

Soppglede!

Råd og tips om sopp i barnehagen



Fra «Æsj, la den stå» til «Se her, ikke gå»

Barnehagefolk er flinke til å lære barna om naturen. Mange barn er mye på tur med barnehagen, kanskje like mye som med foreldre eller andre voksenpersoner. Dette gir barnehagene et ansvar for å la barna bli kjent med hele naturens mangfold.

Vi lærer barna om blomster, og vi plukker bær på turene. Men er vi trygge nok når vi finner sopp? Kanskje er du redd for at soppen som vokser i barnehagen eller som dere finner ute i skogen er giftig, og at du for sikkerhet skyld sier «æsj, la den stå»?

Men sopp er godt, og soppjakt er moro. Sopp gir muligheter for at barna kan lære om spennende sammenhenger i naturen. Soppturer i barnehagen er rett og slett hyggelig, og kan på toppen av det hele være fin matauk.

Rammeplan for barnehager sier: *Personalet skal legge til rette for mangfoldige naturopplevelser og bruke naturen som arena for lek, undring, utforskning og læring.*

Dette heftet er en hjelp til å komme i gang med å plukke sopp sammen med barn. Her kan du lese om gode matsopper og noen giftige sopper. Du får vite om sopper du kanskje kan finne på barnehagens uteområde. Du får forslag til hvordan du kan legge opp en sopptur og morsomme aktiviteter sammen med barna. Du får tips om enkle matretter du kan lage med sopp.

Men vi må ha respekt for sopp. Det finnes farlige giftsopper. Du skal aldri lage mat av, eller la barna smake på, noe du ikke er helt sikker på hva er. Er uhellet ute og et barn har puttet

en ukjent eller giftig sopp i munnen, finner du råd om hva du skal gjøre og hvem du kan kontakte. På baksiden av brosjyren finner du nyttige lenker som kan gi deg mer kunnskap eller hjelpe deg med å bestemme hva slags sopp dere har funnet.

Vi håper at dette heftet gir mer kunnskap om sopp, som igjen gjør det lettere å formidle soppglede til barna. Trygge voksne gir trygge barn.



Se her! Jeg fant!

Foto: Siv Dolmen



Foto: Siv Dolmen

Hva har du funnet?

Trygg i skogen

Å finne mat i naturen er moro. Barn blir glade og stolte når de kan spise sopp de selv har plukket. Kunnskap om hva vi kan spise fra naturen beriker livet og er en del av vår bærekraftige framtid.

Jo mer barna og du lærer om sopp, dess tryggere kan du være på at barnet ikke plukker og spiser noe det ikke skal.

Det finnes flere tusen forskjellige sopper i Norge. Mange er gode og næringsrike matsopper. Noen regnes ikke som matsopp, og andre er giftige. På samme måte er det mange forskjellige planter vi kan spise og noen planter som er giftige.

Når barn har lært seg hvordan markjordbær ser ut, plukker og spiser

de dem. Det vokser giftige røde bær i naturen, men vi plukker bare det vi kan og er trygge på. Dette har vi lært fra vi var små. Vi spiser bare det vi vet er spiselig og godt. Det samme gjelder for sopp. Vi spiser bare sopp vi er sikre på! Når barna har lært seg hvordan noen gode sopper

ser ut, vet de at de kan plukke og spise disse. Samtidig blir de flinkere til å se hva som er kjennetegnene. De ser forskjeller og likheter og blir tryggere på å plukke sopp.

Dersom uhellet er ute og et barn har spist en sopp du ikke vet hva er, er det nyttig å kunne beskrive soppen.

Det gjør det enklere når du vet hva de forskjellige delene heter.

Med „soppbriller“ på ser barna flere sopper, og kanskje oppdager de mye annet også?



Få barna til å ta på seg plukkebrillene!

