Har du eld?

Vart ska man åka? Med vem? Vad ska man ta med? Och äta? Trösklarna blir lätt höga och mycket annat pockar på.

Detta upplägg är tänkt att hjälpa dig till mer natur, skönhet, äventyr, eld, gemenskap och egentid på samma gång. I vardagen.

Ambitionen är inte att bli exepert på aktiviteter, men trygg nog att utforska mer på egen hand och med vänner.

Men det är inte bara en kurs. Vi fyller på med kraft därute. Mitt i veckan. Åter till ursprunget och laddar om.

foto Anja Sonerud

UTETID

• www.karinbjork.se • i samarbete med

Studieförbundet Vuxenskolan

Ett upplägg för vuxna som vill ha mer natur & äventyr i vardagen

- Strömstads närområde
- Fyra block med varsitt tema, varje block är två månader
- Blocken ser lite olika ut och uppdateras efterhand. Innehåller olika turer, kurser, och events.
- Slutet av oktober 2026 startar andra omgången av Har du eld?
- Aktiviteterna presenteras på Utetids sida på Facebook

eld
mjukstart i skogen
oktober - december

luft
vinter-äventyr
januari - mars

jord
vandring & närvaro
april - maj

vatten
kajak-paddling
juni - september

Kursbeskrivning

eld

mjukstart i skogen

oktober - december

Vi lär känna varandra och kursupplägget, plockar svamp och lagar mat. Vi tar vara på mörkret, kollar stjärnor och tänder eld. Gott om tid för samvaro, goda samtal och lite glögg. Helgturerna går till enkla stugor.

luft

vinter-äventyr

januari - mars

Med sikte på äventyr i vårt närmsta fjällområde, testar vi turskidor, ryggsäckar och valla varhelst tillfälle bjuds i vår närhet. Kanske får vi möjlighet att prova långfärdsskridskor? Inte omöjligt det blir en bastu med dopp också.

jord

vandring & närvaro

april - maj

På våren är solen stark och takten ökar. Vi tittar noga på knoppar, och vandrar, plockar och äter. Letar rätt på solvärme och pysslar om fötter och oss själva. Hänger hängmatta, lyssnar på fåglar och vilar där ute.

vatten

kajak-paddling

juni - september

Detta block delas upp i två delar. I juni utforskar vi stränder och kollar vad som går att äta. Vi går igenom grunderna i kajakpaddling i någon stilla vik. På sensommaren blir det äventyr i världsklass, en helgpaddling i Kosterhavet. Kanske blir det även lite snorkling?

Så går det till

- Kursen startar i oktober när vi ställer om klockan till vintertid och den mörka rullgardinen dras ned över Sverige. Det finns en poäng med det...
- Har du eld? vill hitta smultronen i kakan, stjärnorna på himlen och kantarellerna i skogen - alltså hitta tjusningen med varje årstid.
- Frågan är vad som ryms i folks vardag, utforskandet pågår. Därför ändrar upplägget form löpande. Men grundrytmen är att ge tillfälle till natur och äventyr några vardagskvällar och två helger per block.
- Blocken avslutas med en övernattningstur som blir kronan på verket och sätter temat för övriga träffar. Halvägs in i blocket är det oftast ett enklare äventyr i form av dagstur.
- Poängen är inte att göra någon till ”friluftsmänniska”. Utan att slipa ned trösklarna till naturen där alla redan hör hemma.

Den egna stigen

Bonusblocket, september - oktober

Denna kurs har för avsikt att hjälpa människor få mer natur och äventyr i vardagen med hjälp av rytmen och varandra.

Mitten september är kursåret över. Dags att hämta andan, hitta sin egen väg och takt.

Om du är med på flera block ingår denna bonusmånad. Vi hörs ibland och bokar in ett personligt samtal.

Personligen älskar jag denna tid på året då färgerna skiftar och luften är klar. Kropp och knopp har laddat batterierna under sommaren. Nu är det dags att sätta kompassen rätt.

Ibland nämns ett femte element, ”ande” eller ”eter”. Ska vi kalla detta block *Andning*?

Dessutom blir det en gemensam avslutning för alla som varit med under året - en Skördefest! Kanske bjuder vi in några som är nyfikna på nästa år.

UTETID

Om mig som gör kursen

Mitt namn är Karin Björk. Jag är frilansande fotograf och formgivare, verksam i Strömstad sedan tjugo år. Att vakna ute är mitt bränsle.

Jag är även en engagerad person som ständigt upptäcker att min funktion är att skapa mötesplatser. Kulturhus, lokala matmarknader och nu - i naturen.

Jag hoppar även in som guide ibland åt olika kajakentreprenörer, Grebbestad folkhögskola och är ledare i Friluftsfrämjandet.

För några år sedan smygstartade jag en ny gren av min verksamhet som jag kallar ***Utetid***. Nu tar jag ett kliv framåt i och med att jag skapar denna kurs ***Har du eld?*** Det blir ett experiment. Ett äventyr i sig

Läs mer på www.karinbjork.se

För info och uppdateringar följ facebooksidan ***Utetid***.



Har du eld?

Stora äventyr
långt bort
kan vara helt
underbara

Små äventyr
helt nära
är lite som
att kunna andas
på riktigt

bränsle
ljus
fokus
gemenskap
ursprung
värme
spänning
trivsel
kontrast

UTETID

Studieförbundet Vuxenskolan

foto Anja Sonerud