



MALMÖ

Frilufsarverksamhetens målsättningar

Dessa baskunskaper bör ungdomarna ha med sig från Lufsarna:

FRILUFTSTEKNIK

- Kunna tända, hantera och släcka eld.
- Kunna sätta upp och ta ner tält och vindskydd.
- Kunna surra och använda knopar som behövs för att sätta upp ett vindskydd, en trefot eller liknande.
- Kunna hantera stormkök för att laga riktiga måltider.
- Veta hur man hanterar såg, yxa och kniv utan fara för livet.
- Ha provat på enklare överlevnad. Exempelvis, hur man renar vatten.

UTRUSTNING

- Kunna packa rätt, även för övernattnings och långvandring.
- Ha provat att bära utrustning under längre turer.
- Sköta sin egen och gruppens utrustning före, under och efter turen.
- Tillverka lättare utrustning. Exempelvis, en skärbräda eller en överlevnadsask.
- Ha fått information om riktiga kläder (flerskikts-principen) och rätt utrustning.

FÖRSTA HJÄLPEN

- Känna till och kunna tillämpa grunderna i första hjälpen.
- Veta hur man skaffar hjälp vid en olyckshändelse.

VANDRA

- Ha provat på minst två långvandringar på minst 10 km över en helg.
- Vandra utan att klaga.



MALMÖ

ORIENTERING

- Kunna läsa karta och använda kompass.
- Känna till de vanligaste karttecknen.
- Känna till vad man gör om man gått vilse.

KANOT / PADDLING

- Ska minst en gång ha provat på paddling med en övernattnig.
- Behärska paddeltekniakens grunder.
- Veta hur man bygger en kanotbivack.
- Ha förståelse för sjövätt.

NATUR & MILJÖ

- Ska känna till allemansrätten även teoretiskt.
- Vad det innebär om man bryter mot allemansrätten.
- Ekologi och samband i naturen.
- Lite artkunskap för djur och växter.

ÖVRIGT

- Längre övernattningar från fredag till söndag.
- Planera terminerna tillsammans.
- Frilufsargrupper bör ha som målsättning att göra en veckolång tur i den svenska fjällvärlden, som avslutning på lufsartiden.

