



Bli med å skape begeistring for et naturvennlig friluftsliv

Nettseminar 28. august

Arrangør: Prosjektsekretariatet for
Friluftslivets år v/ Bjørnar Eidsmo





Foto: Sondre Formo Lindheim

Hvordan kan kommuner, organisasjoner, turarrangører og hver og en av oss fremme et naturvennlig friluftsliv?

Endre Hovland, koordinator, Forum for
natur og friluftsliv Rogaland (FNF)



Forum for natur og friluftsliv i Rogaland (FNF)

- Regionalt samarbeidsnettverk
 - 21 organisasjoner i Rogaland
 - En koordinator
- Sette natur- og friluftslivssaker på dagsorden.
 - Ha god kontakt med lokale og regionale myndigheter.
 - Bygge gode nettverk mellom organisasjonene, med politikere og andre relevante aktører.
 - Påvirke relevante plan- og saksprosesser som har konsekvenser for naturverdier og friluftsliv.
 - Bygge kompetanse i organisasjonene.



En del av problemet, eller en del av løsningen?

Et naturvennlig friluftsliv begynner med tilgjengelige områder.

Kommuner må ha kunnskapen om friluftslivet og bruke den for å sikre arealer for fremtiden.

3-30-300 -regelen

Ser du minst **3** trær fra din bolig?



Har nabolaget ditt minst **30** % tretopper og grøntområder?



Bor du maks **300** meter unna et grøntområde?





Tilrettelegging og samarbeid

Tilrettelegging krever kunnskap om behov og naturverdier

Samarbeid mellom kommune, frivillige, grunneiere, og offentlige etater er nøkkelen



Utstyrshandling for et naturvennlig friluftsliv



Hvordan nå frem med tips om naturvennlig friluftsliv?

Bjørnar Eidsmo

kommunikasjonsrådgiver og
nettredaktør Friluftslivets år 2025



Rollemodeller



Foto: Gard Eirik Arneberg

5 tips til et mer naturvennlig bål



mariesvilleveier Veldig bra og viktig post, @norskfriluftsliv 🍷



11 u 2 likerklukk Svar Se oversettelse



salmotrutta_no IKKE BRENN BÅL RETT PÅ FJELL !

11 u 1 likerklukk Svar Se oversettelse



andreasjokiarild super bra oversikt! Lærrik og viktig for alle som tenker seg ut i naturen 🍷

11 u 1 likerklukk Svar Se oversettelse

NORSK
FRILUFTSLIV



Norsk Friluftsliv

Publisert av Iconosquare

17. januar · 🌐

I morgen skal hele Norge bålet 🍷🍷 Skal du?

Her er fem viktige tips for et mer naturvennlig bål. Husk sporløs ferdsel og vis respekt for naturen 🍷

🍷 Husk at døde trær er hjemmet til utallige viktige insekt- og sopparter, derfor er det viktig å la disse ligge.

🍷 Det fins flere godkjente bål plasser man kan bruke året rundt, i <https://ut.no/> finner du oversikt over godkjente bål plasser over hele Norge.

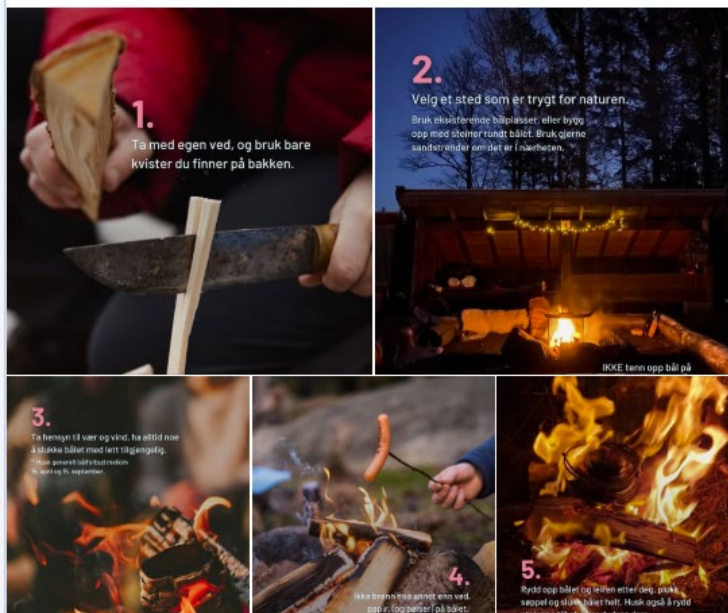
Likevel - husk å alltid sett deg inn i de gjeldene reglene for området du vil tenne bål i. Det kan innføres lokale eller nasjonale bålforbud, utenom det generelle. I nasjonalparker og verneområder er det også egne regler.

Se enda flere bål tips her: <https://norskfriluftsliv.no/.../slik-f%C3%A5r-du-fyr-p%C3...>

Se bål turer der du bor: <https://friluftslivetsar.no/aktivitetskalender>

God bål tur, husk å forlate naturen like fin som før! 🍷🍷

Foto: Anne Mari Sønsteby, Gard Eirik Arneberg, Friluftsflokken og John Petter Nordbø.



Om Friluftslivets år

Kontakt

Søk 🔍

Meny ☰

Forside ▶ Tips og inspirasjon ▶ Hele Norge bålet - åpning av Friluftslivets år 2025

Hele Norge bålet - åpning av Friluftslivets år 2025

Hele Norge bålet er startskuddet for den landsdekkende feiringen og markeringen Friluftslivets år 2025. Dette er en ramme for arrangementer over hele landet lørdag 18. januar 2025, og de påfølgende dagene.

Foto: Vaffel & film



Ta hensyn til naturen

Å samles rundt bål krever hensyn til naturen, dyr, grunneier og hverandre. Det er viktig at naturen er like fin som før der dette arrangeres, og at folk samles på egnede steder.

Tenk på:

- Plassering av bål plass. Bål skal ikke tennes på berg eller rullestein, eller forstyrre dyreliv. Bruk gjerne kommunens godkjente bål plasser.
- Ta med ved og oppfyringsved som skal brukes til bål, og la død ved få bli liggende i naturen.
- Forberedelser for slukking og rydding.

Formidle kunnskap om naturvennlig bål og sporløs ferdsel i denne sammenheng. Se mer om hva du må tenke på i verktøykassa under, og på nettsiden til Norsk Friluftsliv på sidene [Slik får du fyr på bålet](#) og [Dette er sporløs ferdsel](#).

[HMS-plan - eksempel \(word\)](#)

«Det er alltid plass til en til rundt bålet»

Verktøykasse

▲ Lokasjon for arrangement

- Lokasjon må være gjennomtenkt.
- Ved større arrangement må lokasjon være godkjent av kommunen og grunneier. Se mer om dette under.
- Følg retningslinjer for bålbrekking. Du finner mer om dette under Kunnskap og inspirasjonsbank om bålbrekking i denne verktøykassa.
- Ivareta hensyn til sporløs ferdsel på en sikker og naturvennlig måte.
- Unngå å samle mange mennesker i sårbar natur. Ta hensyn til dyreliv med tanke på støy.
- Inviter gjerne lokalt brannvesen eller sivilforsvaret lokalt som samarbeidspartner.

NB. I nasjonalparker, naturreservat og andre verneområder er det egne bålregler, og noen steder er det også forbudt å sanke død ved.

Ut.no har funksjon for å se etablerte bålplasser

Inne på kartet på [UT.no](https://www.ut.no) eller i appen kan brukerne nå velge "tursmål" og filtrere på "etablerte bålplasser" for å finne en bålplass nær der du er eller skal planlegge å gå tur.

Du må få lov av grunneier

Verktøykasse

▼ Lokasjon for arrangement

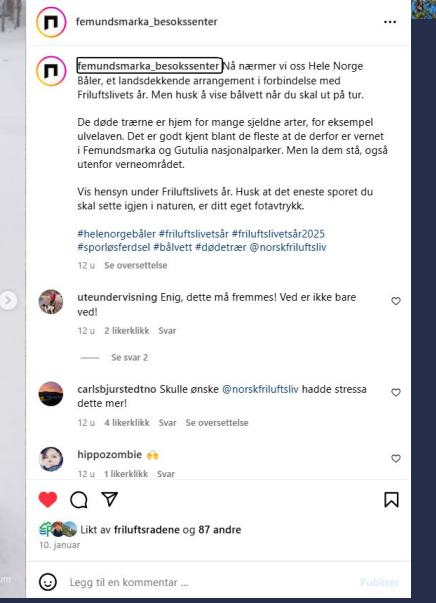
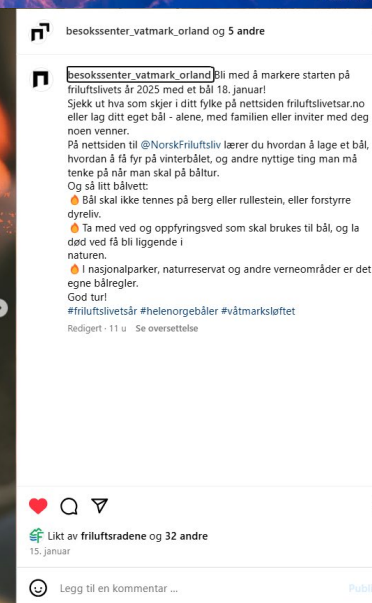
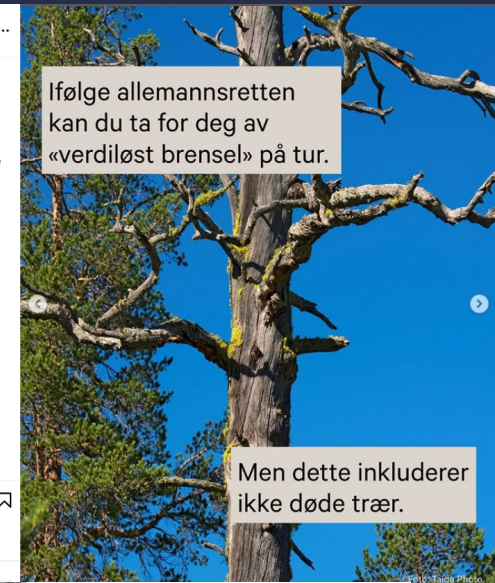
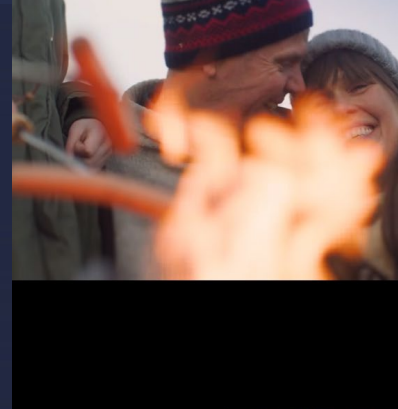
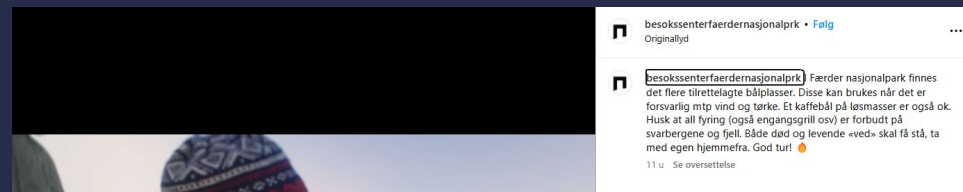
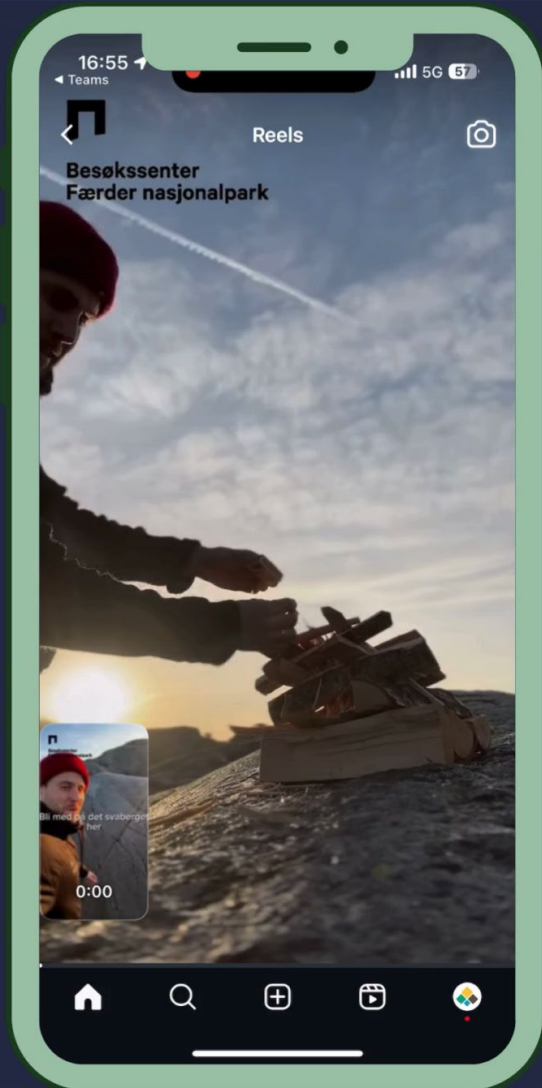
▼ Hvordan planlegge for Hele Norge båler