Foto: Siv Dolmen

En liten soppskole



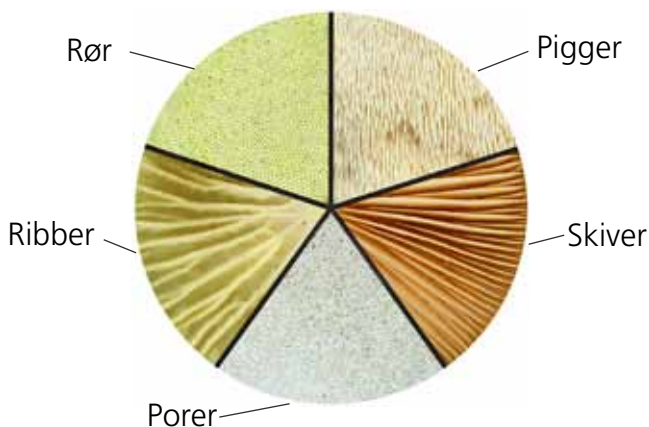
Se her! Dette er magiske ord sammen med barn. Enten det er du eller barna som utbryter dette, så samler det barna rundt det dere finner.

Se her! En sopp! La oss undersøke den sammen.

Hvordan beskriver man en sopp?

Sopp er et eget fagområde, med sine egne ord og begreper. Det tar tid for barn og voksne å lære disse ordene. Når du bruker riktige ord vil barna snart kjenne dem igjen. «Se, så fine hvite pigger den soppen har», «se hva den har rundt stilken, en ring!» Etter hvert vil barna forstå hva ordene betyr, og det kan hjelpe barna til å beskrive det de ser og hva de skal lete etter.

Rammeplan for barnehagen sier at personalet skal «invitere til ulike typer samtaler der barna får anledning til å fortelle, undre seg, reflektere og stille spørsmål.» På sopptur med barna har du mange muligheter til dette!



Matsopp med forskjellige undersider.

Begge illustrasjoner: Hermod Karlsen.

Sopper finnes i mange farger og former.

Foto: Lena Aksland Møller



Tegningen er av en rød fluesopp, med ordene du trenger for å beskrive en hattsopp. Fluesopp er en skivesopp, den har skiver under hatten.

Størrelsen er viktig for å beskrive en sopp. Med en linjal kan du også lære barna om lengdemål.

Barn skal bli trygge på det de kan, og dere skal gi dem denne tryggheten gjennom det dere kan. Da er det lurt å begynne med noen kjente sopper, og la alle andre stå i fred.

Når vi bestemmer en sopp, begynner vi med å snu soppen og se på undersiden av hatten. Slik deler vi hattsoppene i ulike grupper. Dette er en fin øvelse å gjøre hver gang man finner en sopp. Inviter barna til å fortelle hva de ser. Du kan laste ned og skrive ut en A4-pdf fra ressursidene og ta med ut i skogen. Du finner lenke til ressursidene på baksiden av brosjyren.

Mange av trærne og plantene våre lever sammen med sopp og klarer seg ikke uten dette samboer-

skapet.

Soppen hjelper treet, og treet hjelper soppen.

Soppen har et tett vev av sopptråder i bakken som hjelper trær og mange planter med å få nok vann og næring. Dette vevet av sopptråder kalles mycel. Samarbeidet mellom sopp og tre kalles «sopprot», eller på fagspråket «mykorrhiza.» Mykorrhiza kan være et vanskelig ord, men morsomt å lære seg å si. Grav litt i jorden under soppen og se om du kan finne noe mycel. Noen sopper har så tynt mycel at du ikke kan se det med bare øyet, mens andre har tykt og synlig mycel.



Bjørk og rødskrubbe samarbeider gjennom røtter og mycel. Illustrasjon: Hermod Karlsen

Små brune sopp i barnehagen

De fleste soppene du finner på uteområdet er sannsynligvis ikke matsopp. Enkelte kan være giftige. De fleste vil være harmløse, særlig de det er flest av: små, brune sopper som vokser i gresset. Disse skal du ikke være redd for. Enkelte kan være marginalt giftige, men barna får antakelig i seg så små mengder at de i verste fall får litt magebesvær. Det er uansett lurt å lære barna at sopp alltid skal kokes eller stekes og ikke spises rå.

