





Alle skal finne sin Friluftsglede!

Vi skal begeistre for et naturvennlig
friluftsliv og senke terskelen for å delta



FRILUFTSLIVETS ÅR 2025

- Oppdag din nærnatur
- Inviter hverandre ut
- Prøv nye friluftaktiviteter

Hele Norge feirer friluftslivet

Frivillighetens dag
5. desember

Hele Norge båler

Åpningsarrangementer
lørdag 18. januar

Organisasjonene tar
initiativ til egne satsinger
med Hele Norge ...

Hele året

Friluftslivknappen
Finn din friluftsglede
Naturvennlig friluftsliv

Kampen om Hunderskogen

Undervisningsopplegg for
førskolen og småskolen

Friluftslivets uke

30. august til 7. september
Hele Norge på Natt i naturen
Turmat fra hele verden
Strandryddedagen
Tur med mening

Hele Norge sammen på tur

Verdensdagen for
psykisk helse 10.oktober



Har du en friluftslivsaktivitet du brenner for? Bli med på laget som skaper Friluftslivets år 2025!

Sammen skal vi skape begeistring for et naturvennlig friluftsliv, og senke terskelen for å delta.

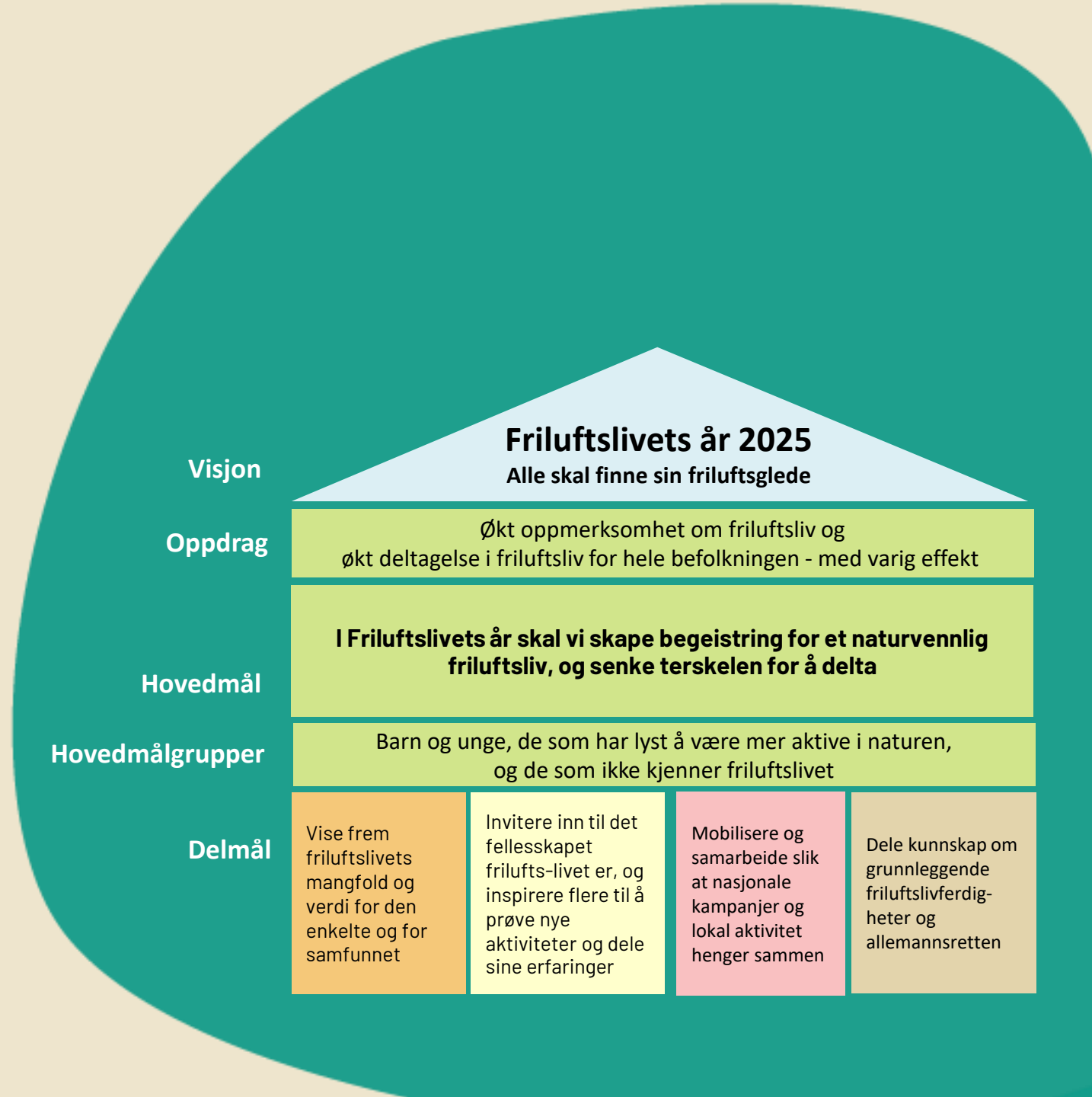
Målet er at alle finner sin friluftsglede. Den kan du finne når du er til stede i naturen og møter den med lekenhet, nysgjerrighet og respekt – gjerne sammen med andre.