▼ 7 tips for å få barnefamilier til å føle seg velkomne slik at de også vil komme igjen

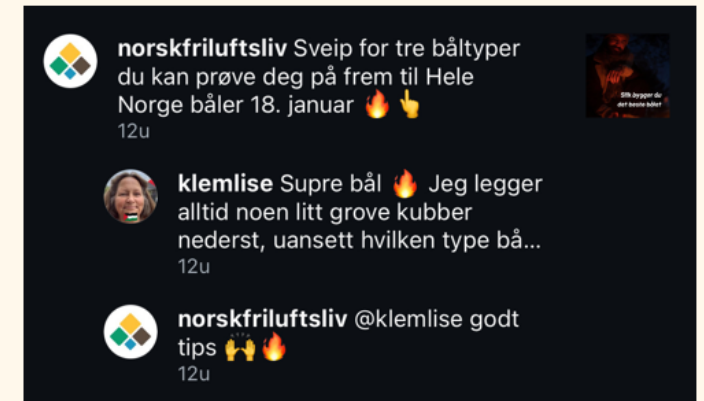
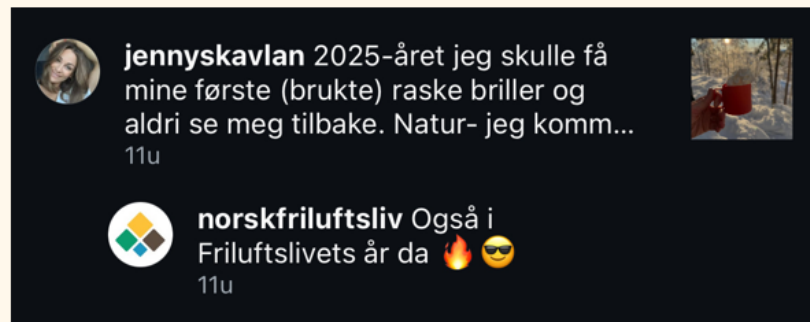
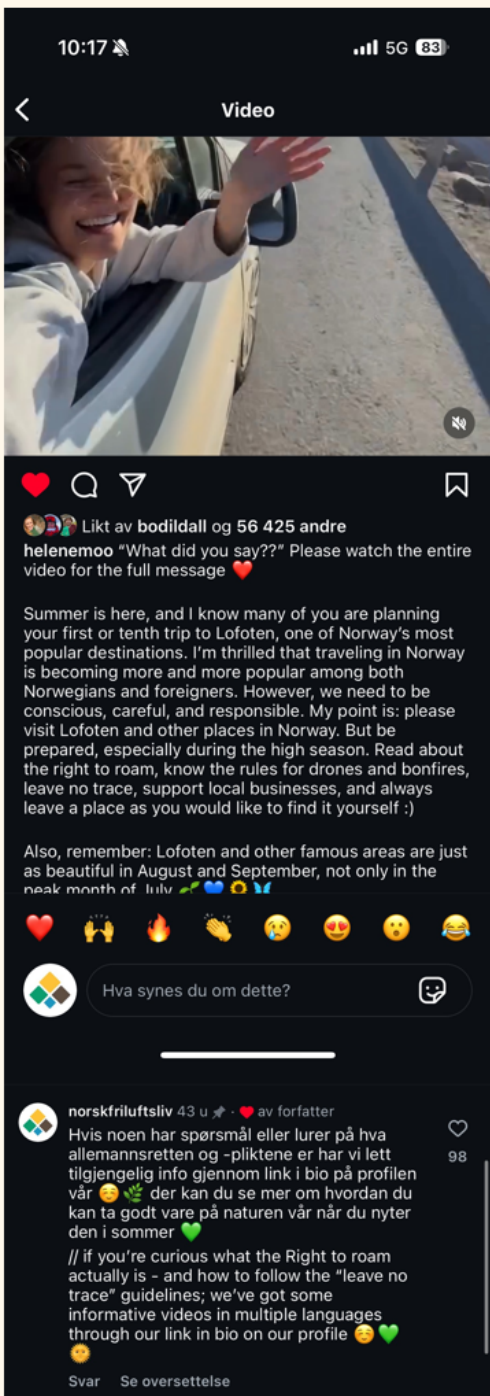
▲ Kunnskap og inspirasjonsbank om bål og sporløs ferdsel

- [Slik er bålreglene i Norge](https://norskfriluftsliv.no) (norskfriluftsliv.no)
- [Slik får du fyr på bålet](https://norskfriluftsliv.no) (norskfriluftsliv.no)
- [5 tips til god og enkel mat på bål](https://norskfriluftsliv.no) (norskfriluftsliv.no)
- [Bål og mat på vintertur](https://norskfriluftsliv.no) - digitalt kurs fra DNT
- [Dette er sporløs ferdsel](https://norskfriluftsliv.no) (norskfriluftsliv.no)
- [Sporløs ferdsel](https://norskfriluftsliv.no) - digitalt kurs fra DNT
- [Veileder: Hvor kan jeg tenne bål?](https://miljodirektoratet.no) (miljodirektoratet.no)

NB. I nasjonalparker, naturreservat og andre verneområder er det egne bålregler, og noen steder er det også forbudt å sanke død ved.



Vær til stede der det skjer



Bruk av ambassadører



Er du på tur i et verneområde må du sjekke hvilke lover og regler som gjelder for sanking

Visste du at dette er en av de strengeste verneområdene vi har?



NORSK FRILUFTSLIV



norskfriluftsliv Er du en ivrig sanker, eller har du lyst til å starte?



Her deler @adrianafinstad fem råd til deg som skal ut og nyte naturen, og plukke med ville nyttevekster hjem i kurven 🌿
Rådene er utviklet av @soppognyttevekster.no

1. Det er viktig å bare plukke de artene du kjenner. Mange arter kan ligne på hverandre, og du vil ikke ha med feil art hjem 😬
Det finnes giftige plantearter i norsk natur.

2. Info om verneområder finner du for eksempel på @miljodirektoratet sine hjemmesider, eller lovdata.

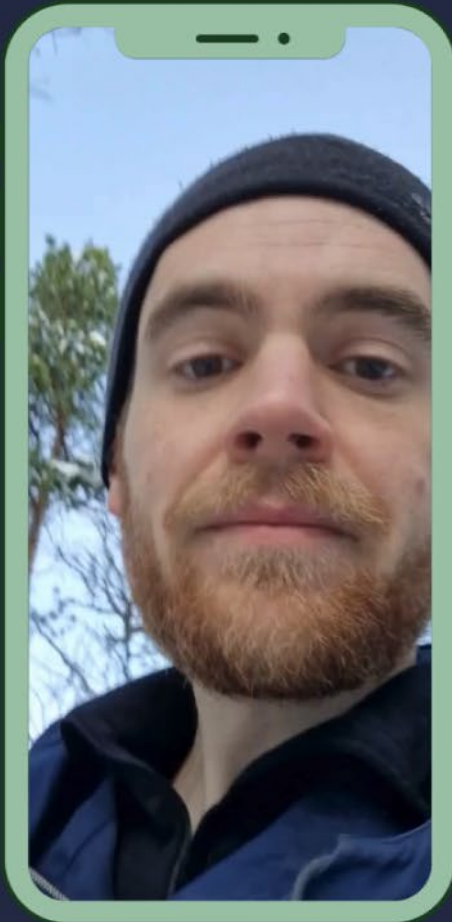
3. Unngå å plukke planter som kan være sprøytet med insekts- eller ugressmidler, eller planter som er utsatt for forurensning, Unngå også planter som er angrepet av virus eller skadeinsekter ⚠️

4. Still deg selv disse spørsmålene: Er arten vanlig eller vokser den mer spredt? Er den på rødlista, eller er det en fremmedart? God og tilgjengelig informasjon finner du i artsdatabanken dersom du er usikker.

5. Når du plukker en nyttevekst, ta bare det du trenger. Området skal se så uberørt så mulig når du går derfra. På den måten tar vi best vare på arten for fremtidige generasjoner ✅

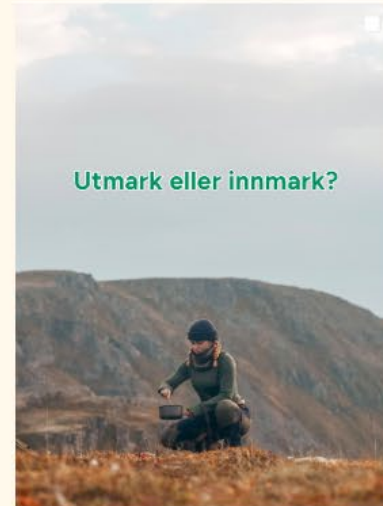
Har du noen spørsmål om sanking, eller nyttevekster? Still gjerne spørsmål i kommentarfeltet 🗨️

God sommer, og god sanking 🌞



"Skal du fyra bål?
La desse urgamle, daude
trea stå. Finn heller småkvist,
eller ta med ved sjølv."

Innhold om allemannsretten og -pliktene kan også være dette:



NORSK
FRILUFTSLIV

Om oss Kontakt Søk

Forside ► Allemannsretten

Hva er allemannsretten?

