

DANSK
FRILUFTSLIV
25 ÅRS JUBILÆUM
1987 - 2012

DANSK FRILUFTSLIV



– forum for natur- og friluftsliv

Medlemsblad, nr. 89, oktober 2012



Formand:

Rasmus Simonsen
tlf. 24 45 36 10
simonsenrasmus@gmail.com

Næstformand

Dieter Toftkjær Sørensen
tlf. 20 82 56 71
toftkjaer@gmail.com

Kasserer:

Thea Jacobsen
jacobsen.thea@gmail.com

Sekretær:

Jesper Lind Nielsen
tlf. 51 51 42 04
thor_dk@hotmail.com

Webmaster:

Lars Lauridsen
lauridsenlars@gmail.com

Redaktion og annoncer:

Martin Johnsen (ansvarsh.)
tlf. 87 55 37 52
mbjohnsen@gmail.com

Terkel Berg-Sørensen
Kamille Bjørn Rohde
mille@rohde.mail.dk

Grafisk tilrettelægning:

Kristian Dueholm Jessen
tlf. 22 97 41 03
dueholm@gmail.com

Forsidebillede:

Carsten Laurvig Jensen

Næste udgivelse:

Marts 2013
Deadline for indlevering af
stof: senest den 1. februar

IISSN 0909 – 0614

DANSK FRILUFTSLIV



– forum for natur- og friluftsliv
www.danskfriluftsliv.dk

INDHOLD

Bestyrelsen har ordet	3
Tryk i naturen	5
Dødsulykker i norsk friluftsliv	11
Det kan alt for hurtigt gå galt	16
Friluftsprofilen	20
Hot or not	22
Uglegylp - naturligvis	23
Turmad	25
Turberetning	27
Turtips	29
Boganmeldelser	30

FORENINGENS FORMÅL

Foreningens formål er at skabe, udbygge og vedligeholde kontakt imellem personer, der arbejder med vejledning og undervisning i natur- og friluftsliv.

Foreningen skal arbejde for at styrke danske naturoplysnings- og friluftslivstraditioner i samarbejde med vore nordiske nabolande med det formål at skabe harmoni mellem menneske og natur såvel som mellem mennesker.

Bladet udgives af Dansk Friluftsliv - forum for natur- og friluftsliv og udkommer tre gange årligt.

nr. 90	marts 2013	deadline 1. feb.
nr. 91	juni 2013	deadline 1. maj
nr. 92	nov. 2013	deadline 1. okt.

ANNONCERING

Det er muligt at annoncere i bladet. Prisen er 1500 kr. for en hel side og 900 kr. for en halv side.

Kontakt den annonceansvarlige for yderligere information om formater og priser.

BESTYRELSEN HAR ORDET

Af Martin Johnsen, adjunkt, pædagoguddannelsen i Viborg, ansvarshavende redaktør for Dansk Friluftsliv, mbjohnsen@gmail.com

.....

Dette nummer af Dansk Friluftsliv snuser lidt til det med ulykker, sikkerhed og friluftsliv. For der har igen de sidste mange år været en tendens til, at friluftslivet i højere og højere grad har været præget af krav om certificering (Andkjær 2005). Om end der endnu ikke er lovgivning omkring uddannelsesniveauer, krav om certifikater m.m. for at tage andre mennesker med i naturen til lands, til vands og i luften, så vælger mange af os at erhverve beviserne alligevel - og gerne flere af slagsen. Dels selvfølgelig for at kunne imødekomme eventuelle krav fra nuværende eller

kommende arbejdsgivere, dels også i forhold til egen kompetenceudvikling og mestring af bestemte friluftsskaktiviteter. Det er, synes jeg, meget positivt, at opmærksomheden på sikkerhed, certificering m.m. også har bidraget til denne øgede fokusering på det at mestre en aktivitet og dermed videreudvikling af egenfærdigheder og viden om de enkelte friluftsskaktiviteter. Det gør det hele - legen, turen, undervisningen - meget sjovere. Spørgsmålet er dog, om tendensen de senere år har gjort friluftslivet mere sikkert? Sker der færre ulykker end tidligere? Er omfanget af de ulykker som sker blevet mindre?

Måske er det ikke lige så nemt at svare på, og der findes meget lidt forskning på området. Ser vi på traditionel vejledning i friluftsliv, så er tur efter evne et grundlæggende sikkerhedsprincip (Tordsson 2006). Vi skal træne os selv i at vurdere de krav en tur stiller til os - set ud fra en bestemt gruppes forudsætninger. En tur skal planlægges - gerne med både plan A, plan B og plan C, hvis nu alt går galt, og samtidig kan der være andre krav, vi skal forholde os til fx sikkerhedsinstrukser ved sejlads (www.sofartsstyrelsen.dk). Der refereres til tur efter evne-princippet i mange bøger - et princip som

Foto: Casper Borch Madsen



lægger sig op ad en procesdiskurs, hvor vejledning, oplevelse, vejen er målet og åbne rammer vægtes højere end instruktion, planlagt undervisning, rationelle fortolkninger og tekniske færdigheder (Bentsen et al 2009). Om vi kan skelne så firkantet mellem forskellige positioner i friluftslivet, er jeg ikke sikker på, da det ofte vil være en skøn blanding af begge dele i praksis, der er i spil, men positionerne kan i hvert fald være et redskab, vi kan bruge til at sætte ord på, hvorfor vi gør som vi gør. Det er, om man vil, også en skøn blanding af tre beskrevne vidensformer i friluftsliv – episteme, techne og phronesis, hvor phronesis, som læres i praksis, og som omhandler hurtige afvejninger af hvornår man skal gøre det ene eller det andet, vægtes højt (Bentsen et al 2009). Der oveni er naturen som pædagogisk rum en kompleks størrelse, forbi den på samme tid er forudsi-

gelig og uforudsigelig. Forudsigelig fordi du bliver våd, når det regner, og du er nødt til at holde dig fysisk aktiv, når det er koldt - eller tage utrolig meget tøj på! Samtidig uforudsigelig fordi vejret kan være hurtigt omskifteligt, landskaber kan ændre sig over tid osv.

Om friluftslivet er blevet mere sikkert med certificeringen, ved jeg ikke, men med diverse beviser i hånden sikrer vi i hvert fald, at de af os, som tager andre med på tur eller underviser, har gennemgået forskellige perspektiver på en given aktivitet. Men udover teknik, sikkerhed, risikovurderinger, didaktik, vejr og andre faktorer findes vores egen dømmekraft. Den vil selvfølgelig være påvirket af de erfaringer, vi har med i bagagen, men den vil altid spille ind på vores valg. Den kan ikke standardiseres, hvorfor ulykker i friluftslivet nu og i fremtiden vil være uundgåelige. Men det handler selvfølgelig om

at begrænse antal og omfang mest muligt.

I dette nummer af Dansk Friluftsliv videndeler Søren Andkjær og Jan Arvidsen fra SDU deres foreløbige resultater fra deres undersøgelse 'TRYG i naturen', som er en analyse af sikkerhedsforholdene ved deltagelse i aktivt friluftsliv i det kystnære område i Danmark. André Horgen fra Høgskolen i Telemark giver os et indblik i omfanget af dødsulykker i norsk friluftsliv, mens et medlem af foreningen, Samuel Westarp, giver sin personlige beretning om at blive taget af en lavine på ski. I kan også glæde jer til 'Friluftsprofilen' af medlem Mette Foged, en turberetning af elever fra Brandbjerg Højskole, Uglegylp om guldsmede og libeller af vores egen Ugle i bestyrelsen og gourmetmad over bål. Det kunne også være, at du kunne lære nogle tricks i 'Turtips' eller finde gode opskrifter eller tips til næste tur under 'Boganmeldelser'.



Husk der er gode oplevelser i vente til dem der opsøger dem. I et bestemt fitnesscenter herhjemme har de et slogan »Du forsømmer intet ved at bruge 24 minutter på træning i...« - i Dansk Friluftsliv burde det være »Du forsømmer ikke ret meget ved at tage på tur i weekenden«. Pak rygsækken med efterårets udstyr - og kom af sted. Om aftenen i soveposen i pandelampens skær kan du læse dette blad. God læselyst - og god tur!

Årsmøde 2013

Foreningens årsmøde afholdes i weekenden 20.-21. april 2013.

TRYG I NATUREN

Af Søren Andkjær og Jan Arvidsen, SDU, Institut for Idræt og Biomekanik

Risiko og sikkerhed i forbindelse med friluftsliv

En analyse af sikkerhedsforholdene ved deltagelse i aktivt friluftsliv i det kystnære område i Danmark - foreløbige resultater.

Abstrakt

Danmark råder over mere end 7.000 km kystlinje, og stranden samt det kystnære område har traditionelt stor betydning for danskernes fritids- og friluftsliv (Eichberg et al 2001). Der er i Danmark en berettiget interesse for at sikre, at badning og vandaktiviteter kan foregå under trygge rammer, og at ulykkesfrekvensen bringes ned på et minimum (Hornbek Toft et al 2009).

Det er imidlertid overraskende, at der politisk såvel som forskningsmæssigt ikke er større fokus på sikkerhed ved de mere aktivitetsorienterede og idrætslige dele af friluftslivet, end det er tilfældet. De sikkerhedsmæssige risici i forbindelse med fx jollesejls, havkajakroning eller wind- og kitesurfing er åbenlyst større end ved badning ved stranden eller i en svømmehal (Nielsen et al 2000).

Undersøgelsen *TRYG i naturen - Risiko og sikkerhed i forbindelse med friluftsliv* har til formål at analysere og afdække sikkerhedsforholdene i forbindelse med deltagelse i udvalgte former for aktivt friluftsliv i det kystnære område i Danmark med henblik på optimering af sikkerheden.

Baggrund

Inden for de seneste 30 år er der sket en stor udvikling i friluftslivet og i interessen for naturoplevelser i Danmark (Søndergaard Jensen 1998; Søndergaard Jensen 2003; Pilgård 2008). Både inden for det uorganiserede og inden for det organiserede og pædagogiske friluftsliv registreres en udvikling med flere aktive deltagere og flere organisationer, der tilbyder aktiviteter og kurser i naturen (Andkjær 2005). Udviklingen i friluftslivet rummer imidlertid et sikkerhedsmæssigt aspekt, som bør undersøges og diskuteres sideløbende med de positive effekter af friluftsliv og naturoplevelser.

Igennem perioden er friluftsliv i Danmark i udstrakt grad blevet pædagogiseret og kommercialiseret, samtidig med at det har bevæget sig i en retning med mere fokus på individuelle og action-orienterede eller risikobetonede aktiviteter (Andkjær 2008; Fisker 2008). Det betyder, at der i dag er flere organisationer og aktører på markedet, at der er flere måder at organisere friluftslivet på, samt ikke mindst at flere aktører efterspørger oplevelser i naturen, som rummer potentielle risici. Den generelle udvikling indenfor friluftsliv i Danmark gennem de seneste 20-30 år understreger på den måde relevansen og nødvendigheden af øget forskningsmæssigt fokus på området.

Selvom antallet af druknede danskere totalt set er faldet i perioden 1970 til 2006, sker der hvert år en del fatale ulykker inden for området aktivt friluftsliv i det kystnære område (Hornbek Toft A. M. et al 2009). Statistik bl.a. fra Søsportens Sikkerhedsråd viser, at der generelt i perioden 2000-2009 er sket flere ulykker på grund af friluftsliv og friluftaktiviteter¹, og der synes i perioden at være sket en stigning i antallet af ulykkestilfælde i forbindelse med friluftsliv i det kystnære område².

Der er mange forestillinger om sikkerhed og risiko, men kun beskeden forskningsbaseret viden. Flere organisationer og råd indsamler information og opgørelser over ulykker i forbindelse med badning og sejls, samt formidler råd og vejledning i forhold til sikkerhed. Registreringen af ulykker er imidlertid ikke tilstrækkelig detaljeret til at kunne skelne mellem forskellige former for aktivt friluftsliv. I forhold til nærulykker og hændelser findes ligeledes meget sparsom registrering og analyse. Tilsvarende findes kun beskeden forskning, som dels analyserer omstændighederne ved ulykker og dels ser sikkerheden i et større perspektiv bl.a. med fokus på organisering, uddannelse og oplæring. Endelig findes der kun få forskningsbidrag i Danmark, som inddrager internationale erfaringer og perspektiver.

Projektet

Undersøgelsen analyserer sikkerhedsforholdene ved

deltagelse i friluftsliv i en bred forståelse. Det handler således om almindelige menneskers spontane og traditionsbundne fritidsliv i naturen (i det civile samfund), foreninger og organisationer som arbejder med friluftsliv (i den 3. sektor), friluftsliv indenfor den pædagogiske verden, fx på efter- og højskoler (staten), og endelig friluftsliv som produkt på et kommercielt marked i form af kurser og aktiviteter fra private udbydere (markedet) (Pestoff 1996).

Der fokuseres i undersøgelsen på aktivt friluftsliv i det kystnære område i perioden 2005-2010 med særligt fokus på tre aktivitetsformer - jollesejlsads, havkajakroning og kitesurfing.

Projektet vil undersøge og afklare følgende tre overordnede forskningsspørgsmål:

1. Hvad er omfanget og arten af ulykker og nær-ulykker i forbindelse med aktivt friluftsliv i de kystnære områder?
2. Hvordan bliver sikkerheden varetaget ved forskellige former for friluftsliv i de kystnære områder?
3. Hvordan kan en strategi til forbedring af sikkerheden ved friluftsliv i Danmark udvikles og implementeres?