Sopp på utelekeplassen

Det finnes sopp på alle utelekeplasser. Noen er så små og kommer så sjelden at du aldri ser dem. Andre kan plutselig et år komme i store mengder, for aldri mer å vise seg. Enkelte sopper vokser regelmessig fram på samme sted hver høst. Hvilke sopper som dukker opp,

kommer mye an på hva slags utearealer dere har. Soppen kan vokse på bar jord, i barkstrø, på gammelt treverk som rammer inn sandkasser, på plenen, under hekken, eller på en stubbe. Sopp kan til og med vokse på treverk og røtter som ligger nedgravd i bakken.

Det er liten sjanse for at de farligste giftsoppene vokser i et barnehagemiljø.

De farligste soppene vokser i naturskog der de har samliv med trær.

Ingen kan lære alle

Det kan være gøy å sette seg inn i hvilke sopper som vokser i barnehagen. Du kan få hjelp av lokalforeningene til Norges sopp- og nyttevekstforbund til å finne ut hvilke det er. Når du vet at det er en matsopp, kan du høste den sammen med barna. Alt annet bør du fjerne hver morgen.

Ha soppfjerning som eget punkt på sjekklisten om våren, sommeren og om høsten!

To gode matsopper som kan vokse i barnehager

Dere kan være heldige og finne god matsopp innenfor barnehagens gjerde.

Matblekksopp

«Jeg fant én! En sopp med blekk i kanten!»
Matblekksopp er en morsom og god matsopp. Matblekksopp er glad i god og fet jord. Den vokser på gamle og nedbrutte rester av blad og treverk nede i bakken. Ofte finner du mange på samme sted flere år på rad, gjerne midt på gresset. Matblekksoppen er en skivesopp. Hatten løsner lett fra stilken, og stilken er hul. Som ung er matblekksoppen nesten som en liten sylinder, seinere blir den klokkeformet. I starten er den helt hvit, kanskje litt brun på toppen, og hatten er flossete eller skjellete. Skivene er hvite til lys røde som unge, men blir mørkere med alderen og til slutt svarte som blekk og rennende. Matblekksopp må være helt hvit når du bruker den til mat. Du kan skjære bort de svarte delene. Soppen kommer ofte sent på høsten.



I barnehagen kan du for eksempel finne et helt hengerlass med matblekksopp.

Spissmorkel

Spissmorkel en delikatesse. Du finner den oftest på barkstrø, rundt lekestativet eller i blomsterbedet. Den kan også opptre i store mengder på nylagt plen. Den har ikke skiver, pigger eller rør under hatten. Spissmorkel ser ut som en brun liten nisselue uten dusk. Utenpå luen har den et mønster av langsgående ribber og tverrvegger. Inni er den hul. Spissmorkelhatten er brun som bark. Stilken er lys brun eller nesten hvit og litt pudret. Spissmorkel er 3-15 cm høy. Det er en vårsopp du bare kan finne i april, mai og juni.



Tre giftige sopper du bør være oppmerksom på

Honningsopper

Honningsopp kan du finne på stubber og trær i barnehagen. Det er flere arter av honningsopp. Honningsopp har skiver på undersiden av hatten. Hatten er gulbrun, gjerne med små skjell på. Den vokser oftest flere sammen i knipper. Når flere sopper står sammen, kan du iblant se at det ligger et hvitt pulver på noen av hattene. Det er hvite sporer – «soppfrø» - som er falt ned fra skivene hos hatten som står over. Honningsoppen har ring på stilken. Mange får allergiske reaksjoner av den. Om et barn skulle spise en bit honningsopp, kan det få oppkast og vondt i magen ca. 8 timer etter at soppen ble spist. Dette er ikke farlig, men vær oppmerksom.