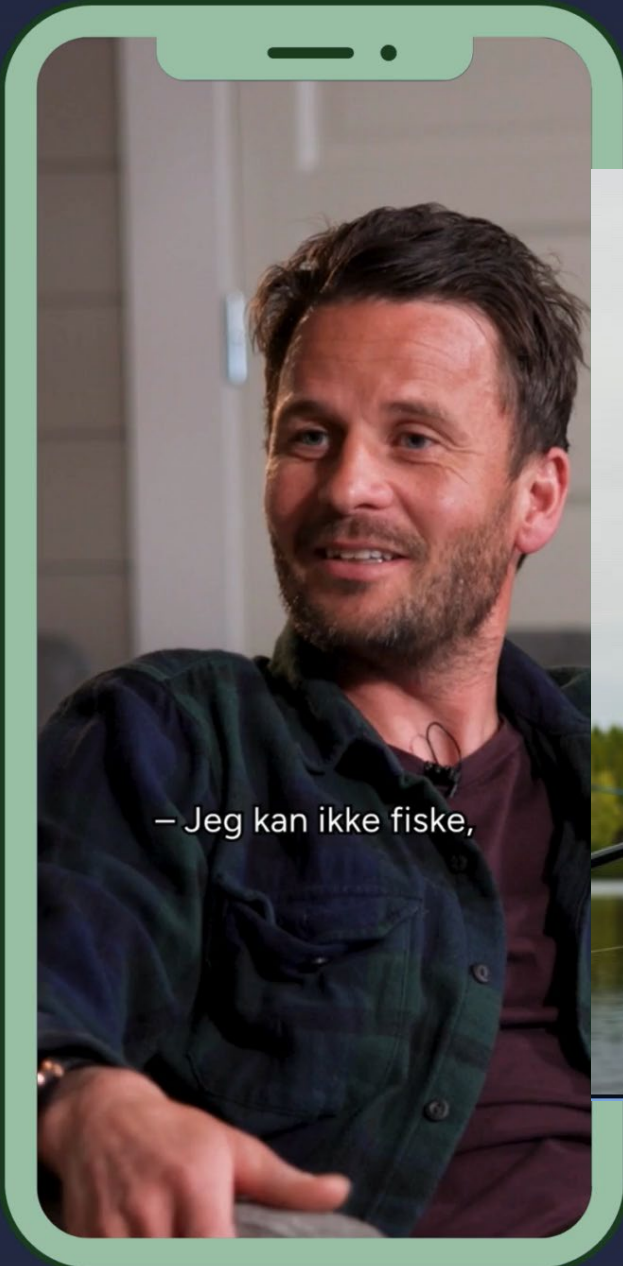
Allemannsretten gir oss fantastiske muligheter til å oppleve, og å bruke naturen rundt oss. Dette har vi full rett til, så lenge vi tar hensyn til grunneier, hverandre, planter og dyr.



Dette sier allemannsretten og -pliktene om ulike aktiviteter:

Med allemannsretten følger det også noen plikter, som vi kaller allemannspliktene. Disse pliktene tar for seg hvordan vi best kan bruke naturen, samtidig som vi tar vare på den og viser hensyn til andre - både dyr og mennesker. I verneområder, som for eksempel nasjonalparker og naturreservat, kan det være litt strengere regler for hvordan vi kan ferdes. Allemannsretten er lovfestet gjennom friluftsloven.

NORSK
FRILUFTSLIV



BARN KAN FISKE
GRATIS I NORGE?

– Jeg kan ikke fiske,

👁 85,6 k

▼ Hva er reglene for jakt og fiske?

▼ Hvor kan jeg gå på tur?

▼ Hvor og når kan jeg tenne bål?

▼ Hvor kan jeg sette opp teltet og hengekøya?

▼ Hvor kan jeg gå på ski?

▼ Hvor kan jeg sykle?

▼ Hvor kan jeg plukke bær, sopp og andre nyttevekster?

▼ Hvor kan jeg bade?

▼ Hvor kan jeg padle, ro og seile?

▼ Hva er reglene for båndtvang?

▼ Hvor kan jeg ri?



NORSK FRILUFTSLIV

Publisert av Iconsquare

1. april kl. 06:01 · 🌐

Nå er det båndtvang for alle firbente turkamerater 🐾🐾

Fra 1. april – 20. august er det lovbestemt båndtvang for hunder, og den gjelder selv om

- 🐾 hunden aldri har stukket av.
- 🐾 du har hatt hund hele livet.
- 🐾 du kan alt om hund.
- 🐾 du rett og slett har verdens beste hund.

Dette betyr at du må ha hunden i bånd, eller sørge for at han/hun er trygt inngjerdet og ikke kommer seg løs. På den måten sørger vi for at hundene ikke kan jage eller skade husdyr, tamrein, eller ville dyr og deres reir, bo eller hi 🐾🐾

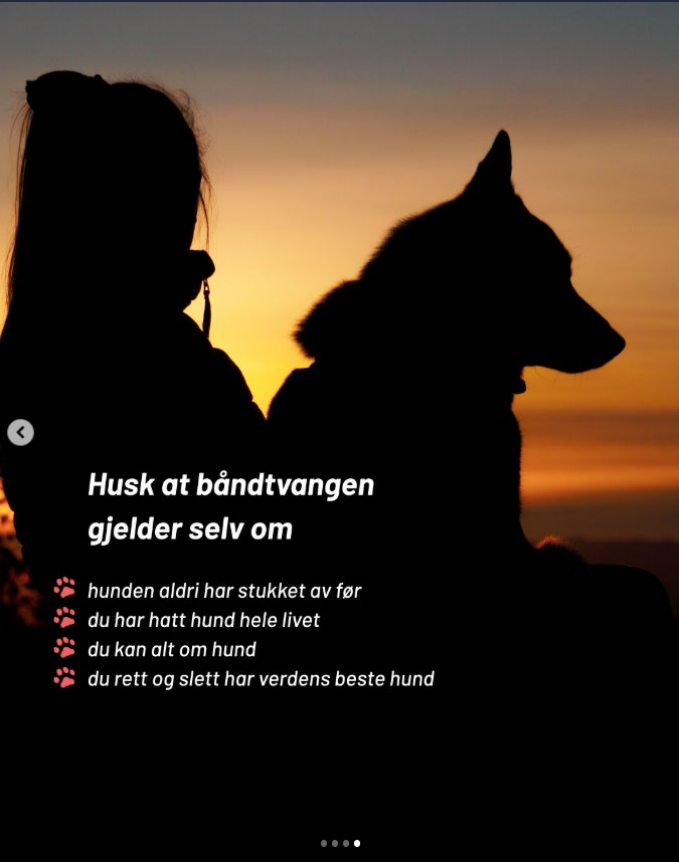
Husk at dyrelivet er ekstra sårbart fra april til august. Vis hensyn, og ta vare på de vi deler naturen med 🌿

👉 Tips: sjekk din kommunes hjemmesider eller [Norsk Kennel Klub \(NKK\)](#) for tips om lokale frområder for hund.

Foto: John Petter Nordbø



Nå må Baijas
i bånd



Husk at båndtvangen
gjelder selv om

- 🐾 hunden aldri har stukket av før
- 🐾 du har hatt hund hele livet
- 🐾 du kan alt om hund
- 🐾 du rett og slett har verdens beste hund

▼ Hvor kan jeg gå på tur?

▼ Hvor og når kan jeg tenne bål?

▼ Hvor kan jeg sette opp teltet og hengekøya?

▼ Hva er reglene for jakt og fiske?

▼ Hvor kan jeg gå på ski?

▼ Hvor kan jeg sykle?

▼ Hvor kan jeg plukke bær, sopp og andre nyttevekster?

▼ Hvor kan jeg bade?

▼ Hvor kan jeg padle og seile?

▼ Hva er reglene for båndtvang?

▼ Hvor kan jeg ri?

Finn relatert innhold



Hvor har du egentlig
lov til å bade?

2,9 mill visninger



norskfriluftsliv

Norsk Friluftsliv · 6-25

Følg

Sommeren er her! ☀️ Visste du at du kan bade nesten overalt i Norge? Takket være allemannsretten 🏡💧
Bare husk - ikke rett foran hus eller på private brygger 🙄
@friluftsjenta_ har flere gode tips!

#takkallemannsretten #norskfriluftsliv #turtips
#allemannsretten #telttur #liveterbestute #norge #tur #bade
#svømme

mindre

Vis oversettelse

🎵 original sound - Norsk Friluftsliv

👍 7157 💬 152 📌 514 🔄 🔗 📧 📱 📺 ➡

<https://www.tiktok.com/@norskfriluftsliv/video/751...> Kopier lenke

Kommentarer (152)

Skapervideoer



Jarleball

Jeg bader der det er vann

7-4 Svar

👍 1768



*

Det var lurt

7-5 Svar

👍 25



Jarleball

Ja ble litt vanskelig uten

7-5 Svar

👍 41



JonasLestly

Jesus loves you Brother

👍

Logg på for å kommentere

Finn relatert innhold



Den perfekte bæsjestokken



730.000 visninger

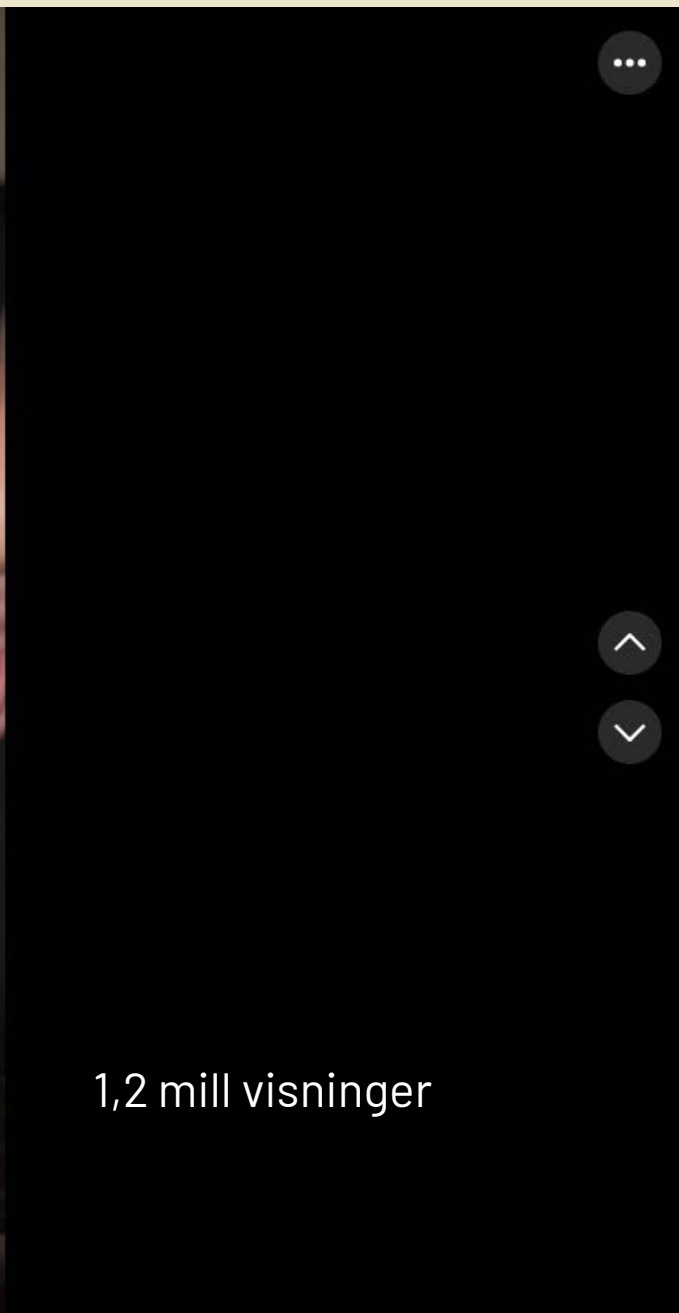
00:37/01:12

Finn relatert innhold



590.000 visninger

00:02/01:56



**norskfriluftsliv**
Norsk Friluftsliv · 2023-7-4

Følg

HULEEE #allemannsretten #takkallemannsretten #allemannspliktene #norgesferie #norge #friluftsliv... mer
Vis oversettelse

♪ original sound - Norsk Friluftsliv

✉ CapCut · Redigering på en enkel måte

 11.2K  87  31      

<https://www.tiktok.com/@norskfriluftsliv/video/72...> Kopier lenke

Kommentarer (87) Skapervideoer

 julie

hva er innmark og utmark

2023-7-7 Svar

 107

 Sigve

innmark er åkrer og sånt, utmark er skog og fjell

2023-7-8 Svar

 15



Innmark er privateid utmark er alt dom ikke er innmark

2023-7-8 Svar

 6

 LeneV

Det er mange som eier det som kalles utmark. Kjenner ei som kommer fra gård hvor stort areal er utmark,men allemannsretten gir rett til å ferdes der.