Der er tale om en helhedsorienteret undersøgelse med brug af forskellige metoder og med inddragelse af internationale resultater. Ambitionen er at undersøgelsen kan supplere den eksisterende forskning på området, og vil kunne danne grundlag for udvikling af en strategi til forbedring af sikkerheden i forbindelse med friluftsliv i Danmark.

Projektet består af tre dele. I del 1 analyseres eksisterende data om ulykker og hændelser. Del 2 inddrager nyt materiale i form af en spørgeskemaundersøgelse, samt en række kvalitative interviews med udvalgte deltagergupper. Del 3 inddrager et internationalt perspektiv på sikkerhed i forbindelse med kystfriluftsliv. Undersøgelsen gennemføres i samarbejde med TRYG-fonden og en række organisationer deltager i projektets følgegruppe: Søværnets Operative Kommando (SOK), Søsportens Sikkerhedsråd, Trygfonden Livredning, Havkajakroerne, Havkajaksamrådet, Dansk Sejlunion, Dansk Amatørfiskerforbund (DAF) og Dansk Kano- og Kajakforbund.

Foreløbige resultater

Projektet er ikke afsluttet, hvorfor de endelige resultater ikke kan vises. Derimod kan vi præsentere en række foreløbige resultater, som kan være med til at

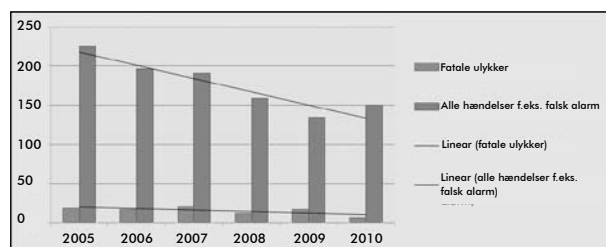
viser projektets retning og forhåbentligt skabe interesse om projektets resultater.

Tendenser i hændelser

og ulykker ved kystfriluftsliv:

Overordnet peger resultaterne på, at det går den rigtige vej med sikkerheden til søs. Den generelle tendens er, at der sker færre og færre hændelser, hvor folk har brug for assistance eller skal reddes på havet.

Den overordnede tendens for antallet af årlige hændelser og ulykker er således faldende i perioden, hvorimod antallet af fatale ulykker ser ud til at være nogenlunde stabilt. Dette bekræftes af et studie, der har undersøgt drukneulykker bredt set siden 1970 (Hornbek Toft et al. 2009). Her ses et markant fald i druknefrekvensen fra 1970 til 1995, hvorefter antallet af druknede har været nogenlunde stabilt.



Figur 1. Udviklingen i det årlige antal fatale og ikke-fatale hændelser for alle fartøjer i perioden 2005-2010.

Udspecificeres antallet af årlige hændelser og ulykker på de enkelte fartøjskategorier tegner der sig et mindre entydigt billede. Frekvensen af årlige hændelser og ulykker er i realiteten uændret for en række fartøjstyper, herunder kajak og surfere. Den generelle tendens til et fald i perioden kan derimod hovedsageligt tilskrives et fald i hændelses- og ulykkesfrekvens for tre fartøjstyper: Joller, sejlbåde og speedbåde/motorbåde.

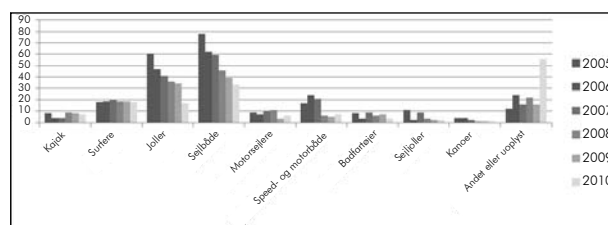
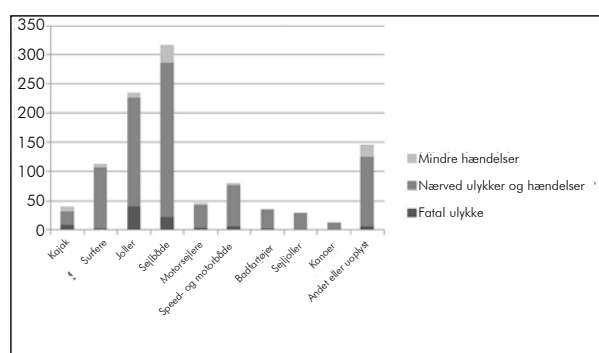


Fig. 2. Frekvens af årlige fatale og ikke-fatale hændelser fordelt på fartøjer.

Der er en række forskelle, hvad angår såvel antallet af hændelser og ulykker som karakteren af disse mellem forskellige fartøjstyper. Nogle fartøjer tegner sig for mange hændelser og ulykker totalt set, andre teg-

ner sig for få. Det samlede antal hændelser og ulykker skal ses i relation til antallet af udøvere og deres aktivitetsniveau, idet man - alt andet lige - må forvente at sandsynligheden for at ulykker indtræffer, hænger sammen med antallet af aktive og omfanget af aktiviteter. Denne sammenhæng er det imidlertid vanskeligt at få det fulde overblik over.

Trods et fald i antal hændelser er der et stort antal fatale ulykker forbundet med jollesejlsads.



Figur 3. Frekvens af hændelsestyper fordelt på fartøjer i perioden 2005-2010.

Tre forskellige sikkerhedsprofiler:

Andre forskelle mellem fartøjerne er påfaldende. Særligt er det interessant at forholdet mellem hændelser og fatale ulykker ikke er det samme for fartøjerne. Fx har surferne sammenlignet med joller og kajaker relativt få fatale ulykker i forhold til hændelser. Dette kunne pege på, at nogle aktivitetsformer er mere udsatte end andre, hvilket kan skyldes en lang række forskellige forhold: fx forskelle i alder, uddannelse, køn, holdninger til sikkerhed, risikovurderinger, aktivitetsindhold, oplæringsformer, udstyr, viden og færdigheder.

Jollefiskere, havkajakroere og kitesurfere repræsenterer tre forskellige friluftskulturer og de adskiller sig væsentligt fra hinanden på en række områder, fx hvad angår alder, køn, uddannelsesgrad og forhold til kysten i forbindelse med opvæksten. Disse forskelle kan have indflydelse på den fremherskende kultur indenfor de tre områder. Det er dog omvendt utænkeligt, at disse forhold alene determinerer sikkerhedskulturen på et givent område. Særlige aktivitetsbundne og kulturbestemte forskelle er med al sandsynlighed afgørende. Det være sig forskelle i medbragt udstyr, forberedelser, arbejdsgange, aktivitetsindhold, holdninger til sikkerhed, brug af alkohol og meget andet.

Undersøgelsens resultater peger på, at jollefiskere, havkajakroere og kitesurfere håndterer sikkerheden meget

forskelligt. Det er således muligt at tegne en aktivitets-specifik sikkerhedsprofil af en typisk udøver fra hver af de tre aktivitetsområder.

Sikkerhedskæden:

For overblikkets skyld har vi samlet de mange forskellige aspekter af sikkerheden i fem sikkerhedskategorier: a) Risikovurdering og holdninger, b) Viden og færdigheder, c) Udstyr, beklædning og fartøj, d) Oplæringsform og e) Adfærd og vaner. Sikkerhedskategorierne er strukturerende for sikkerhedsprofilerne.



Figur 4. Fem områder med fokus på sikkerhed i forbindelse med kystfriluftsliv

Alle fem kategorier forventes at have indflydelse på sikkerheden, om end på forskellige måder. Samtidig har vi en forventning om, at kategorierne i et vist omfang kan vikariere for hinanden. Fx vil udstyr i et vist omfang - men naturligvis ikke fuldstændigt - kunne erstatte manglende viden og færdigheder og vice versa.

Ligeledes yder kategorierne højst sandsynligt indflydelse på hinanden. Oplæringsformen tænkes således at påvirke såvel risikovurderinger og holdninger til sikkerhed som viden og færdigheder, ligesom viden og færdigheder vil påvirke udøvernes adfærd og vaner.

Niveauer i sikkerheden

Undersøgelsen giver baggrund for at pege på forskellige praktiske niveauer i sikkerhedshåndteringen i forbindelse med kystfriluftsliv: Et driftsniveau (normalprocedurer), et hændelsesniveau (hændeshåndtering) og et ulykkesniveau (ulykkeshåndtering). Niveauerne indgår i et hierarki gående fra potentiel risiko til ulykke, hvor det laveste niveau er at foretrække set ud fra et sikkerhedsmæssigt perspektiv, og hvor det højeste niveau, omvendt, søges undgået. Ideelt set bør aktiviteter således stille fordringer på et så lavt niveau som muligt, men samtidig have en strategi på alle tre niveauer.



Fig. 5. Tre sikkerhedsniveauer i forbindelse med forskellige former for kystfriluftsliv

1. Sikkerhedsniveau - normalprocedurer:

Dette niveau i sikkerheden angår den »daglige drift« af aktiviteten, dvs. de almindelige eller normale procedurer. Fasen er derfor nært sammenhængende med 1) *vaner og adfærd* i forhold til standardprocedurer, brug af vejruksigter, afstand til kysten, aktivitetssæson og selve aktivitetsindholdet, 2) *færdigheder og viden* i forhold til vejvalg og navigation, håndtering af fartøj og andet udstyr, 3) *risikovurdering og holdninger*, i den forstand at det påvirker de tre førnævnte kategorier.

Grundlæggende handler dette niveau om foranstaltninger, der skal forhindre at nogen havner i problemer. Kodeordet er *gode normalprocedurer*, der tager afsæt i aktivitetsindholdet og fartøjets muligheder og begrænsninger. Dette sikkerhedsniveau handler langt hen ad vejen om kulturen i og normalprocedurer for aktivitetsformen, og kan påvirkes gennem uddannelse og oplæring. Ligeledes kan dette sikkerhedsniveau påvirkes af krav til fartøj og udstyr.

2. Sikkerhedsniveau - hændeshåndtering

Dette niveau i sikkerhedshåndteringen angår afvigelser fra normaldriften, dvs. de tilfælde, hvor noget ikke går som planlagt. Med afsæt i sikkerhedskategorierne angår dette niveau direkte udøvernes 1) *færdigheder og viden* i forhold til redningsformer, hændeshåndtering og fysik, 2) *udstyr* i forhold til opdrift, entringsmuligheder og termoregulering, 3) *vaner og adfærd* i forhold til social forankring af sikkerheden og afstand til kysten.

Dette sikkerhedsniveau handler grundlæggende om strategier og foranstaltninger der kan bidrage til at genetablere normaldriften. Strategierne kan påvirkes gennem uddannelse, og foranstaltningerne kan påvir-

kes dels gennem krav til udstyr, dels gennem uddannelse og oplæring.

3. Sikkerhedsniveau - ulykkeshåndtering

Dette niveau i sikkerhedshåndteringen til søs er sidste værn mod en ulykke, idet hverken gode normalprocedurer eller hændeshåndterings- og redningskompetencer har kunnet genoprette en normal og stabil situation. På dette sikkerhedsniveau afgives ansvaret for sikkerheden delvist i den forstand, at den eneste løsning er ekstern assistance – enten fra en redningsinstitution eller fra tilfældige civile reddere.

På dette niveau er sikkerheden relateret til 1) *udstyr* i forhold til sikre og tilgængelige kommunikationsmidler, opdrift og termoregulering, 2) *færdigheder og viden* i forhold relevant alarmering, samt den forulykkes fysik, 3) *vaner og adfærd* i forhold til besked til andre og afstand til kysten. Dette sikkerhedsniveau handler i høj grad om udstyr. Fasen kan påvirkes gennem uddannelse og krav.

Undersøgelsen viser, at de enkelte kystfriluftslivsformer har forskellig tyngde i forhold til disse tre niveauer i sikkerheden. De har med andre ord forskellige beredskaber ift. at klare en given situation på de tre forskellige niveauer. Viden om den enkelte aktivitetsforms beredskab på de tre sikkerhedsniveauer peger således på sikkerhedsområder, hvor man med fordel kan sætte ind for at forbedre sikkerheden for den givne aktivitetsform.

Tre forskellige friluftskulturer:

Den kvalitative del af undersøgelsen peger på, at de tre udvalgte aktivitetsområder repræsenterer tre forskellige kulturer i friluftslivet. Der er således stor forskel på, hvordan man forholder sig til sikkerheden indenfor de tre aktivitetsområder. Det handler eksempelvis om oplæringsform, vaner og praksis i forhold til sikkerhed (i forhold til udstyr, sociale forhold og selvredning) samt om vurderingen af risici forbundet med aktiviteten. En samlet sikkerhedsprofil for de tre undersøgte kystfriluftslivsformer præsenteres sammen med den endelige rapport. Skemaet (se næste side), som bygger på kvalitative interviews med aktive, er en del af denne profil. Skemaet viser eksempler på hvordan de tre aktivitetsgrupper tænker og handler forskelligt i forhold til sikkerhed.

Afrunding

En række resultater fra undersøgelsen er blevet præsenteret og kort beskrevet.

