



DET ÄR LÄTT  
ATT GÖRA  
*allmansrätt*

Din handbok i naturen

NATUR  
VÅRDS  
VERKET



# Innehåll

<b>Om allemansrätten</b>	4	<b>Rida</b>	14
<b>Tälta</b>	5	<b>Hund</b>	15
<b>Skräp</b>	6	<b>Passera djurhagar</b>	16
<b>Toalettbestyr</b>	7	<b>Renar</b>	17
<b>Hemfridszonen</b>	8	<b>Enskild väg</b>	18
<b>Bad och båt</b>	9	<b>Vanliga frågor och svar</b>	19
<b>Plocka vilda bär, svamp och blommor</b>	10	<b>Ingen allemansrätt</b>	20
<b>Naturresevat och nationalparker</b>	11	<b>7 sätt att göra rätt</b>	22
<b>Elda</b>	12	<b>3 packtips</b>	23
<b>Stigcykling</b>	13		



DET ÄR LÄTT  
ATT GÖRA  
**allemansrätt**

Allemansrätten är en unik möjlighet som gör att vi alla kan röra oss fritt i naturen. Den bygger på att vi tillsammans tar ansvar. Vi gör allemansrätt när vi visar hänsyn till djur, natur, markägare och medmänniskor. I den här handboken får du lära dig vad allemansrätten innebär och hur vi gör allemansrätt.



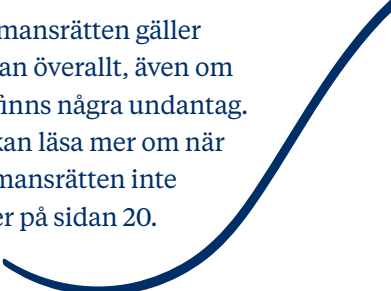
Rutorna märkta med frågetecken är sådant du kan fundera kring eller diskutera med vänner och familj. Svaren hittar ni på [allemansratten.se](http://allemansratten.se)

# Frihet att upptäcka naturen

Plocka bär, springa på stigar och slå upp tältet intill en spegelblank sjö. Allt det och mycket mer är möjligt tack vare allemansrätten.

Allemansrätten är en del av Sveriges grundlag och ger oss en unik möjlighet att utforska och njuta av Sveriges natur. Men den bygger på att vi tillsammans tar ansvar.

Allemansrätten gäller nästan överallt, även om det finns några undantag. Du kan läsa mer om när allemansrätten inte gäller på sidan 20.



hmm...



Om ni är ett stort gäng som ska tälta på samma plats, vad borde ni tänka på då?

# Stanna i något dygn

Tack vare allemansrätten kan du somna under stjärnhimmel och vakna till soluppgång. Du gör allemansrätt när du sätter upp tältet på tålig mark som dessutom ligger en bra bit bort från där någon bor. De som bor där ska inte ens kunna se dig från sitt fönster. Ju mer avskilt desto bättre.

## VISSTE DU ATT:

- Ingen lag finns om hur länge du får tälta på samma plats, tumregeln är något enstaka dygn.
- Kommunen kan ha lokala regler som gör att du inte får tälta på stränder eller i vissa naturområden.
- Väldigt mjuka eller blöta områden med känsliga växter, mossa och lavar inte passar som tältplats.

# Ta med dig skräpet



Lämna inget annat än fotspår i naturen. Du gör allemansrätt när du har med dig en påse som du kan samla skräp och matrester i. Du kan också hjälpa naturen lite extra genom att plocka med dig andras skräp som du hittar.

## **VISSTE DU ATT:**

- Plast och bioplast bryts ned väldigt långsamt eller inte alls i naturen.
- Portionssnus och fimpar innehåller plast och hör inte hemma i naturen.
- Djur kan bli sjuka av matrester. Ta med och släng i närmaste soptunna.

hmm....



På en plats som redan är nedskräpad tänker många att det är okej att själva skräpa ner, varför då?



Inga träd att gömma sig bakom eller jord att gräva i? Fundera på hur du ska lösa toalettbesöken innan du ger dig ut på fjället eller i skärgården.

