

Helsingfors



Här börjar
skogsäventyret

Håll dig på stigen!



Välkommen till skogsäventyret!

I Helsingfors finns olika slags skogsområden. En del är skyddade områden med känslig natur. Följ stigen ut på ansvarsfulla utfärder och inspireras av den omgivande naturen!

Skogsäventyrshäftet riktar sig till Helsingfors daghem och lågstadieskolor, miljöfostrare som verkar i stadsnaturen och familjer som vill använda det på fritiden. Alla är välkomna med på äventyret!


Idéerna i häftet räcker för flera utfärder. Läs i förväg igenom faktatexterna och uppgifterna. Se vilka enkla tillbehör som behövs. Uppgifterna lämpar sig särskilt för barn i åldern 5–8 år, under ledning av en vuxen.

Vi önskar er minnesvärda och glada stunder i skogen!

Packa med
Matsäck som inte skräpar ner
Sittunderlag
Garn
Ramar
Lupp
En liten spegel

Hej du
skogsäventyrare!
Jag är Siri Skata.
Mina vänner bjuder in dig
att besöka den djupa skogen.
Skärp dina sinnen.
Stigen leder dig – följ den
in i äventyret!

Gå på stigen!


 Rör dig som skogens invånare: trippa som en tordyvel, spring som en sork, skutta som en skogshare!





Lär dig nytt och låt dig inspireras

Skogen är bra för hälsan och en utmärkt lärmiljö. Äventyr i skogen utvecklar de sociala och motoriska färdigheterna. Naturen är en skattkista som ger massor av inspiration!

 Fakta

 Uppgift

 Att fundera på




Hej, jag heter
Kim Korsspindel!
När meddelandetråden
i mitt nät skakar vet jag att maten är
klar. Skogens träd har också ett eget
kommunikationsnätverk. Under jorden
skickas meddelanden längs trädens
rötter och svamparnas mycel. I luften
rör sig trädens meddelanden
med vinden.




Rusning i skogen


I stadsnaturen rör sig många människor på en liten yta, vilket sliter på naturen. I naturskyddsområden är naturen särskilt känslig. I andra skogar i närområdet kan man leka mera fritt.


På nätet!

 Hjälp korsspindeln genom att bygga ett nät av garn mellan träden. Välj en plats där du inte trampar ner några växter. Kan du komma igenom nätet utan att skada det? När leken är slut ta nätet med dig.

 Naturen slits på de ställen där många går. Ser du trädrötter som kommit fram? Hur ser markytan ut på de ställen där du kan se hur rötterna går? Och på de ställen där de inte syns?

Osynliga meddelanden

 Kanske skickar ett träd just nu ett meddelande till ett annat under dina fötter. Mät upp stegens rötter. De kan nå så långt som 40 steg från trädet.

 Vi människor kan inte uppfatta vad träden säger med våra sinnen, men träden har ett sätt att prata med varandra. Träden samarbetar till exempel genom att varna sina grannar för skadeinsekter. Vad kan träden i den här skogen tänkas säga till varandra?



Hale Skogshare här hej!
Min favoritstund på dagen
är den tidiga morgonen.
Då lyssnar jag på skogens ljud
och andas in dofter.
Mina ungar gömmer sig här i skogen.
Det är viktigt att alla vi som är en
del av naturen har trygga platser
att bo och växa upp på,
även i staden.




Skydda naturen genom att stanna på stigen
Naturskyddsområden är pärlor i Helsingfors natur. Skyddsområdena har grundats för att skydda mångfalden i naturen. Man känner igen ett naturskyddsområde på de grönvita märken som markerar deras gränser. Skyltarna om fridlysningsbestämmelser anger vad man får och inte får göra i området.



Ta reda på om ditt utfärdsmål ligger i ett naturskyddsområde:
hel.fi/halldigpaastigen



Längs stigen

 Hur uppstår stigar?
Varför växer ingenting på stigen? Var finns djurens gömställen och boplatser? Hur går det för skogen om många människor rör sig utanför stigarna?

Håll dig på stigen

-  Blunda en minut och spetsa öronen som en skogshare. Vad hör du runtomkring dig? Var kommer ljuden ifrån?
-  Ta ett djupt andetag. Nosa på luften. Beskriv för din kompis hur det doftar i skogen.



Hej du jätte!
Jag heter Tove Tordyvel,
och jag letar efter spillning och murknande
växter här på stigen. Jag studerar hela tiden
små underverk: en skalbagge som gnager på
en ticka, mossa som sprider sina sporer
och en färgglad slemsvamp som kryper
fram på en omkullfallen trädstam.
Murket trä sjuder av liv. Jag önskar
att det fanns murknande trä
i varje skog!

Utforska skogen på nära håll

- 🌿 Hitta en intressant växt, spåra en lav, hitta en rörelse. Undersök något mjukt, något hårt och något färggrant. När du blundar med det ena ögat och kikar genom en lupp, blir även det bekanta spännande!
- 🌿 Med en spegel kan du kika på undersidan av växterna. Hur ser världen ut för en tordyvel?

Den bekanta och okända skogen

- 🌿 Vilka arter ser du som du känner igen? Ser du något intressant som du skulle vilja lära dig mer om?
- 🌿 Alla arter i skogen är inte ännu kända. På en murken stubbe kan man med luppens hjälp hitta pyttesmå svampar. En del av dessa svamparter är ännu okända för vetenskapen. Hurdana nya arter skulle man kunna hitta i den här skogen?



Rör vid skogen

En mångsidig natur är värdefull i sig själv – och livsviktig för människors hälsa. Att röra vid skogsmark är bra för immunförsvaret och kan skydda mot sjukdom. I skogen finns upp till 10 000 gånger fler mikrober som påverkar vårt immunsystem än i sanden på gården.





Jag heter
Sasha Skogssork.
Du kanske har träffat några
av mina släktingar, för det finns
miljontals av oss skogssorkar.
Jag samlar mossa till mitt bo,
som faktiskt kan vara ett riktigt
konstverk. Tycker du om skogens
konstutställning?

Skogsgalleri

- 👉 Rama in det intressantaste du hittar i skogen. Du kan göra ramar av kartong eller använda lösa pinnar. Man kan inte ta med sig skogen, men genom att fotografera den får man med sig ett trevligt minne.
- 👉 Varför får en sork samla mossa till sitt bo, fastän människan inte får göra det? Hurdana konstverk skadar inte naturen?
- 👉 Lämna en liten hälsning till skogssorken genom att göra ett konstverk av material som fallit ner på marken. Respektera naturen när du skapar din konst!

Vem får lämna spår?

- 👉 Ser du spår av skogens djur, platser där de har ätit eller deras bajs?
- 👉 Varför får djuren lämna många olika spår i skogen, medan människor måste vara noga med hurdana spår de lämnar efter sig?



Utforska och pyssla, men skada inte naturen!

Att bryta grenar av träd eller samla granskott eller mossa hör inte till allemansrätten. Du kan göra ett konstverk av löst material du hittar på marken – men kontrollera att du inte är i ett naturskyddsområde. Se också till att du inte lämnar skräp efter dig.



Mål för skogsutfärder i befintliga och planerade naturskyddsområden



Andra skogsrika utfärds mål



Utforska skogen närmast dig eller åk längre bort. Här är några mål för skogsutfärder som man kan åka till med kollektivtrafik.

Helsingfors