	JOLLEFISKERE	HAVKAJAKROERE	KITESURFERE
Udøvernes forhold til risiko og sikkerhed	»Vi tør simpelthen ikke falde ud for vi kommer aldrig op. Jamen det kan vi lige så godt sige som det er, for det gør vi ikke«	»..jamen det synes jeg for mit vedkommende, så er det ekstremt sikkert ..«	»Så altså, hvis det går galt, så sker det så hurtigt, og det kan du ikke forebygge når du står derude«
Oplæringsformer	Uformelle og traditionsbårne oplæringsformer	Mange startet med kursus og oplæring til sikkerhed gennem kajakklub eller på kursus fra kommerciel udbyder	Mange starter lidt tilfældigt fordi de kender en der surfer Internettet bruges aktivt i oplæringen (fx youtube)
Udstyr	Redningsvesten er vigtig, men bruges sjældent	Har stort fokus på sikkerhedsudstyr. Backup på sikkerhedsudstyr og -systemer	Kun få bruger redningsvest. Mange bruger hjelm
Sociale forhold	Sejler oftest alene. Er klar over at dette er en sikkerhedsproblematik	Ror alene eller sammen med andre i gruppe - mulighed for makkerredning	Surfer sammen på et spot - holder øje med hinanden og hjælper hinanden
Selvredninger	Problematisk at foretage selvredning. Tekniske og fysiske problemer	Man bør mestre en selvredning. Flere mener at man bør mestre flere redningsmetoder (backup)	Selvredning handler ikke om kæntring men om at komme fri af systemet.
Risikovurdering	Der er en reel risiko - særligt ved koldt vejr og vind Kender til praktiske tiltag som kan minimere risikoen - men benytter dem ikke	Generelt opleves kajakroning som sikkert Man kan kontrollere risiko og sikkerhed	Mange mener kitesurfing er risikobetonet - store konsekvenser hvis det går galt Man kan styre risikoen i kraft af teknik, erfaring og fællesskab

Fig. 6. Udvalgte kvalitative data om de tre aktivitetsgruppers forskellige måder at tænke og handle på i forhold til sikkerhed.

Resultaterne angår friluftslivet på forskellige måder. Der kan være nyttig viden for den enkelte friluftsudøver og den enkelte gruppe af friluftsudøvere, fx om risikomomenter og handlemåder ift. egen og andres aktivitet. I en pædagogisk sammenhæng kan undersøgelsen give viden og inspiration til forskellige måder at håndtere sikkerhed og risiko på. Det samme gælder på et organisationsniveau og måske et lovgivningsniveau, hvor resultaterne og den øgede viden om sikkerhedsforhold i friluftslivet kombineret med det internationale perspektiv kan give anledning til diskussion om

mulige tiltag til forbedring af sikkerheden.

Resultaterne dækker et relativt begrænset udvalg af dansk friluftsliv. Der er imidlertid god grund til at tro, at undersøgelsens resultater også angår andre områder af friluftslivet, fx i forhold til tænke- og handlemåder, vurdering af risiko og sikkerhed samt ift. kulturens og traditionens betydning for sikkerhedshåndtering. Projektet rummer tillige et internationalt komparativt perspektiv, hvor håndtering af sikkerheden i forbindelse med friluftsliv (outdoor education og recreation) i New Zealand og Australien beskrives og diskuteres.

Intentionen er, at dette perspektiv dels kan give inspiration til nye måder at tænke og håndtere sikkerhed på, dels kan sætte spørgsmålstegn ved indgroede og vante tankegange og handlemønstre.

Projektet TRYG i naturen afsluttes i efteråret 2012 med publicering af en samlet rapport. I forbindelse med publiceringen af rapporten arrangeres der en konference, hvor alle interesserede kan deltage. Konferencen afholdes på Syddansk Universitet d. 12. november 2012 (tilmelding til konferencen på www.sdu.dk/tryginaturen).

Referencer

Andkjær, S. (2005). *Friluftsliv under forandring*. Slagelse, Bavnepanke.

Andkjær, S. (2008). *Friluftsliv i Danmark. Unges deltagelse i friluftsliv set i kulturelt perspektiv*. Institut for Idræt og Biomekanik Odense, Syddansk Universitet. Ph.d.

Eichberg, H., E. Jespersen (2001). *De grønne bølger : træk af natur- og friluftslivets historie* København DGI

Fisker, H. J. (2008). *Unges friluftsliv i Danmark i det 21. Århundrede. Unges friluftsliv som personligt, socialt og kulturelt identitetsprojekt på friluftslivets felt*

LIFE. København, Københavns Universitet. Ph.d. afhandling.

Hornbek Toft A. M., Laursen B., K. Helweg-Larsen (2009). *Druknedødsfald i Danmark, 2001 - 2006 - og udviklingen 1970 - 2006*. København, Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

Nielsen, A., S. Andkjær, T. Laurberg (2000). *Livredning 2000. Vodeskov*.

Pestoff, V. A. (1996). *Den tredje sektor og civilsamfundet – nogle begrebsmæssige overvejelser*. Den tredje sektor under forandring. E. K. N. Rasmussen, I. København, Socialforskningsinstituttet

Pilgård, M. (2008). *Danskernes motions- og sportsvaner 2007. Nøgletal og tendenser*. København, Idrættens Analyseinstitut: 91.

Søndergaard Jensen, F. (1998). *Friluftsliv i det åbne land 1994/95 Forskningsserien*, 25 Frederiksberg/Hørsholm Den Kgl. Veterinær- og Landbohøjskole/Miljø- og Energiministeriet, Forskningscentret for Skov & Landskab

Søndergaard Jensen, F. (2003). *Friluftsliv i 592 skove og andre naturområder* Skovbrugsserien, 32 Hørsholm Forskningscentret for Skov & Landskab

Fodnoter

¹Årsopgørelser over hændelser og drukneulykker: <http://www.soesport.dk/Default.asp?page=614>, samt personlig samtale med Finn Lage, Søsportens Sikkerhedsråd (9/12, 2009)

²SOK Årsrapporter 1999 - 2008 – statistisk oversigt over SAR-operationer. Indhentet via http://forsvaret.dk/SOK/Nationalt/soeredning/Årsrapporter/Documents/bilag_1_08.pdf samt personligt møde hos SOK, Carl Nielsensvej, Århus. Rapporterne viser et stort antal SAR-operationer i forbindelse med jollesejls samt et noget mindre antal i forbindelse med windsurfing. Interessant er det at ulykker relateret til kano- og kajaksejls kommer med som en egen kategori i 2003/04.



JULEMØDE 2012

Fredag den 30. november afholdes julemøde for bestyrelse og medlemmer. I år mødes vi hos Thea i Svendborg.

Pris: 50 kr. for mad og drikke.

Der kan overnattes.

Tilmelding til Martin Johnsen

på mbjohnsen@gmail.com

senest den 15. nov. 2012.



DØDSULYKKER I NORSK FRILUFTSLIV

Af André Horgen, Høgskolen i Telemark

Denne artikkelen tar for seg omfanget av dødsulykker i tilknytning til utøvelse av ulike friluftslivsaktiviteter i Norge. På grunnlag av den informasjonen som finnes om dødsulykkene er det kartlagt eventuelle fellesnevnerne knyttet til årsaksforhold.

Klatreulykker, klippe, foss og bre

For statistikk over klatreulykker med døden som følge i Norge, tilbake f.o.m. 2005, er det naturlig å gå til Norges Klatreforbund sin nettside: »Registrering av ulykker og nestenulykker«. Av diagram 1 nedenfor fremgår antall dødsfall pr. år for perioden 2005 - 2011. Diagrammet omfatter nordmenn og utenlandske statsborgere (en tysk statsborger i 2011) som har omkommet under klatring i Norge, samt nordmenn som har omkommet under klatring utenlands.

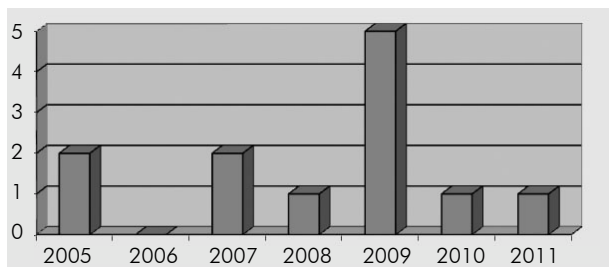


Diagram 1 viser antall dødsulykker ved klatring for årene 2005 – 2011.

Av diagrammet ser vi at antall dødsfall pr. år var begrenset til ett og to frem til 2009, hvor antall døde var 5. To av dødsfallene i 2009 inntraff ved samme hendelse, under rappell, trolig ved at rappellfestet røk.

Ett dødsfall skjedde under frisolering (uten tau) av en fjellvegg i Lofoten. Det fjerde dødsfallet inntraff under fosseklattring ved Rjukan. Mens det femte dødsfallet var forårsaket av en usikret utglidning med påfølgende fall, under returen etter klatring ved Snillfjord.^I I 2010 og 2011.^{II} var antall dødsulykker omtrent tilbake på det nivået som har vært gjennomsnittet de siste fire årene før 2009.

Der er ingen fellesnevnerne knyttet til årsaksforholdet rundt de ulike dødsulykkene. Når det gjelder kjønn er det kun en kvinne blant de omkomne (fosseklattring i Rjukan - 2009), så menn er helt klart overrepresentert i statistikken. Alder fremkommer ikke av oversikten til Norges Klatreforbund. Og så vidt jeg har kjennskap til skjedde ingen av ulykkene frem til og med 2009 i forbindelse med organisert friluftsliv, med en ansvarshavende til stede. I 2010 omkom en fører for en taulagsgruppe i Molladalen,^{III} uten at dette fikk noen juridiske konsekvenser for arrangør eller andre.^{IV}

Skredulykker

For statistikk over skredulykker er Norges Geoteknisk Institutt sin nettside Snoskred.no en aktuell kilde. Her registreres skredulykker med dødelig utfall.^V På Snoskred.no finnes det data som omfatter skredulykker i den noe diffuse kategorien »fritidsaktiviteter«, tilbake til vinteren 1972/73. I denne perioden har det omkommet 117 personer, under fritidsaktiviteter, i Norge. Disse dataene fremgår av diagram 2 nedenfor. Vi ser at de siste 30 årene har ulykkestallet, stort sett, ligget på under fire omkomne pr. år, med noen unntak, først og fremst »ulykkesvintrene« 1986/87, 2000/01, 2009/10 og 2010/11. Gjennomsnittet, for hele perioden, er 3 omkomne pr. år. Ser vi på tiår for tiår, var snittet på 1970-tallet 2,4, på 1980-tallet 3,5, på 1990-tallet 2,2, og det siste ti-året 4,2 omkomne pr. år. (t.o.m. vinteren 09/10)

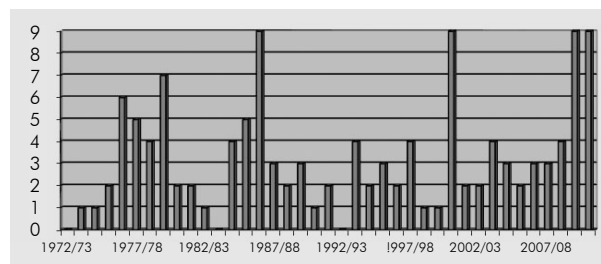


Diagram 2 viser antall dødsulykker som følge av skred i forbindelse med »fritidsaktivitet«, for vintrene 1972/73 – 2010/11.^{VI}

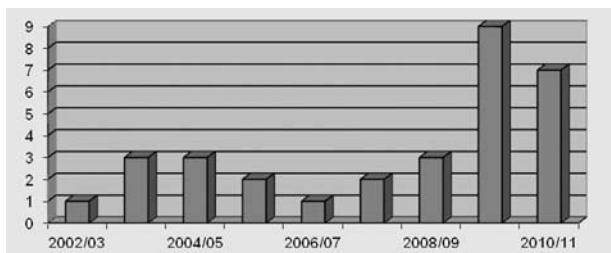


Diagram 3. Viser antall dødsulykker som følge av skred i forbindelse med skiaktivitet og klatring i Norge for vintrene 2002/03 – 2009/10.

Siden mitt anliggende her er det ikke-motoriserte friluftslivet vil jeg skille ut snøscooter ulykkene og konsentrere meg om skiløpere (også jegere på ski) og klatrere i Norge. For disse gruppene isolert sett finnes det data lett tilgjengelig tilbake til vinteren 2002/2003. Samtlige omkomne i denne oversikten er norske, med unntak av en tysk statsborger som omkom vinteren 2007/08. Nordmenn som har omkommet i forbindelse med skredulykker utenlands er ikke med tatt med her. Diagram 3 viser at antall hendelser har ligget relativt stabilt på en til tre hendelser frem t.o.m. vinteren 2008/09. Vintrene 2009/10 og 2010/11 må i så måte karakteriseres som «ulykkesvintre», med henholdsvis 9 og 7 dødsulykker.

Nesten halvparten av de som har omkommet i skredulykker, i perioden 2002/03 – 2010/11, har selv utløst skredet mens de har befunnet seg i terreng på rundt 35°. Dette gjelder for femten av 31 omkomne. De øvrige forulykkede har enten omkommet som følge av knekt toppskavl (seks omkomne), eller fordi de befant seg i skredets utløpsbane (ti omkomne). Når det gjelder kjønn er menn helt klart overrepresentert i statistikken. 23 av 31 omkomne i perioden 2002/03 – 2010/11 var menn. Seks av mennene var i 20-årene, seks i 30-årene, ni i 40-årene og tre i 50-årene. Fire av kvinnene var i 20-årene, en i 30-årene og tre i 40-årene. To av skredulykkene i denne perioden skjedde i forbindelse med organisert friluftslivet, med en ansvarshavende til stede. Ingen av hendelsene fikk noen juridisk konsekvenser for de involverte.

