



## Välkomna till Äventyrsgruppen Flaten!

Äventyrsgruppen är en verksamhet inom föreningen Miljöverkstan Flaten. Målgruppen är framför allt nyanlända ungdomar, men alla är välkomna att vara med. I snart 2 år har vi hittat på olika små och stora äventyr ute i naturen tillsammans.

Vi som jobbar med Äventyrsgruppen älskar att vara ute i naturen och vet vilket fantastiskt bra verktyg det kan vara för att skapa gemenskap, stärka självförtroendet, få både fysiskt och mental träning och ha kul. Därför gör vi vårt bästa för att så många som möjligt ska komma ut!

### Vi vill gärna nå ungdomarna på ert boende! Det här kan Äventyrsgruppen erbjuda:

- **Du kan tipsa enskilda ungdomar** som har intresse att komma på våra aktiviteter. Det är gratis att delta och alla är välkomna, men det är bra att anmäla sig på Facebook i förväg så att vi vet hur många som kommer. Be ungdomarna gilla [Äventyrsgruppen Flaten](#) på Facebook eller bli vän med [Lisa Äventyrs](#) så hålls de uppdaterade om kommande aktiviteter.
- **Boka in ett eget testa på-tillfälle.** Vår erfarenhet är att det ofta behövs ett mer eller mindre obligatoriskt tillfälle att testa friluftsliv och andra aktiviteter i den svenska naturen för att förstå vad kan innebära, och för att kunna veta om det är intressant. En aktivitet motsvarande vad vi erbjuder skolklasser som kommer till oss tar ca 2 timmar. Det är också möjligt att komma längre tid och t.ex. laga mat över öppen eld.
- **Cykelkurser i samarbete med Cykelfrämjandet.**  
**Nybörjarkurs.** För de som inte kan cykla och vill lära sig.  
**Fortsättningskurs.** För de som kan cykla. Här får ungdomarna lära sig trafiksäkerhet, olika sätt att hitta i stan, att reparera sin cykel etc.  
Möjlighet att låna cyklar från Cykelfrämjandet finns t.ex. i Sköndal. Vi har också ett samarbete med Bagarmossens cykelkök och den som blir medlem där har möjlighet att få en begagnad cykel och hjälp med att fixa den så att den funkar.
- **Anmäl intresse och få fortlöpande information**  
Under våren kommer vi att börja skicka ut ett nyhetsbrev med tips som passar årstiden. Vi kan t.ex. rekommendera en sträcka som vi paddlat med Äventyrsgruppen eller tipsa om var det går att hyra skridskor. Vi är också beredda att ställa upp som "friluftskonsulter" och både svara på frågor och ev. hänga med ut som stöd när ni gör aktiviteter på egen hand.

Anmäl ditt intresse genom att maila: [lisa@miljoverkstan.se](mailto:lisa@miljoverkstan.se)

### Kostnad

För enskilda personer som deltar i Äventyrsgruppens aktiviteter är de gratis.

För de aktiviteter vi erbjuder hela boenden tar vi en avgift som beror på aktivitetens omfattning

(är ni inte så många är det kanske möjligt att samköra med ett annat boende t.ex.)

#### **Prisexempel:**

**2-3 timmar testa på aktivitet vid Flaten.** Vi gör olika övningar vid sjön och i skogen med fokus på att upptäcka platsen med mer utmaning än en promenad på stranden. (Nu i vinter har vi t.ex. varit mycket ute på isen) Vi gör eld och har fikapaus (vi bjuder på te, besökarna står för fikabröd) Max 20 personer. 1000 kr/grupp (inkl. moms)

#### **Andra äventyr**

Ett testa på tillfälle vid Flaten kan sträckas ut till en heldag med fler upptäckter. T.ex. finns det en grotta i närheten och möjlighet att laga lunch ute över öppen eld (vi står för ved och material och kan ge förslag på lämplig mat att laga. Besökarna tar med ingredienserna.) Ungefär 10 personer är en lagom stor grupp. 1500 kr/grupp (inkl. moms)

Tidigare har vi t.ex. varit ute och paddlat kanot både med skolklasser och med Äventyrgruppen, både över en dag och med övernattnig. Vi har en hel del friluftsmaterial att låna ut och mycket erfarenhet av att vara ute med grupper. Möjligheterna är många till att skraddarsy ett äventyr utifrån vad era ungdomar är peppade på att göra, och vi kommer då överens om ett pris för det.

#### **Hitta information om Äventyrsgruppens aktiviteter**

Vi ordnar aktiviteter på helger och skollov, ungefär varannan vecka händer det något. Kommande aktiviteter lägger vi upp på vår Facebook-sida: [Äventyrsgruppen Flaten](#).

Då vi anpassar aktiviteterna både efter önskemål och väder har vi inte ett spikat program utan nya aktiviteter läggs ut vartefter. Enklast är att intresserade ungdomar gillar sidan "Äventyrsgruppen Flaten" och blir vän med "Lisa Äventyr"- så skickar vi en inbjudan när vi lagt upp ett nytt event.

Om ni som personal vill hålla koll på vilken aktivitet som är på gång kan vi också skicka över ett mail till er med samma info som på Facebook.

#### **Hitta till oss**

Ofta håller vi till i Flatens naturreservat, där har vi en lokal med utrustning och varma kläder att låna för de som behöver. Till Flatenbadet tar det ca 20 min att åka med buss från Gullmarsplan.

#### **Kontakt:**

Lisa Behrenfeldt

[lisa@miljoverkstan.se](mailto:lisa@miljoverkstan.se)

073-923 16 87

Facebook: [Äventyrsgruppen Flaten](#)

Lisa Äventyr