Ikke matsopp

Foto: Charles de Mille

Flatklokkehatt

Den vokser på døde grener og pinner, stubber, bark, morken barved og lignende. Flatklokkehatt er sterkt giftig. Flatklokkehatten er en hattsopp med skiver under hatten. Hatten er gulbrun til kanelbrun og blir ofte tofarget med et blekere midtparti i tørrvær. Stilken er glatt og har langsgående, ørfine sølvfargete fibre. Stilken har ring. Soppen har gulaktige skiver som med alderen blir mer brune av sporer som modnes. Mistenker du at et barn kan ha spist denne soppen, må barnet til lege. Kontakt Giftinformasjonen eller en soppsakkyndig!



Giftig

Foto: Kolbjørn Mohr Jensen

Pluggsopp

Pluggsopp er giftig. Den er svært vanlig i parker og hager på fet, god jord, men vokser også i skogen. Pluggsopp er en brun skivesopp. Det er en stor hattsopp. Hattkanten er lenge innrullet.



Giftig

Foto: 777

Sopp i skogen

På tur i skogen om høsten vil dere som regel finne sopp. Mange vil være gode og trygge matsopper: Kantarell, traktkantarell, piggsopp, steinsopp, matriser og fåresopp.

Ute i skogen vokser også de farligste giftsoffene. Disse må du være sikker på at ikke havner i kurven. De giftigste soppene i Norge er skivesopper. Skivesopper er hatsopper med skiver under hatten.

Spiss giftslørsopp og **butt giftslørsopp** er Norges giftigste sopper. Spiss giftslørsopp er en vanlig sopp som vokser i barskog; gjerne i fuktig, moserik granskog med blåbærlyng over hele landet. Butt giftslørsopp er sjelden og mer varmekjær, og er bare funnet i kystområdene fra Vestfold til Agder.

Hvit fluesopp er vanlig og vokser både i løv- og barskog. Kjent nord til Tromsø.

Grønn fluesopp er mer sjelden. Det er en varmekjær art som vokser i løvskog; med eik, bøk og hassel i et bredt belte langs kysten fra Oslofjorden og nord til Møre. Fargen varierer, og den kan opptre i en nesten hvit form.



Foto: Kåbjørn Møhn Jønsen

Generelt råd: Ikke plukk brune sopper med brune skiver. De aller færreste er matsopper.



Foto: Roger Amlielsen



Foto: Lena Aleksand Møller

Generelt råd: Ikke plukk sopp med helt hvite skiver. Mange av dem er fluesopper.



Mer om soppene

Hvis du vil sette deg litt mer inn i soppenes verden, så anbefaler vi at du laster ned brosjyren "Trygge matsopper og farlige giftsoffer". Her er både de vanligste matsoppene og giftsoffene godt beskrevet, med gode bilder. Du finner lenke på baksiden av denne brosjyren.



Foto: Tommy Østhaugen

Generelt råd: Ikke plukk sopp med grønn eller grønnlig hatt.

■ Vanlige spørsmål fra barnehagefolket – med svar fra soppfolket

Hvert år kommer det mange henvendelser fra barnehager til Norges sopp- og nyttevekstforbund, lokale soppforeninger, soppkontrollører og Giftinformasjonen. Her er noe av det de lurer på:

- Er det farlig å ta på sopp? **Nei, det er ikke farlig å ta på sopp.**
- Er det farlig å ta på de giftigste soppene? **Nei, det er ikke farlig å ta på selv de giftigste soppene.**
- Går giften fra soppen inn gjennom huden, eller gjennom et lite sår? **Nei, soppgiften går ikke gjennom huden eller sår.**
- Må vi vaske hendene etter å ha tatt på spiss giftslørsopp? **Ja, helst. Giftslørsopper lar vi stå, ikke ta på dem.**
- Kan man bli forgiftet av å suge på fingrene etter å ha tatt i giftig sopp? **Nei, med unntak av giftslørsopp. Små fragmenter av giftslørsopp under barnenegler er uheldig.**
- Holder det å tørke av hendene i mose eller på våtserviett før vi spiser matpakke på sopptur? **Ja, det er alltid lurt å tørke av eller vaske hendene før mat.**
- Er det farlig for et lite barn f.eks. en 2 -åring, å spise deler av sopp som ikke er matsopp? **Som regel ikke, men rå honningsopp kan gi en mage-/tarmreaksjon og oppkast ca. 8 timer etter inntak – ikke farlig.**
- Bør barnehagegrupper på sopptur ha med seg medisinsk kull? **Ja, kanskje det. Kull virker også hvis barn spiser liljekonvallbær eller andre giftige planter.**
- Bør barnehager ha det i sin daglige sjekklister å plukke vekk sopp fra uteområdet? **Ja, alle sopper bør plukkes bort. Når du er sikker på at det er matsopp, kan du gjøre det sammen med barna.**
- Kan sopp fjernes permanent fra uteområdet? **Nei, fordi soppmycelet ligger i hele bakken.**



Foto: Siri Dalmen

Hvis uhellet er ute

Er du usikker på om det barnet har hatt i munnen eller spist er farlig? Det første du må gjøre er å utelukke de fem giftigste soppene, som vi har nevnt tidligere. De fire første vokser i skog, den femte kan du finne på uteplassen i barnehagen. De fem er:

- **Hvit fluesopp**
- **Grønn fluesopp**
- **Spiss giftslørsopp**
- **Butt giftslørsopp**
- **Flatklokkehatt**

Kan du utelukke disse fem soppene, kan du slappe litt av før du går videre i undersøkelsene. Det finnes mange små brune sopper, og de er som oftest ikke farlige.

Noen sopper inneholder en væske som svir hvis du får det i øynene eller munnen, og den kan gi røde utslett. I skogen kan du for eksempel finne risiker. Det er skivesopp. Fører du neglen din på tvers av skivene under hatten, kan du se at det

Barn liker å leke med naturmaterialer og lage "mat" i rolleleken. Pass på at de ikke leker med giftige planter og sopp.

kommer ut en væske. Dette kaller vi melkesaft, fordi den ofte er hvit. Melkesaften fra enkelte sopper kan oppleves brennende skarp, som chili.

Hvis barnet har spist sopp du ikke vet hva er, skal du ta vare på sopprestene, selv om det bare er noen små biter. Ta bilder, helst av hele soppene og undersiden av hatten.

Se deg rundt, hvilke trær vokser det på stedet der soppene ble plukket? Ta bilder.

Kontakt Giftinformasjonen på 2259 1300, heller en gang for mye enn en for lite!

Ha medisinsk kull tilgjengelig. Det kan du kjøpe på apoteket. Noen ganger ber Giftinformasjonen deg om å gi dette til barnet.

Sopptur for å finne matsopp

Ta gjerne barna med ut på sopptur. Her er forslag til turopplegg.



Foto: Siv Dolmen

Mål med turen:

- Finne matsopp.
- Lage en sopprett på bål.
- Gi barna erfaring med at man kan sanke maten sin selv.

I barnehagen – planlegging og forberedelser:

- Kurv til å plukke i, kniv, soppbok, voksdud. Laminér gjerne gode bilder eller tegninger av sopp dere skal se etter.
- Utstyr til soppsmørbrød: Stekepanne, stekepade, litt ved, tennbrikke, fyrstikker, en rist, kniv, fjøl, smør. Ferdig vasket og kuttet purre i en boks. Bacon eller vegetarpølse i terninger. Loff/brød, gjerne i skiver, evt. rundstykker. Er det dårlig sopphest, kan du i hemmelighet ta med kjøpt kantarell slik at dere får sett og smakt på soppen.
- Begrens antall arter dere skal se etter til f.eks. tre. Velg blant de tryggeste soppene og noen du kan. Gjerne noen du vet vokser i området.