Ulykker med fritidsbåter

Statistikk over ulykker med fritidsbåter, tilbake f.o.m. 1992, finner man på Sjøfartsdirektoratets hjemmesider.^{VII} I diagram 4 nedenfor vises antall dødsulykker med fritidsbåter for årene 1992 – 2010. Diagrammet viser at antall hendelser har ligget på mellom 20 og ca. 50 i hele perioden, med en svak nedadgående tendens. Hovedårsakene til dødsfallene er kantring og fall over

bord. De fleste ulykkene skjer med åpen motorbåt, på godværsdager, sommerstid og gjerne innenskjærs. Menn, i alderen 41 til 60 år, uten flyteutstyr, er overrepresentert i statistikken. En god del av dem er i tillegg alkoholpåvirket. I den sammenheng kan det legges til at Aftenposten, i 2006, kunne rapportere om en ny tendens m.h.t. ulykker med fatal utgang på sjøen. Fritidsbåter som kjører på skjær, båter og brygger i stor fart. Denne sommeren (2006) mistet minst syv personer livet i denne typen ulykker.^{VIII}

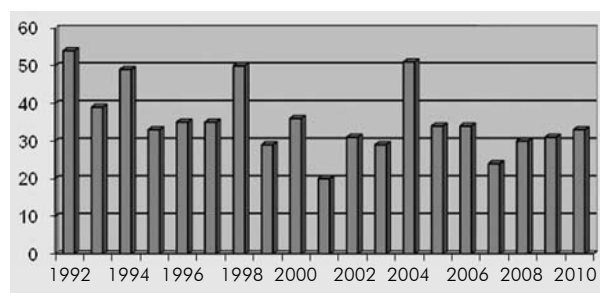


Diagram 4 viser antall dødsulykker med fritidsbåter for perioden 1992 – 2010.

Ulykker med ikke-motoriserte fritidsbåter

I denne sammenheng er det relevant å se nærmere på »det enkle friluftslivet«, det ikke-motoriserte. I diagram 5 nedenfor fremgår antall dødsulykker med seilbåt, seilbrett og surfbrett i perioden 1995 – 2010. Som det fremgår av diagrammet skjer det relativt sjeldent ulykker med disse gruppene. I den sammenheng kan det legges til at fire av dødsfallene i denne kategorien var i forbindelse med seilbrett / surfbrett, ett 1998, ett i 2005 og to i 2010. Fire av de omkomne i 2010 var danske statsborgere. Disse omkom under samme hendelse, i forbindelse med en båtvelt utenfor Mandal.^{IX}

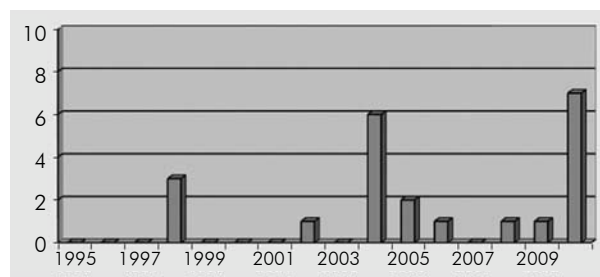


Diagram 5 viser antall dødsulykker med seilbåt, seilbrett og surfbrett for perioden 1995 – 2010.

Holder vi oss til de ikke-motoriserte fritidsbåtene, og ser på kano- og kajakkpadlerne, finner vi noe høyere ulykkestall enn innenfor forrige kategori. I diagram 6 nedenfor ser vi antall dødsulykker med kano og kajakk i perioden 1995 til 2010.^X Statistikken som fremgår

av diagrammet omfatter ulykker både ved kysten, på innsjøer og i elv. Vi ser en svak tendens til at antall ulykker er oppadgående i perioden 2001 til 2008, noe som trolig har sammenheng med padlesportens økende popularitet.^{XI}

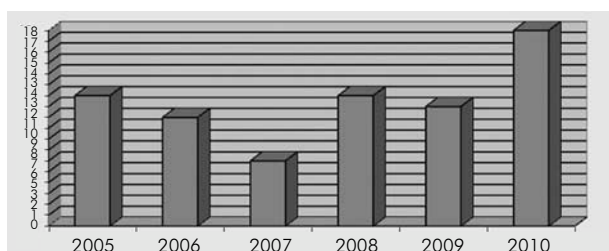


Diagram 6 viser antall dødsulykker ved klatring, skred (skiløpere og klatrere), seiling/surfing, kanopadling, padling av elvekajakk og hav/tur-kajakk, for årene 2005 – 2010.

Jeg mangler fullstendig oversikt over årsaksforholdet til alle kanoulykkene i materialet ovenfor. Men på grunnlag av media har vi en del kunnskap om hva som har skjedd. Dødsulykkene med kano på flatt vann har årsak i velt et stykke fra land, med påfølgende opphold i relativt kaldt vann,^{XII} i noen tilfeller med manglende redningsvest.^{XIII} Dette har da medført drukning, trolig i kjølvannet av generell nedkjøling. Dødsulykkene med kano i elv har også årsak i velt med påfølgende opphold i kaldt vann.^{XIV} Det har også vært to dødsfall i forbindelse med velt i dragsuget fra en demning,^{XV} og et dødsfall hvor den forulykkede ufrivillig havnet utfor en foss med kano.^{XVI} Når det gjelder kjønn er menn helt klart overrepresentert i statistikken. Av de omkomne, der kjønn fremkommer av kildene, er 15 av 17 menn. Alder mangler jeg også fullstendig oversikt over, men menn i aldersgruppen 50+ ser ut til å være overrepresentert.

Dødsfallene med havkajakk og turkajakk rammet i all hovedsak nordmenn, med unntak av ett tilfelle i 2005.^{XVII} Når det gjelder elvepadling med kajakk forholder det seg imidlertid annerledes, her er utenlandske statsborgere klart overrepresentert. Av samtlige dødsfall var det en nordmann som omkom i 2004 og en i 2006.^{XVIII} På grunnlag av informasjon fra media kan vi slå fast at de fleste dødsulykkene med havkajakk eller turkajakk har årsak i velt et stykke fra land, med påfølgende opphold i relativt kaldt vann. Dette har da medført drukning, trolig i kjølvannet av generell nedkjøling. Det kan legges til at én fellesnevner ved de fleste ulykkene er at padlerne har lagt ut på tur alene.^{XIX} Dødsulykkene med elvekajakk har skjedd i forbindelse med velt og påfølgende uheldige omstendigheter.^{XX} En av de

omkomne svømte f. eks. ulykkesstryket, under voldsom vannføring og lave temperaturer, som til sammen trolig forårsaket utmattelse og påfølgende drukning.^{XXI} To av ulykkene skyldtes samme underspyling, med en kløft i fjellet innerst, som kajakkene ble sittende fast i.^{XXII} Mens to andre dødsulykker skyldtes slag mot hodet, med tap av bevissthet og senere drukning som tragisk utfall.^{XXIII} Så vidt man vet, skyldtes de øvrige ulykkene velt, med påfølgende opphold i kaldt vann, med generell nedkjøling og drukning som resultat.^{XXIV}

Når det gjelder kjønn, innenfor kategoriene elvekajakk og hav/tur-kajakk, mangler jeg fullstendig oversikt. Men det materialet jeg har tyder på at menn er klart i flertall i begge kategorier. Jeg har for eksempel ikke funnet noen kvinner som har omkommet mens de har padlet elvekajakk, og kun en kvinne som har omkommet i hav/tur-kajakk. Kun én av dødsulykkene i materialet ovenfor skjedde i forbindelse med organisert friluftslivet, med en ansvarshavende til stede. Denne ulykken er kjent gjennom media som »Fosterlågulykken«. En 19-åring omkom under en organisert kanotur i forbindelse med prosjektet »UT«, i regi av det private selskapet »Ungdomstiltak AS«. Av spesielle omstendigheter kan det nevnes at den forulykkede padlet uten redningsvest.^{XXV}

Ulykker – totaloversikt

På grunnlag av materialet som er presentert ovenfor har jeg samlet antall dødsulykker ved ulike grener av »det enkle friluftslivet« i diagram 6 ovenfor. Diagrammet viser antall dødsulykker ved klatring, skred (skiløpere og klatrere), seiling/surfing, kanopadling, samt padling av elvekajakk og havkajakk, for årene 2005 – 2010.

Av diagram 6 ser vi at antall dødsfall, innenfor disse utvalgte aktivitetene, har variert mellom seks og atten dødsfall pr. år.

Kilder og litteratur

Den Internasjonale fjellredningskommisjonen (IKAR-CISA). (2009). *People rescued from snow avalanches, alive or dead*. Hentet 21.10.2009, fra: <http://www.ikar-cisa.org/eXtraEngine3/WebObjects/eXtraEngine3.woa/wal/mandant:nickName=ikar&lang=en>

Den Internasjonale fjellredningskommisjonen (IKAR-CISA). (2008). *Rapport fra Delegatforsamlingen i Chamonix, Frankrike, 2008*. Hentet 21.10.2009, fra:

http://www.rodekors.no/upload/Webred/hjelpekorpsset/IKAR%20rapport_2008.pdf

Dhal, Kjetil Brorson. (2009). Tre avhørt av politiet. Artikkel fra *oslendingen.no*. Hentet 29.10.2009, fra: <http://www.oslendingen.no/article/20090728/NYHETER01/444368533>

Festivalledelsen for festivalen "Romsdalsvinter". (2009). Rapport om ulykken på Kirketaket. Hentet 28.10.2009, fra: <http://www.friflyt.no/index.php?pagenr=12&artidnr=56663>

Forsvarets forum. (1996). Vassdalen kan aldri glemmes. Artikkel i *Forsvarets forum* nr. 6, 1996. Hentet 06.11. 2009, fra: http://www.fofo.no/&username=jameno123/Skredtragedien+i+1986+utl%C3%B8ste+skredbevissthet.b7C_wJvOYC.ips

Fvn.no (2012). Fire dansker fortsatt savnet etter forliset. Artikkel i *Fædrelandsvennens nettavis*. Hentet 24.01.2012, fra: <http://www.fvn.no/lokalt/mandall/article786258.ece>

Frisak, Nina & Reusch, Christian. (2008). Ansvar etter ulykker i fjellet. Artikkel i "Vandrer med verdenskart. Festskrift til Øystein Dahle 70 år". Aasheim, Stein P. & Reusch, Marianne (red.), Flux forlag, Oslo.

Hagen, Gunnar Solberg. (2006). 20 år siden Vassdalen. Artikkel på *dagbladet.no*. Hentet 06.11.2009, fra: <http://www.dagbladet.no/nyheter/2006/03/04/459656.html>

Horgen, André. (2009). Kano på vann og vassdrag. Kanopadling og friluftslivsveiledning. Høyskoleforlaget, Kristiansand.

Horgen, André. (2010). Friluftslivsveiledning vinterstid. Høyskoleforlaget, Kristiansand.

Hovedredningsentralene, Sør-Norge og Nord-Norge. (2009). Statistikk, Type hendelser for HRS Sør-Norge og Nord-Norge, 2006, 2007, 2008. Hentet 21.10.2009, fra: <http://www.hovedredningsentralen.no/>

Kongsrud, Helle Therese. (2009). Kanoturistene funnet. Artikkel fra *nrk.no*. Hentet 06.11.2009, fra: http://www.nrk.no/nyheter/distrikt/hedmark_og_oppland/1.6710087

Kristiansen, Sigbjørn. (2009). Måtte redde fra øy i Glomma. Artikkel fra *oslendingen.no*. Hentet 29.10.2009, fra: <http://www.oslendingen.no/article/20090723/NYHETER/476433168>

Lovdata.no. (2011). Straffelovens §239. Hentet 16.11.2011, fra: <http://www.lovdata.no/all/tl-19020522-010-026.html>

Lunde, Albert. (2000). 52. IKAR kongress, statistikk og ulykker 1999-2000. Hentet 21.10.2009, fra: http://www.rjuk-anlag.no/snoeskred/bilder/Dokumentasjon/Ikar2000_statistikk_og_ulykker_1999_2000.doc

Mytting, Ivar. (1998). Juridiske perspektiver på ulykker i friluftsliv, sikkerhet og ansvar. Artikkel i "Friluftsliv, sikkerhet og ansvar", rapport fra seminar om sikkerhet i utdanning og opplæring, 2-4. november 1998. Red: Annette Bischoff, Høgskolen i Telemark, Bø.

Mytting, Ivar. (2000). Snøskredulykker. Et studie av snøskredulykker som involverer utøvere av friluftsliv. Hovedfagsoppgave, Institutt for samfunnsfag. Norges Idrettshøyskole.

Norges Klatreforbund. (2010). Ulykkesrapport, Hollendaren. Hentet 28.10.2010, fra: <http://db.klatring.no/sikkerhet/pages/rapportAlle00.asp>

Norges Klatreforbund. (2012). Ulykkesoversikt. Hentet 24.01.2012, fra: <http://db.klatring.no/sikkerhet/pages/rapportAlle00.asp>

Norges Geoteknisk Institutt. (2011). Ulykker. Hentet 15.06.2011, fra: <http://www.ngi.no/no/snoskred/Innholdsbokser-og-strukturer/Hurtigmeny/Tjenester-og-verktoy/Ulykker/>

NRK.no (2004). Det virket som om turen inn til land aldri skulle ta slutt. Hentet 06.11.2004, fra: http://www.nrk.no/nyheter/distrikt/nrk_ostfold/4239416.html

Nøkle vann ro- og padleklubb. (2010). Padleulykker. Hentet 28.10.2010, fra: <http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?WCI=wiKlubbKassaNews&WCU=810017>

Pindard, Thomas. (2004). Ulykker i forbindelse med padling i og rundt elv – Hva har egentlig skjedd? Hentet 21.10.2009, fra Norges Padleforbund: <http://www.padling.no/t2.asp?p=3865&x=1&a=116464>

Romsdals budstikke 20. 21. 22. august 2008.

