



Velkommen
til Skullerudstua
søndag 19. mars
kl. 11 til 15



AKTIVITETER FOR HELE FAMILIEN

- Snøforming: Lag en snøborg, snømann og mer med snøformer
- Ta med ski eller lån av oss og prøv skileik med instruktører
- Få forslag til turer i Østmarka
- Bli med på skogquiz
- Stek ditt eget pinnebrød
- Snekre din egen fuglekasse
- Sansekasser - kjenn på naturen
- Naturbingo - lær mer om planter og dyr

BLI MED UT!

Lek i snøen, lær mer om dyr og natur og nyt bålvarmen sammen med oss på vinterens store Markadag – som er gratis!

Området er lett tilgjengelig fra T-bane og buss

Mer informasjon: facebook.com/Markadag

Dere er hjertelig velkommen til en dag med enkelt friluftsliv sammen med oss:

DNT Oslo og Omegn • FRIGO • Oslo og Omland Friluftsråd • Bymiljøetaten • Det Norske Skogselskap • Naturvernforbundet
Miljøagentene barnas miljøorganisasjon • Østmarkas Venner • Skiforeningen • Statens naturoppsyn • Statsforvalteren i Oslo og Viken

Vi ønsker å **senke terskelen** for å komme ut, **dele gleden** ved å være i naturen, og **tenne en gnist** hos dem som ikke bruker Marka i dag!

VELKOMMEN

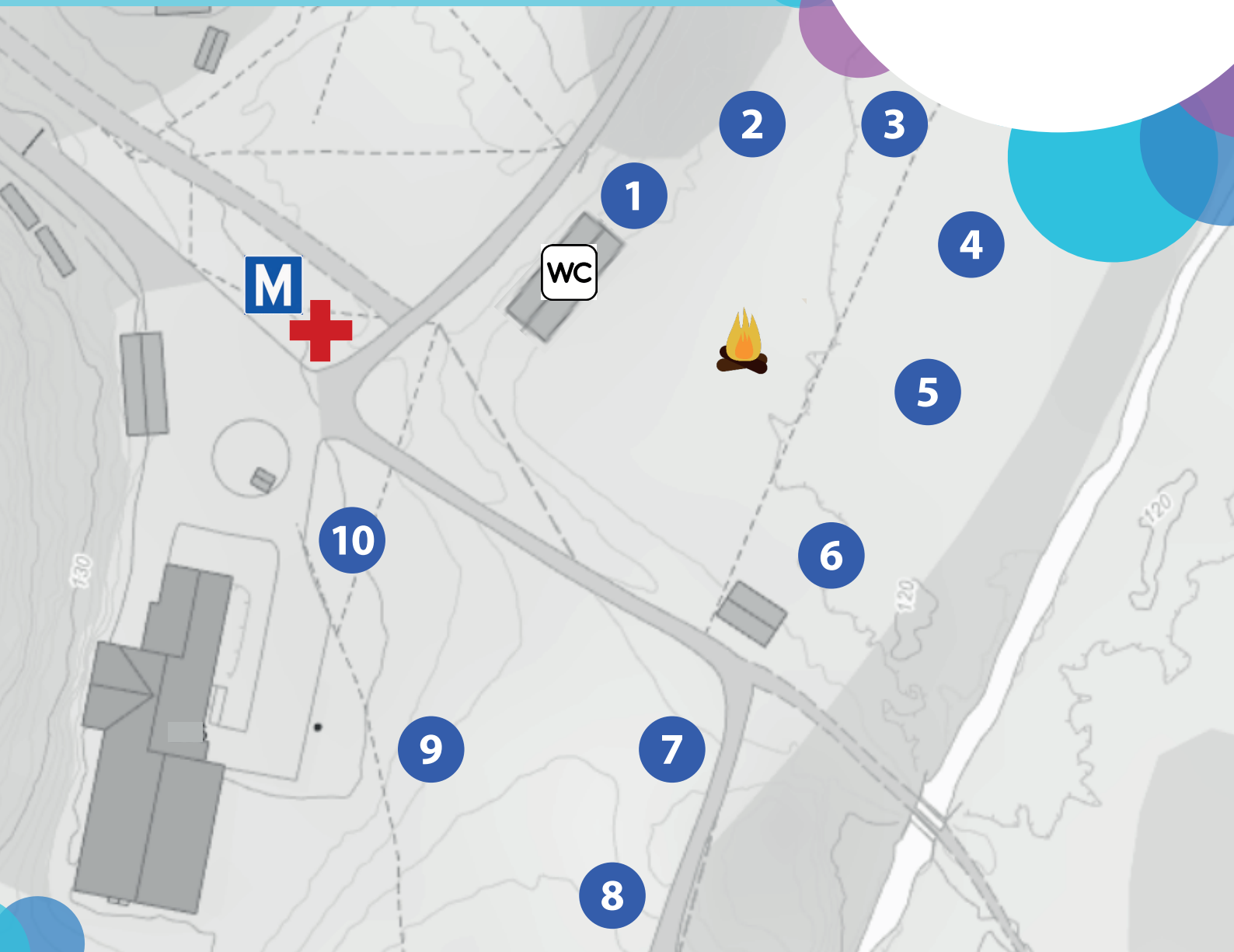
11:00 Aktivitetene starter

12:00 Åpningstale

15:00 Vi pakker sammen



MarKadagen



1) Naturbingo – lær om planter og dyr

2) Skogquiz

3) Sansekasser – kjenn på naturen

4) Forslag til turer i Østmarka

5) Fuglekassesnekring

6) Stek ditt eget pinnebrød

7) Snøforming

8) Lavo – Statens naturoppsyn

9) Skileik med instruktør

10) Utlån av skiutstyr

M  Møtepunkt og Røde Kors

 Nyingen varmer vi oss på – eventuell grilling gjøres på bålpanner

Vi ønsker å **senke terskelen** for å komme ut, **dele gleden** ved å være i naturen, og **tenne en gnist** hos dem som ikke bruker Marka i dag:

DNT Oslo og Omegn • FRIGO • Oslo og Omland Friluftsråd • Bymiljøetaten • Det Norske Skogselskap • Naturvernforbundet
Miljøagentene barnas miljøorganisasjon • Østmarkas Venner • Skiforeningen • Statens naturoppsyn • Statsforvalteren i Oslo og Viken