# Följ nödens lag



Inga toaletter eller dass i närheten? Du får göra dina behov i naturen, men nöden har en lag. Välj en plats långt från stigar och vattendrag. Gräv en grop, gör dina behov och täck sedan över med mycket jord eller en stor sten. Gräv ner, bränn upp eller ta med toalettpapper hem.

## VISSTE DU ATT:

- En trädgårdsspade är bra att ta med i packningen.
- En hink med lock är ett bra alternativ på båt som inte har en toa.
- Våtservetter innehåller ofta plast och får inte lämnas i naturen.



Hur nära  
är för nära  
tycker du om  
du skulle bo  
i hus?

# Håll avstånd till bostadshus

Du får röra dig fritt nästan överallt. Men inom hemfridszonen, alltså området närmast en bostad, får du bara vara om husägaren tycker att det är okej. Du gör allmansrätt när du håller avstånd till hus och respekterar att den som bor där vill vara ifred.

## VISSTE DU ATT:

- Det finns ingen lag om hur stor hemfridszonen är. Avståndet till huset, ett staket eller hur naturen runt omkring ser ut avgör.
- Om du vill stanna till och fika eller tälta behöver du hålla längre avstånd till hus än om du bara passerar snabbt.

# Visa hänsyn till sjöss



Njut av allemansrätten på vågiga hav och stilla sjöar. Lägg till med kajaken, bada vid en strand och låna en brygga ett tag. Du gör allemansrätt när stranden, klippan eller bryggan ligger utanför hemfridszonen, alltså utanför någons tomt. Och självklart lämnar du bryggan om ägaren vill använda den.

## **VISSTE DU ATT:**

- På bryggor och stränder inom hemfridszonen får du inte vara utan lov.
- På våren och sommaren lägger fåglar ägg och har ungar. Undvik att störa.
- I ett fågelskyddsområde får du inte gå i land eller vistas under den tid skyddet gäller.

# Njut av det naturen ger

Varsågod – allemansrätten gör det möjligt att ta del av det som naturen ger. Du gör allemansrätt när du tar grenar, kottar och nötter som redan ligger på marken och plockar vilda blommor, bär och svamp som inte är fridlysta.



psst...

Allemansrätten gäller även i områden där jakt pågår men du får inte medvetet störa jakten.



Är det okej att plocka mossa till advent?  
Hur mycket då?

## VISSTE DU ATT:

- Nedfallna träd och stora grenar är markägarens.
- Vilka växter som är fridlysta skiljer sig åt i olika delar av landet. Läs mer på länsstyrelsens webbplats.
- Om du bryter levande kvistar från växande träd och buskar kommer de växa sämre eller dö.

# Läs på - här kan speciella regler gälla

Allemansrätten gäller även i naturreservat och nationalparker. Men den kan vara begränsad. Du gör allemansrätt när du kollar upp vad som gäller i området du ska besöka.

**psst...**

Ibland ligger ett *naturum* (ett slags besökscentrum), i anslutning till nationalparker och naturreservat. Där kan du lära dig mer om den lokala naturen.

I vissa områden får du inte elda eller ha med dig hunden. Att cykla och rida kan vara tillåtet, men ibland bara på markerade leder. Tältning kan också vara begränsad till särskilt anvisade platser.

## **VISSTE DU ATT:**

- De regler som gäller finns på skyltar i området och på länsstyrelsens eller kommunens webbplatser.

*Psst...*

Eldningsförbud är vanligt på våren och sommaren. Kolla upp vad som gäller hos kommunen, Länsstyrelsen eller i appen Brandrisk Ute.

# Elda säkert

Lägereldens knaster är förtrollande. Du gör allemansrätt när du använder en fast grillplats, eller väljer grus eller sand som underlag. Ett friluftskök är också bra. Håll koll på elden och släck den helt innan du går på nya äventyr. Rör i askan för att se att det inte är någon glöd kvar.

## **VISSTE DU ATT:**

- Om du eldar direkt på klippor och stora stenar kan de spricka av värmen. Välj en annan plats.
- Du bör undvika att grilla eller elda om det är torrt i marken eller blåser mycket.
- Naturreseptat och nationalparker kan ha speciella regler för eldning.