Sjøfartsdirektoratet. (2010). Dødsulykker med fritidsbåt. Hentet 25.11.2010, fra Sjøfartsdirektoratet: <http://www.sjofartsdir.no/no/Sjovett/Statistikk/>



Sluttnoter

- ^I Dødsfallet i 2008 inntraff som følge av isras på fjellet K2, Pakistan. Dødsfallene i 2007 inntraff under en og samme hendelse i en fjellvegg i Mascarat, Spania. Begge dødsfallene i 2005 skjedde under usikret klyving på henholdsvis Falketind i Jotunheimen og i Svulvær. Dødsfallet i 2010 skjedde i forbindelse med et steinsprang på en rute i Moladalalen. Dødsfallet i 2011 skjedde i forbindelse med juving, ved flom i Golsjuvet. (Norges Klatreforbund 2012).
- ^{II} Personen som omkom under juving i Golsjuvet i 2011 var tysk statsborger. (Norges Klatreforbund 2012).
- ^{III} Hendelsesforløpet for dette dødsfallet er beskrevet slik i Norges Klatreforbund sin oversikt over rapporterte ulykker og nestenulykker: «Fører for taulagsgruppe på 10 personer sto usikret på stor hylle 40 m under toppen mens to av turdeltakerne sikret seg selv oppover siste taulengde med klemknuter på faste tau. 4 andre turdeltakere sto sikret på samme hylle. 15 m over hylla løste den ene klatreren uforvarende ut en stein i bøttestørrelse. Ropte ut, men ingen rakk å reagere før steinen traff føreren i hodet og overkroppen og slo ham utfor kanten». (Norges Klatreforbund 2010).
- ^{IV} Norges Klatreforbund 2010.
- ^V Norges Geoteknisk Institutt 2011.
- ^{VI} For vinteren 2008/09 er følgende skredulykker med: Kroken, Tromsø 26.02.09, Kirketaket, Møre og Romsdal 13.03.09, Hiortfjellet på Svalbard (skuterfører) 15.03.09 og Tromsdalstind 17.05.09. For vinteren 2009/2010 er følgende skredulykker med: Rauland, Telemark 26.12.09, Tuddal, Telemark 03.03.09, Tana, Finnmark 10.03.09, Kvaløya, Troms (2 pers.) 01.04.09 og Vefsn, Mosjøen (4 pers.) 16.05.09. For vinteren 2010/11 er følgende skredulykker med: Tromsø 18.12.10, Eikedalen, Hordaland 11.02.11 (2 pers.), Sortland, Nordland 20.02.11, Tana, Finnmark 05.03.11 (skuterfører), Rauland, Telemark 05.03.11, Hammerfest, Finnmark 24.03.11 (skuterfører), Sykkulven, Møre og Romsdal 07.04.11 og Breidalen, Oppland 23.04.11. (Norges Geoteknisk Institutt 2011).
- ^{VII} Sjøfartsdirektoratet 2010.
- ^{VIII} Aftenposten, papirutgaven, 29.08.2006.
- ^{IX} Fvn.no 2012.
- ^X Dødsfallene i 2003 er ikke registrert i kategorien kano/kajakk ulykker hos Sjøfartsdirektoratet. Her støtter jeg meg på Thomas Pindard (2004), fra Norges Padleforbund, som opplyser at en nederlandsk kajakkpadler omkom i Bøaelva i Fjerland dette året. Og at en padler av ukjent nasjonalitet omkom i elva Ostri. (Ref. lensmannskontoret i Lom). I tillegg, for 2003, omkom en nordmann med kano i Meldal, en nordmann med kano i Sogn og Fjordane, samt en tysk turist med kano i Glomma. (Nøkle vann ro- og padleklubb 2010). Videre er det avvik mellom Sjøfartsdirektoratets registreringer og tilsvarende gjort av Nøkle vann ro- og padleklubb i følgende år: I 2005, 2006 og 2008 registrerte Sjøfartsdirektoratet henholdsvis to, fire og seks dødsfall, mens Nøkle vann ro- og padleklubb hadde registrert henholdsvis tre, seks og sju dødsfall. (Nøkle vann ro- og padleklubb 2010). I tabellen har jeg valgt å for-

holde meg til Nøkle vann ro- og padleklubbs tall siden disse er godt dokumentert gjennom henvisninger til lokalpressen fra de aktuelle ulykkesstedene. For 2010 har jeg benyttet Aftenposten (31.07.2010) og VG (07.08.2010) som kilder. Aftenposten beretter om en kanopadler som omkom ved Sjusjøen, mens VG kommenterer en kajakkulykke ved Larvik (14.05.10), samt en kajakkulykke i Lommedalen, Bærum (09.06.10). Sjøfartsdirektoratet (2011) har ikke registrert dødsulykker i forbindelse med kano- eller kajakkpadling i 2010.

- ^{XI} I 2004 regnet Sven Nordby Andersen, Generalsekretær i Norges Padleforbund, at nesten 100 000 nordmenn padler jevnlig. (Nøkle vann ro- og padleklubb 2010). I 2007 kunne Aftenposten rapportere at kajakksalget er tredoblet på seks år. Dette året forventet man å passere 20 000 solgte båter. (Aftenposten 11.06.2007).
- ^{XII} F. eks. dødsulykke på Eikern i 1997. (NTB, 02.10.97). Dødsulykke på Femunden i 1998. (NTB, 01.08.98). Dødsulykke i 2002. (NTB, 13.05.02). Dødsulykke i Damtjønnå, Orkdal i 2004. (Pindard 2004). Dødsulykke i Vassfaret i 2004. (Pindard 2004).XIII
- ^{XIII} F. eks. dødsulykke på Drevsjø i 1999. (NTB, 09.07.99).
- ^{XIV} F. eks. dødsulykke på Vollmoatnet i 2003. (NTB, 22.08.03). Dødsulykke i Glomma i 2003. (NTB, 09.05.03).
- ^{XV} F. eks. dødsulykkene ved Nelaug i Nidelva, med to omkomne i 2004. (Pindard 2004).
- ^{XVI} F. eks. dødsulykke i Gaularvassdraget i 2004. (NTB, 17.06.04).
- ^{XVII} Nøkle vann ro- og padleklubb 2010.
- ^{XVIII} Ibid, Pindard 2004. For 2010 har jeg benyttet VG (07.08.2010) som kilde. VG meldte om en kajakkulykke ved Larvik (14.05.10) og en kajakkulykke i Lommedalen, Bærum (09.06.10). Sjøfartsdirektoratet (2011) har ikke registrert dødsulykker i forbindelse med kajakkpadling i 2010.
- ^{XIX} Nøkle vann ro- og padleklubb 2010.
- ^{XX} Dødsulykken i Bøaelva, Fjerland, der en italiensk padleomkom. I Sjøli, Skjåk, der en tysk padler omkom. Og dødsulykken i Nordelva, Rissa kommune i Trøndelag, der en nordmann omkom, alle i 2004. Samt dødsulykkene henholdsvis i Bøaelva og i elva Ostri, begge i 2003. (Pindard 2004).
- ^{XXI} Nordelva, 2004. (Pindard 2004).
- ^{XXII} Bøaelva, 2003 og 2004. (Pindard 2004).
- ^{XXIII} Ostri, 2003 og Sjøli 2004. (Pindard 2004).
- ^{XXIV} Nøkle vann ro- og padleklubb 2010.
- ^{XXV} Romsdals budstikke 20. 21. 22. august 2008.

Udgivelse af 25-års-jubilæums-antologi

Det er besluttet, at foreningen udgiver en 25 års jubilæums-antologi sidst på året. Bestyrelsen arbejder hårdt på at nå det. Artiklerne fra de sidste 15 år i medlemsbladet er udvalgt, og det er interessant læsning. Der er sket en stor udvikling i de år. Glæd jer til skiftet!

DET KAN ALT FOR HURTIGT GÅ GALT

Af Samuel Westarp, Gerlev Idrætshøjskole

Foto: Martin Johnsen

En historie om, hvor nemt man kan komme til at gøre noget, man udmærket godt ved er farligt...

I vinteren 2009 er jeg på skitur med en gruppe venner med tilknytning til Paul Petersens Idrætsinstitut ved Tyinkryset i Norge. Dagene går med diverse ture ud i fjeldet med feller til op- og nedturene og masser af sving på nedturene. At være ude i fjeldet, og at finde den gode sne til fine sving, er målet. Honza er min faste makker, mens andre, herunder især Christian Fester, er med, når dagens langrendsture med familien er overstået. Området er godt med en del mindre toppe inden for rækkevidde og nogle gode hæng, som ofte har god sne. Der er også et alpinanlæg, som vi dog ikke besø-

ger. Gennem ugen er vi opmærksomme på sneforholdene, og gør os umage med at færdes sikkert i forhold til lavinefare. Vi kører stort set ikke over de magiske 30 grader, og hvis vi gør, er det på steder med god forankring af sneen eller mindre hæng, hvor konsekvenserne er overskuelige.

Skituren starter en lørdag med godt vejr frem til tirsdag, så vi sørger for at bruge dagene, indtil det onsdag blæser godt op fra øst samtidig med at det snør. Det normale er vestlige vindretninger. Vi planlægger næste dags tur sammen med Christian Fester, en anden god legekammerat, med stor iver - for nu skal der køres »pudder«: En fin lille rute, hvor vi på tre-fire timer kan nå tre gode nedfarter, den sidste med noget af Filefjells bedste skovkørsel.

Ved halv ti-tiden er det på med udstyret og af sted. Det er en grå og trist dag, og vinden har ikke lagt sig helt, men vi skal bare finde den gode sne, så er dagen reddet. Lidt oppe af den første fjeldside ser det ud til, at al sneen er blæst væk fra vores planlagte nedfart. Helt oppe er der meget vind og dårlig sigtbarhed, så vi beslutter hurtigt at ændre vores rute. Vi har ikke snakket om en plan B, men beslutter alligevel derude at ændre planen. Både Christian og jeg har været på Filefjell mange gange før, og føler vi kender området. Godt forblæst bliver vi enige om et lille skovområde en halv times gang mod vest. Mellem træerne plejer der at ligge en del sne uanset hvad. Først skal vi dog rundt om et hjørne, om på læsiden af fjeldet og så lidt op inden vi kan krydse hen over top-



pen af en stejl, klippefyldt side. En stejl, klippefyldt læside efter kraftig vindtransport af sne - alle alarmklokker ringer - men vi tager dem bare ikke tilstrækkeligt alvorligt... Lavinefaren taget i betragtning bevæger vi os en af gangen hen over de udsatte partier for at minimere konsekvenserne, hvis vi skulle være uheldige. De to andre står og venter sikkert. Tidligere år har man kunnet følge en ryg op mod fjeldtoppen over os, fra der hvor vi er, men sneen ligger anderledes end tidligere, så det ville kræve lidt lettere klatring med skiene på sækken et sted. Vi vælger at gå ind på læsiden i stedet. Jeg gik forrest en stor del af vejen og er også den første til at krydse den øverste del af læsiden. Christian og Honza stod og ventede.

Vi vidste, at lavinefaren var reel, men vi havde fortrængt det i vores uforklarlige drift for bare at komme fremad - ikke fordi der var noget bestemt mål, ikke fordi der lå noget fantastisk sne og ventede, bare fordi vi ville fremad. Jeg havde fortrængt det så meget, at jeg ikke engang følte mig specielt utryg på vej over flanken. Men pludselig, som om lynet slår ned, bliver alt sneen omkring mig grå og opbrudt og tager fart nedover. Det er et fladeskred, og jeg når at se, at det ikke er småt.

Et par dage forinden havde jeg udløst et mindre fladeskred i mere trygge omgivelser. Det kørte jeg ud af uden de store problemer. Men denne gang er det anderledes. Med bindinger i gå-funktion og skind under skiene, når jeg ikke engang at forsøge at køre. Jeg vælter med det samme, mens jeg råber noget i retning af: »Den går!« Jeg hører Christian råbe tilbage, men ingen af os kan huske, hvad han råbte. Taget med af sneen ligger jeg nu på

ryggen med benene nedad. Optimist som man jo er, er jeg de første sekunder overbevist om, at turen bliver kort, og at jeg selvfølgelig stopper neden for et drop på 3-4 meter ikke så langt under det sted, hvor jeg blev taget. Frygten for, hvad der vil ske, bliver straks mere nærværende, da jeg mærker, at alt accelererer for foden af droppet. Jeg er væk i sneen et øjeblik, men da jeg kommer ovenpå igen, ser jeg til min lettelse, at jeg har kurs mod en gruppe små træer på toppen af et højere drop. Jeg gør mig klar til at gribe fat i et af træerne og er et øjeblik helt overbevist om, at jeg kan gribe fat i det, og at det skal blive min redning.

Nu er det jo ikke alt, der er som på film - desværre. At hage sig fast i et træ, som man rammer med omkring 100 km/t er ikke let. Jeg rammer træet, der står længst til venstre, med benene først og rører det ikke engang med hænderne. Skuffelsen er enorm og bliver lynhurtigt til frygt. Mens jeg hænger i luften, husker jeg, at jeg tænkte: 'Nu kommer det til at gøre ondt!' Jeg har set på den fjeldside flere uger hvert år de sidste seks år. Den er stejl, der er flere klipper og en masse sten.

Jeg lander på skuldrene med hovedet nedad som en slap kludedukke, og resten af turen er alt en blanding af hvidt, gråt og sort. "Svøm for at holde dig oppe!" står der i lavinebøgerne. Det er helt sikkert lettere sagt end gjort! Med ski, der sidder fast på støvlerne med fangremme, og en rygsæk, der er kravlet af den ene skulder, så er der lang vej til noget, der overhovedet ligner svømning. Men kæmpe, det gør man! Tankerne er som forduftet, fokus er udelukkende på at slappe af og sørge for at holde hoved og ansigt opad.

