



## Friluftsliv med eld och vindsydd

Innan ni kommer ut till oss i skogen vid Hammarskogs herrgård är det två saker som ni behöver göra.

1. Kolla med skolbespisningen så ni får med er mat. Till det här temat behöver ni såklart ha med mat som man lagar/värmer över eld. En klassiker är att grilla korb eller hamburgare över elden. Ett annat populärt alternativ är att laga wok på våra muurikkor. Eleverna kommer laga mat i grupper under dagen. Dela därför upp maten gruppvis på förhand så blir det mycket enklare när ni väl är ute i skogen. Och dessutom blir det inte så tungt att bära om eleverna hjälps åt att bära sin egen mat. OBS: Om ni har med fryst mat se till att den är tinad när ni kommer. Fryst mat tar låååååå tid att tina över elden utan att den blir bränd utanpå...

Frukt eller något mellanmål är bra om det finns med till eleverna, det brukar behövas, de brukar bli hungriga så fort de kommer ut. Extra dricka är bra om de också får med sig. En festis på 2,5 dl räcker inte när eleverna är ute och rör sig hela dagen, egen vattenflaska är bra om de har med sig.

2. Fylla i [checklistan på vår hemsida](#), senast en vecka innan ert besök.

När ni sedan kommer hit börjar dagen med att bussen släpper av er vid Hammarskogs herrgårdsparkering. Vid parkeringen finns ett utedass. Det kommer finnas en pedagog från naturskolan som möter upp er vid parkeringen och som tar hand om er under dagen. Ni behöver vara minst två vuxna från er skola som följer med klassen.





## Sedan så kommer dagen i grova drag se ut så här:

- Hej och välkomna!
  - En snabb samling där vi presenterar oss och sedan går vi upp i skogen dit vi ska vara. Alla hjälps åt att bära med det som behövs under dagen. Varje grupp kommer under dagen att få ut:



- presenning
- eldplåt
- vattendunk
- hink med:
  - tre plåtburkar
  - eldhandskar
  - tidningspapper
  - burk med stearinljus och en tändsticksask med 10 tändstickor (det kan hända att vi har med stål och flinta också).
  - två avkortade knivar
  - eventuellt en hoppfällbar såg

▪ Sedan tillkommer matlagningsutrustning beroende på vad ni har valt för mat. (se checklistan)

OBS! Av erfarenhet vill vi INTE att era elever tar med egna knivar eller andra eggverktyg.

- Väl inne i skogen:
  - Har vi först en genomgång av hur man gör för att sätta upp ett vindskydd av en presenning. Sedan få eleverna göra sina vindskydd i grupper. Här är det bra om ni har tänkt ut grupperna innan, så ni gjort grupper som ni tror funkar bra. Vi vill inte att det är mer än sex grupper på er klass, för att vi ska hinna hjälpa alla. Det brukar vara lagom med 4-6 elever i en grupp.
  - När eleverna är klara med sina vindskydd brukar de få ta någon frukt eller mellanmål i sitt vindskydd.
  - Sedan samlas vi igen och har en genomgång av hur man gör upp en eld och vad som är viktigt att tänka på. Vi kommer gå igenom allt material som de får ut.
  - Sedan får eleverna göra upp eldar vid sina vindskydd och laga mat över sin eld.
  - När alla har ätit burkar det vara lagom att packa ihop och städa
  - Sedan har vi en avslutande samling, och hjälps åt att bära tillbaka allt.

Här kan ni som lärare välja om ni vill ha en genomgång i början av dagen där vi både går igenom eld och vindskydd om ni pratat mycket om det innan.

OBS! en viktig sak som vi inte nämnt än är kläder

Det är **KLÄDER EFTER VÄDER** som gäller!

Oömma kläder rekommenderas varmt, blir mycket roligare för eleverna om de inte behöver tänka på att de måste akta sina kläder.

**Varmt välkomna till en härlig dag med eld och vindskydd i skogen!**

Har ni några frågor är det bra att ni hör av er till [naturskolan@uppsala.se](mailto:naturskolan@uppsala.se)