

FRILUFTSSKOLEN

Lofoten friluftsråd ønsker velkommen til Friluftsskole i Flakstad 24. – 27. juni 2019

Hei!

Nå nærmer det seg friluftsskole, og her kommer informasjon til deltakere og foreldre.

INFORMASJON

1. Oppmøte

Friluftsskolen er i tidsrommet mandag 24. juni til torsdag 27. juni. Oppmøtested er parkeringa til Selfjordhytta klokken 09:00 alle dagene.

Friluftsskolen gjennomføres i følgende tidsrom

Mandag klokken 09:00 – 15:00

Tirsdag klokken 09:00 – 15:00

Onsdag klokken 09:00 – torsdag kl. 15:00 (frivillig overnatting)

For deltakere som ikke skal overnatte er det oppmøte kl. 09.00 på torsdag.

2. Foto og media

Under friluftsskolen kommer vi til å ta bilder. Disse vil bli brukt på friluftsrådets hjemme- og facebookside, samt mulig reportasje i lokalavisen. Dersom du ikke har gitt samtykke til dette ved påmelding, vil vi sortere bildene før de blir publisert.

Det er laget en egen Facebookside for friluftsskolene i Lofoten der dere kan følge oss underveis. Søk på Friluftsskolen Lofoten.

3. Overnatting på turen

Overnatting vil skje i lavvoer. 8-10 deltakere sover sammen i hver lavvo. Lederne på friluftsskolen fordeler deltakerne.

4. Dette må du ha med

- Klær som er tilpasset været de ulike dagene
- Litt skiftetøy er lurt å ta med seg
- Badetøy og håndkle (Vi regner med sol og sommer!)
- Drikkeflaske med vann
- Dyp tallerken, kopp, gaffel, skje og kniv.

Vi ber om at dere ikke tar med

- Snop eller brus.
- Mobiltelefon eller andre elektroniske duppeditter

Hvis det er noe viktig, vil lederne være tilgjengelig på telefon.

FRILUFTSSKOLEN

Pakkeliste til overnattingen

- Ullundertøy
- Tynne ullsokker
- Vindtett bukse og jakke
- Varm genser eller jakke til kvelden
- Regnklær
- Ekstra skifte (undertøy, genser, bukse og 2 par sokker)
- T-skjorte og shorts
- Fjellsko/støvler
- Joggesko
- Lue og votter/hansker
- Toalettsaker (tannkost, tannkrem, solkrem og myggmiddel)
- Sovepose, liggeunderlag og håndduk
- Tallerken, kopp, gaffel, skje og kniv.
- Drikkeflaske
- Liten tursekk for tur
- Medisiner dersom du trenger dette

Sjekk værmeldingen. Ta heller med et ekstra skiftetøy enn for lite.

5. Annen informasjon

Aktivitet ute betyr også at uhell kan skje – et gnagsår eller skrubbsår etc. Førstehjelpsutstyr følger all aktivitet i friluftsskolen.

På friluftsskolene lager vi felles lunsj på bål. Menyen vil ta hensyn til evt. allergier. I forbindelse med overnattingen lager vi felles middag og det vil bli servert enkel frokost om morgenen.

Vi gjør ekstra oppmerksom på at vi ikke har ekstra forsikring av deltagerne. Dersom dere foresatte finner behov for dette, må dere ordne dette selv.

Deltakere som ikke klarer å følge de reglene vi må ha når så mange er samlet, vil vi måtte sende hjem. I slike situasjoner kontaktes foreldrene og det må da påregnes at foreldrene må hente deltakere.

6. Veiledende program

Vi kommer til å være ute hele tida, og vi har program som både er obligatorisk og noe som er fritt valgt. All aktivitet skal være lystbetont. Vi vil at barna skal ha det moro og få lov til å teste noen grenser. Vi vil gjerne at deltakerne skal bli kjent i området vi er i, og bli trygg på ferdsel i naturen, og vite litt om rettigheter og plikter når skolen er over.

FRILUFTSSKOLEN

Programmet er veiledende og vi tar forbehold om justeringer og endringer.

Mandag

09:00	Oppmøte og registrering Informasjon om dagens program
09:15	Bli kjent leker Kniv, øks og bålfyring
11:00	Matlaging og matpause
12:00	Fellesaktiviteter og fri lek
13:00	Land Art Opprydding, avslutning og registrering
14:45	
15:00	Vel hjem

Tirsdag

09:00	Oppmøte og registrering Informasjon om dagens program
09:15	Snorkling / Kartforståelse
11:00	Matlaging og matpause
12:00	Fellesaktiviteter og fri lek
13:00	Snorkling / Kartforståelse
14:45	Opprydding, avslutning og registrering
15:00	Vel hjem

Onsdag

09:00	Oppmøte og registrering Informasjon om dagens program
09:15	Allemannsretten
11:00:00	Matlaging og matpause
12:00	Førstehjelp
13:00	Tur
17:00	Matlaging
19:00	Leker Hygge rundt bålet
22:00	Godnatt - Ro i leiren

FRILUFTSSKOLEN

Torsdag

08:00	Frokost og morgenstell
09:00	Oppmøte og registrering
	Informasjon om dagens program
09:15	Kokkekamp
11:00	Matlaging og matpause
12:00	Forberedelse til avslutning
14:00	Avslutning med foreldrene
14:45:00	Opprydding, avslutning og registrering. Diplomoverrekkelse
15:00	Vel hjem

7. Ledere på friluftsskolen

Andrea Gautefald	Tlf.: 98012502
Elise Løddøen	Tlf.: 46819877
Ingrid Nilsen	Tlf.: 45418622

Ingrid Lie Malmquist fra Lofoten friluftsråd er skolens «rektor». Hun kan kontaktes om stort og smått før friluftsskolen starter, på tlf.: 97650071 eller på mail til: ingrid@lofotenfriluftsrad.no

Vi ser frem til gode opplevelser, mye ute-moro og til å bli kjent med dere!

Med vennlig hilsen

Andrea, Elise, Ingrid