Hvordan man mærker at sneen er ved at stoppe op, ved jeg ikke, men jeg er i hvert fald ikke et øjeblik i tvivl da det sker. Men alligevel er jeg langsom, alt for langsom. Jeg prøver at trække hænderne ind foran ansigtet for at skabe en luftlomme. Men min venstre arm er låst af rygsækken, og højre arm når det ikke, før det bliver umuligt at røre sig. Jeg er som frosset i beton. Og så bliver der stille, meget stille. »Ro på vejtrækningen nu, det nytter ikke at panikke!« siger jeg til mig selv og slapper faktisk med det samme af.

Pludselig er man meget alene, og det eneste man kan høre, er sig selv trække vejret som igennem en maske. Jeg har sne i munden, i næsen, i øjnene, overalt. Men jeg kan bevæge højre underarm og sneen omkring hånden føles løs. »Jeg graver en luftkanal op,« tænker jeg, »så kan jeg også kalde på Christian og Honza, når de kommer for at finde mig.« Jeg prøver at grave, men det er, som om jeg ikke kan få sneen langt nok væk - den bliver ved med at falde tilbage til det sted, som jeg flytter den fra. I det mindste er jeg overbevist om, at jeg må ligge tæt på overfladen.

Kræfterne forsvinder ganske hurtigt, tankerne bliver langsommere, det begynder at svimle. Jeg kan mærke, at jeg er ved at besvime. Det passer mig egentlig helt fint, for så mærker man ikke ventetiden - og frem for alt bruger man mindre ilt. Lige inden jeg besvimer, er håbet om, at drengene finder mig, så jeg kan se dagslys igen, meget intenst. Samtidig ved jeg godt, hvad klokken er slået, hvis de ikke skynder sig... Men jeg har sendermodtagerudstyr på og er egentlig ganske fortrøstningsfuld.

»Men var du ikke bange for at dø?« har mange spurgt bagefter. »Næ,

egentlig ikke.« Jeg tror hverken på himmel eller helvede, så der er vel ikke så meget at være bange for. Jeg havde ikke lyst til at dø, og jeg havde heller ikke opgivet håbet om at overleve, men man indser (forhåbentligt) hurtigt, når man ligger der, at man er fuldstændig magtesløs. Formår man at slappe af og accepterer, at man må tage det som det kommer, tror jeg sandsynligheden for at man overlever, er størst. Tillid til ens turkammerater er nok en vigtig forudsætning – ens liv er jo bogstaveligt talt i deres hænder...

Heldigvis er Christian godt uddannet, og sammen med Honza gjorde de et hurtigt og effektivt stykke arbejde med at finde mig og grave mig fri.

Christian fortæller om oplevelsen set fra den anden side:

Pludselig sker der det, der ikke må ske. Et højt drøn, og Samuel, som går forrest, befinder sig midt i et frådende hav af sne, der løber ned ad bjergsiden. Han vælter og er meget hurtigt væk. Derfra, hvor vi står, kan vi ikke se mere end 20-30 meter nedover. Der er stejlt, og der er klipper, som blokerer udsynet. Lige så hurtigt, som det hele startede, bliver der helt stille igen. Honza og jeg står alene tilbage.

»Fuck! Fuck! Okay, rolig nu,« siger jeg til mig selv og flår mine skind af. Jeg spænder mine ski og støvler og siger til Honza, at han skal vente lidt med at gå frem, til vi er sikre på, at der ikke kommer mere sne oppefra. Vi står begge og venter - håber, at Samuel lige om lidt råber »Alt ok, jeg er lige hernede!«

Men der er bare helt stille. Kort efter kører vi ud over området og får udsyn til dalen. Vi kan se, at hele siden er gået: 200 meter hen og 300-400 meter ned, helt ned til

foden af siden. Fuck, tænker jeg, det her er ikke godt, det her kan man dø af. Der er rigtig meget sne og ikke et spor at se.

Jeg kan se, at der ligger tre store bunker sne, en halvvejs nede og to store bunker helt nede. Med lavinesøgeren tændt begynder jeg at køre ned mod den første bunke, mens jeg kigger efter Samuel under de store klipper. Nogle gange bliver man deponeret af lavinen bag sten eller i læ af træer. Da jeg et øjeblik efter står midt på snebunken, er der intet signal. Jeg tænder og slukker min bipper – kom nu for helvede, giv lyd!

Honza og jeg opdager samtidig Samuels ene ski, der stikker op af sneen helt nede i bunden. Hurtigt drøner jeg nedover og er få sekunder efter ved skien. Jeg kan til min lettelse høre en hiven efter vejret. Ikke en køn måde at ånde på – men der er liv! Frem med skovl, af med ski. Kort tid efter har jeg Samuels ansigt fri for sne. Han er ganske hvid i ansigtet med blå læber og lidt blod ved overlæben. Jeg børster sne væk fra ansigtet og munden, mens jeg snakker: »Sam, jeg er her, jeg har dig, er du der? Du bløder lidt ud af munden...« Pludselig hoster han og svarer: »nå, det er ikke noget, min læbe revnede lidt allerede i går...«

Det er uden sammenligning det mest intense øjeblik, jeg har oplevet! Jeg er nødt til at råbe af glæde, men den umiddelbare glæde bliver hurtigt blandet med en skræmmende erkendelse af, hvad jeg netop har gennemgået. Smerten i venstre knæ kom først snigende langsomt.

Christian fortsætter:

Lettelsen er enorm og en umiddelbar intens lykkefølelse oversvøm-

mer mig, mens jeg graver videre. Lidt senere kommer Honza til, tager skiene af og pakker spaden ud for at hjælpe med at grave. Da han kigger ned i hullet, foreslår han omgående: »Skal vi ikke tage hans briller af, så han kan se noget, de er jo fyldt med sne?!«

Det tager omkring 20 minutter at grave mig helt fri, og jeg ryster af kulde, da jeg endelig kommer op af hullet. Honza og Christian får pakket mig ind i ekstra jakker og stablet mig op på det ene gode ben jeg har. Mit venstre knæ gør meget ondt, og jeg kan ikke støtte på det. Christian holder mig oprejst, og vi kører sammen det sidste stykke ned til hytten.

Tilbage i hytten tager det et par timer, en del mad og varm kakao at komme nogenlunde til hægterne igen. Stemningen i hytten er præget af chok, måben og lettelse, også blandt de andre der er hjemme. Efter et par timer kører Christian mig til skadestuen.

Musik siges at kunne fremkalde stærke følelser. Det var da også først foran klaveret i hospitalets venturum at den følelsesmæssige forløsning kom. Jeg kan kun spille nogle enkelte sange fra højskolesangbogen, og »Du kom med alt det der var dig« blev sangen der mindede mig om, hvor meget det egentlig var, jeg netop havde undgået at miste. Så kan man ikke andet end at blive rørt til tårer...

Hvad de øvrige gæster i varmestuen i skicenteret må have tænkt dagen efter er svært at gætte, men en flok voksne mennesker der sidder i hjørnet og græder på skift er vel næppe et typisk syn. Jeg var selv sagt ikke den eneste, der var berørt af ulykken.

Heldigvis slap vi alle fra ulykken med skrækken og kun en alvorlig



knæskade - og en masse eftertænk-somhed. Dels om livet og døden, dels om hvordan dårsken kunne overrumple os i så stor stil uden at vi reagerede.

Der er ingen tvivl om, at det er vigtigt at have et godt kendskab til lavinefare og være trænet i redning, hvis man færdes meget i fjeldet og kører stejlere. Det er også helt essentielt for en eventuel redning, at man medbringer og kan bruge det nødvendige udstyr - spade, søgestang, søger m.m. Alt det havde vi. Men hvordan kunne det så gå

galt alligevel, når det ikke engang gjaldt en fantastisk nedkørsel, men bare en omvej over til noget sne, der måske var godt? Og hvordan undgår vi at komme i samme situation igen?

Christian og jeg havde haft køkkentjansen i hytten, og af den grund haft en ekstra lang aften dagen forinden og en meget tidlig morgen på selve dagen. Det er ikke køkkenarbejdets skyld, selv sagt, men vi var med andre ord trætte. Der er sikkert også andre forklaringer, men bagefter står det klart for

mig, at stor træthed er det farligste jeg kan udsætte mig selv for. Det gælder sikkert mange. Når jeg er træt, mister jeg en del af min realitetssans. Evnen til at holde egne evner op mod det, man udsætter sig selv for, skrumper sammen med evnen til konsekvenstænkning.

Jeg kan blot glæde mig over at jeg er blevet opmærksom på det, og at det »kun« blev en næsten-ulykke, der skulle til.



FRILUFTSPROFILER

Af Mette Refshauge Foged, biolog, friskolelærer og IFO-pædagog (idrætsfritidsordning) på Romalt Friskole, mette@mettefoged.dk

Friluftsliv for mig er, at der er plads til alle. Uanset om man er til adventure race eller fuglekigteri. Jeg ser ikke den ene friluftsgren som værende mere rigtig eller vigtig end andre. For mig er det vigtigste, at vi alle har respekt for hinanden, og det vi hver især gør - uanset om vi dyrker friluftsliv for at få motion, adrenalinsus eller for at nyde naturen! Ting som jeg desuden ikke mener udelukker hinanden...

Min baggrund

Jeg er født og opvokset på landet og har altid tilbragt megen tid ude. Gerne på opdagelse med en pind i

hånden til at rode i bækken, eller til at slå brændenælder med, for at kunne komme frem. Men vi brugte ikke det med at tage på længere ture i weekender og ferier. Min far er landmand, og der var altid noget der skulle gøres hjemme.

Friluftsliv blev derfor først et begreb for mig, da jeg i 8. klasse valgte det som fag i ungdomsskolen. Her fik vi snuset til kajak, vandreture og lejrLiv. Vi blev udfordret til at klare os selv og til at samarbejde om at løse opgaver.

Siden kunne jeg ikke slippe det! Jeg var bidt af det at være ude på tur,

at mærke naturen helt ind under huden. Da jeg i 9. klasse startede på Brøruphus Ungdomsskole ved Skanderborg var der ingen tvivl om, at friluftsliv skulle være mit linjefag. Her tilbragte jeg det næste år i nogle fantastiske timer som den eneste pige blandt ti drenge. Vi havde den mest tilstedeværende og inspirerende lærer, som gav os et fantastisk år med kanoture på Gudenåen med indlagte badeture i iskolde men klare Slænsø, erfaring i basislejrLiv, og en viden om at begå sig i naturen i al slags vejr. Sent skal jeg f.eks. glemme vores telttur i starten af december, hvor vi slog telt op på et leje af halm og

Foto: Mette Refshauge Foged





Foto: Mette Refshauge Foged

alle sov så godt, at vi sov over os og vågnede til det smukkeste snevejr - og blev rimeligt upopulære, da vi alt for sent kom hjem til skolen.

Lige efter gymnasiet arbejdede jeg en sæson hos »Svensk Kanoferie« i det sydlige Sverige. Her knoklede vi fire unge piger med klatring, kano, mountainbike og meget mere, og jeg fik øjnene op for, at friluftsliv kunne være mere end en fritidsbeskæftigelse. Vi arbejdede nærmest i døgndrift i tre måneder og tjente ikke mange penge, men oplevelserne var store og blev afsluttet med tre ugers tur ned gennem Europa, med en kajaktur i lagunen omkring Venedig som det helt store højdepunkt!

Hjemme i Danmark igen blev det til et ophold på »Gymnastik og Idrætshøjskolen ved Viborg«. Her tilbragte jeg nogle skønne måneder med friluftsliv som linjefag. Vi lærte, hvordan man arrangerer gode ture. Vi blev udfordret på vores viden og vores kompetencer og lærte at tage ansvar for os selv og andre, når vi var af sted på tur.

Udover det rent faglige så tog jeg også en håndfuld rigtig gode venner med fra højskoleopholdet. Venner som jeg siden har været på tur med mange gange. Vi har især

haft fantastiske ture i kajak. Altid med lidt Bailey i lommelærken og plads til lidt rødvin bag sædet. Det er ikke ture som har handlet om at sejle hurtigst eller længst men ture med samværet i højsædet.

Friluftsliv som profession

Efter et smut omkring Nepal og New Zealand på den obligatoriske dannelsesrejse, endte jeg på biologistudiet på Aarhus Universitet. Det var med en helt klar overbevisning om, at den viden jeg der tilegnede mig skulle bruges efterfølgende i et job som naturvejleder.

Undervejs trængte jeg til et afbræk, og valgte derfor et år på Institut for Idræt og faget »Nordisk Friluftsliv«. Et mere teoretisk studie af, hvorfor man dyrker friluftsliv i de nordiske lande, men heldigvis også

med forløb med praktisk friluftsliv indlagt. I løbet af det år blev der både vandret, løbet på ski, roet kajak, sejlet smakkejolle og prøvet langtursskøjter i den Stockholmske skærgård. En tur jeg aldrig kommer til at glemme var turen på cykel fra Sjællands Odde og til København, hvor vi bl.a. havde et stop ved Svend Ulstrup, som udfordrede os udstyrsfreaks med hans holdninger og viden.

Som mor til to mindre børn bliver friluftsliv for tiden hovedsageligt dyrket sammen med familien, med andre børnefamilier i regi af »Natur og Ungdom« samt sammen med ungerne på jobbet som pædagog i en idrætsfritidsordning med fokus på bevægelse og udeliv.