# Cykla på tåligt underlag

Är ni ett stort gäng som gillar att ofta cykla i samma område? Prata gärna med markägaren.

Njut av slingriga stigar och branta uppførsbackar. Du gör allemansrätt när du väljer en väg med torrt och tåligt underlag. Håll dig till befintliga stigar och leder. Sakta in vid möten, men också när du kommer nära hagar med djur i.

## **VISSTE DU ATT:**

- Torr och frusen mark tål mer än mjuk och blöt mark.
- På känslig mark lämnar cykelhjulen stora spår efter sig.
- Myrar och mark med mossa och lavar är extra ömtåliga.
- Cykla elcykel i naturen ingår inte i allemansrätten.

# Rid på fast underlag

Naturupplevelsen från hästryggen är svårslagen. Du gör allemansrätt när du rider på stigar och vägar med torrt och fast underlag. Ta en omväg runt åkrar, ängar, hagar och skogsplanteringar.

psst...

Vill du ofta rida i samma område? Fråga markägaren om lov. Kolla hos Lantmäteriet, de vet vem som äger marken.



## VISSTE DU ATT:

- Hästars tyngd och hovar kan skada marken och trädens rötter, speciellt där jorden är mjuk.
- Leriga och sankta stigar är extra känsliga, särskilt på våren och hösten när det är blött.
- Myrar, mossar och mark med lavar är extra ömtåliga. Om du rider där kan du orsaka skador i naturen som finns kvar länge.

# Håll koll på din hund

Du och din hund mår bra av att vara i naturen. Ett enkelt sätt att göra allemansrätt är att ha hunden i koppel, så att vilda djur och hundrädda människor får lugn och ro. Ta en omväg runt hagar med betande djur och ha alltid hunden i koppel på fjället där det finns renar.

## **VISSTE DU ATT:**

- Hunden får aldrig jaga vilda eller tama djur.
- 1 mars – 20 augusti har de vilda djuren ungar. Då får din hund inte springa lös i naturen.
- Jakthundar får springa lösa under jaktsäsong och jaktträning.

Håll alltid hunden kopplad i nationalparker. I vissa parker får man bara ta med hunden under bestämda perioder.



psst...

Att passera genom en hage sker på egen risk.

# Håll avstånd till betande djur

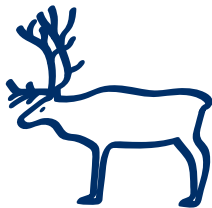
Råmande kor på grönbete är en fridfull syn. Hittar du ingen väg runt hagen på promenaden? Då kan det vara okej att gå igenom den. Du gör allemansrätt när du stänger grinden efter dig, håller dig lugn och håller ett så långt avstånd som möjligt till djuren.

## VISSTE DU ATT:

- Vissa djur, som kor med kalvar, kan reagera aggressivt mot människor om de blir störda.
- Om du vill klappa eller mata djuren behöver du fråga ägaren först.



# Ge renarna lugn och ro



Fjällen bjuder in till fantastiska upplevelser. I alla områden där det finns renar gör du allemansrätt när du ger renarna lugn och ro, är tyst och låter dem vara ifred. Om flocken drar sig undan har du kommit för nära.

## **VISSTE DU ATT:**

- Du behöver vara extra försiktig under kalvningstiden april – juni.
- Hundar måste alltid hållas i koppel i renbetesmarker.
- Risken att renarna blir skrämda är större om du kommer körande snabbt på skidor eller cykel.

# Visa hänsyn

Genom enskilda eller privata vägar kan du nå badsjöar, bärmarker och smultronställen. Ofta ägs vägen av en privatperson och här får du gå, cykla och rida. Du gör allemansrätt när du passerar hus på avstånd och låter de boende vara ifred.

## VISSTE DU ATT:

- Du får passera på en byväg som går genom en gård och fortsätter på andra sidan, så länge du inte stannar upp eller stannar kvar där en längre stund.
- Lador och uthus nära vägen kan du passera, men gör det med hänsyn.



Spelar det någon roll om du är ensam eller om ni är flera som använder vägen ofta?