Friluftslivets år skal inspirere deg til å:

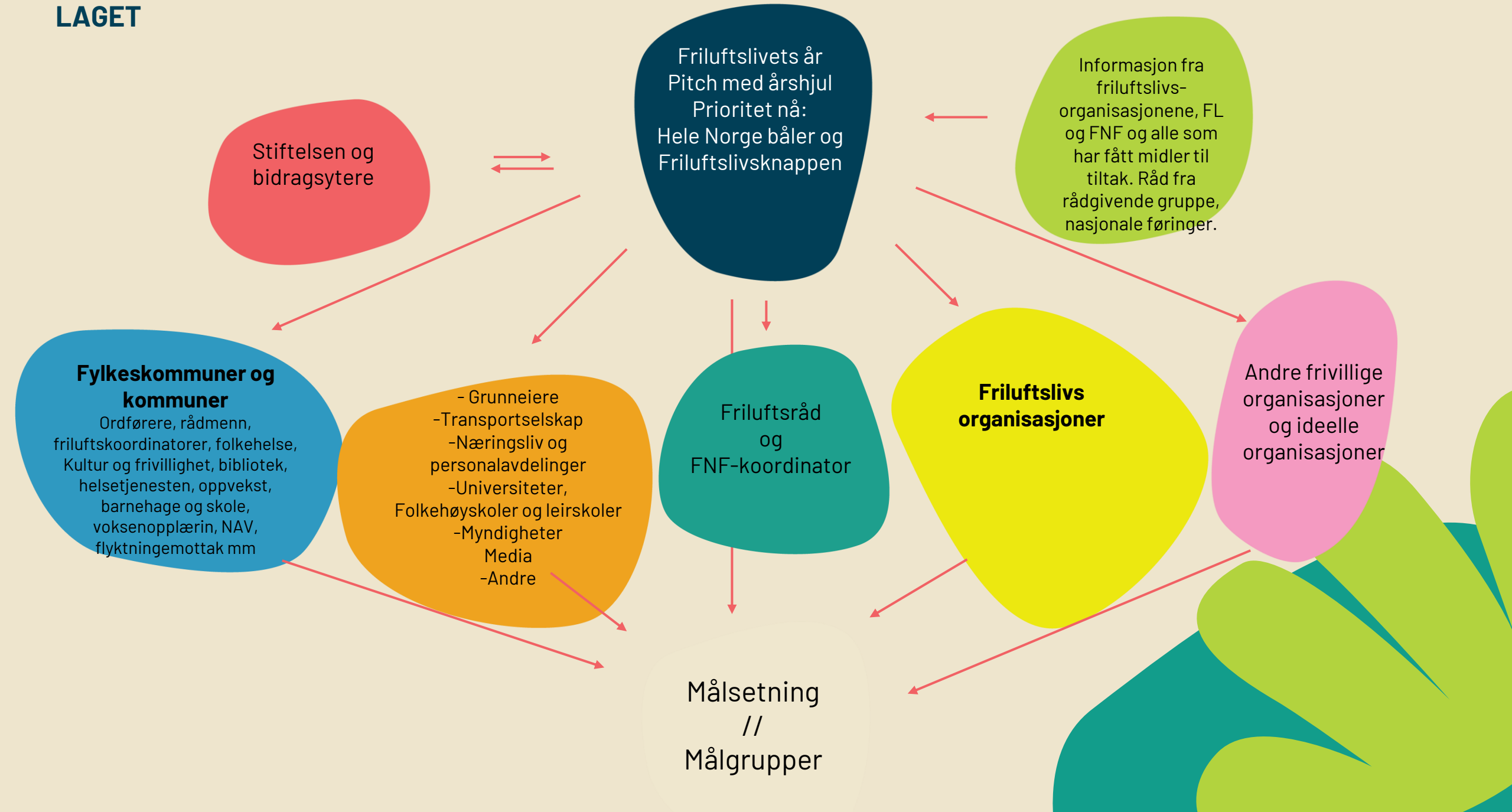
- * Oppdage din nærnatur
- * Invitere andre ut
- * Prøve nye friluftslivsaktiviteter

Åpningsarrangementet er «Hele Norge båler» 18. januar.