Jeg bliver drevet af lysten til at give mine værdier, og den viden jeg har opbygget, videre til både mine egne og andres børn. Mit ønske er, at de lærer at færdes på en god og tryk måde i naturen, og at de får en basal viden om naturen, dens indhold og vigtigheden af at vi passer på den. Det skal være naturligt for dem at færdes på en bålplads, at bruge af naturens spisekammer, og de skal bare engang imellem frivilligt vælge naturen frem for computeren. Så er min mission lykkedes!

KAYAKLOG

Den nye app til kajakfolket, der blev fortalt om i seneste udgave af Dansk Friluftsliv, er af forskellige årsager desværre forsinket. Vi er startet forfra med projektet og forventer en lancering af et endnu bedre produkt omkring årsskiftet 2012/13 - så vi beder om tålmodighed!

Med venlig hilsen Carsten Damsgaard, KAYAKLOG ApS

HOT OR NOT

Af Henrik Bock Larsen, Gymnastik og Idrætshøjskolen ved Viborg

.....

Hot	Not
Drik på tur	
Yogi The. Specielt sweet chilli. Og så står der små visdomsord på poserne, så man har lidt at tænke over i løbet af dagen.	Nescafé. Det er da en lorte-efterligning af rigtig kaffe. Det smager som det min far fortalte, at de drak under krigen i mangel af bedre.
Citat for tiden	
»Penge er ikke alt!! – Men de er bare et fandens godt betalingsmiddel!«, sagt af Kurt Thorsen, da han sad i fængsel.	»Stilstand er lig tilbagegang« - Det vil da være rart at det hele ikke fes af sted hele tiden. Bare lidt ro på ind imellem, tak!
Grej	
Jeg ved godt, at sigtet skal være friluftstrettet, men lige p.t. er det min skruemaskine, da jeg er ved at bygge et grejrum. Når man bor to friluftsvejledere under samme tag, så hober der sig grej op i alle hjørnerne og det skal nu samles...	Den er sgu svær.. Er der noget grej, der ikke er hot!??
Beklædning	
Jamen... - jeg er jo helt knaldet med mine gamle Lowe Alpine Bibs fra '95. Federe bukser findes simpelthen ikke.	Da jeg læste i Norge fik jeg den geniale idé at købe et par gamle militær-uldbukser til vinterfjeld. Det var eddermame noget hø, så det er en »not'er«.
El-artikel	
Hmm. Er ikke meget for at indrømme det, men det er min Iphone, da jeg nu både kan høre musik og holde styr på min træning via Endomondo. Så tak, Steve!!	Jeg ved ikke hvorfor, men jeg synes simpelthen at el-tandbørster er fimsede.
Kvinde	
Therese Johaug. Hun har fornyet interessen for at se langrenn.	Vores sundhedsminister. Hvordan kan man være fed og rygende - og så være vores sundhedsmæssige forbillede... Forstår det simpelt hen ikke...
Mand	
Bonderøven. Han er for sej. Han gør det sgu... Faarlund vil klappe i sine glade hænder...	Må helt klart være Mitt Romney og Paul Ryan. Tænk sig at to så stupide personer bestræber sig på at blive det ledende makkerpar i verden. Hvis de bliver valgt ser det rigtig sort ud for hele verden. Håber at der er amerikanere nok med omløb i hovedet, så Obama bliver siddende.



UGLEGYLP - NATURLIGVIS

*Af Dieter Toftkjær, natur- og friluft vejleder,
bestyrelsesmedlem i Dansk Friluftsliv*

.....

Jeg har her i den smukke sommer og sensommer bevæget mig i og omkring nogle vandhuller. Og på solrige dage er jeg blevet mødt af de mest fantastiske dyr, der har optaget mig i op til 20 min. ad gangen - bare for at kigge på deres flyvekunst og deres smukke farver, og funderet over deres forunderlige livscyklus.

De har et blikfang, der er en fortælling værdig, og hvad er blikfang - og hvorledes gøre den gode fortælling vedkommende og levende?

Jeg synes, guldsmeden rummer masser af skønhed og mystik. Den er et fantastisk imponerende dyr, der virkelig fortjener respekt og omtale. Ikke mindst, når de parrer sig i luften - og sex sælger, det ved både unge og gamle.

Man kender guldsmeden fra forstenede aftryk helt tilbage fra kultiden - dengang der vandrede store øgler rundt. Guldsmede har eksisteret på jorden i godt 200 millioner år og har ikke ændret sig væsentligt over denne periode.

Voksne guldsmede lever deres liv over vandet, hvor de ofte ses, mens de på svirrende vinger står helt stille i luften. De lægger deres larver på et blad eller lignende under vandet.

Guldsmedens larver kaldes nymfer. Det er en betegnelse, der bruges om de insektlarver, der udvikler sig direkte til det voksne stadium uden at forpuppe sig. Guldsmedens larver ændrer gradvis udseende og størrelse i de 2-3 år, de opholder sig i vandet. En skønne dag kravler de op af vandet, og det voksne insekt kravler ud af larvehammen og flyver bort på de smukke tynde vinger, der lige skal bruge lidt tid på at folde sig ud og tørre. Vingerne har deres eget smukke mønster, og de er fascinerende tynde og ser meget skrøbelige ud. Man kan sågar se, når de er slidte og flossede efter et hårdt flyverliv.

Guldsmeden er så meget designet til et liv i luften: To par brede, svirrende vinger, en lang bagkrop som rorpind og store øjne, der ser både fremad og til siden for at være effektive jægere. De griber byttet flyvende, tager det med de 6 fremadrettede ben, der danner en lille fangstkurv under forkroppen, dræber det og æder det i luften.

Ikke nok med at de æder i luften - de parrer sig også. Det starter med, at hannen med sit halevedhæng griber fat om hunnens forkrop og hoved og trækker hende af sted efter sig. På et tidspunkt bøjer de kroppene i buer mod hinanden, og kommer således til at ligne et fly-



GODE KILDER TIL LÆRDOM

www.naturstyrelsen.dk/Naturbeskyttelse/Artsleksikon/Dyr/Insekter/Guldsmede/
www.fugleognatur.dk/forum/show_message.asp?MessageID=216074&ForumID=23
www.naturporten.dk/temaer/danmarks-dyr/insekter/item/bla-libel
www.danske-dyr.dk
www.obsnatur.dk

vende hjul under selve parringen. Hunnen lægger derefter deres æg i vandet. Det foregår på forskellige måder alt efter art. Historien siger, at der sågar er en art, der under æglægningen i vandet drukner hannen - ellers er levetiden for de voksne kun en sommer, mens larvestadiet kan vare op til fem år.

Larverne lever af orm, myggelarver og andre vandinsekter. De voksne tager fluer, sommerfugle og andre flyvende insekter. Deres fjender, som larver, er ferskvandsfisk, og som voksne insekter og fugle.

Der findes omkring 20 arter alene her i Danmark – og de er smukke i hver deres spændende farver og størrelser.

Guldsmedene (Odonata) er yderligere opdelt i Ægte guldsmede (Anisoptera) og Vandnymfer (Zygoptera). Vandnymferne er lidt mindre end de ægte guldsmede, og hunnerne har ofte brede sorte bånd eller ringe på bagkroppen.

Flere af guldsmedene er meget sjældne eller slet ikke set i landet i mange år: Grøn kølleguldsmed, Grøn mosaikguldsmed, Stor kærguldsmed, Østlig kærguldsmed og Åkande kærguldsmed.

Hvorfra navnet kommer fra? Hør her: En guldsmed - altså ham der arbejder i metaller, arbejder også med meget andet end guld (ædelstene, emalje osv.). Derfor er en guldsmed ikke nødvendigvis kun gul, men er kendetegnet ved en skinnende og farvestrålende palle. Præcis på samme måde er insektet guldsmed præget af alle mulige skinnende farver. Det skinner og glimter fra værkstedet ligesom fra dyret (af Jan Kjærgaard, naturvejleder, Søhøjlandet). Håber du her under septembers - oktobers himmel i år eller næste år får mulighed for at nyde disse fantastiske væsner.



Foto: DGI Karpenhøj

TURMAD

Af Kamille B. Rohde, Århus Social- og Sundhedsskole

Foto: Thomas Skyrum

Gourmet-bålmad - jeg elsker at lave mad på bål! Det er, som om man er mere sulten, når man endelig når frem og får bygget lejr, og bålet er klar til aftensmaden. Det smager af dagens vandring eller sejlads, af himmel og hav. Indimellem bliver maden for brændt eller får for lidt, men det gør ofte ikke spor, det er et himmelsk måltid alligevel. Indimellem er man på tur med nogle mennesker, der får det til at blive noget helt særligt. Så er maden, det at nå frem og få tændt det gode bål, blevet turens mening og mål. Sådan en mand er Steen Højberg, der har lavet dette nummer af bladets opskrift. Han har faktisk

lavet en hel bog med gourmet-mad på tur, men kun for venner og familie. Vi kan jo håbe på, at han en dag lader os andre få mulighed for at købe den.

Poussinerne kan enten tages med frosne, så er de tørt op når lejren er bygget samme dags aften, eller man kan alternativt skyde sig et par ryper. Realistisk set er det første nok den mest sikre løsning.

Pancetta holder sig fint i en stofpose i flere dage, bare det kan få luft og er tørt.

Billederne er taget af fotografen Thomas Skyrum.

Husk at I altid er velkomne til at sende ideer og opskrifter til vores »turmad«! (mille@rohde.mail.dk)





BÅLSTEGT POUSSIN PÅ ÆBLEPANCETTA

Ingredienser (4 personer)

4 poussiner

4 æbler

½ kg pancetta

½ stangselleri

Fremgangsmåde:

Poussinerne grilles over bål i ca. 45 – 60 min.

Pancettaen skæres i tern og steges to tredjedel færdig i en gryde (brug noget af fedtet til at pensle poussinerne med undervejs)

Tern af æbler tilsættes og steger med til æblepancettaen er al dente

Smages til med salt og peber og fint snittet selleri.

Velbekomme!

TURBERETNING

*Af Anne Bach, Katrine Verkooijen, Elisabeth Lorentzen
og Ida Hovedskov, elever på Brandbjerg Højskole*

Holdånd op og ned ad bakke

V i er otte elever fra Outdoorlinjen på Brandbjerg Højskole, som i uge 10, sammen med vores underviser, tog seks dage til Syd Norge i Skrimområdet syd for Kongsberg. Med fuld oppakning på ryggen rejste vi på ski mellem hytter, som vi havde fundet gennem Den Norske Turistforening (DNT.no). Outdoor på Brandbjerg Højskole handler især om at planlægge egne ekspeditioner og om teamudvikling. Vores formål med denne turberetning er at give et lille indblik i vores tuoplevelse samt den udvikling som vores gruppe undervejs gennemgik. Skønt den egentlige tur først fandt sted i uge 10 var vi allerede i fuld gang med forberedelserne flere uger forinden. Forberedelserne bestod af fysisk træning, mindre dags-ture og teamudviklingsøvelser på højskolen, og den mere praktiske planlægning blev delt iblandt os. De dertil hørende opgaver skulle vi selv organisere og definere så vi havde mulighed for at få indfriet vores egne forventninger til turen. Vi fik relativt frie tøjler, hvor de eneste kriterier var en tur på seks dage under forholdsvis primitive forhold.

På trods af mange forskellige meninger og ideer under forberedelserne endte vi trods alt sammen på Vejle station klar til afgang med ski i hænderne, og rygsækkene fulde af forventninger, smil og hjemmebagte loganbrød. Via Hjørring,

Hirtshals og Larvik havn ankom vi efter mørkets frembrud, lidt trætte og stive i kroppen, til Omholt parkeringsplads. På trods af omstændighederne og den tunge op-pakning kom vi nogenlunde let og elefant af sted mod første egentlige mål – Darrebuhytten. Vi skød en jævn fart, men skulle lige vænne os til sneen, og kunne ikke undgå at få visse associationer til Bambi på glat is. I skæret fra brændeovnen sad vi om aftenen stille og trætte, mens vi forsøgte at skabe et mere detaljeret overblik over de kommende dage. For at løsrive os fra hverdagens rutineprægede rummerum, skabte vi en mere afslappet og naturlig dagsrytme ved ikke at benytte ure, mobil og anden elektronik.

Som morgensolens stråler ramte Skrimfjeld næste dag, fik vi et helt nyt indtryk af området omkring os. Vi lagde ud med leg og tilvænnelse af skiene, og efterfølgende tog vi af sted mod dagens destination: den hyggelige hytte Sørmyrseter, ca. 11 km væk. På denne strækning blev vores individuelle erfaringsniveauer, formåen og indstillinger tydelige, og det satte gruppens holdånd og fleksibilitet på prøve. Nogle var trætte og pressede, andre var utålmodige, og jo længere vi kom, jo mere trykket blev stemningen over det uens niveau. Trods mange teamudviklingsøvelser må man erkende at holdånd skal prøves »real life«. Gruppen strakte sig nu langt over løjperne, og vi måtte derfor stoppe op og drøfte situationen og lægge

ny strategi. I stedet for at følges aftalte vi nogle fælles mødesteder, så folk kunne fortsætte i deres eget tempo resten af dagen. Det fik den tunge stemning til at lette, og åbnede muligheden for igen at nyde områdets smukke natur, og føle den fede fornemmelse ved at glide af sted gennem landskabet på ski. Da vi ankom til Sørmyrseter, kom holdånden igen op i os. Folk tog glædeligt initiativ til at hente vand i åen, tænde op i brændeovnene og lave mad, så vi kunne indlogere os og få en hyggelig aften.

