

## ABC för skonsamt friluftsliv i Nordnorge.

Den Arktiska naturen är mycket skör. Nedan några viktiga tips om hur vi minimerar vårt slitage.

### Lägerplatsen

- Vegetationen växer långsamt på grund av den korta sommaren och det hårda klimatet. Välj om möjligt ett underlag utan mossor och lava.
- Du kan också tälta på stranden. Men var uppmärksam på tidvattnet.
- Använd redan etablerade lägerplatser istället för att skapa en ny. Om området är mycket slitet kan det vara klokare att välja en ny plats. Då får det slitna området en chans att återhämta sig.
- Gå inte hela tiden samma väg mellan tält, kök och toalettområde. Genom att gå olika vägar trampar du färre gånger på sköra växter.
- Innan du lämnar lägerplatsen: Städa upp, flytta tillbaka stenar och stockar som du har flyttat på. Men det bästa är förstås att inte flytta på någonting.

### Använd stigar

- Genom att följa stigar undviker du slitage på orörd natur. Gå inte bredvid stigen fast den är lerig och ta inte genvägar som kan bredda stigen. Ju bredare stig, desto större risk för erosion vid regn.

### Toalett

- Gräv en grop, minst 15 centimeter djup och 60 meter från färskvatten.
- Bränn toalettpapper. Eller ta med det till nästa avfallshanteringsplats.
- Hygienartiklar som bindor måste alltid tas med, om de grävs ner attraheras djur till dem.
- Göm inte avföring under stenar, då sker förmultningen långsamt. Dessutom kan avföringen nås lätt av djur. Vid kraftigt regn kan avföringen spolas ner i vattendrag.

### Disk och tvättvatten

- Diska minst 30 meter från ett vattendrag. Använd bara en liten dos nedbrytbart diskmedel. Det använda diskvattnet silar du genom ett durkslag. Det som blir kvar i durkslaget gräver du ner eller tar med dig. Diskvattnet kan sedan spridas i naturen.
- Tvätta dig i havet eller på 30 meter avstånd från färskvatten. Använd sparsamt med nedbrytbar tvål och schampo. Sprid ut det använda vattnet i naturen.
- Matrester tas med till följande by för avfallshantering. Nedgrävda matrester attraherar djur.

### Djurlivet

- Stör inte djuren. Observera på avstånd.
-