Mer informasjon finner du på **friluftslivetsar.no**



LAGET



Kampanjepush 1: September - Desember

Friluftslivets år-genseren

- Strikkekonkurranse i forkant, drevet primært av organisk distribusjon, og noe betalt på Meta
- En jury på fem bestående av anerkjente strikkedesignere hos flere målgrupper valgte ut 3 stk.
- Folket stemte selv blant de tre hvilken genser som skulle vinne.
- Vinneren annonseres organisk i NF sine kanaler, og allerede plukket opp i juryens kanaler og av Hjemmet til sitt opplag 27. des.
- Vi bruker genseren som oppvarming til FÅ, og kjører annonser på Meta, vg.no, betalt søk, alle 129 lokalaviser og en helside.
- Alt leder inn til nettsiden med oppskrift, og spres utover strikkeinteresserte. Bruker genseren som en "underholdende drakt" som del av oppvarmingen til FÅ.



Inspirerende budskap

Leken, enkel og tydelig. Igjen handler det om å skille seg ut blant de mange plakatene med mye informasjon og grafiske elementer. Rettet mot Friluftslivets år 2025 generelt, men kan være tilpasset sesong og ulike språk; nynorsk og bokmål.

Plakatene skal være slik at folk blir inspirert til å snappe/sende bilde av de til noen de tenker på, og å få folk til å reflektere. Påvirke folk til å invitere med seg noen på tur.

Utover det bruker vi også videomateriell som allerede er produsert, og får hjelp av radio/avis for utforming av andre typer annonsesett.



På Safari i Friluftslivet

Gjennom en digital underholdningsserie inviterer Safari med seg ulike kjente personligheter for å utforske nærnaturen i ulike fylker, oppdage nye frilftsaktiviteter og dele ekte opplevelser.

Med seg på veien får de hjelp og råd fra ulike organisasjoner, og vi knytter episodene til årshjulets konsepter, som f.eks. "Hele Norge Båler".



Hele Norge bålet

18. januar

Startskudd og åpningsarrangement for
FÅ25

- Små og store arrangementer
- Nye målgrupper, nye samarbeid
- Introduksjon til muligheter i nærmiljøet
- Synliggjøre og forsterke
- Nasjonal TV sending



FRILUFTSLIVETS ÅR

2025

Forside

Aktivitetskalender

Aktivitetskalender

Her vil du finne arrangerte turer og aktiviteter over hele landet som tar deg med ut i naturen i Friluftslivets år 2025.

Filtre

Søk på arrangement

Hele norge båler

Velg fylke

Oslo

Velg kommune

Oslo

Dato

25 Okt - 8 Nov

Søk

Viser 78 aktiviteter

Vis i liste

24. sept

Her er det plass til en tittel som kan være to linjer

Dato

25 Okt - 8 Nov

Dato

M T O T F L S

Oktober 2024

1 2 3 4 5 6 7

8 9 10 11 12 13 14

15 16 17 18 19 20 21

22 23 24 25 26 27 28

29 30 31

November 2024

1 2 3 4 5 6 7

I dag

Denne helgen

Neste uke

Vis

Her er det plass til en ingress om aktiviteten.

Her er det plass til en ingress om aktiviteten.

Her er det plass til en ingress om aktiviteten.

Her er det plass til en ingress om aktiviteten.

FRILUFTSLIVETS ÅR

2025

Forside

Aktivitetskalender

Aktivitetskalender

Her vil du finne arrangerte turer og aktiviteter over hele landet som tar deg med ut i naturen i Friluftslivets år 2025.

Søk på arrangement

Hele norge båler

Velg fylke

Oslo

Velg kommune

Oslo

Dato

25 Okt - 8 Nov

Søk

X Tøm alle filtre

Viser 78 aktiviteter

BC Uskedalen

Denne helgen kan du være med på føring på bre og over luftige topper samt introduksjon til klatring og spennende turer med flinke turleder og instruktører.

Legg til arrangement

Vis i liste

Tittel	Adresse	Arranger
BC Uskedalen	Uskedalen	Kommune
Panorama Stølsheimen	Uskedalen	Kommune
Overnattingstur med Luren 4H	Uskedalen	Kommune

Ressurser



MANGFOLDIG MAT I FRILUFT

Turmat fra hele verden er et initiativ fra Hørsk Friluftsliv som startet i 2017, med hensikt å bygge bro mellom norsk turkultur og internasjonale matkulturer.