Dag to drog vi alle mod områdets højeste top, Styggemann. I løbet af turen opstod igen lidt splittelse i gruppen. Gårsdagens frustrationer var ikke så nemme at få ud af kroppen, og starten gik træt. Vi endte derfor med at overse at løjpen delte sig i to, hvilket betød at vi fortsatte i den forkerte retning. Først efter at have kravlet op ad en lang, stejl og iset bakke, fandt vi ud af, at vi ikke var på rette vej. Det resulterede i, at vi ikke havde nok tid inden mørkets frembrud til at nå vores mål. Med ønsket om stadig at nå en bjergtop, tog vi skiene af, og gik videre op ad det bjerg vi var havnet på. Her brugte vi tid på at puste ud og nyde den flotte udsigt over Norges snebelagte fjelde. Bare være, for en kort bemærkning, uden at skulle præstere. Naturolivelsen gjorde sit ved humøret, og i samlet flok kom vi ned igen for at tænde bål og spise frokost.

Under den obligatoriske havregrødsspisning besluttede vi på dag

tre at dele gruppen op i to, så alle fik indfriet deres individuelle ønsker for dagen. En gruppe brugte dagen på lange kælketure, vild sneboldkamp og snehulebygning i vaskeægte iglo-stil. Den anden gruppe tog tidligt af sted mod Styggemann, der med sine 871 m går for at være Skrim-områdets højeste top. Styggemann viste sig fra sin virkelige stygge side. Gårdsdagens solstråler og klare blå himmel var byttet ud med tæt snevejr og heftig blæst. Turen til Styggemann blev betydeligt mere udfordrende end først forventet. Det vækkede fighter-genet hos den lille flok »bjergbestigere«. Opstigningen blev en fælles kamp imod elementernes rasen og den stejle bjergside. Sneen frarøvede den efter sigende gode udsigt fra toppen, men på trods af det blev nedturen fyldt med grin og leg med Telemark. Trætte efter dagens strabadser blev Styggemann-gruppen varmt modtaget af den anden gruppe med popcorn og hjemmelavet slik i den færdige snehule. Det var skønt. Erfaringen var, at en opdeling af en gruppe somme tider kan skabe en bedre holdånd. Alle havde en fed

dag med netop de aktiviteter, de havde lyst til - og det gav et fælles boost til hele holdet. Den positive og fælles energi eskalerede, da et forsigtigt forslag om snebadning resulterede i at alle hvinende stormede ud i den nyfaldne, men kolde sne. Det impulsive fællesbad endte med stearinlys og frosne balder på række foran brændeovnen.

På turens næstsidste dag oplevede vi solen stå op over Skrim's vinterfjeld, der roligt lå gemt under 20 cm nyfalden puddersne. Fortidens frustrationer var pist væk. Turen tilbage mod Omholt foregik til at starte med i to hold. Første hold tog tidligt af sted, hvorved de kunne tage det mere stille og roligt. I mellemtiden blev det andet hold tilbage i hytten, og pakkede det sidste sammen. Hvor rygsækkene på udturen var fyldt med mad og godt humør, var de nu stoppede med skrald og gode oplevelser. Under en skyfri himmel og en varmende vintersol, var det en fornøjelse samt en sjælden mulighed at få lov til at trække knivskarpe spor i den uberørte sne. De to grupper mødtes til frokost og solbadning på

en frosen sø, og en fælles tilfredshed med turen spredtes i takt med at vi bevægede os gennem det åbne og rolige landskab. Et landskab der giver ro og plads til egen fordybelse og frit løb for tankerne.

Hen på eftermiddagen nåede vi Omholt Parkeringsplads, hvorfra vi med taxa kørte tilbage til civilisationen og byens pulserende rytme. Turen blev rundet af på en afsides skrænt med øl, frysetørret mad på Trangia og udsigt over Larviks havneområde by night. Den sidste nat tilbragte vi tætpakket i en bivouak i Larvik Jollehavn, hvorfra vi ved seks-tiden næste morgen satte kurs mod færgen - og Brandbjerg Højskole.

Området kan klart anbefales til en tur som vores. Det spændende ved en selvplanlagt ekspedition, som denne er, at man uundgåeligt løber ind i udfordringer og presede situationer. Det har på mange måder bidraget til såvel fælles som individuel udvikling - både fysisk og mentalt. Det er ikke nogen hemmelighed, at vi ved turens start hver især havde vidt forskellige udgangspunkter, og derved forskellige udfordringer i vente. Det sætter den enkelte på prøve og tydeliggør rollefordeling, styrker og svagheder. En tur som denne byder på mange forhindringer, for nogle større end for andre, men det lykkedes alle at forcere deres, og dermed gøre nye opdagelser inden for egen udvikling. Erfaringerne betyder, at vi nu har muligheden for at reflektere over gruppedynamikken, i forhold til hvilke faktorer der påvirkede gruppens samlede humør, og hvilke der var med til at vende stemningen. Opdagelser som bidrog til en holdmæssig indsigt og fremgang, som vi forhåbentlig kan trække på under kommende ture og i andre af livets sammenhænge.



TURTIPS

*Af Thea Ø. Jacobsen, lærer og friluft vejleder,
freelance-guide og kasserer i Dansk friluftsliv*

.....

10 hurtige tips til de små succeser på turen. Blandt andet til hvordan du kan gøre turen mere »easy going« og få det hele med:

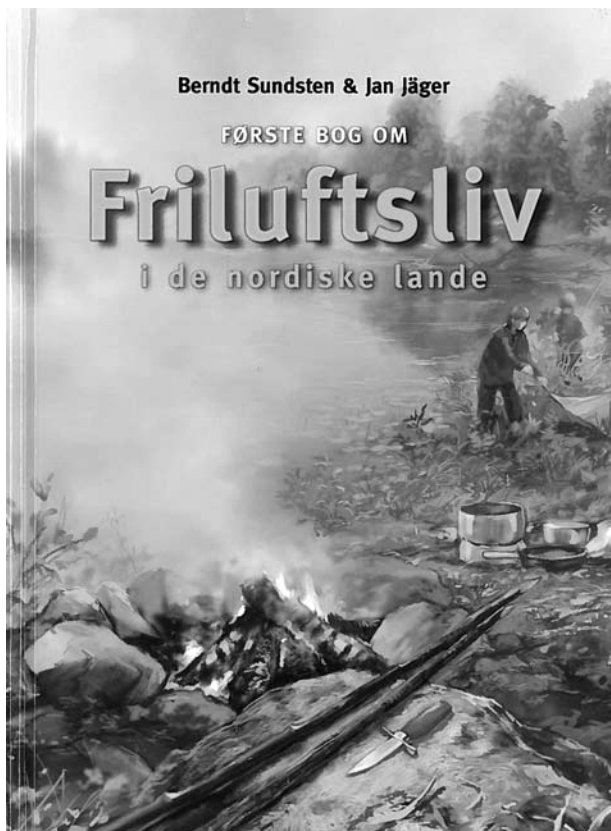
1. Kom ud - regnen lyder altid værre, når du sidder indenfor end når du er ude i det.
2. Er støvlerne blevet våde, så sørg for altid at have et par ekstra fryseposer med. Når du så kommer i lejr, tager du tørre sokker på og posen udenpå, før du stikker i støvlerne igen....ahhh...skønne tørre varme fødder.
3. Lær fem nye planter på din vej - til sidst kan du dem alle og kan imponere dine omgivelser med din viden.
4. Følg naturens døgnrytme, stå op med solen og gå i seng med solen. Skal prøves mindst én gang, også for B-mennesker.
5. Har du tendens til vabler, så forebyg med sportstape - i god tid... jo mere, jo bedre.
6. Fugtige sokker kan tørres, mens man går. I solskin fastgøres sokken udvendig på sækken og tørrer således mens man går - ellers kan man lægge dem inderst mod huden, så varmen fra kroppen tørrer dem.
7. Tag et bad i bækken, søen, havet eller elven - det sætter gang i blodcirkulationen og giver varme i koldt vejr og køler i sommerheden.
8. Lad uret blive hjemme eller som minimum pak det væk, mens du er af sted.
9. Ha' altid mindst en hue med - den beskytter mod kulde, kan bruges som kaffe/tehætte og holder myggene væk fra din hovedbund.
10. Lad vejen være målet og nyd den!



BOGANMELDELSER

Af Martin Johnsen, adjunkt, pædagoguddannelsen i Viborg,
ansvarshavende redaktør for Dansk Friluftsliv, mljo@viauc.dk

.....



Første bog om Friluftsliv i de nordiske lande

Forfattere: Berndt Sundsten & Jan Jäger (oversat til dansk af Henrik Reinvaldt)

Forlag: Atelier

Udgivelsesår: 2012

Sider: 45

ISBN: 978-87-7857-600-2

»At sove ved en rislende bæk eller lave mad ved et lejrbrak giver oplevelser udover det sædvanlige. Jeg har været på ture i naturen, lige fra jeg var barn, og alt det jeg har oplevet, har betydet rigtig meget for mig« (fra bogens indledning).

Første bog om Friluftsliv i de nordiske lande er en bog, som giver sig ud for at være det, den er: en bog som skal give læseren begyndende basale færdigheder i friluftsliv. Målgruppen for bogen bliver derfor større børn, nye spejdere, familier eller andre som skal til at stifte bekendtskab med friluftsliv. Folk som skal til at have en generel indføring i feltet - lidt viden om man-

ge ting. Bogen handler om det praktiske friluftsliv, hvor der gennemgås lidt om færdselsregler i naturen, personlig udrustning, rygsæk, at finde vej, telt, lejrbrak, madlavning, førstehjælp, vejrtegn, knob m.m. Selve indholdet kan findes i mange andre praktiske bøger om friluftsliv, men den letlæste tekst gør bogen til en rigtig god begynderbog. Teksten er ligeledes suppleret med mange billeder og illustrationer.



NATURENS KØKKEN

Find og spis de lækreste bær og urter



Naturens køkken - find og spis de lækreste bær og urter

Forfattere: Birgit Kristiansen & Lars Norman

Forlag: Gyldendal

Udgivelsesår: 2012

Sider: 242

ISBN: 978-87-02-12199-5

I anledning af Naturens dag den 9. september, hvor temaet i år var naturen som spisekammer, så mener jeg bestemt, at der skal være plads til endnu en bog



om spiselige bær og urter i naturen. Naturens køkken er, som så mange andre bøger med samme tema, dybt inspirerende at læse i - bare billederne i bogen får ens mundvand til at løbe.

Bogen samler 27 urter og bær i det danske land, og bogens mere end 100 opskrifter falder i tråd med principperne om mere fuldkorn, flere måltider tættere på sæsonen, flere bær, mere frugt og grønt, mindre kød m.m. - altså det trendy nordiske køkken! I forordene står der, at bogen er tænkt som kilde til inspiration og som en øjenåbner. Den skal ikke tænkes som en facitliste, mere som en beskrivelse af, hvad vi personligt godt kan lide at samle i naturen. Tanken med opskrifterne er, at de læner sig op ad forskellige naturtyper året rundt, således starter bogen med forårets urter i løvskoven, dernæst græslandet med de tørre skrænter, så kommer kystlandet og

klitterne, for så at vende tilbage til løvskoven i efteråret osv. Det interessante ved bogen er i sagens natur, at selvom vi har set urterne og bærrerne før, og vi ved, at de kan spises, så bliver man igen motiveret til at gå ud og plukke og høste ingredienserne.

Et par af urterne synes jeg er beskrevet for lidt - især deres anvendelsesmuligheder, til gengæld har bogen flere interessante urter med, fx flere saltede urter fra kysten, som jeg ikke selv har den store erfaring med at spise. Hvem har ikke lyst til at prøve en kartoffelsalat med strandkål, sødskærm og trøfler, en rejesalat med strandarve eller en appelsinmarineret lange med strandvejbred?

Med udgangspunkt i bogen vil læseren med garanti få gode naturoplevelser og fantastiske smagsindtryk. I vores tilfælde på friluftsturen, hvor bogens opskrifter skal tilberedes på en Trangia.





SKOV & LANDSKAB

Afsender:
Jesper Lind Nielsen
Niels Finsens Vej 5
5700 Svendborg



Friluftsliv i fokus

– efter- og videreuddannelser

Friluftslivsvejleder

1-årig efter- og videreuddannelse, der giver dig et praktisk og teoretisk fundament for kursusvirksomhed og pædagogisk arbejde i relation til friluftsliv.

NYT fra 2012! Nu også mulighed for at tage friluftslivsvejlederuddannelsen som enkeltmoduler

	Studiestart	Ansøgningsfrist
Sundhed og gruppeprocesser	5. november	28. september
Friluftstradition og pæd. projekter	2. januar 2013	14. december
Speciale i kano/havkajak el. klatring	25. februar 2013	1. februar 2013

Pædagogisk diplommodul i friluftsliv og udemotion

Diplommodul under den pædagogiske diplomuddannelse i idræt med fokus på uderum som legeplads, motionsrum, læringsmiljø, naturforvaltning og friluftspolitik og projektudvikling- og ledelse (10 ECTS). *Næste modul: Efterår 2013.*

Masterkurser i friluftsliv

Et forskningsbaseret og praksisrelateret deltidsstudie, hvor de tre masterkurser á 15 ECTS: Natur, samfund og menneske (modul 1) • Læring, sundhed og velfærd (modul 2) • Politik, planlægning og forvaltning (modul 3) samt masterprojekt kan indgå i en masteruddannelse som et fleksibelt forløb over 2-6 år (60 ECTS).

	Studiestart	Ansøgningsfrist
Læring, sundhed og velfærd	uge 5 2013	15. december
Politik, planlægning og forvaltning	uge 35 2013	1. juli 2013



Læs mere på www.centerforfriluftsliv.dk



POST

B

PP

DANMARK