

UT I NATUREN

Familjetips i Tierps kommun



BARNVANDRING

För unga vandrare med korta ben finns det flera spännande leder. Packa smörgåsar och saft. Nu är ni redo för upptäcktsfärd!

Här finns barnvänliga leder att vandra

- Sagostigen Vegavallen (0,5 km)
- Fågelsundets naturstig (2 km)
- Stig till Klubbkasen i Ängskärs naturreservat (1,5 km)
- Stig till Fiskvandringssvägen i Karlholm (0,5 km)
- Stig i Källarbergets naturreservat (1,4 km)
- Promenad på banvallen i Tierp



BARNVAGNSPROMENAD

Vill du ut i naturen med barnvagn?

Här finns stigar och vägar att vandra med barnvagn

- Vegavallen
- Tegelsmoraleden i Örbyhus (1,5 km)
- Hjällsjön tur & retur (0,8 km)
- Stig till Fiskvandringssvägen i Karlholm (0,5 km)
- Promenad på banvallen i Tierp



UPPTÄCK NATUREN

Det finns mycket att upptäcka i naturen. Ofta räcker det att gå utanför dörren för att se eller höra något nytt.

Roliga aktiviteter för att upptäcka naturen

- Lyssna efter fåglar
- Leta efter grodor på våren
- Plocka olika sorters blommor
- Leta efter småkryp
- Se färgglada fjärilar flyga



LAGA MAT UTE

Grilla korv, baka pinnbröd eller gör en wok med grönsaker!

Här finns eldplatser (ibland med ved)

- Vegavallen
- Hjällsjön
- Strömsberg
- Ledskärs hamn
- Ängskärs naturreservat
- Strömabadet
- Vattendammen i Örbyhus

Är det elddningsförbud?

Ring Uppsala brandförsvars telefonsvarare på 018-727 30 55 för att ta reda på om du får elda i Tierps kommun.



SMAKA PÅ NATUREN

Det finns mycket gott i naturen!
Men ät bara sånt du säkert vet är ätbart.

Dessa går att äta

- Maskrosens späda blad
- Harsyra
- Nyponrosens blomblad
- Smultron, blåbär och hallon

Tips! Trä smultron på ett strå, det tränar barnens finmotorik – och det blir både gott och fint!



VINDSKYDD

Vill ni ha äventyr? Gör en utflykt till en rastplats med vindskydd. Här kan ni ta skydd för regn, stanna hela dagen, eller ta med sovsäckar, något att grilla och sova kvar över natten.

Här finns vindskydd

- Tolfta vid Tämnrån
- Västland vid Tämnrån
- Iggelbo naturreservat
- Jaktstugan i Rossholm (bara dagbesök)



VINTERAKTIVITETER

När snön ligger fluffig och vit finns det mycket att göra ute.

Roliga aktiviteter att göra

- Åka pulka
- Prova på att åka skidor
- Bygga en snögubbe eller snölykta
- Göra snöänglar

Fritidsbanken lånar ut utrustning.

Platser för vinteraktiviteter

- Vegavallen
- Söderfors skidbacke
- Skatberget i Tierp



VATTENAKTIVITETER

Meta, paddla kanot och bada!

Vattenaktiviteter och platser

- Meta från fiskebryggan eller bada vid Strömabadet.
- Bada vid Trollsjöns badplats.
- Paddla Tämnråns kanotled mellan Tierp och Strömsberg.

Tips! Det finns kanoter att hyra i både Tolfta och Strömsberg.



RECEPT PINNBRÖD

Ingredienser:

4 dl vetemjöl

½ tsk salt

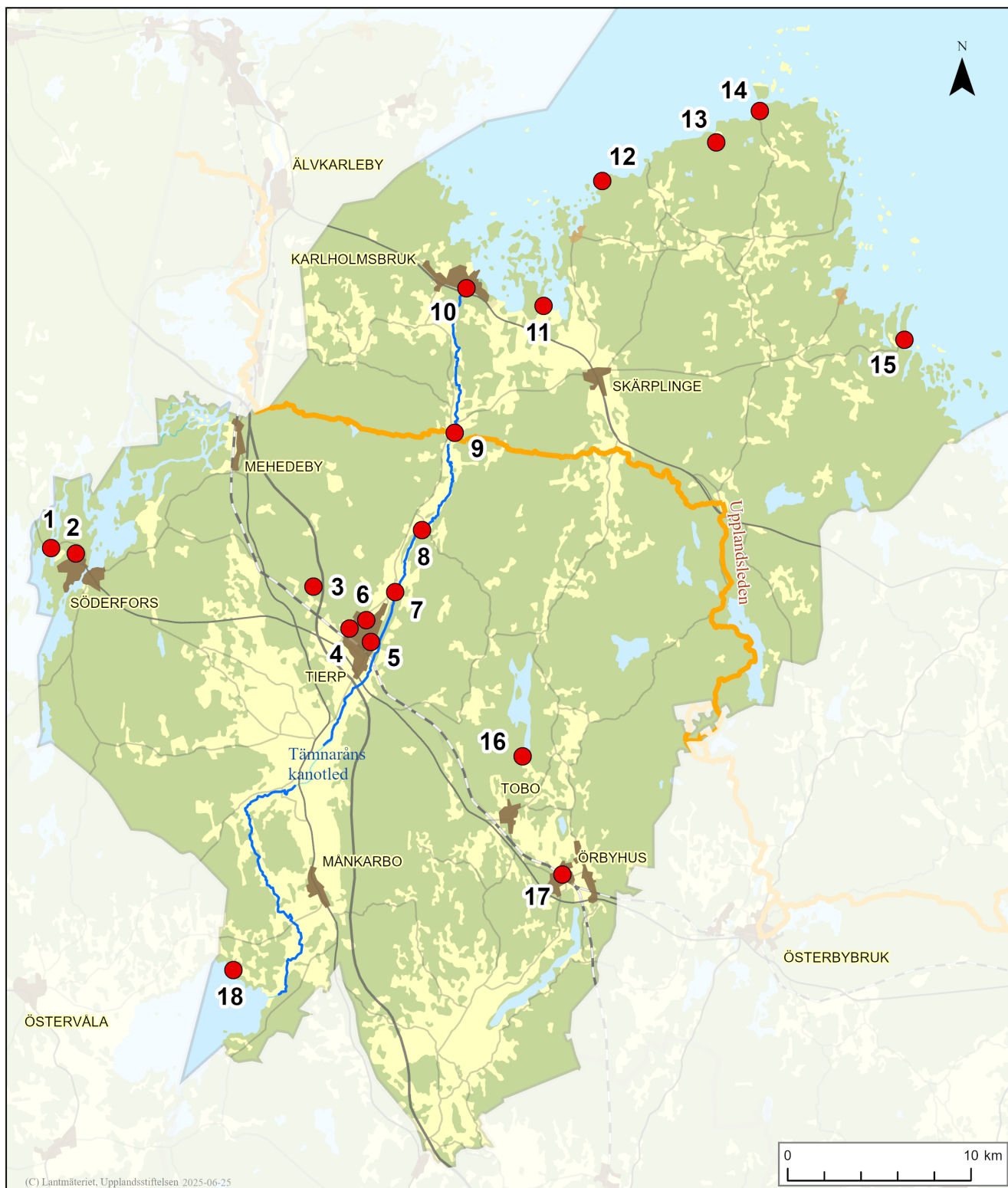
1 ½ tsk bakpulver

1 ¾ dl vatten

Gör så här:

1. Blanda de torra ingredienserna.
2. Tillsätt vatten och arbeta ihop degen.
3. Forma fingertjocka längder och rulla dem runt grillpinnar.
4. Grädda över glöd. Kom ihåg att snurra pinnen för jämn gräddning!





(C) Lantmäteriet, Upplandsstiftelsen 2025-06-25

Låna utrustning för friluftsliv på Fritidsbanken.
www.fritidsbanken.se eller skanna QR-koden.



Titta på kartor, hitta eldplatser och leder i Naturkartan.
www.naturkartan.se eller skanna QR-koden.



VÄLKOMMEN UT I TIERPS NATUR!

**Tack för att du är rädd om vår fina natur
och tar med allt skräp hem!**

