

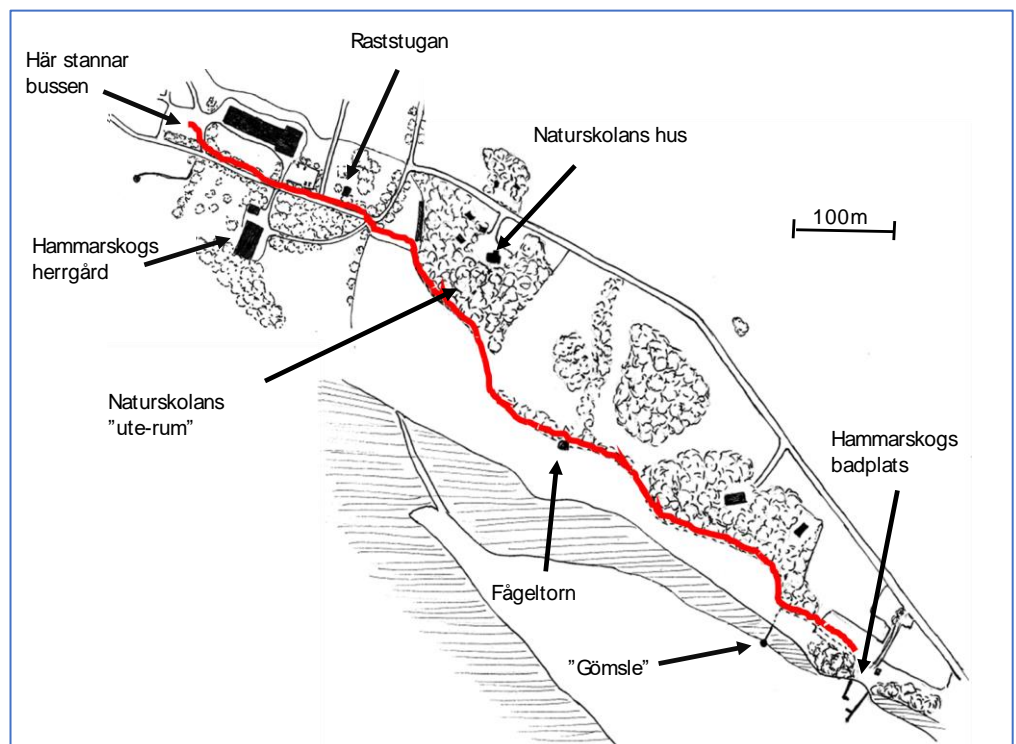
Is och issäkerhet med Naturskolan

Innan ni kommer ut till oss på isen i Dalbyviken är det fyra saker som ni behöver göra.

1. Boka Naturbussen, senast två veckor innan ni ska komma hit. Det är kostnadsfritt och bussen hämtar upp er på skolan. På [Pedagog Uppsalas hemsida](#) hittar du information om hur du bokar den. Beställ bussen till Hammarskogs Herrgård, så ni är framme kl. 9 och att den hämtar er 13:30 på samma ställe. Om tiderna inte passar hör av dig till oss på naturskolan.
2. Kolla med skolbispisningen så ni får med er mat. Ni behöver ha med er mat som kan värmas över eld, eleverna behöver få i sig något varmt då det är kallt ute sådana här dagar. Grillkorv eller hamburgare är några av klassikerna. Vi från naturskolan ordnar med grilleld.
OBS: Se till att maten är tinad när ni kommer. Fryst mat tar låååång tid att tina över elden utan att den blir bränd utanpå...
Försök också att de till att eleverna får något varmt att dricka med sig.
3. [Fylla i checklisten på vår hemsida](#) senast en vecka före ert besök.
4. Gå igenom issäkerhet på skolan innan ni kommer till oss. Att vara på naturis är alltid en risk. Ni kommer också behöva gå igenom hur man använder utrustningen som vi tillhandhåller under dagen samt vad som gäller vid övningsplurr. [På vår hemsida hittar ni all information om det.](#)