Samling med barna før turen:

- Hva skal vi på denne turen?
Vis noen bilder av sopp vi skal se etter, og se på soppens oppbygging.
- Hva skal vi se etter - hvilke kjennetegn har disse soppene?
- Har noen av barna erfaring med sopp?
På denne turen er målet å finne sopp vi kan spise. Vi kaller det matsopp. Husk at noen sopper kan bli kjempegod mat, og noen sopper kan være veldig giftige!



Foto: Siri Dolmen

Samling i skogen før vi begynner å se etter sopp:

- Vi står i en ring med kurvene foran oss, og går gjennom regler for turen.
- Alltid se en voksen, ikke gå lengre enn at du ser en av de voksne.
- Hvis vi ser en sopp vi vil plukke, plukker vi hele soppene, bruker fingrene helt ned i jorda.
- Vi lar gamle sopper stå, vi lar også alle helt brune, helt hvite og grønnlige sopper stå.
- Vi må aldri spise rå sopp, selv om vi vet den er spiselig.
- Soppene vi skal spise, skal bli kontrollert av en voksen. Barn får bare legge sopp i «voksenkurven» sammen med en voksen!
- Vi deler ut bilder av de soppene vi skal se etter i dag. Hva ser vi? Kjennetegn?
- Er alle klare, da må vi bare ta på «soppbriller» først, for soppene er veldig god til å gjemme seg! Vi tar på soppbriller, lager briller av fingrene rundt øynene, du spør: Har alle på soppbriller? Jaaa! Da går vi!

Kontroll og behandling av sopp

- Har barna egne kurver/bøtter/poser, tar vi én og én kurv og heller innholdet forsiktig ut på en voksduk, et brett eller lignende.
- Vi snakker om hva vi ser, farger, fason, underside, overside, stilk og så videre.
- Hva lukter soppene, lukter to forskjellige sopper forskjellig?
- Kjenner vi igjen noen av soppene?
- Har vi funnet de soppene vi skulle se etter, eller har vi funnet giftige sopper?
- Er alle soppene fine, eller er noen markspiste eller for gamle?

Soppene fra «voksenkurven» renser vi og kontrollerer på nytt. Ivrig små plukkere kan fort legge noe i kurven din som du ikke har sett.

Del soppene i biter og ha den over i panna. Når panna er helt full, gjerne med topp, kan vi sette den over varmen.

Sopp-aktiviteter for de minste barna

Sporepulverbilde

Finner dere sopp med fine store hatter, er det gøy å lage sporepulverbilde. Skjær stilken av, så høyt opp mot hatten som du kan. Legg soppmatter på ark, gjerne ark med flere farger. Skivene skal ligge ned mot arket, dekk til med en bolle og la det stå over natten.

Hva tror dere vil skje?

Har barna forslag? Skriv gjerne ned forslagene til barna.

Neste dag er det spennende å se hva som har skjedd?

På arket vil dere se et mønster av soppens skiver. Hvorfor det? Hva er det vi ser?

Kan dere se sporene? Soppen formerer seg ved sporer, vi kan litt forenklet si at sporene er soppens frø. Det som lager mønsteret er soppens sporer, de er bitte små. Forskjellige arter sopp har forskjellige sporer. Sporene kan være hvite som hos honningsopp eller nesten svarte som hos sjampinjong. Det finnes sopp med sporer som er rosa, oransje og brune også.

Hvilken farge har sporene på deres sopper?

For at bildet skal holde seg bedre kan du spraye det med litt hårlakk.

Blekk av matblekksopp

Ta gamle matblekksopp som begynner å bli litt mørke i en bolle, og la det hele stå og godgjøre seg en dag eller to, hva skjer? La barna komme med forslag på hva de tror kommer til å skje, skriv gjerne ned barnas forslag. Hadde vi rett i det vi trodde? Stemte hypotesen vår?

Vi har fått soppblekk i bollen!

Hvorfor blir blekket nesten svart? Ved å la barna undre seg og komme med hypoteser, stimulerer vi nysgjerrighet og vitelyst!