# Så funkar det

## **Får en markägare sätta upp en skylt med texten "Privat"?**

Nej, inte där allemansrätten gäller. Markägare får inte hindra allmänheten och behöver tillstånd för förbudsskyltar. Är du osäker på om en skylt är okej – kolla med kommunen.

## **Får jag bada från någon annans brygga?**

Ja, om bryggan ligger utanför hemfridszonen kan du ta ett snabbt dopp. Självklart lämnar du bryggan om ägaren kommer.

## **Är det okej att hugga en julgran var som helst?**

Nej. Träd, buskar och grenar tillhör markägaren. Du behöver tillstånd för att ta en gran – samma sak med granskott och blåbärsris.

## **Fler frågor?**

Naturvårdsverket kan svara på allmänna frågor om allemansrätten. För frågor om en specifik plats eller situation är det kommunen eller länsstyrelsen som kan hjälpa dig.

INGEN ALLEMANSRÄTT

*psst...*

Det är lätt att göra allemansrätt! Läs mer på [allemansratten.se](http://allemansratten.se) om du vill veta mer.

# När gäller inte Allemansrätten?



Allemansrätten är ingen lag, men den är inskriven i Sveriges grundlag och omges av lagar och regler som visar vad som är tillåtet i naturen. Det är till exempel förbjudet att gå in på någons

tomt utan lov, att köra motorfordon i naturen och skräpa ner. Jakt och fiske ingår inte i allemansrätten och i naturreservat och nationalparker kan speciella regler gälla.



## TÄNK PÅ:

- Att köra och parkera i naturen med bil, husbil eller husvagn är förbjudet. Du får inte parkera på stränder, gräsytor eller i skogen.
- Kommunens regler kan begränsa vad som är tillåtet, till exempel när det gäller tältning eller eldning – kolla upp innan.
- För att fiska behöver du ofta fiskekort eller tillstånd – kontrollera vad som gäller hos länsstyrelsen.

# 7 sätt att göra rätt

- **Packa en påse.** Samla skräp från lunchen och ta med hem.
- **Packa en liten spade.** Då är du redo att gräva ner ditt bajs.
- **Vill du se renar eller andra djur?** Ta med en kikare och spana på avstånd.
- **Förpackningsbanta.** Skippa påsklammor och konservburkar, byt plastpåse mot bivaxduk eller matlåda, tampong mot menskopp och våtservetter mot tvål och handduk.
- **Planerar du för en lägereld?** Ta med ved.
- **Torrt i marken?** Ta med mat som inte kräver eld.
- **Ska du besöka en nationalpark eller ett naturreservat?** Kolla upp innan vad som gäller.

## FUNDERA PÅ

- Hur kan du tipsa andra om att göra allemansrätt?
- Kan du ta med en kompis som är ovan att vara i naturen på utflykt?
- Hur kan du lämna naturen i ett bättre skick än du fann den?

KOM IHÅG INFÖR UTFLYKTEN

# 3 packtips



Vad du ska ha med dig ut i naturen beror såklart på aktivitet, plats och årstid. Men med det här i packningen kommer du långt!

## Kläder efter väder

Kolla väderprognosen innan du ger dig ut. Packa ner en varm tröja och regnjacka om vädret skulle ändras snabbt. Kläder med starka färger gör det lättare att hitta dig om du skulle gå vilse. En visselpipa och ett första hjälpen-kit kan också vara bra att ha med.



## Ladda telefonen

En mobil är såväl karta och kompass som telefon om du

behöver ringa efter hjälp. Men lite inte bara på telefonen, på vissa platser behöver du även en riktig karta och kompass. Berätta också för någon var du ska och när du planerar att vara tillbaka.



## Mat och vatten

Oavsett om du ska vara ute flera dagar eller bara i några timmar är det alltid bra att ta med extra mat och vatten om turen skulle ta längre tid än planerat.



Allemansrätten är till för oss alla. Den välkomnar både dig med vältrampade vandringskängor och dig som hellre går i sneakers. Den finns för dig som vill grilla korv och skratta med vänner. Men också för dig som bara behöver andas i ensamhet en stund.

Oavsett aktivitet gör naturen gott.



[allemansrätten.se](http://allemansrätten.se)