

**FEM FEDE VINTERAKTIVITETER:**

# Sådan får du ungerne med ud i naturen - selvom det er minusgrader!



**[WWW.NATURKURVEN.DK](http://WWW.NATURKURVEN.DK)**

VED NATURVEJLEDER ANNE MERETE RASK

---

## FEM FEDE VINTERAKTIVITETER: SÅDAN FÅR DU UNGERNE MED UD I NATUREN, SELVOM DET ER MINUSGRADER!



Det kan være noget af en udfordring at lokke børnene med udenfor, når det er koldt, stuen er varm, og iPad'en lokker med farverige spil.

At tage på tur, bare for at gøre det, synes de færreste børn er sjovt. Og mange voksne vil også gerne have et formål med turen, hvad enten det er at få motion, frisk luft, gå tur med hunden, eller hvad det nu kan være.

Som naturvejleder er jeg blevet overrasket over, hvor meget børn elsker at være ude – når bare de har et formål! Om det er at finde dyrespor, bygge hule, lave bål, løbe om kap eller finde smådyr, er ikke det væsentlige. Det vigtige er, at de får et tema, der fanger deres interesse, og at de kan se et formål og et mål med det, de skal.

Med denne lille aktivitetsguide håber jeg på at kunne give dig og dine børn ideer til hyggelige aktiviteter med mål og formål og inspirere jer til at komme ud i vintervejret.

Husk godt med tøj, gerne lag på lag, hue, vanter & varme støvler, for holder man varmen, er det fedt at være ude i vinterkulden! Når I kommer hjem igen, så tag gerne en kop varm kakao eller te, hyg jer med en god bog, eller find tæpperne frem og se en hyggelig film sammen.



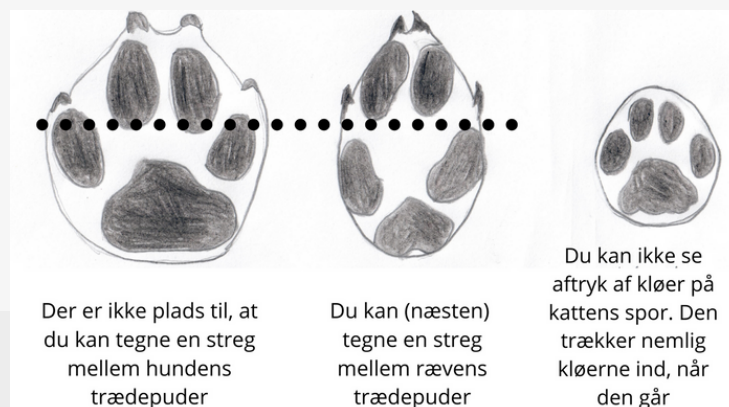
# VINTERAKTIVITET 1: FIND DYRESPOR

At gå på jagt efter dyrespor er en super hyggelig aktivitet! Det er en god vinteraktivitet, og ligger der sne, er det særlig nemt at finde spor: fodspor, ekskrementer, ædespor og bosteder.

Et af de spor, vi finder særlig tit, er hundespør, og her er det nemt for børnene at finde ud af, hvordan man ser forskel på, om det er en hund, kat eller ræv, der er gået forbi. Tag gerne tegningen herunder med på turen.

Fuglespor finder vi også tit, og så kan I gætte på, hvilken fugl det mon er? Er sporene store, små? Kunne det være en rovfugl, eller måske en solsort på jagt efter nedfaldsæbler i haven? Er det en fugl med svømmehud, måske en and?

I behøver ikke tage langt væk for at finde dyrespor, bare gå en tur i haven eller parken, så skal I nok finde spor! Tag gerne en kurv eller pose med, så kan I samle kogler, agern eller andre ting, I finder.



## EGERN ELLER MUS?

Finder I kogler, som er blevet gnavet af, kan I også se, hvem der har været på koglerov 😊

Her er det egernet og musen: Egernet er stærkt nok til at flå skællene af, så koglen bliver flosset, mens musen (til højre) må afgnave hvert skæl ganske omhyggeligt. Desuden tilspidser egernet koglen i bunden.

Der er også forskel på, hvor man finder koglerne. Mus sidder oftest i skjul og spiser, mens egern sidder ude i det åbne. Man finder langt flest egern-gnavede kogler.



Foto: Bjørli Lehrmann

# VINTERAKTIVITET 2: LAV FUGLEKOGLER



Om vinteren har vores standfugle stor glæde af fodertilskud – og samtidig kan I få chancen for at se fuglene helt tæt på.