2023-7-8 Svar

 2

Skiul



YouTube: 13.500 visninger



 **Ta hensyn til
beboere i nabolaget**

Dette bryggeområdet tilhører Rolfsbukta Huseierforening. Du er velkommen til å vandre over bryggeområdet eller bade i sjøen, men det er viktig at du tar hensyn til alle som bor her. Vi ber om skånsom ferdsel og at området forlates i god stand.

For øvrig henvises til Friluftsløven § 11 om ferdselskultur og grunneierens bortvisingsrett: «Enhver som ferdes eller oppholder seg på annen manns grunn eller på sjøen utenfor, skal opptre hensynsfullt og varsomt for ikke å volde skade eller ulempe for eier, bruker eller andre, eller påføre miljøet skade. Han plikter å se etter at han ikke etterlater seg stedet i en tilstand som kan virke skjæmmende eller føre til skade eller ulempe for noen. Grunnens eier eller bruker har rett til å vise bort folk som opptrer hensynsløst eller ved utilbørlig atferd utsetter eiendommen eller berettigete interesser for skade eller ulempe.»

Vi informerer om at det ligger steiner og betongelementer på bunnen langs bryggeområdet. Bading skjer på eget ansvar.



Rolfsbukta
Huseierforening

For øvrig henvises til Friluftsløven § 11 om ferdselskultur og grunneierens bortvisingsrett: «Enhver som ferdes eller oppholder seg på annen manns grunn eller på sjøen utenfor, skal opptre hensynsfullt og varsomt for ikke å volde skade eller ulempe for eier, bruker eller andre, eller påføre miljøet skade. Han plikter å se etter at han ikke etterlater seg stedet i en tilstand som kan virke skjæmmende eller føre til skade eller ulempe for noen. Grunnens eier eller bruker har rett til å vise bort folk som opptrer hensynsløst eller ved utilbørlig atferd utsetter eiendommen eller berettigete interesser for skade eller ulempe.»





OSLO KOMMUNES SKOGER



Velkommen til byskogene!

Oslo kommunes skoger, med et samlet areal på 170 000 dekar, er vår felles eiendom. Du har både rettigheter, plikter og ansvar når du ferdes her. Venn om skogens dyre- og planteliv, og hjelp oss å holde marka rent!

Welcome to the city forests!

The Oslo municipal forests, with a total area of 170 000 acres, is our common property. When you visit these forests, you have rights and obligations. Show consideration to wildlife and plants. Please help us keep the forest clean!

+47 21 80 21 80
www.oslo.kommune.no



Fri ferdsel Access

I utmark kan du ferdes fritt hele året. Du kan gå over dyrket mark når marken er frossen. Vis alltid hensyn overfor andre. You can walk freely in the woods throughout the year. You can walk across cultivated land when the ground is frozen. Always show consideration to others.



Teltning Camping

Teltning er tillatt ved drikkevann, på badestrander eller i fjærmare enn 150 m fra bebyggelse. Teltet kan ikke stå mer enn to døgn på samme sted.

Tenting is allowed, always near drinking water sources, at beaches or closer than 150 metres from buildings. You can only camp in the same location for two nights in a row.



Fisking Fishing

Fisking er tillatt i alle vann og elver som ikke er underlagt restriksjoner. Informasjon om fiskegrer og type av fiskekort ligger i Oslo-markas fiskeadministrasjon: www.oslo.no

Fishing is permitted in all lakes and rivers that are not subject to restrictions. Information about recreational fishing licenses and fishing rules is available from Oslo-markas fiskeadministrasjon: www.oslo.no



Sykling Bike riding

Det er tillatt å sykle på grusveier og stier. Vis hensyn til øving turfarer, og tilpass farten din.

Bicycling is allowed on forest roads and trails. Show consideration to others and adjust your speed.



Bading Swimming

Du kan bade i alle vann og elver som ikke er underlagt restriksjoner. Samme regel gjelder for bruk av båt.

You can bath in all lakes and rivers that are not subject to restrictions.



Bål Camping

Fra og med 15. april til og med 15. september er det lovlig å gjøre opp tid i skog og mark, unntatt i godkjente idrettsanlegg.

Use of fire is prohibited from April 15th through September 15th, except in approved camping places.



Motorisert ferdsel Motorized traffic

All motorisert ferdsel er forbudt uten tillatelse.

Motorized traffic is prohibited without special permission.



Hunder Dogs

Det er forbudt å løse hund fra og med 1. april til og med 25. august. Hunden av året kan hentes på løse når de holdes under kontroll.

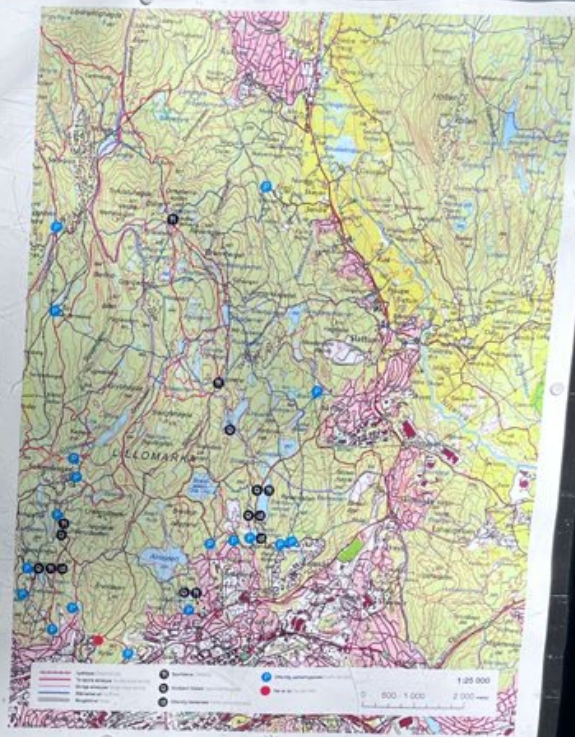
From April 1st through August 25th dogs must be kept on a leash. Outside this period, your dog (and not here) is loose when it is kept under control.



Ridning Horseback riding

Ved bruk av hest skal det vises hensyn til andre. Spesielle regler for bruk av vogner og hennende utstyr gjelder. Kontakt Bymiljøetaten for mer informasjon.

Show consideration to others when horseback riding. Special rules apply for the use of carriages and other equipment. Contact Bymiljøetaten for further information.





Telting Camping

Telting er lov, unntatt ved drikkevann, på badestrender eller nærmere enn 150 m fra bebyggelse. Teltet kan ikke stå mer enn to døgn på samme sted.

Tenting is allowed, except near drinking water sources, on beaches or closer than 150 meters from buildings. You can only camp in the same location for two nights in a row.



Fisking Fishing

Fisking er tillatt i alle vann og elver som ikke er underlagt restriksjoner. Informasjon om fiskeregler og kjøp av fiskekort fås fra Oslomarkas fiskeadministrasjon: www.ofa.no.

Fishing is permitted in all lakes and rivers that are not subject to restrictions. Information about recreational fishing licenses and fishing rules is available from Oslomarkas fiskeadministrasjon: www.ofa.no.



Bading Swimming

Du kan bade i alle vann og elver som ikke er underlagt restriksjoner. Samme regel gjelder for bruk av båt.

You can swim or use boats in all lakes and rivers that are not subject to restrictions.



Bål Campfire

Fra og med 15. april til og med 15. september er det ulovlig å gjøre opp ild i skog og mark, unntatt i godkjente ildsteder.

Use of fire is prohibited from April 15th through September 15th, except in approved campfire places.



Hunder Dogs

Det er båndtvang fra og med 1. april til og med 20. august. Resten av året kan hunder gå løse når de holdes under kontroll.

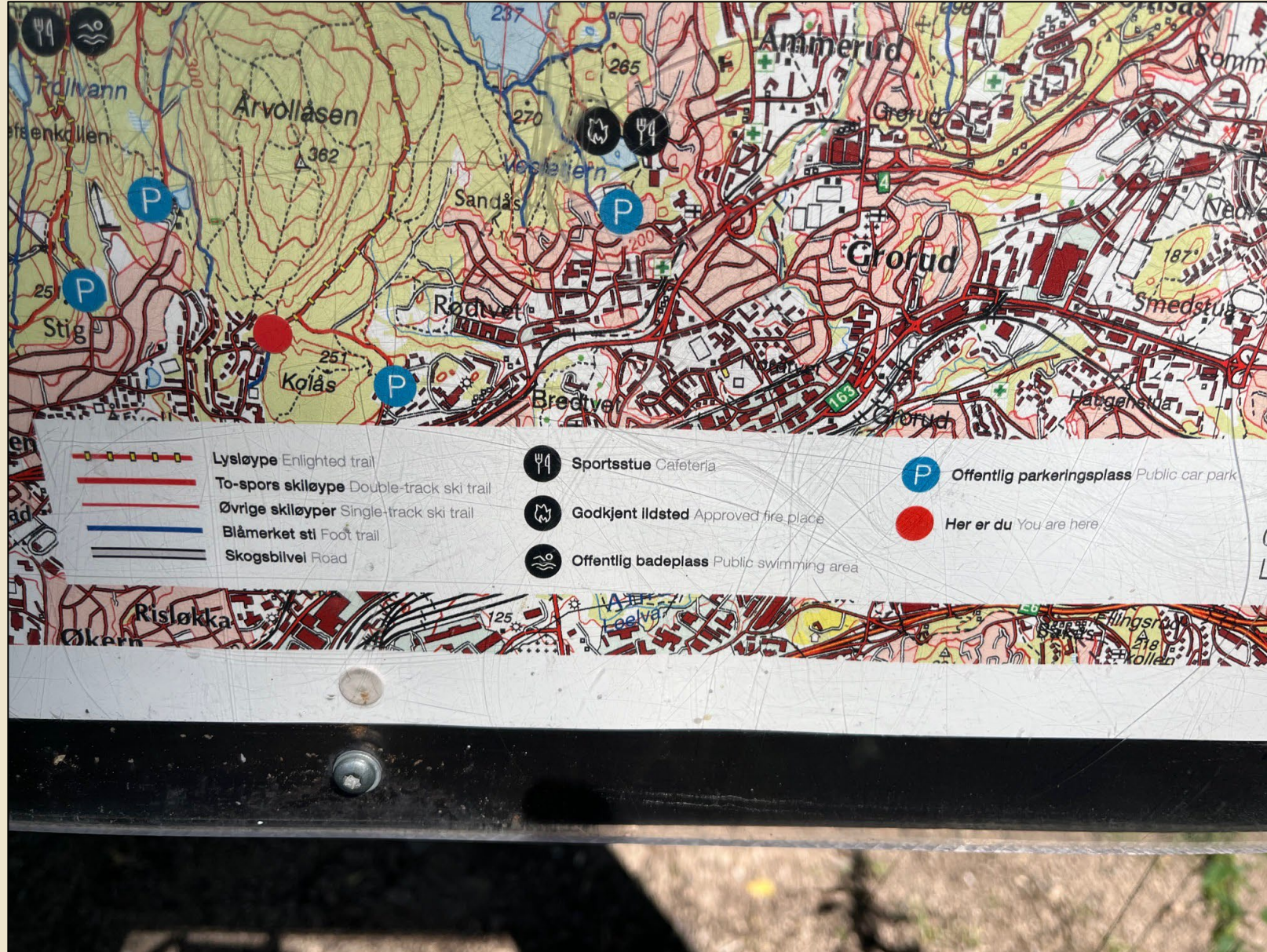
From April 1st through August 20th dogs must be kept on a leash. Outside this period, your dog does not need a leash as long as it's kept under control.



