

FRILUFTSLIVETS KORONAVETTREGLER

I år mer enn noen gang trenger vi å komme ut i frisk luft, bruke kroppen og hente overskudd. Her er friluftslivets beste råd for en god og trygg tur!

- 1 Velg turer i ditt nærmiljø!**
– unngå de mest populære rutene.
- 2 Du trenger ikke gå alene**
– ta med resten av husstanden ut!
- 3 Rast med god plass.**
Husk niste og håndsprit, og kos deg.
- 4 Ta vare på naturen vår.**
Respekter dyr og planter. Ta med deg søppel hjem.
- 5 Vær obs på brannfare!**
Det er bålforbud flere steder.
- 6 Bruk kart og kompass.**
Og turportaler og apper for å finne fine stier.
- 7 Snu i tide, og vær forsiktig.**
Ikke belast rednings- og helsetjenester unødige.
- 8 Smil!**
Det er alltid hyggelig å hilse, selv med god avstand.
- 9 Hold deg oppdatert**
på råd og regler fra helsemyndighetene og kommuner.



Klima- og miljødepartementet



Helsedirektoratet



Oslofjordens Friluftsråd



NORSK FRILUFTSLIV