



Naturkraft sagostig

Professor Wilda Wide och mysteriet med de färglösa löven

Sagostigen har 10 delar om Professor Wilda Wide och fågeln Alve som löser tillsammans söker svar på naturens mysterier. Här får du vara med och hjälpa dem lösa mysteriet med de färglösa löven.

- Gör sagan till er genom lekfullhet
- Låt fantasin flöda och upplev naturen
- Anpassa aktiviteterna till det som finns omkring
- Scanna QR-koderna för att lyssna på avsnitten

Spela sen in ett ljudmeddelande och berätta åt Wilda Wide vad ni upptäckte i naturen genom sagan. Skicka till **044-788 37 89** via WhatsApp, sms eller använd **#wildawide** i sociala medier.

Wilda Wide svarar alltid!



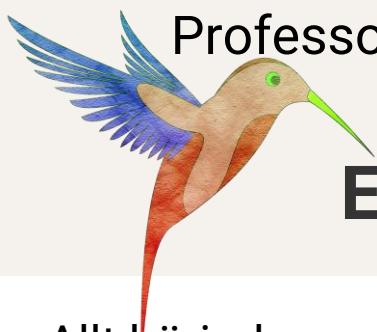
#wildawide
#buusagan



www.folkhalsan.fi
/naturkraft

Naturkraft sagostig

Professor Wilda Wide

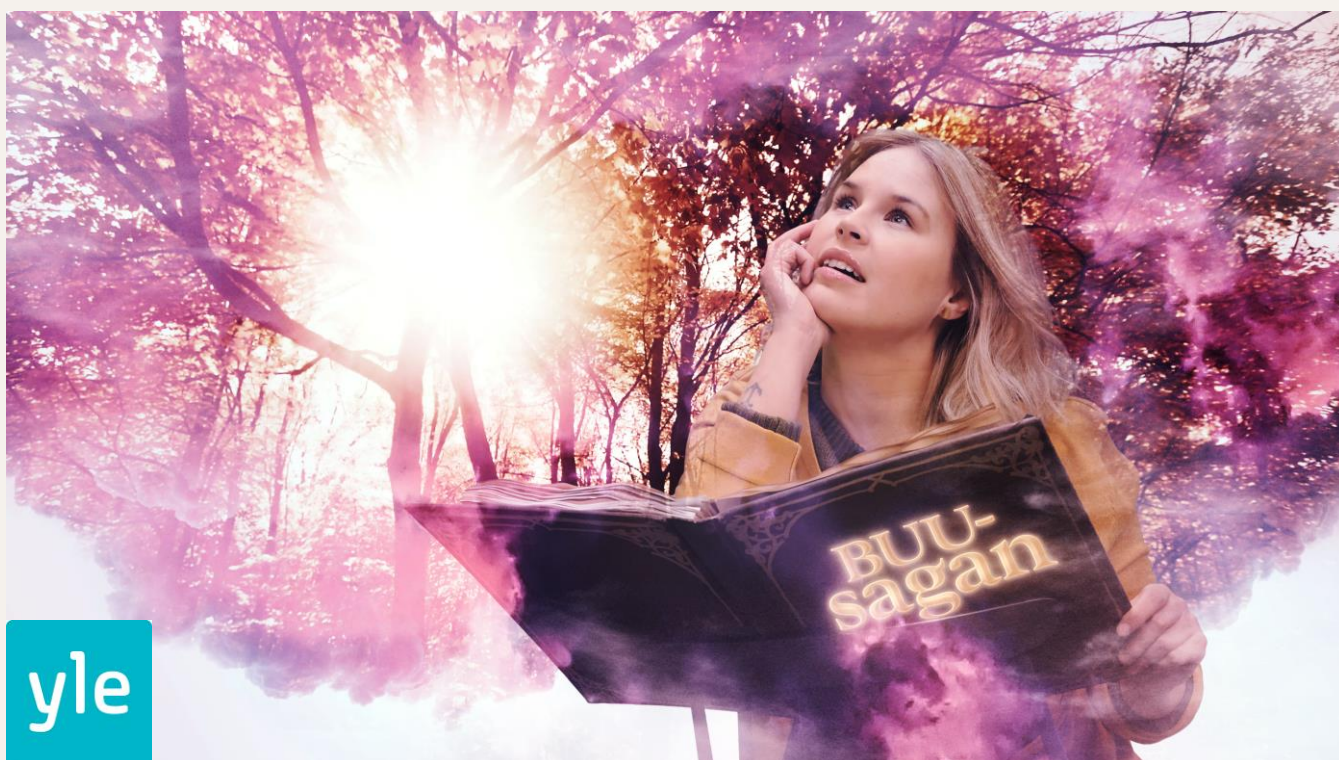


Del 1.