När ni sedan kommer hit börjar dagen med att bussen släpper av er vid Hammarskogs Herrgård och sedan går ni ner till badplatsen på egen hand, där vi från naturskolan möter upp. Vi vill att ni är med **minst två pedagoger från er skola per klass.**

Det är en bit att gå ner till badet (ca 30 min), så har ni möjlighet är ett förslag från oss att en lärare som ska med under dagen tar maten i sin bil och ställer den vid badplatsparkeringen. Nere vid badplatsen finns ett utedass, det är den toaletten som finns.



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

När ni kommer ned till badplatsen bestämmer vi från naturskolan tillsammans med er lärare när det är dags för lunch och när eleverna som vill plurra ska samlas, så vi alla har koll på tiderna. Sedan går vi från naturskolan igenom säkerhetsläget för dagen, vi kommer inte hinna gå igenom det allmänt, utan bara specifikt just vad som gäller den dagen. Därför behöver ni ha [gått igenom issäkerhet](#) innan ni kommer till oss.

Vi kommer också gå igenom säkerhet för aktiviteterna och vilka aktiviteter som går att göra just den dagen. Vissa dagar ligger isen som en spegel andra dagar är den täckt med vatten och snömodd. Ni kommer behöva ha [läst på om aktiviteterna och om utrustningen som vi har](#), så ni har koll. Vi från naturskolan kan inte vara överallt och vi behöver av säkerhetsskäl prioritera issågande och upptagandet av is vid vakarna. Ni kan därför behöva hjälpa eleverna att komma i gång med de andra aktiviteterna.

Efter genomgången är det dags att gå ut på isen, men innan det sker behöver alla få på sig ett par isdubbar och de ska sitta rätt innan man får gå ut på isen. Eleverna brukar sedan få välja vilken aktivitet de börjar med och testa det tills de känner sig klara. Vi från naturskolan ser gärna att ni som lärare försöker få eleverna att testa att kasta livlina. Då det är väldigt bra att faktiskt öva på det!

Sedan är det lunch den tiden som vi bestämde och efter lunchen träffas eleverna som vill plurra på stranden med någon av oss från naturskola. Vi går sedan tillsammans ut till vaken och går igenom hur övningsplurret kommer gå till. Sedan går de som vill plurra upp till kåtorna och byter om. Ni behöver [ha gått igenom vad som gäller vid plurr](#), så att alla elever är förbereda på vad det innebär och har med sig allt de behöver inför plurret.

Under tiden som eleverna byter om har vi en genomgång, för de som ska titta på, om vilka regler som gäller vid vaken. Det får inte finnas någon hets för de som ska plurra.

Sedan är det dags för plurr. När de som vill plurra är klara avslutas dagen med att ni - alla från er skola - hjälper oss att plocka ihop alla grejor så de kommer in från isen - och ni ser till att komma iväg till bussen.

OBS! Det är **KLÄDER EFTER VÄDER** som gäller! Det är ofta väldigt kallt, sådana här dagar speciellt om det blåser. Det kan vara 0 gradigt men om det blåser 5 m/s känns det som att det är -9 grader. Det kan vara blött på isen och blir man blöt om fötterna, finns det risk för förfrysning. Om eleverna kommer i olämpliga skor är det bra om ni från skolan har med plastpåsar som eleverna kan sätta om strumporna och sedan sätta ner foten i skorna, så blir de inte blöta in på skinnet även om skorna blir blöta.

Naturis innebär alltid en risk. Vi från naturskolan ansvarar för säkerheten på isen genom att bedöma den och tala om vilka regler som gäller.

Ni som lärare ansvarar för att eleverna följer de regler vi har!



Varmt välkomna på en härlig dag ute på isen!

Har ni några frågor är det bra att ni hör av er till naturskolan@ uppsala.se