Ridning Horseback riding

Ved bruk av hest skal det vises hensyn til andre. Spesielle regler for bruk av vogner og liknende utstyr gjelder. Kontakt Bymiljøetaten for mer informasjon.

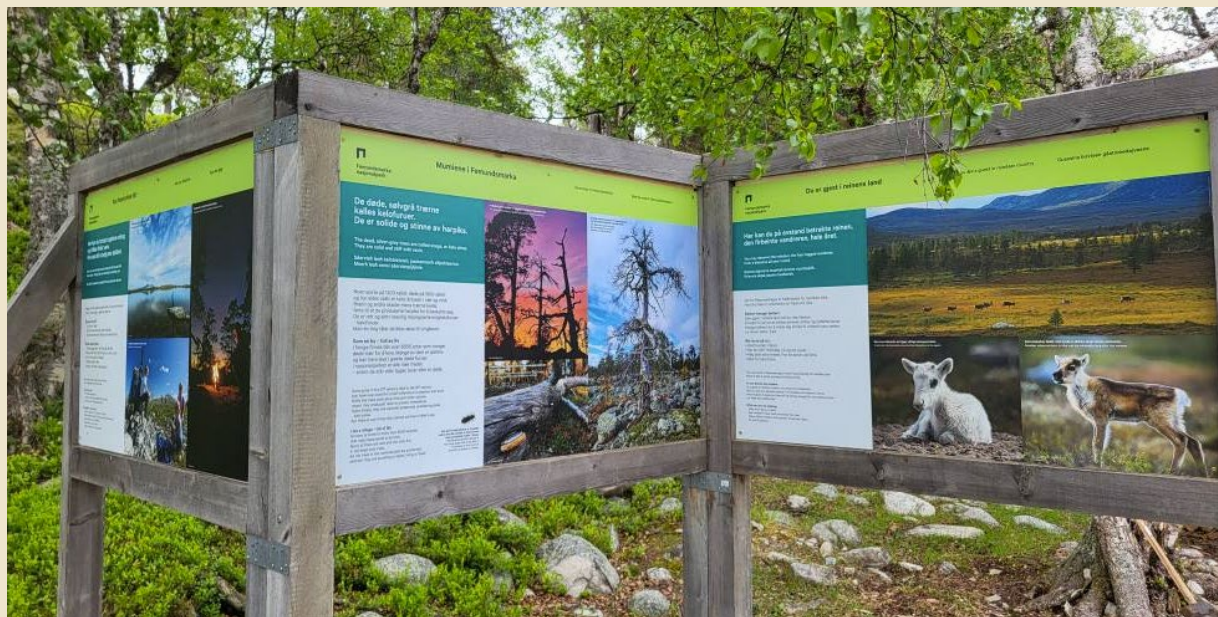
Show consideration to others when horseback riding. Special rules apply for the use of carriages and similar equipment. Contact Bymiljøetaten for further information.

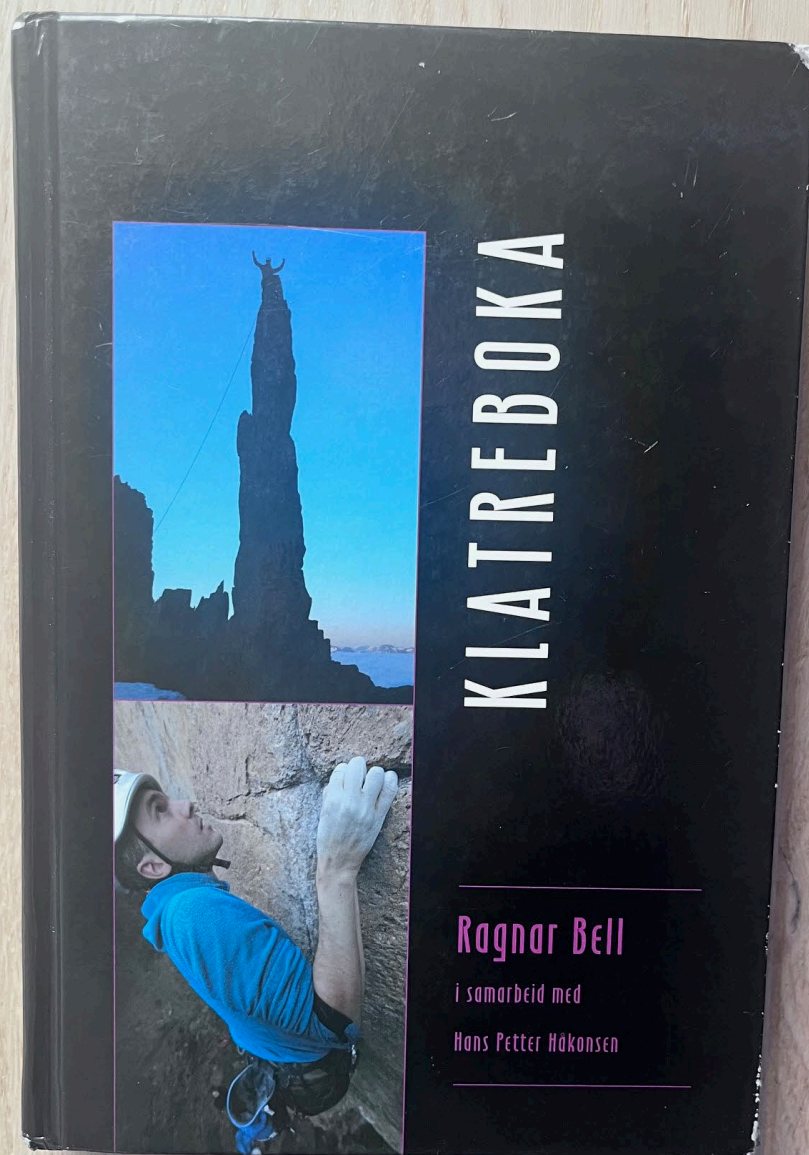




«Skiltet er ikke på kommunens eiendom, og er mest sannsynlig satt opp av privatpersoner. Vi er generelt veldig restriktive med skilting i Marka, annet enn kulturminneskilt og sti/løypekrysskilt».

Bymiljøetaten





Introduksjon til en aktivitet – klatring

Fra kapittel om natur og miljø

«Naturen er verdt å ta vare på og vi deler den med mange andre. Vi etterlater naturen uberørt når vi er ute og tar hensyn til dyre- og planteliv. Vi tar selvfølgelig med eget søppel hjem, og tar gjerne med andre sitt også.

Vi har lang tradisjon i allemannsretten til å kunne ferdes i utmark og fjell. Men vis hensyn til der det er dyr eller fugler, og ikke gå over innmark. Vær påpasselig med toalettbesøk så det ikke synes at du har vært der.

Husk at vi stort sett kommer langt med en god Kardemomme innstilling»

[Forside](#) ▶ [Allemannsretten](#) ▶ Dette er sporløs ferdsel

Sporløs ferdsel

Sporløs ferdsel handler om at naturen skal være like fin når vi forlater den, som da vi kom. Se vår guide til hvordan du får det til.

Foto: Johnny Vaet Nordskog



Allemannsretten gir oss rett til mye, men den innebærer også noen plikter. En av pliktene er å ta vare på naturen, og ikke la det ligge igjen spor etter oss. Denne plikten kaller vi sporløs ferdsel.



Allemannspliktene

Allemannsretten er et sett med rettigheter for alle som bruker og oppholder seg i norsk natur. Med allemannsretten følger også allemannspliktene, som er enkle huskereglene for hensynsfull oppførsel i naturen.

1. Kjenn allemannsretten
2. Vis hensyn til natur- og kulturverdier
3. Vis hensyn til andre friluftslivsfolk
4. Vis hensyn til beboer og grunneier sine interesser
5. Rydd opp etter deg

Tips til naturvennlig friluftsliv

Er du opptatt av natur og friluftsliv? I Norge gir allemannsretten oss en fantastisk mulighet til å nyte naturen. Med den følger også en plikt til å ta vare på naturen – og da trenger vi kunnskap om hvordan.



Tips til naturvennlig friluftsliv

1. Bruk nærnaturen – mer turtid, mindre reisetid!
2. Velg utstyr som varer – for renere hav og natur
3. Bruk etablerte bålplasser – la naturen puste fritt
4. Respekter naturens fristeder – verneområder er unike og krever ekstra hensyn.
5. Unngå unødvendig ferdsel i sårbare perioder – la natur og ville dyr være i fred
6. Høst fra naturen med måte – la noe være igjen
7. Ta gjerne med ved til bålet – la død ved ligge, det er liv for naturen
8. Ta med avfall hjem – la naturen skinne
9. Hold hund i bånd når det er båndtvang – for dyreliv og turkamerater
10. Vær nysgjerrig på naturen og bruk den ansvarlig

Kilde: naturvernforbundet.no

Kvistbrenner er en genial løsning for sporløs ferdsel

Foto: Eirin Hyllmark



Femundsmarka og Gutulia
nasjonalparker



24. juni · 🌐

Hvordan fyre bål uten å sette spor? Bruk kvistbrenner! 🔥

Kvistbrenneren gir deg bålfølelsen – perfekt til å koke kaffe og steke fisk – uten å etterlate store bålringer som blir værende i naturen !

🌿 Bruk kun kvister du finner på bakken. Alle trær – levende eller døde – er fredet i nasjonalparken. Døde trær er viktige hjem for sopp, lav og insekter 🍄🐛

Tenk sporløs ferdsel – også når du lager bål ❤️

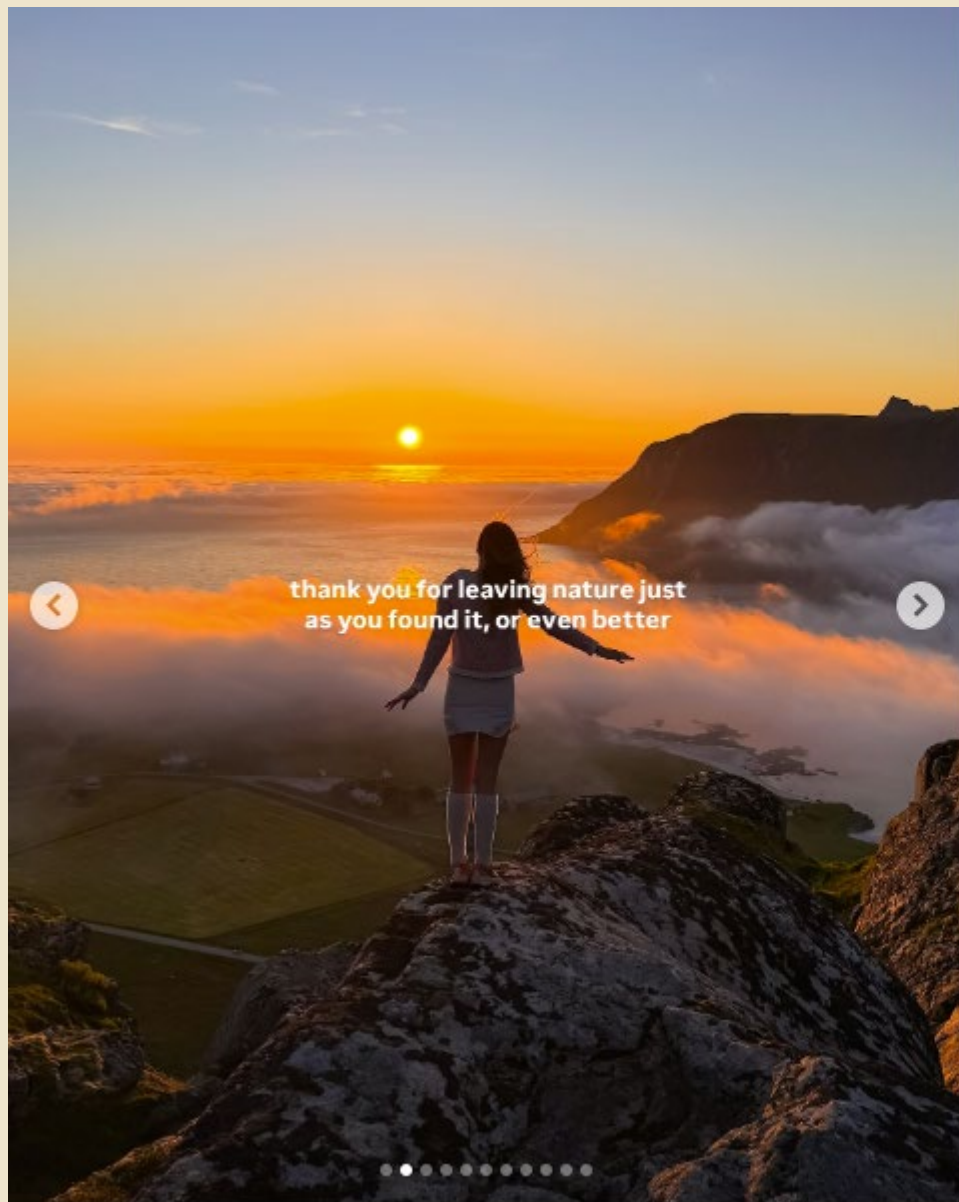
👍 43

13 ➦



Ingen kommentarer ennå

Bli den første til å kommentere.



