



# HVORDAN BARN KAN RISIKO- VURDERE EN ELV (UTEN Å GÅ UTI)

Målet er at barna lærer å observere, tenke og vurdere før de nærmer seg vannkanten. Bruk gjerne en enkel huskeregel: SE - TENK - HOLD AVSTAND

---

## 1. SE - OBSERVER ELVA FRA TRYGG AVSTAND

Be barna se etter:

### A) STRØM OG FART

- Ser vannet rolig ut eller beveger det seg raskt?
- Er det hvitt skum eller virvler? (Tegn på sterk strøm)
- Flyter kvister og blader fort?

**Regel:** Jo raskere vann - jo lenger unna skal vi være.

### B) VANNSTAND

- Er elva høy eller lav?
- Har det regnet mye? Snøsmelting?

Høy vannstand = sterkere strøm og mer erosjon.

### C) BREDDEN OG KANT

- Er bakken langs kanten fast og tørr?
- Eller våt, myk, glatt eller undergravd?

Kant som smuldrer eller ser bløt ut kan rase ut.

### D) HINDRINGER I VANNET

- Steiner, trær, fall eller fosser betyr sterk strøm.
- Små fossefall kan skape sterke undervannsstrømmer.

---

## 2. TENK - HVA KAN VÆRE FARLIG?

Be barna snakke sammen om risiko:

- Kan bakken rase ut om jeg står for nær?
- Hva skjer hvis jeg mister balansen?
- Er det rotete skogbunn, røtter eller snø som kan gjøre at jeg sklir?
- Er vi et sted der det er langt ned (bratt kant)?

La dem også tenke på:

- vær (regn, is, mørke)
- klær og sko (glatte såler)
- om noen er for nær kanten

## 3. HOLD AVSTAND - BESTEM TRYGG SONE

Lag en tydelig regel sammen med barna:

Trygg avstand = minst 1-2 meter fra kanten

Mer avstand hvis:

- elva er stor eller stri
- bakken er våt eller myk
- det er is eller snø
- det er bratt ned

Barn som er ivrige i lek bør ha enda større avstand.

---

## EKSTRA GODE RUTINER

- Gå alltid flere sammen, aldri bort alene.
- Ha en voksen som sier hvor det er lov å være.
- Stopp opp hvis elva plutselig endrer lyd (kan bety økende vannmengde).
- Løpelek skal foregå lenger vekk fra elva, ikke ved kanten.
- Ingen bøyer seg ut over vannet eller kaster ting som krever at man "må hente".

## EN ENKEL SJEKKLISTE BARN KAN BRUKE

1. Ser elva trygg eller urolig ut?
2. Er bakken stabil eller myk/glatt?
3. Er strømmen rolig eller sterk?
4. Er det langt ned eller bratt?
5. Har vi god nok avstand?

Hvis ett punkt føles usikkert – stopp og gå lenger unna.