

Friluftslivets uke  
- over hele landet  
31. aug - 8. sept!



## Dette kan du gjøre med barna i Friluftslivets uke!

Friluftslivets uke markeres hvert år første uken i september, og er Norges største friluftsfest.

Barnehager, privatpersoner, frivillige organisasjoner, friluftsråd og kommuner har over 1000 arrangementer og aktiviteter over hele landet som dere kan være med på, og en del av dem vil du finne på [www.friluftslivetsuke.no](http://www.friluftslivetsuke.no).

Gode naturopplevelser er godt for barns utvikling og helse, og gir gode barndomsminner. Uken er derfor en ypperlig anledning til å ta en tur ut sammen med familien, lage middagen ute i naturen eller i hagen, og finne på spennende ting ute sammen med barna og skoleklassen.

Få tips og ideer til ting å gjøre sammen med barna i brosjyren fra Naturpilotene!



Finne brosjyren på [www.nkfb.no](http://www.nkfb.no)

Sjekk hva som skjer der du bor under Friluftslivets uke, og les hvordan du kan vinne kule premier fra Fjällräven på [www.friluftslivetsuke.no!](http://www.friluftslivetsuke.no!)

## Sov ute under #nattinaturen lørdag 31. august!

Sove ute-aksjonen første helg i september er blitt en tradisjon, med opp mot 100.000 deltakere i 2018. Sett opp teltet i hagen, dra dyna ut på balkongen, eller spenn opp hengekøya i et skogholt i nærheten.

Husk!  
Man trenger ikke å dra langt for at barn skal få en stor opplevelse.