helenemoo  • Følger
Norway



helenemoo  4 u

A little thank you note in the middle of the summer ❤️ While we're all minding our own business and enjoying our surroundings more than usual. But then it's even more important to take extra good care 🌱 I never imagined that my tiny travel diary would turn into a community of like-minded adventurers with a love for the outdoors. So the least I can do is, every now and then, remind both myself and you about our responsibility when we're out in nature. Thank you, and I really hope you have the best summer!! ❤️ 🌸 😊
Se oversettelse



ragnhild.harket 4 u
💕 !!!!



Svar



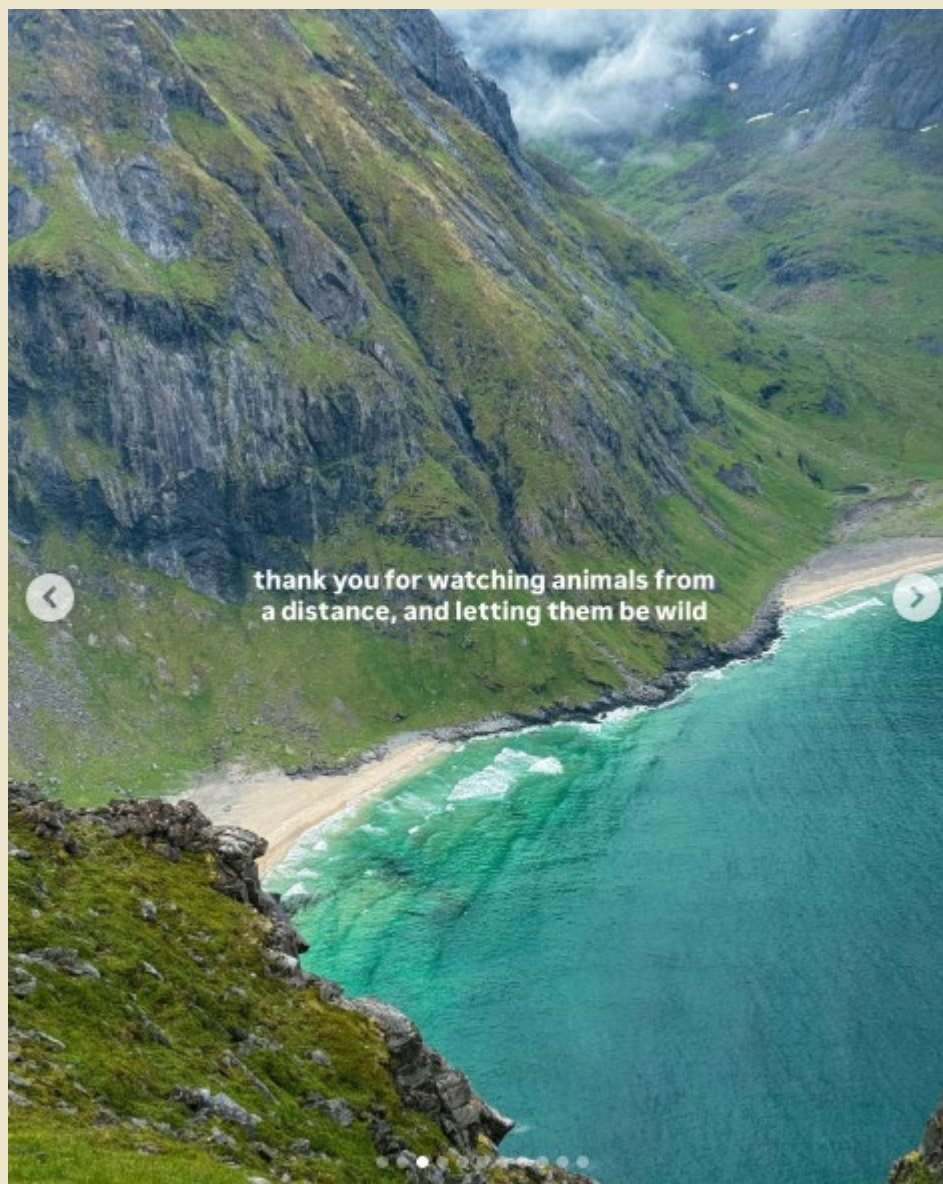
25 493 liker

17. juli

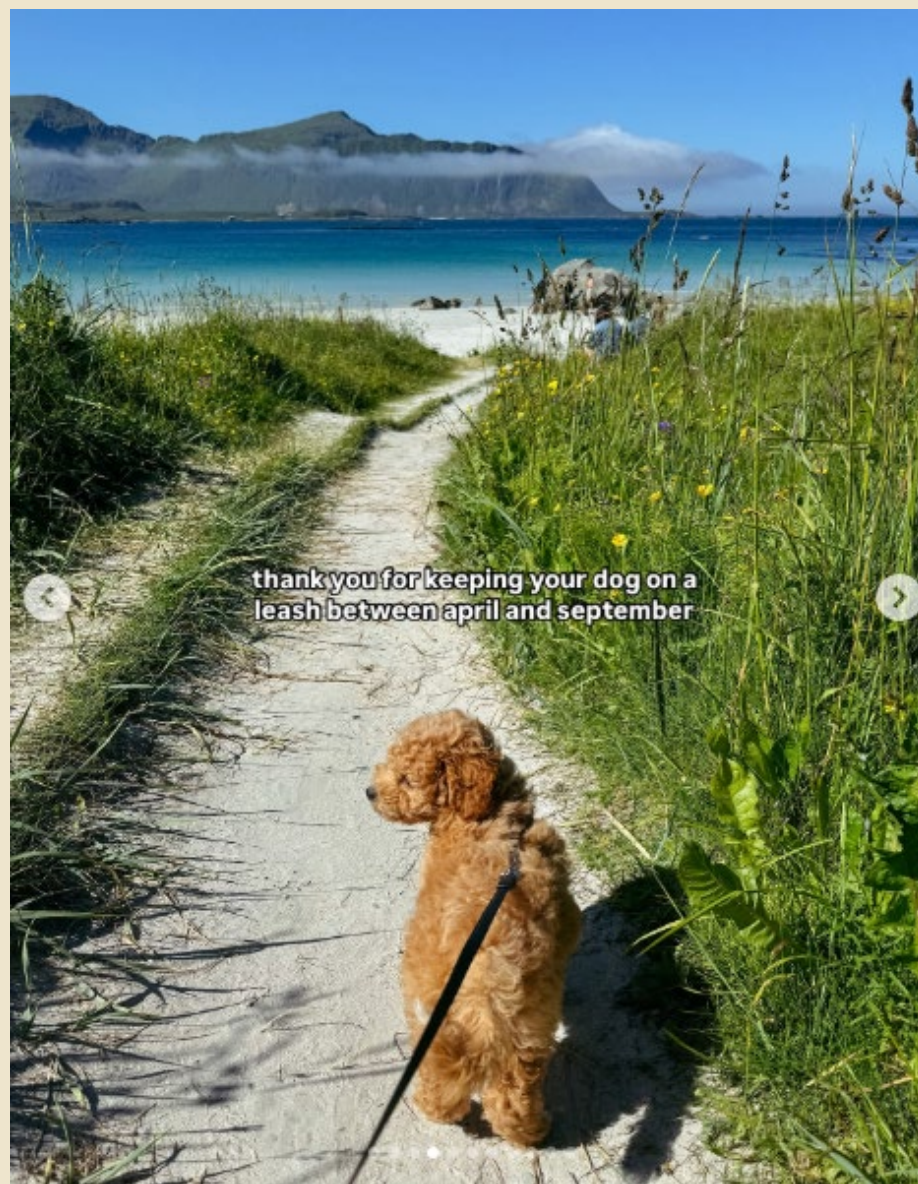


Legg til en kommentar ...