Sil av blekket og ha det i en kopp, nå er det klart for å male soppblekkmalerier.



Traktkantarell på snor

Er dere heldige og finner mye traktkantarell om høsten, kan dere tre dem på snor og henge dem til tørk i taket i barnehagen. Bruk en nål og en bomullstråd og stikk gjennom stilken på traktkantarellen.

Tre mange sopper på en lang tråd. Soppen krymper veldig når den tørker, så du trenger mange ferske sopper for å fylle et glass med tørket sopp.

Tørket traktkantarell kan bli en fin julegave.

Fyll de knusktørre traktkantarellene på glass dere har rengjort godt.

Kanskje kan barna lage etiketter selv?

Det er også fint å steke noen tørkede traktkantareller i barnehagen utpå vinteren. De må bløtes i vann omtrent en halv time før steking. Ha til slutt litt fløte i pannen, og salt og pepper. Det egner seg godt til en brødslike.



Sopp som mat

Mange sopper smaker godt og kan være en god erstatning for kjøtt. Sopp kan inneholde like mye næring som grønnsaker og ofte mer protein. Men sopp kan også være tungt fordøyelig. Ikke spis rå sopp, men kok eller stek soppen godt, gjerne 5-15 minutter.



Foto: Siv Bohinen



Foto: Siv Bohinen

Soppsmørbrød med bacon og purre

Du trenger:

Sopp, smør, smårettbacon og purre

En stekepanne full av traktkantarell, kantarell eller annen matsopp settes over bålet eller på platen på høy varme. Væske fra soppen vil komme ut og koke rundt soppen. Når det nesten har kookt bort, tar du oppi et par spiseskjeer smør og en pakke smårettbacon. Når sopp og bacon begynner å få litt stekefarge har du oppi en halv finhakket purre. Purren kan gjøres klar på forhånd, vaskes, finhakkes og has i en boks som du tar med i sekken. Stek til purren også får litt farge. Nytes med eller uten loff eller pasta, ved bålet eller ved bordet!

Matblekksoppsuppe

Fra Else R. Wiborgs bok «Mine soppgeler»

400 g matblekksopp

1 løk

1-2 ss karri

1 ss smør

2-3 ss hvetemel

1 liter soppkraft eller buljong

Salt

Fløte

Rens soppen, skjær den i biter. Hakk løken. Fres sopp og løk med karri i smøret. Når løken er blank strør du over melet og rører godt. Spe med kraft/buljong og la alt småkoke i 10 min. Smak til med fløte og salt.



Plukk, studér, spis

I denne boken finner du grunnleggende kunnskap om sopp og nyttevekster. Boken er skrevet på en måte som egner seg for barn. Boken inneholder også et eget kapittel om hvordan dere kan bruke sopp og nyttevekster i turmaten. Boken kan kjøpes i NSNFs nettbutikk.

På nettsidene kan du finne flere gode tips og opplegg du kan skrive ut, for eksempel: Male med ulvemelk, Trollsmør som du mater og Soppturbingo.

Les mer på soppognyttevekster.no/barnehage

Her kan du laste ned aktivitetsark og oppskrifter. Ta kontakt om alle andre spørsmål.

Norges sopp- og nyttevekstforbund

Norges sopp- og nyttevekstforbund er en frivillig, landsomfattende sammenslutning av 37 lokalforeninger med over 5000 sopp- og nyttevekstinteresserte medlemmer. Vi arrangerer turer og kurs for å få flere til å oppdage og bruke sopp og ville planter til mat og rekreasjon. Hver høst arrangerer våre foreninger soppkontroller og turer over hele landet og vi har en digital soppkontroll der du kan sende inn bilder av soppen.



Norges sopp- og nyttevekstforbund

soppognyttevekster.no

soppkontroll.no



Utgitt av Norges sopp- og nyttevekstforbund med støtte fra Miljødirektoratet.