

Påsketips



1. Farge egg

Slik får du de ulike fargene på eggene:

Legges i et stort glass eller en bolle sammen med:

- **Løkskall eller gurkemeie** = gul farge
- **Rødkål** = lyseblå farge
- **Rødbet** = rød farge
- **Spinat** = grønn farge
- **Blåbær** = lilla farge

2. Lag påskekylling av doruller

Hvorfor ikke lage påskepynt med barna? Her trenger du stort sett ikke mer enn litt fjær, maling, papp, doruller eller tomme eggekartonger. Enkelt og moro for store og små!

3. Pynt et påsketre i nabolaget eller i skogen

4. Lag påskerenn med familien eller kohorten

Gjem mange små ting som ikke hører hjemme i naturen langs en løype eller sti. Så er det om å gjøre å finne flest mulig og skrive det ned!

Mental Helse hjelpetelefonene tlf: 116 123 Mental Helse har en døgnbemannet telefon for alle, uansett grunn. Hit kan du ringe for en prat, for å takle en utfordring, eller for å finne hjelp.

Barnevernet tlf: 40 42 77 77 Kan ringes når som helst på døgnet og i helger. Barneverntjenesten og barnevernvakten skal sikre at barn og unge som lever under forhold som kan skade deres helse og utvikling, får trygge oppvekstvilkår og nødvendig hjelp og omsorg til rett tid. Du kan være anonym.

Alarmtelefonen for barn og unge kan ringes på 116 111, eller ta kontakt på chat. Alle barn og unge kan ringe 116 111 når de har det vondt, vanskelig eller føler at de trenger hjelp. Det er gratis, og du kan også ringe eller chatte anonymt. 116111.no