En ovanlig skogspromenad

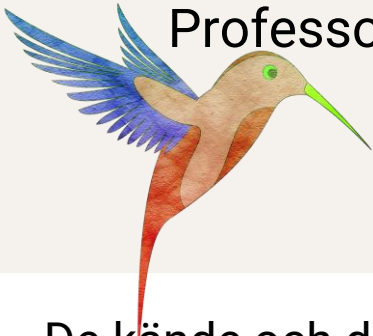
Allt började med att Wilda Wide tog sin dagliga promenad. Fågeln Alve satt uppflugen på hennes axel och de njöt av den friska luften och höstens vackra färger. Den här dagen gjorde de som de alltid brukade och åt lunch vid träsket mitt i skogen. Det svarta vatten speglade höstfärgerna och fick ytan att likna en konstnärs färgpalett. Men plötsligt kvittrade Alve till och viftade med vingen mot ett träd en bit bort med konstigt genomskinliga löv, precis som om någon suddat bort färgen. - **Det här måste vi undersöka närmare**, sa Wilda Wide och kände tydligt att ett nytt äventyr var på gång att hända.

- Samla löv från marken. Gör en egen färgpalett med olika färgnyanser och storlekar. Berätta för varandra vad ni skapat.
- Obs! Låt löven på träden få vara kvar.



Naturkraft sagostig

Professor Wilda Wide



Del 2. De färglösa löven

De kände och doftade försiktigt på trädets löv. Wilda Wide satte en lupp mot ögat för att få en närbild av de färglösa löven.

- **Oj, oj. Det verkar vara någon slags förtrollning. Lövet liknar en trollsländas genomskinliga vinge**, sa Wilda Wide fundersamt.

- **Kanske det är trollkarlen Grimner som hittat på något igen**, kvittrade Alve förskräckt.

De tittade sig omkring för att upptäcka fler förtrollade träd. Och minsann, där fanns ett till.

- Känn på lövens struktur och doft. Jämför olika löv.
- Använd lupp, förstoringsglas eller telefonens kamera för att förstora små detaljer.





Del 3.

Grimners hemliga titthål

Trollkarlen Grimner bor i skogen, men ingen vet var. Överallt har han skapat titthål i vattenpölar, stubbar, stenar och stammar. Genom dem kan han se det mesta som pågår. Det här visste Wilda Wide och Alve. Därför var de noga med att spana efter allt som kunde vara ett titthål längs stigen där de gick. De ville inte bli upptäckta av Grimner. Titthålen kan vara vad som helst som ser ut som ett öga. Knepet att blockera dem är att hoppa över vattenpölen, balansera på stubben eller placera ett stort löv i hål i marken eller trädstammar. Då kan Grimner inte kika ut.

- **Hjälp dem att stänga Grimners titthål genom att hoppa över vattenpölar, balansera på stubbar och stockar och placera löv i ögonliknande titthål.**





Del 4.

Lövkrona som kamouflage

De båda vännerna fortsatte blockera titthål längs stigen. Wilda Wide plockade också upp löv från marken där de gick och sa:

- **Det är bäst att vi kamouflerar oss så att vi kan leta ledtrådar utan att Grimner ser oss.**

Hon stoppade in löv under kanten på sin mössa. Snart hade hon en hel lövkrona på huvudet. Alve stack in färgglada löv i sin fjäderskrud. Nu smälte de bättre in i omgivningen. Redo att ta sig an mysteriet med de färglösa löven vandrade de djupare in i skogen.

- Gör en krona av löv genom att stoppa in skaften under en uppvikt mösskant eller tubskarv.
- Ni kan också göra en lövkrona genom att stifta fast löv på ett band som knyts kring huvudet eller som halsband.



Naturkraft sagostig

Professor Wilda Wide



Del 5.

Mystiska spår av svanfjädrar

Wilda Wide och Alve följde spåren av de färglösa löven genom skogen. Vid varje träd som saknade färg låg stora vita fjädrar. Mystriet verkade ha något med en svan att göra. Nu på hösten kan man höra svanarnas trumpetande när de flyger söderut. Alve är förstås speciellt skicklig att känna igen fågelsång. Men Wilda Wide har också övat att lyssna på fåglarnas läten. Nu stod de blick stilla för att kunna höra extra bra. Var fanns svanen som tappat sina fjädrar? Svanfjädrarna plockade de med sig för säkerhets skull när de fortsatte fram.

- Stå alldeles stilla och lyssna vilka fågelljud du hör.
- Tips: testa appen **BirdNet** för att identifiera fågelsång.
- Hittar du några fågelfjädrar på marken. Pryd din krona eller kläder med fjädrarna.



yle

 folkhälsan

www.folkhalsan.fi/naturkraft

Naturkraft sagostig

Professor Wilda Wide



Del 6. Förföljda av älvor

Någon följde efter Wilda Wide och Alve. Det glimmade till i ögonvrån som det gör när en skogsälva är i närheten. Älvor är blyga varelser, så det är väldigt få människor som någonsin sett dem. Men plötsligt flög en klart lysande älva framför dem. Det var en liten figur med vita vingar, något större än en trollslända. Innan de hann säga något, hördes en ljus röst: **- Tack för att ni kom. Följ mig! Vi måste hjälpa träden.** Älvan flög runt stammar och upp över stenar och stockar. Wilda Wide och Alve hängde med så gott de kunde på den snurriga färden genom skogen.

