

Revar og Frithjof på tur i skogen.

Sekken til Revar er tom. I dag har han bestemt seg for å gå på langtur i fjellet for å lete etter mer mat. Men før han går må han ha frokost. Uten mat og drikke orker ikke Revar å gjøre noen ting. Han var på jakt i går og fangsten ble en hare og ei lita mus, det blir frokosten i dag. Revar spiser seg god og mett, han drikker litt vann fra bekken og så er han klar for fjelltur. Sola skinner, fuglene synger, dette vil bli en fin turdag.

Hmmm... Revar tenker seg om. Jeg må jo ha med niste i sekken. Jeg skal jo gå langt innover fjellet og da trenger jeg energi for å holde ut. Hva slags mat skal jeg ha med tro? Jo, jeg tar med de matrestene jeg fant etter at barnehagen var på skogstur her i går. Barna la jo igjen brødkive med leverpostei, som jeg synes er veldig godt, gulrot, banan og eple. Jeg fyller opp flaska mi med vann fra bekken også. Jeg pleier å bli tørst når jeg går på tur.

Revar rusler innover fjellet, han liker å gå på tur. Det lukter så friskt og godt på fjellet og det er mye fint å se. Han ser et lite ekorn som klatrer oppover et tre og ei lita fjellmus som piler over stien. Han ser en stor maurtue med mange små maur også. På turen går Revar forbi mange tuer med bær, både blåbær og tyttebær. Bær er noe av det beste Revar vet. Det er sunt og godt og viktig for kroppen. Dessuten er det gratis, det koster ingen penger. Han plukker med seg litt bær som han putter i sekken, det kan være godt å ha når han skal ta seg en liten pause.

Jeg er jammen heldig, tenker Revar. Jeg kan gå på slike fine fjellturer og se på all den fine naturen rundt meg. Trær, blomster, mose, bær, dyr og en blå fin himmel med klar, frisk og god luft. Livet er herlig. Vi må ta vare på naturen rundt oss. Det er ikke lov til å kaste søppel og annet skrot ute i naturen. Hvis vi ser søppel som ligger og slenger så må vi rydde det opp. Det håper jeg barna i barnehagen gjør også når de er ute på skogstur.

Etter at Revar har gått et langt stykke innover fjellet, møter han vennen sin, rødreven Frithjof.

Hei Frithjof, er du her?! (glad og overrasket).

Ja, det var så fint vær at jeg tenkte jeg ville opp på fjellet, å nyte den friske lufta, sier Frithjof. Skal vi leke? JA!!!!!!!!!!!!

De begynner å løpe etter hverandre, de leker politi og røver. De hopper over steiner og klatrer i trærne. Etter en liten stund blir Frithjof veldig sliten, og orker ikke leke mer. Åhhh, nå trenger jeg mat, sier han. Frithjof tar fram nista si, som er sjokolade og brus. Nei, men Frithjof da, du kan da ikke spise gotteri til mat, sier Revar. Ikke rart du blir så fort sliten, hvis du spiser bare gotteri. Det er skikkelig usunt, vi rever trenger ordentlig mat. Mat som er sunn og gir oss mye krefter slik at vi blir sterke og orker å leke politi og røver kjempelenge. Du kan heller smake på min mat som er sunn og god, jeg har brødkiver, frukt og litt bær som jeg fant i skogen.

Blææ, sier Frithjof når han ser maten til Revar. Det der ser ikke noe godt ut, jeg liker ikke slik sunn mat jeg. Jammen, du kan prøve å smake på, så bare spytter du det ut om du ikke liker det, sier Revar.

Frithjof smaker, nammm, dette var jammen godt. Jeg vil også ha slik mat på nista mi neste gang jeg skal på tur. Begge to spiser seg gode og mette.

Åhhh, men nå ble jeg tørst, sier Frithjof. Skal vi dele brusflaska mi? Revar sperrer opp øynene og utbryter: Brus!!!!!!!!!!!! Det renner jo en bekk med rent og friskt vann forbi her. Vi drikker heller av det. Vann er sunt og godt. De finner bekken og slurper i seg kaldt og godt fjellvann. Begge to er mette i magen sin, blide og fornøyde.

Så leker de seg lenge på fjellet, de bygger seg en fin hytte og har det veldig moro. Nå begynner det å bli mørkt og de må gå tilbake til revehiene sine mens de ennå kan se stien hjem. Frithjof er glad og fornøyd. Ha det bestevennen min, sier han.

Revar vinker og sier ha det til Frithjof. Så fortsetter han på sin tur innover fjellet, hjem til revehiet sitt.

