markägaren, djur och natur.
Låt alla känna sig välkomna i naturen.
Följ särskilda regler i skyddade områden.

GEMENSKAP



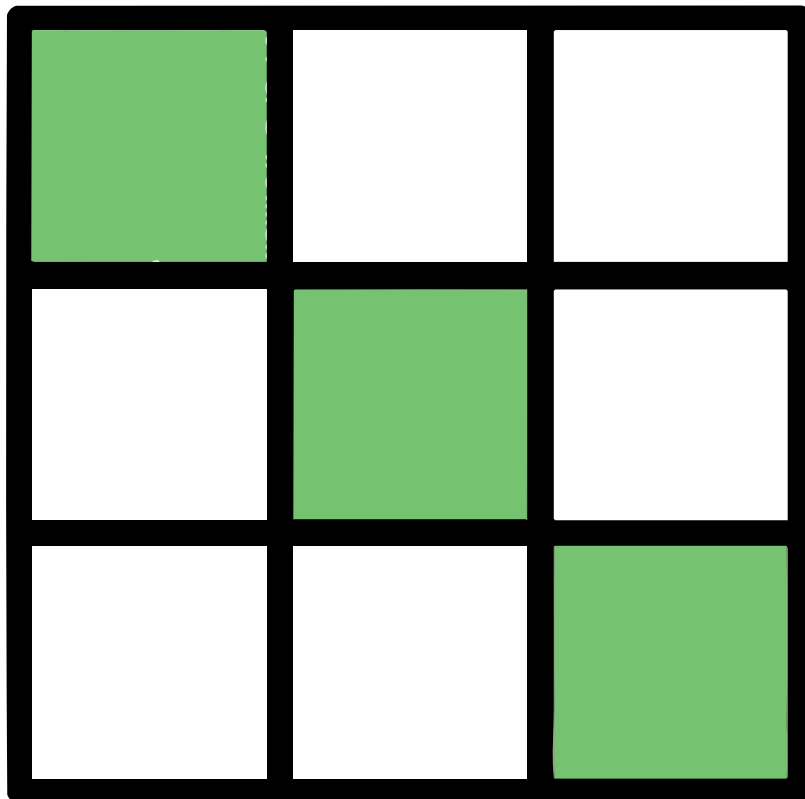
A

5



Tre i rad

Spela med någon ny.
Använd naturmaterial
som spelplan och
spelpjäser.



5

GEMENSKAP

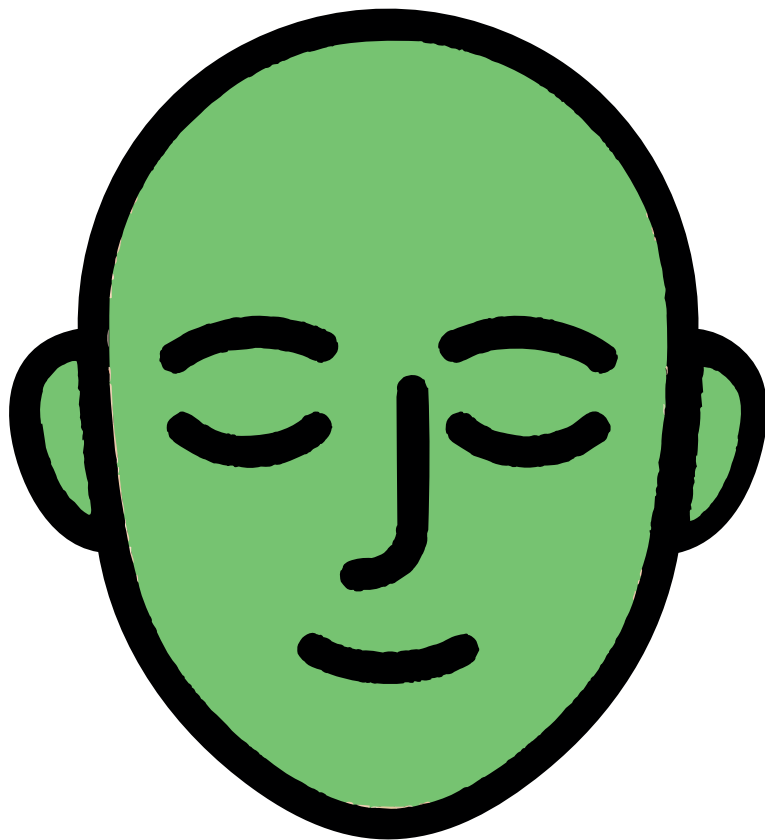
K

Må bra i naturen

Blunda och lyssna.

Identifiera tre ljud, tre dofter.

Dela upplevelsen i gruppen.

**K****GEMENSKAP**