- En av er kan vara älvan som flyger i cirklar bland träden med roliga rörelser, medan de andra följer efter och härmar rörelserna. Byt om så alla får vara älvan.



Naturkraft sagostig

Professor Wilda Wide



Del 7.

Trädälvor och svampälvor

Till slut stannade älvan bredvid några svampar.

- **Jag är trädälvan, som skyddar träden**, berättade hon. Sen visslade hon en trudelutt och genast syntes en annan älva sittandes på en svamphatt.

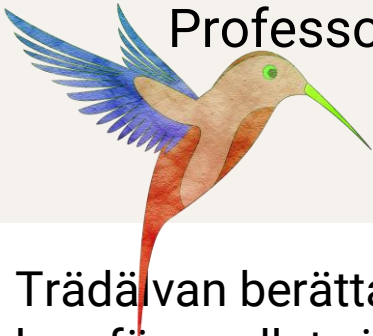
- **Det här är svampälvan och vi är goda vänner. Ni vet väl att träd och svampar behöver varandra. Vanligtvis pratar vi genom trådar under marken. Behöver ni vår hjälp ska ni vissla på oss. Men nu ska vi tillsammans rädda träden**, avslutade Trädälvan med bestämd röst.

- Vissla en trudelutt. Hur tror du en svampälva ser ut?
- Hittar du några svampar? Vilka träd finns i närheten av svamparna?
- Bygg en egen svamp av naturmaterial.



Naturkraft sagostig

Professor Wilda Wide



Del 8.

Giriga Grimners stöld

Trädälvan berättar att Grimner hade fått syn på valkyrian Kåra, när hon förvandlat sig till en svan för att inte bli upptäckt. Kåra bar sitt magiska svärd och Grimner ville ha svärdet. Han hade lurat Kåra att se sin spegelbild i träskets blanka yta och frågat varför hon inte har lika vackra färger som andra fåglar. Grimner hade lovat att göra henne vackrast av alla fåglar bara han fick hennes svärd. Full av tvivel på sig själv hade Kåra gett honom svärdet. Och färgerna stjal Grimner nu från löven.

- **Men tillsammans kan vi stoppa honom**, avslutade Trädälvan.

- Flyg som en svan: stå på ena foten och lyft andra benet bakåt. Luta dig fram och sträck ut armarna till vingar.
- Gör svanflyingningen tillsammans i cirkel och håll i varandras händer. Flaxa vingarna tillsammans i en gemensam vågrörelse.



Naturkraft sagostig

Professor Wilda Wide



Del 9. Andas med träden

På stigen såg de en färggrann svan sitta ihopsjunken. Trädet bredvid hade färglösa löv och vita svanfjädrar låg på marken.

- Det är Kåra som tappar sina vita fjädrar när färgerna försvinner från träden, sa Wilda Wide.

Svanen lyfte halsen och gav ifrån sig ett sorgligt trumpetande.

- Hon kan inte förvandla sig tillbaka utan sitt svärd. Men vi kan tillsammans bryta förtrollningen om vi andas med

trädet, berättade Trädälvan. Hon visade hur de skulle blåsa på löven. Träden hjälper oss att få frisk luft och när vi andas ut, ger det kraft åt träden. Alla blåste och de kunde snart se hur färgerna återvände till löven och svanen blev åter vit.

- Hjälp dem att bryta förtrollningen genom att blåsa på så många träd du kan.
- Fundera hur vi människor och träden andas på olika sätt.



Naturkraft sagostig

Professor Wilda Wide



Del 10. Samvetets röst

- **Ännu finns det något vi behöver göra**, sa Trädälvan och pekade på en gren på marken. Hon bad Wilda Wide hålla den rakt upp i luften och korsa ena benet framför det andra.
 - **Du ska snurra runt och säga högt: "elakhet, stöld och girighet, blir jagat av rösten från Samvetet"**.
- När Wilda Wide gjorde detta, förvandlades käppen till Kåras svärd. Hon gav det till svanen, som genast flög iväg och trumpetade ut sin tacksamhet. Mellan träden kunde de skymta Grimners grönbruna kappor försvinna.
- **Han kommer förföljas av Samvetets röst ett bra tag**, sa Trädälvan glatt. Nöjda vandrade Wilda Wide och Alve hemåt. Det kändes bra att ha kunnat hjälpa stackars Kåra.

- Lyft en svärdliknande kapp över huvudet och korsa ena benet över det andra och snurra runt ett varv.
- Hitta på en egen svandans som visar hur glad Kåra blev.