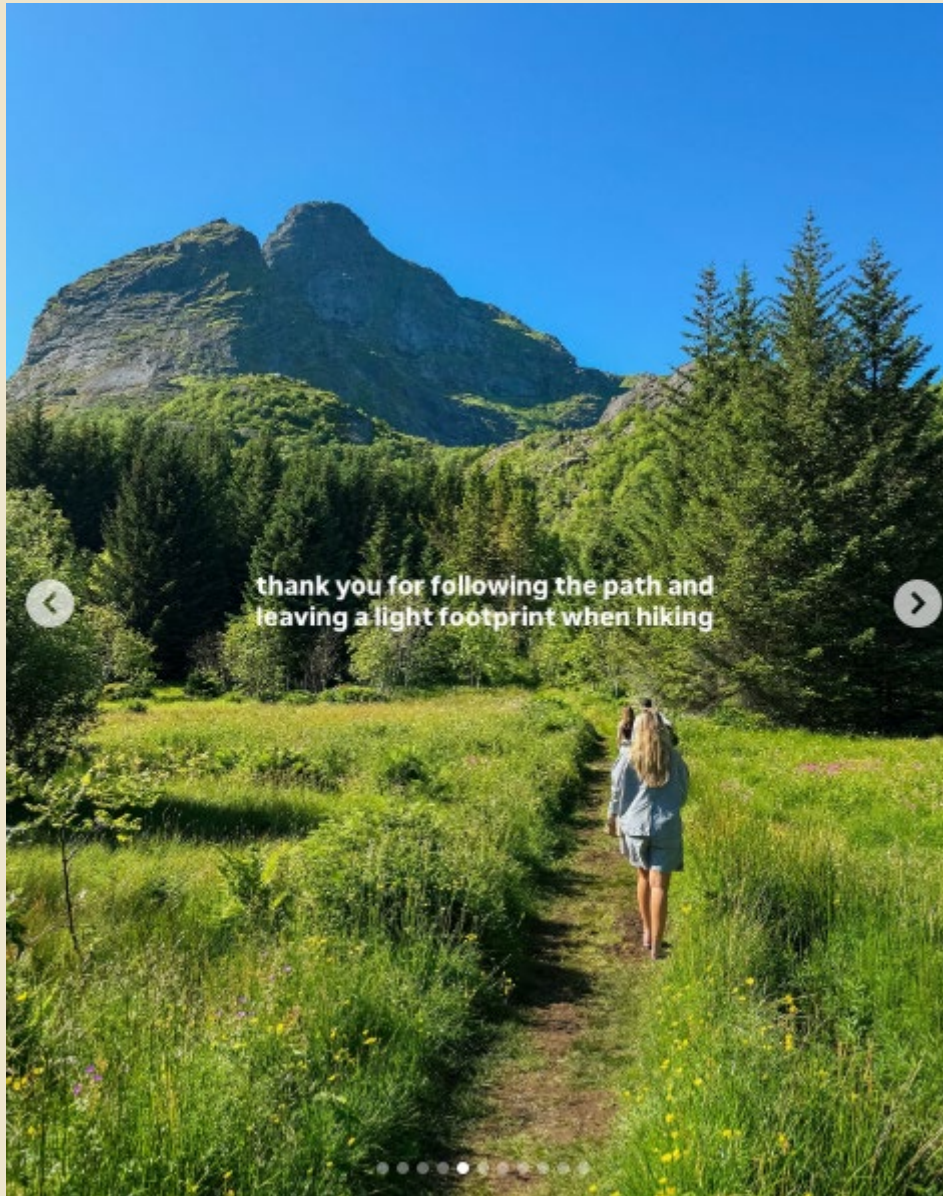


thank you for watching animals from
a distance, and letting them be wild



thank you for keeping your dog on a
leash between april and september

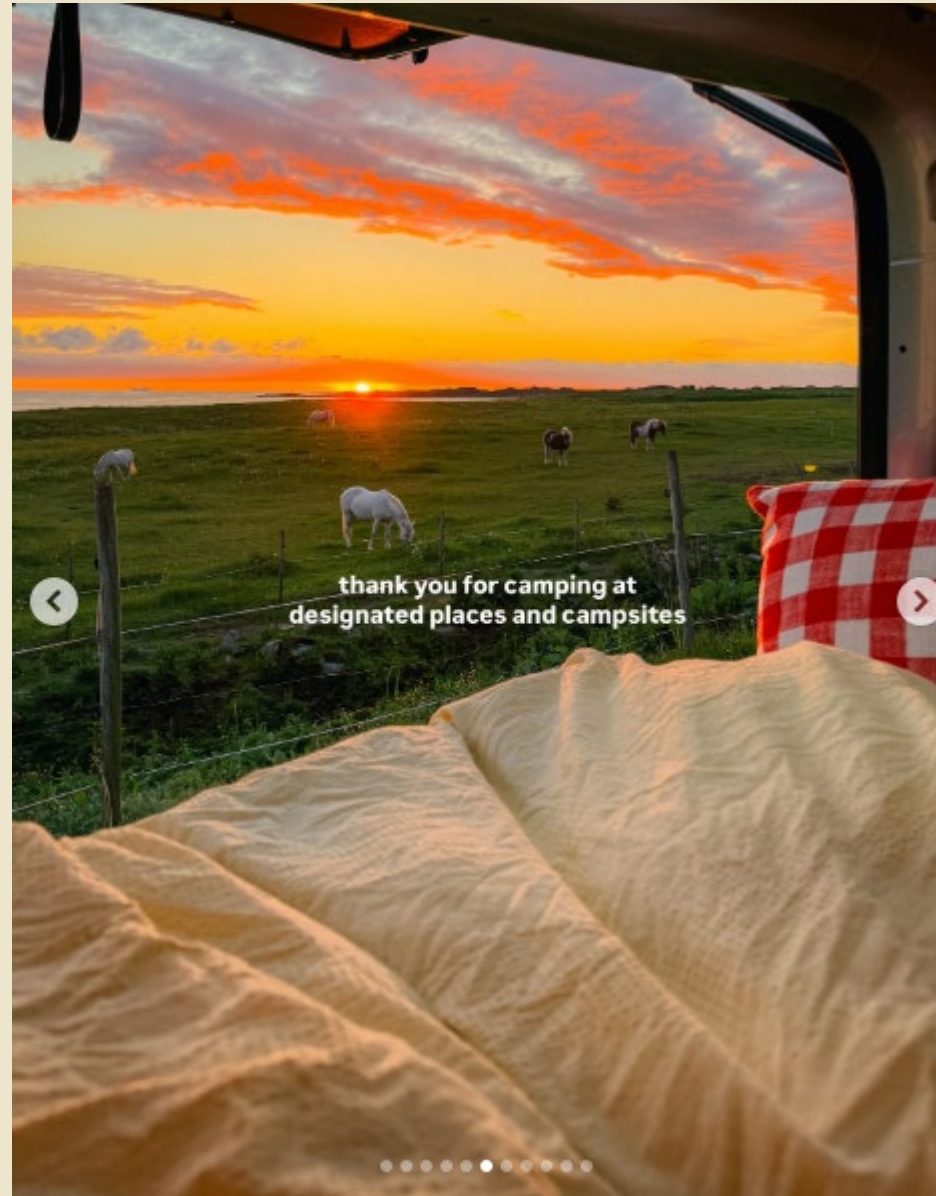
Kilde: [@helenemoo](#) (instagram)



thank you for following the path and
leaving a light footprint when hiking

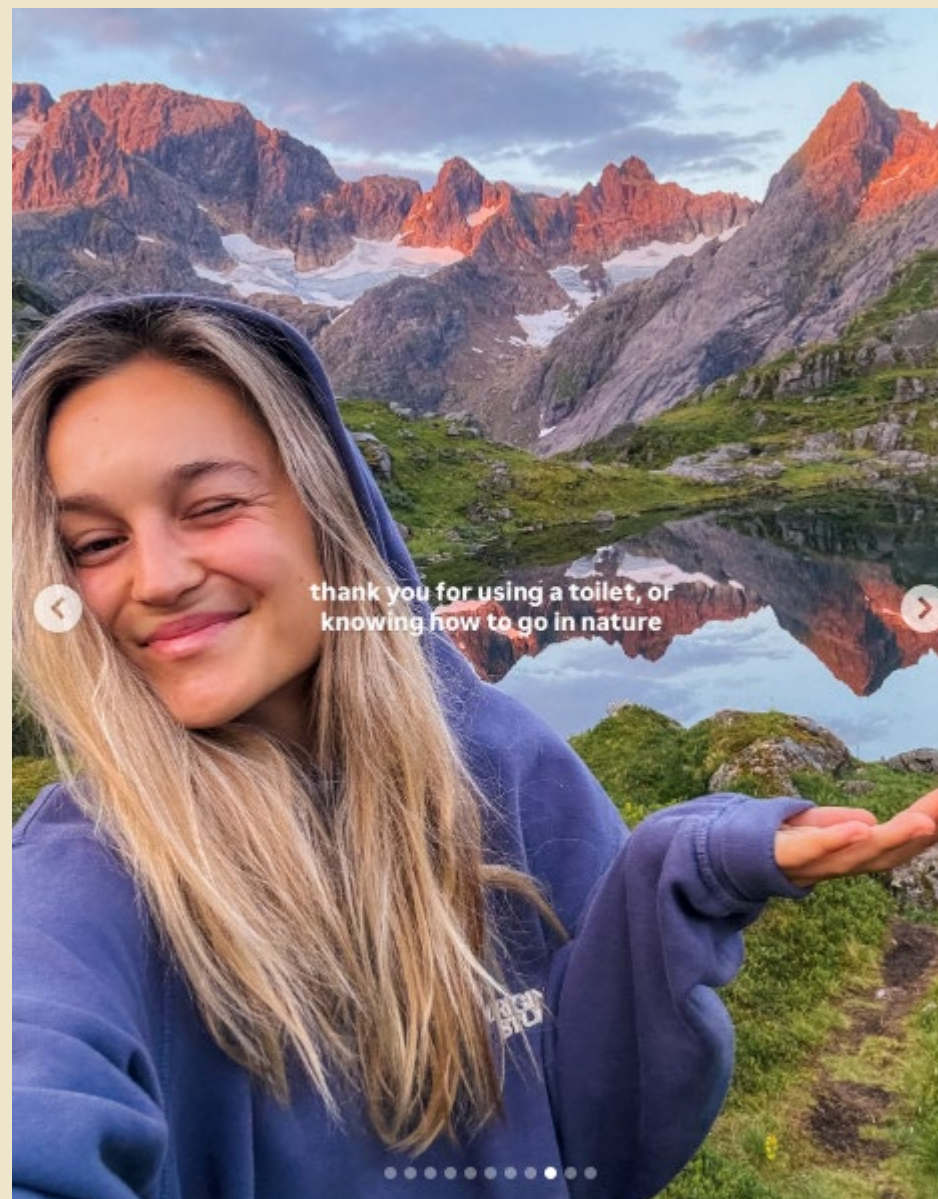
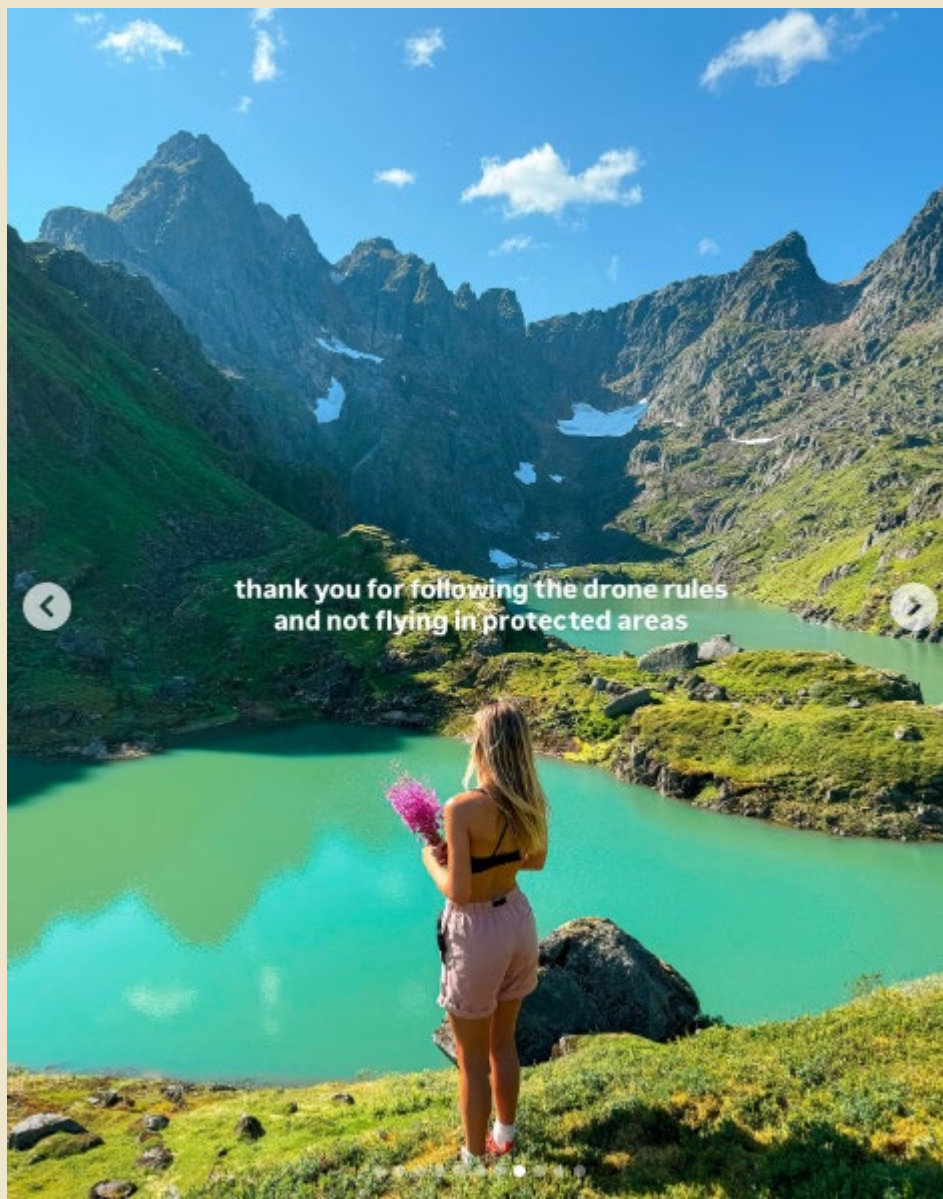