Denne veilederen er ment som en ressurs for utledere og ansatte i organisasjoner tilknyttet Hørsk Friluftsliv, ansatte i skoler og andre som ønsker å ta i bruk turmat fra hele verden som et inkluderingsverktøy i friluftsliv.

INNHOLET I VEILEDEREN ER:

- En oppleggsplan som tar for seg tema som utvalg, matlagning, kokkspillet og tid - for å gi regler og forutsetninger for aktiviteten som sammenfaller.
- Eksempler fra ulike Turmat fra hele verden-opplegg, til inspirasjon og glede av utvalgte opplegg.
- Tips til gjennomføring av turmataktiviteten, basert på erfaringer fra tidligere opplegg.
- En egen del om mat i skolen, med tips og opplegg til hvordan skolemat kan være en del av turmataktiviteten.

Veilederen er utgitt i samarbeid med bokforlaget og samarbeidspartnerne Hørsk Friluftsliv, Norges sopp- og ryttmønstreforbund, Norges lag- og klubbforbund og Skogskolelaget. I tillegg har flere skoler, lag og klubber bidratt med bilder og tekst.

Vi i Hørsk Friluftsliv håper at veilederen kan bidra til å øke inkluderingen, og at mange flere vil gjøre mat en del av turmataktiviteten, og at turmat fra hele verden vil bli en del av turmataktiviteten.

Besøket kan være et skritt mot mangfold og inkludering i friluftsliv.

GOD TUR OG VEL BEKOMME!

Hørsk Friluftsliv 2022

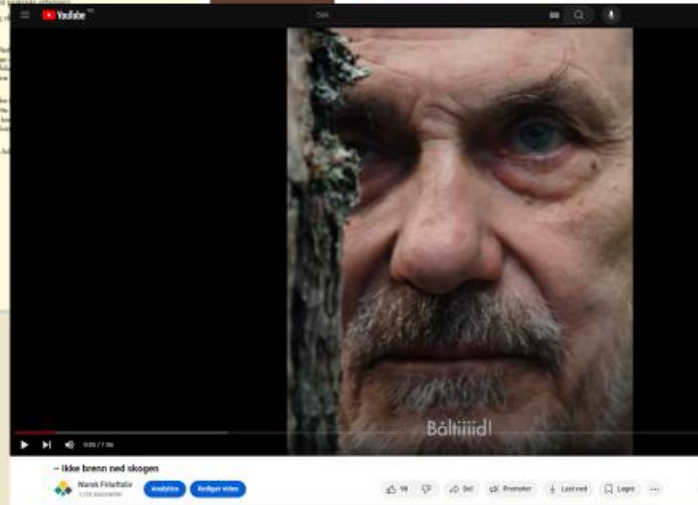
Informasjon om allemannsretten på uli...

Hørsk Friluftsliv
Spillvideo • Offending • 7 videoer • Sett 3 324 ganger

Spill av alle

Sorter

- Allemannsretten
Hørsk Friluftsliv • Sett 124 ganger • for 3 år siden
- The right to roam (Engelsk)
Hørsk Friluftsliv • Sett 846 ganger • for 3 år siden
- Prawo powszechnego dostępu (Polsk)
Hørsk Friluftsliv • Sett 56 ganger • for 3 år siden
- حق الوصول العام (Arabisks)
Hørsk Friluftsliv • Sett 124 ganger • for 3 år siden
- Xuquqda dadweynaha (Somali)
Hørsk Friluftsliv • Sett 250 ganger • for 3 år siden
- சமூக அணுகல் (Tigrinja)
Hørsk Friluftsliv • Sett 242 ganger • for 3 år siden
- گهواره حق (Urdu)
Hørsk Friluftsliv • Sett 134 ganger • for 3 år siden



TIPS TIL KLEDE

NÅR DET ER:

VARMT ☀️

lag 1 + lag 2

KALDT ☁️

lag 1 + lag 2 + lag 3

VIND 🌬️

lag 1 + lag 2 + lag 3

REGN 🌧️

lag 1 + lag 2 + lag 3

TIPS

Some ganger, for eksempel tidlig på høsten, er det varmt nok til å gå uten jakke. Men når det er kaldt, er det viktig å ha på seg en jakke. Klærne bør ikke være for tynne. Når det er plass til luft mellom lagene, er det enklere å holde varmen. Pakk med ekstra klær om du blir svært kald.

