



” *Inte störa – inte förstöra  
är huvudregeln i  
Allemansrätten.* ”

© SIMER/FOLIO

## Allemansrätten är en fantastisk möjlighet för alla att röra sig fritt i naturen.

Naturen betyder mycket för svenskarna. I Sverige får alla vara i naturen, även i områden som någon annan äger. Detta kallas allemansrätt och är en viktig del i den svenska kulturen.

Du använder dig av allemansrätten när du går en promenad i skogen, paddlar kajak,

klättrar eller sitter på en sten och tänker. Den betyder också att vi måste vara försiktiga och inte störa andra människor eller djur. Vi får inte heller skada naturen eller något som andra äger.

Vi kan sammanfatta det med att inte störa, inte förstöra.

### Om du vill veta mer

Du kan läsa mer om allemansrätten på [www.naturvardsverket.se/allemansratten](http://www.naturvardsverket.se/allemansratten). Du kan också ringa din kommun eller länsstyrelse.



NATURVÅRDSVERKET  
ISBN 978-91-620- 8530-8

Allemansrätten

## Allemansrätten – på lätt svenska



© ERIK LINDVALL/FOLIO



### Upptäck naturen du också

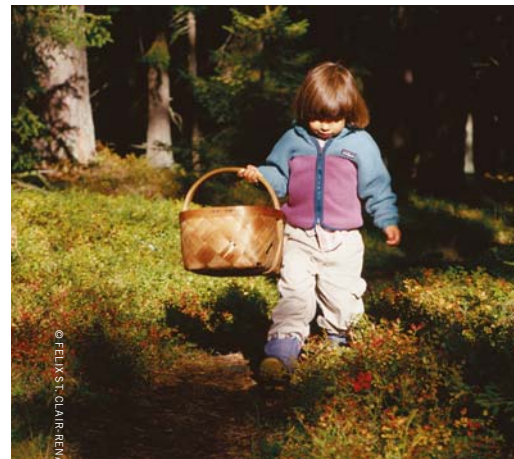
Det finns mycket att upptäcka och uppleva i naturen. Lyssna på fåglarna. Plocka blommor att ta med hem. Ta med något att äta och gå ut i naturen, ensam eller tillsammans med vänner, familj eller släktingar. På många platser i naturen finns det särskilda ställen där man kan grilla. Din kommun kan ge tips om fina platser i naturen.

### Det här får du göra i den svenska naturen:

- Gå, cykla och rida och vara nästan överallt i naturen. Men inte för nära boningshus (villor). Om du öppnar en grind måste du stänga den bakom dig.
- Gå, cykla och rida på privata vägar.
- Tälta en natt. Vill du tälta längre tid måste du fråga den som äger marken.
- Bada, åka båt och gå iland, men inte nära bostadshus.
- Plocka blommor, bär och svamp.
- Fiska med metspö och kastspö utmed kusten och i de fem största sjöarna (Mälaren, Väneren, Vättern, Hjälmaren och Storsjön i Jämtland).
- Du får göra upp en liten eld om du är försiktig. Elda inte direkt på en berghäll, den går sönder. Det är bäst att elda där det finns en särskild plats för eldning. På sommaren är de ofta förbjudet att elda. Fråga din kommun vad som gäller.

### För att alla ska kunna njuta av naturen och för att vi inte ska skada djur och natur behöver vi tänka på några saker:

- Du får inte passera över tomter, trädgårdar, planteringar eller odlad mark, till exempel åkrar.
- Du får inte köra bil, motorcykel eller moped i naturen. Du får heller inte köra på stigar, parkvägar eller i motionsspår.
- Du får inte elda om det är mycket torrt väder eller blåser hårt. Då kan elden sprida sig.
- Du får inte ta eller skada träd och buskar.
- Du får inte ta frukt, bär, grönsaker eller något annat som växer i trädgårdar, planteringar eller på åkrar.
- Lämna inte kvar eller kasta något skräp. Burkar, glas, plast och annat skräp kan skada djur och människor.
- Du får inte jaga, störa eller skada djur. Det är också förbjudet att ta fågelägg eller röra djurens bon eller ungar.
- Du får inte fiska utan fiskekort i sjöar eller vattendrag. Du behöver inte fiskekort för att fiska med metspö och kastspö vid kusten och i de fem största sjöarna i Sverige.
- Hundar får inte vara lösa i naturen under tiden 1 mars – 20 augusti. Då har djuren ungar. En lös hund kan skrämra och skada djuren. Det är bäst att alltid ha hunden kopplad i naturen.



### Skogen är inte farlig

Många är vana att leva i staden och att alltid ha människor omkring sig. Då kan man tycka att det är för tyst och ensamt i skogen. Det kan kännas farligt. Men i skogen finns inget att vara rädd för. I Sverige finns nästan inga farliga djur. De flesta djur är rädda för människor och håller sig undan.

### Nationalparker och naturreservat

En del områden med särskilt viktig natur kallas nationalpark eller naturreservat. Där gäller hårdare regler. Det här märket finns på skyltar och på träd eller stolpar vid sådana områden. På anslagstavlor kan man läsa vilka regler som gäller.



## Ordlista

**Berghäll:** Där marken är av slät sten.

**Bon:** Hem för djuren, till exempel ett fågelbo.

**Grind:** ”Dörr” i ett staket/stängsel runt ett område där det brukar vara hästar, kor eller får.

**Hålla sig undan:** Fly, gömma sig.

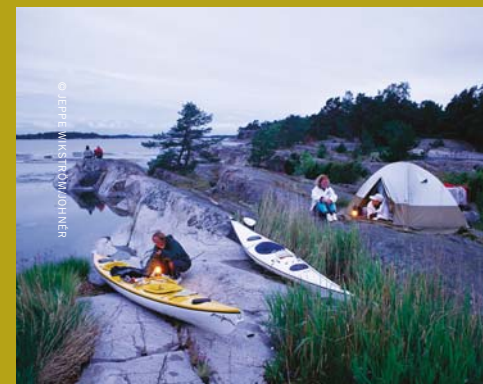
**Hänsyn:** Visa hänsyn (respekt). Vara försiktig, inte störa eller skada.

**Iland:** Gå iland, gå från en båt eller från vattnet upp på marken.

**Koppel:** Kedja, band eller rem som man håller fast hunden med.

**Lös:** Ha hunden lös, hunden är fri och ingen håller fast den med kedja/band/rem (koppel).

**Motionsspår:** Stigar eller små vägar som har gjorts för att man ska gå eller springa (motionera) där.



**Odlad:** Odlad mark, mark där det växer säd, grönsaker och liknande.

**Plantering:** Mark där man odlar till exempel träd, buskar eller blommor.

**Regler:** Säger vad som gäller, vad man får göra och inte får göra. Bryta mot regler = göra sådant som är förbjudet/kriminellt.

**Skada:** Förstöra något, till exempel bryta, skära, göra illa.

**Skrämra:** Göra så att någon blir rädd eller nervös.

**Skräp:** Sopor, sådant man ska kasta i sop-tunnan.

**Sprida:** Elden sprider sig, en liten eld blir stor och det börjar brinna runt om.

**Stig:** En smal ”väg” i naturen som har blivit där människor och djur har gått mycket.

**Straffas:** Man måste betala böter eller sitta i fängelse.

**Störa:** Till exempel skrika eller spela musik jättehögt.

**Tomt:** Marken närmast ett bostadshus.

**Upptäcka:** Se och lära sig nya saker, hitta.

**Vattendrag:** Åar, floddar.

**Vilda bär:** Ingen har planerat dem, till exempel blåbär och lingon.

**Åker:** Mark där det växer säd.