Kilde: [@helenemoo](#) (instagram)

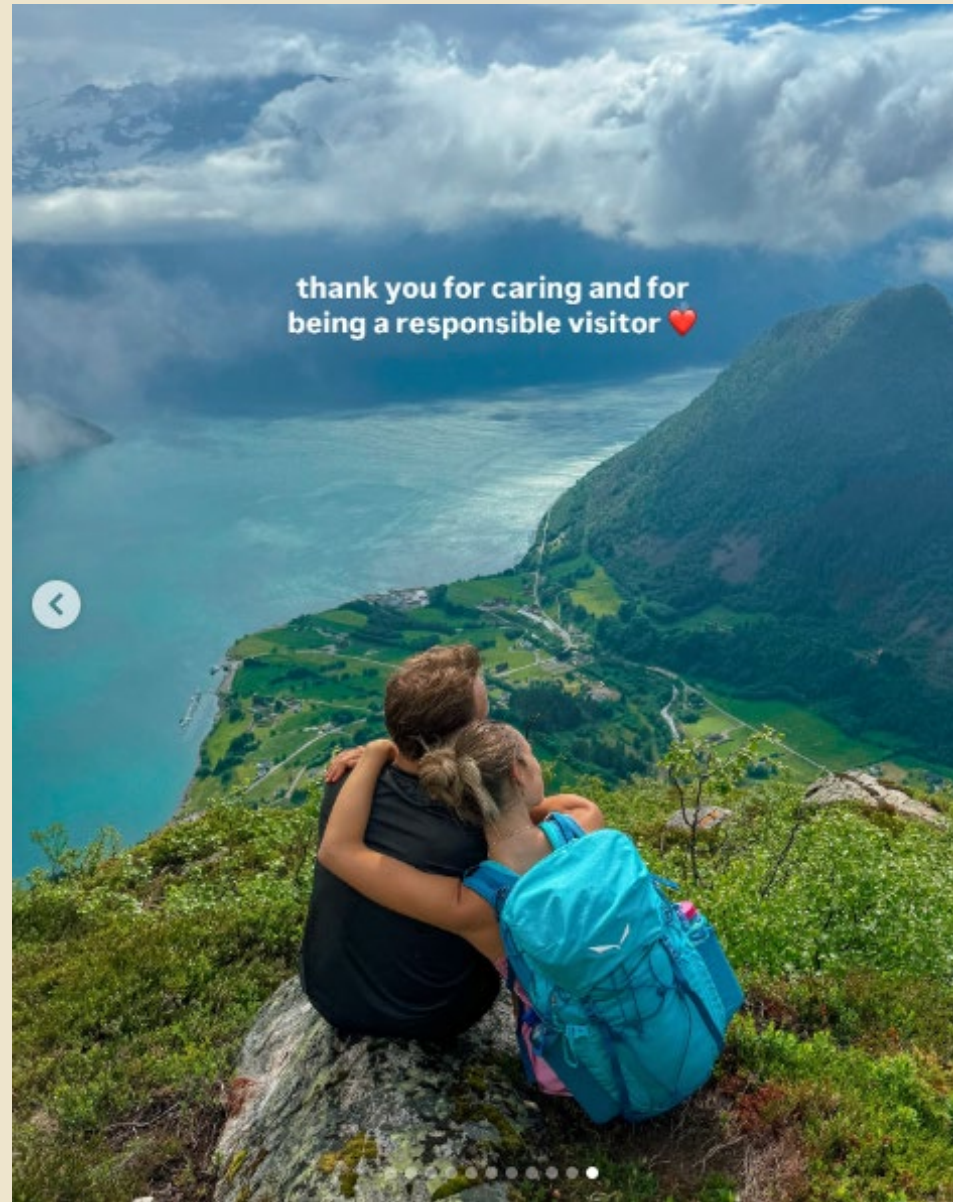


thank you for camping at
designated places and campsites

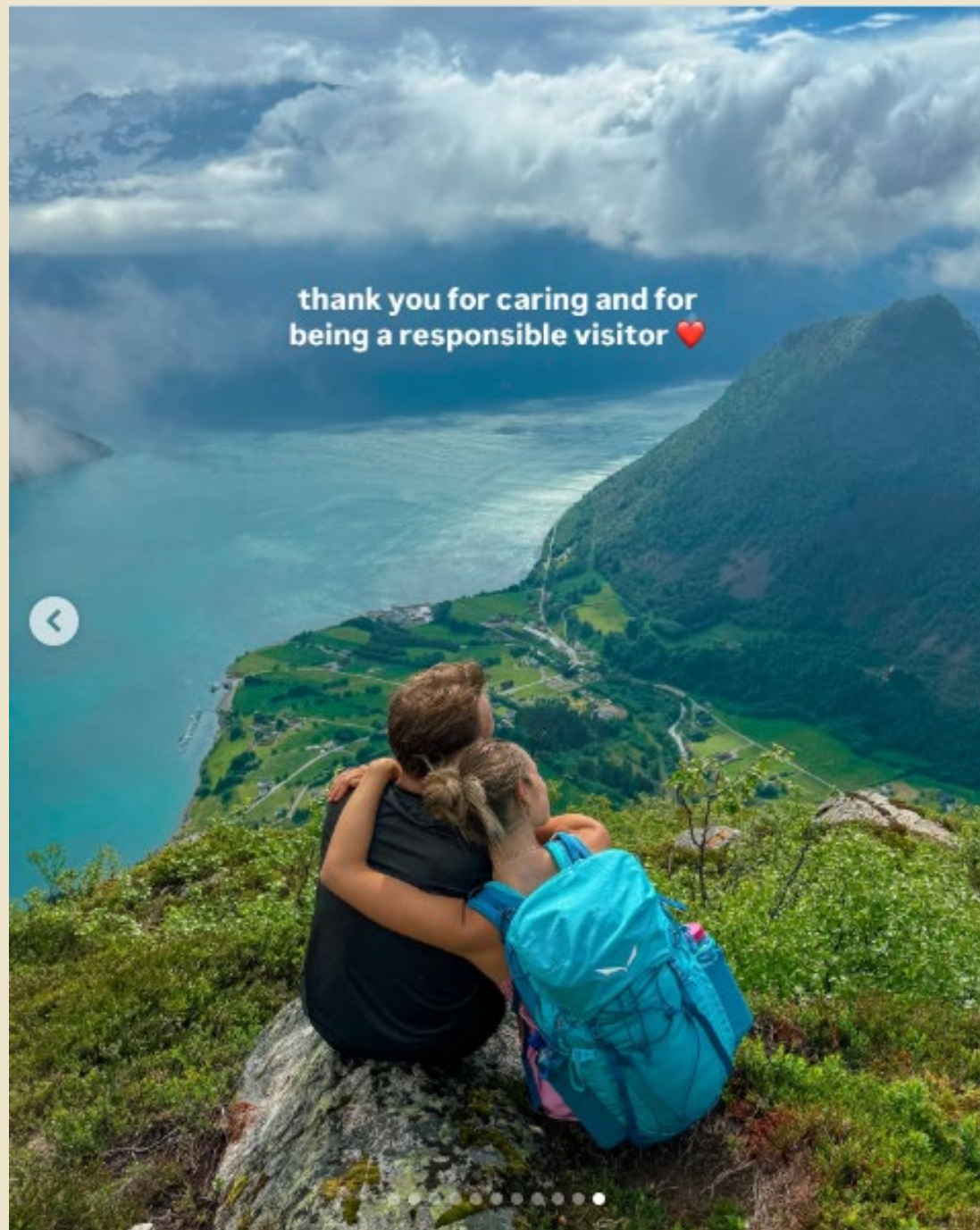




Kilde: [@helenemoo](#) (instagram)



Kilde: [@helenemoo](#) (instagram)



helenemoo • Følger
Norway



ebonyofearth 5 u
Thank you for sharing this!



2 likerklukk Svar Se oversettelse

— Se alle 1 svar



roamingwithpups 5 u
Love this Helene!



1 likerklukk Svar ...

— Se alle 1 svar



quer_zum_meer 5 u
So so wichtig ❤️ danke dafür
und danke für dich und deins
Account ❤️



2 likerklukk Svar Se oversettelse

— Se alle 1 svar



25 498 liker

17. juli



Legg til en kommentar ...



[Forside](#) ▶ [Tips og inspirasjon](#) ▶ [Naturvennlig friluftsliv - hva kan kommuner, organisasjoner og arrangører gjøre?](#)

Naturvennlig friluftsliv - hva kan kommuner, organisasjoner og arrangører gjøre?

Tilgang på nærnatur, kanalisering av ferdsel, kunnskapsdeling og skilting er virkemidler som kan fremme et mer naturvennlig friluftsliv.



[Forside](#) ▶ [Tips og inspirasjon](#) ▶ [Naturvennlig friluftsliv - slik tar du hensyn på tur](#)

Naturvennlig friluftsliv - slik tar du hensyn på tur

Se hvordan ditt friluftsliv kan bli mer naturvennlig både når du planlegger og gjennomfører en tur.

Foto: Lisbeth Bringeboen



Oppsummering



1. Synlig og lettfattelig informasjon ute i naturen

Enkle plakater/skilt ved utfartssteder, parkeringsplasser og stier – med korte budskap og ikoner (f.eks. "Ta med søpla hjem", "Hold deg på stien", "La fuglene hekke i fred").

Humor og varme i kommunikasjonen – folk husker ofte bedre når det er formidlet med et glimt i øyet (som Kardemommeloven).

QR-koder på infotavler eller turmål, som leder til korte videoer/illustrasjoner på flere språk.



2. Praktisk opplæring og rollemodeller

Turledere, guider og foreninger (DNT, speideren, friluftsråd) kan vise i praksis hvordan du er naturvennlig.

Synlige forbilder på sosiale medier (influensere, naturfotografer, friluftsfolk) som viser gode vaner – rydde søppel, slå opp telt riktig, lage ild trygt osv.

Skole og barnehage: bygge inn små "naturvettregler" i undervisning og turer.



3. Tilpasset kommunikasjon

Enkle huskeregler (som "Sporløs ferdsel", "Ta med mer søppel ut enn du tok med inn", eller Kardemommeloven-varianten).

Flere språk og symboler, særlig der mange turister ferdes.

Visuell kommunikasjon – tegninger, piktogrammer og korte videoer fungerer ofte bedre enn lange tekster.

Tips: Sjekke merkehandboka.no



4. Aktive tiltak

Søppeldunker på strategiske steder (men ikke i villmarka, da kan det trekke dyr).

Organiserte ryddeaksjoner som gjør det sosialt og givende å ta ansvar for naturen.

Sanksjoner eller reguleringer der det er nødvendig (bålforbud, ferdselsrestriksjoner i hekketid).



5. Verdiformidling

Ikke bare regler, men også **forklare hvorfor**:

"Plukk opp søppel – så slipper dyra å spise plast."

"Hold deg på stien – så unngår vi erosjon og slitasje."

Koble til **følelser og stolthet**: norsk allemannsrett, arv til neste generasjon, opplevelsen av stillhet og uberørt natur.

