****

****

**Program**

**Soltinddalen og Engelskmannsvatnan**

**11.- 13. august 2020**



**OPPMØTESTED ALLE DAGER: Ved Engelskmannsvatnan**

**TIRSDAG 11. AUGUST:**

08.30 Deltakere som kommer ned ferge fra øyene hentes på fergeleiet på Hansnes og kjøres til friluftsskolen

**KONTAKTINFORMASJON**

Freddy Sørensen

95735490

Tine Marie V Hagelin

95165131

Solveig Enoksen

92245790

09.00 Velkommen til Friluftsskolen!

Smittevern på friluftsskolen

Bli-kjent-leker

09.30 Sette opp leir

10.30 Allemannsretten: Norges viktigste rettighet

11.00 Lunsj rundt bålet

12.30 På tur med allemannsretten og høsting av naturen

14.00 Takk for i dag og vel hjem! Elevene kjøres til fergeleiet

**ONSDAG 12. AUGUST:**

08.30 Deltakerne hentes på fergeleiet på Hansnes

og kjøres til friluftsskolen

09.00 Smittevern på friluftsskolen

Innføring i kart og kompass

09.30 Ekspedisjon Soltindvatnet - kart og kompassøvelser

11.00 Lunsj rundt bålet

12.00 Vi prøver fiskelykken i Soltindvatnet

**Husk at friluftsskolen er mobil- og godtefri sone!**

13.30 Vi går tilbake til Engelskmannsvatnan

14.00 Takk for i dag og vel hjem! Elevene kjøres til fergeleiet

**TORSDAG 13. AUGUST:**

08.30 Deltakerne hentes på fergeleiet på Hansnes

og kjøres til friluftsskolen

09.00 Smittevern på friluftsskolen

Om kanopadling - Innføring og sikkerhet

10.00 Vi padler kano

11.00 Lunsj rundt bålet

12.00 Kanopadling/fisking

13.30 Rydding, oppsummering og utdeling av diplomer

14.00 Takk for denne gang og vel hjem! Elevene kjøres til fergeleiet

Deltakerne som kommer med ferga hentes og bringes til og fra fergeleiet på Hansnes hver dag.

****

**Lunsjtips…**

For at dagen skal bli god og humøret være på topp, er det viktig med stor og sunn nok lunsjpakke.

Vi foreslår følgende meny:

**Dag 1.** Fiskeburger + brødmat e.l. + frukt

**Dag 2.** Ostesmørbrødsom kan stekes på bålet + brødmat e.l. + frukt

**Dag 3.** Wrap med valgfritt fyll i folie + brødmat e.l. + frukt

**Alle dager:** Termos med varm drikke og flaske med kaldt vann.

**Pakkeliste**

* Klær etter vær! Og ta høyde for at det kan komme regn, så pakk alltid med regntøy
* Ullundertøy, buff, lue og votter
* Vind og vanntette ytterklær
* Ekstra skift fra topp til tå
* Vanntette sko/støvler
* Ryggsekk (til å kunne bære litt mer enn bare ditt eget)
* Sitteunderlag
* Spikkekniv
* Redningsvest (for de som har) til dag 3, kan lånes på friluftsskolen for de som ikke har
* Drikkeflaske og termos med drikke i
* Stor matpakke for hele dagen
* Spisesett; kopp, bestikk, fat, grillspyd
* Fiskestang – makk er anbefalt agn
* Fiskestang

**Smittevern på friluftsskole**

* Barn eler instruktører/ledere som er smittet av Covid-19, er i karantene eller har symptomer på luftveissykdommer, skal ikke delta på Friluftsskolen. Dersom deltakere blir syke under Friluftsskolen, skal foresatte varsles og deltakeren bør hentes/hjelpes hjem så fort det lar seg gjøre.
* Friluftsskolen gjennomføres uten aktiviteter som innebærer direkte fysisk kontakt mellom deltakerne.
* Friluftsskolen gjennomføres slik at hver deltaker i størst mulig grad har eget utstyr, og dersom det brukes felles utstyr skal dette vaskes hyppig.
* Deltakerne skal som hovedregel ha med egen niste og drikke.
* Deltakerne deles inn i grupper som ikke er større enn 20, mest sannsynlig blir gruppene på max 7-8 personer.

**Smitteforebyggende vaner**

* Unngå å hoste eller nyse direkte på andre.
* Hold minst en meters avstand til andre.
* Unngå håndhilsning, klemming og annen fysisk kontakt
* Vask hendene ofte og grundig med såpe og lunkent vann eller desinfiserende middel.

**Det er viktig at barnas foresatte snakker med barna om disse reglene før friluftsskolen.**