Miljødirektoratet

Symbol: UI Fleece

Friluftsknappen



Friluftsknappen

- Lag noe kult av kvister og kongler
- **Klatre** på en stor stein
 - Klatre i et tre
 - Dra på sykkelstur
 - **Sov over** i naturen



- Luft en **hund** på tur
- Lytt til **fuglesangen** rundt deg
- Sjekk hva **maur** bærer på
- Lett etter **krabber** i fjæra
- En aktivitet til



- Fang en **fisk**
- Prøv deg på **kanotur**
- Bli med en **robåt** på tur
- Dra på tur med en **seilbåt**
- Prøv **dykkemaske**

PS: Bakerst i heftet ser du hvem som kan hjelpe deg mye av dette.

Friluftsknappen



INVITASJON

Velkommen til å bli med på aktiviteter som blir arrangert over hele landet i Friluftslivets år 2025!

Januar: Hele Norge båler
Aug/sept: Hele Norge med Natt i naturen
Oktober: Hele Norge går sammen på tur
Desember: Hele Norge feirer friluftslivet
+ Markering for Friluftsknappen

Har du lyst å være i naturen sammen med andre barn? Det finnes mange organisasjoner du kan være med i. Få hjelp av en voksen til å scanne QR-koden og se hva som er mulig der du bor.







Meny 

Forside ▶ Aktiviteter innen friluftsliv fra organisasjoner



Se hva organisasjoner tilbyr innen friluftsliv

Har du lyst å oppleve naturen sammen med andre? Over hele landet finnes det lokale lag som tilbyr miljøer for dette.

Aktiviteter fra friluftslivsorganisasjoner

▼ 4H Norge

▼ Den Norske Turistforening (DNT)

▲ Forbundet KYSTEN

Forbundet KYSTEN tilbyr aktiviteter som bygger opp under å bevare og fremme kystkultur og maritime tradisjoner i Norge:

- 1 Båtbygging og båtvedlikehold: Kurs og workshops i tradisjonell båtbygging og vedlikehold av tre- og seilbåter.
- 2 Seiling og roing: Arrangering av seil- og roturer, inkludert regattaer og turer med tradisjonelle båter.
- 3 Kystkulturfestivaler: Deltakelse i og arrangering av festivaler som feirer kystkultur, med fokus på tradisjonelt håndverk, mat, musikk og dans.
- 4 Historiske båtturer: Turer med historiske fartøy, hvor man kan oppleve kystens historie og kultur på nært hold.
- 5 Håndverkskurs: Kurs i tradisjonelle håndverksteknikker, slik som notbinding, seilmaking, treskjæring og smedfag.
- 6 Kyststier og vandringer: Organisering av vandreturer langs kyststier, ofte med fokus på lokal historie og natur.

- 8 Formidling og undervisning: Prosjekter og programmer for skoleklasser og barnefamilier for å lære om kystens kultur og historie.
- 9 Restaurering og bevaring: Prosjekter for restaurering og bevaring av historiske kystbygninger, båter og andre kulturminner.
- 10 Medlemsmøter og samlinger: Sosiale samlinger for medlemmer, inkludert foredrag, filmvisninger og diskusjoner om kystkultur og maritime tradisjoner.

Roknappen: Forbundet KYSTEN vil at alle skal få oppleve gledene ved å ro. Dette et hefte med enkle øvelser og nyttige råd som leder frem til ferdighetsprøven, "Roknappen". I dag brukes Roknappen blant annet i samarbeid mellom skoler og kystlag i formidling av kystkultur og kystfriluftsliv. Den er også svært populær som barneaktivitet på kystlagenes arrangementer.

Marmelpasset er et hefte som fungerer som kompetansebevis for en ferdigheter og kunnskap om kystkultur. Det skaper en helhetlig ramme som kystlag og andre voksne kan bruke til å guide grupper av barn gjennom ferdigheter, kunnskap, undring og undersøkelser på og ved sjøen.

Kysten Ung er for deg mellom 13 og 26 år som er interessert i kyst og friluftsliv. De har aktiviteter som passer både for deg som vil prøve noe nytt i sosiale fellesskap, eller som allerede er dreven på havet.

Forbundet KYSTEN har lokale lag over hele landet, som hver har sine egne aktiviteter og arrangementer.

Det vil være en inngang bakerst i heftet som leder til nettsiden for å finne organisasjoner, aktivitetskalender og tips om naturvennlig friluftsliv.



Kampen om Hulderskogen skal skape naturglede og miljøbevissthet i målgruppen førskole og småskole.

Målgruppe 5 -10 år

Del 1 januar 2025: introduksjonsopplegg med kobling til friluftsknappen.

Del 2 august 2025: 4 sanger til musikkundervisning

Del 3 november 2025: mininusikal.