Har I have, så overvej at sætte et foderbræt op, eller hæng et hus op i et træ. Undgå mejseboldene med net, for fuglene kan sidde fast i dem.

En hyggelig vinteraktivitet, er at I laver jeres egne små fuglekogler. Her skal I bruge fedt, f.eks. fra juleanden, eller I kan købe palmin i supermarkedet og en pose frø, gerne bare solsikkefrø, for dem fuglene holder meget af.

## FUGLEKOGLER:

Hvis I har grantræer i nærheden, så tag en kurv eller pose med på tur og saml kogler.

Sådan gør I:

Smelt fedtet i en gryde og bland fuglefrøene i. Stil blandingen til afkøling.

Tag en tallerken, fedtblanding, lidt snor og kogler med udenfor.

Lad barnet trykke en klump fedtblanding godt ind i koglen, evt. med poser på hænderne, hvis det er koldt.

Hæng fuglekoglerne op i træerne i haven eller et andet sted i nærheden, hvor I gerne må hænge dem op.

Hold øje med koglerne de næste dage. Er der spist af fedtblanding? Ser I nogen fugle?



# VINTERAKTIVITET 3: HJÆLP DYRENE OM VINTEREN



Selvom det allerede er vinter, er det en hyggelig og lærerig aktivitet, at I sammen prøver at hjælpe dyrene gennem vinteren.

I kan for eksempel:

- Bygge hule til pindsvinet af grene og blade (hvis nu et pindsvin skulle få ødelagt sin hule, og derfor mangler et nyt sted at overvintre)
- Bygge et krible-krable hotel af grene, kviste, blade m.m. som et lille rodehjørne, enten i haven eller et sted i naturen, hvor I tror, det får lov at blive liggende.
- Finde kogler, agern eller nødder til egenernets vinterforråd, som I kan lægge i en bunke.

Når I kommer hjem fra turen, kan I forme små pindsvin af trylledej – eller I kan bage rigtige pindsvineboller, som kan spises!

## PINDSVIN AF TRYLLEDEJ:

Pindsvin af trylledej:

Trylledej laves af: 2 dele mel + 1 del fint salt + en sjat olie + varmt vand, indtil dejen er sammenhængende uden at klæbe.

Dejen trilles nu til små kugler, som tilspidses i den ene ende. Sorte knappenåle, eller rosiner, sættes i som øjne. Piggene klippes med en saks. Start ved hovedet.

Pindsvinet kan nu bages ved højst 100 grader i en ovn, eller det kan blot sættes til tørring. Når det er tørt, kan pindsvinet males - sprit-tuscher er udmærkede - og lakeres på oversiden.

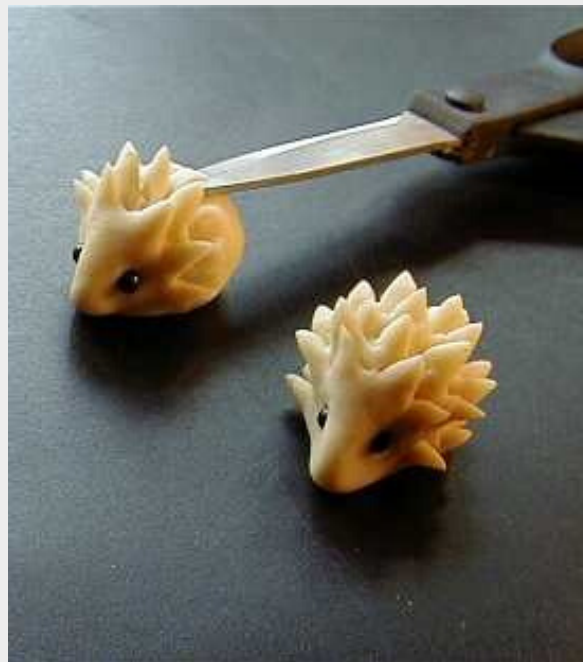


Foto: Bjørli Lehrmann



# VINTERAKTIVITET 4: MÆRK MØRKET



Om vinteren kan I opleve mørket sammen allerede fra sidst på eftermiddagen. Derfor er det en særlig god vinteraktivitet.

Når det er mørkt, får vi skærpet vores sanser: Lydene bliver tydeligere, lugte lægger vi mere mærke til, og vi er mere opmærksomme, når vi går.

Der er også dyr, som er nataktive, og som I har større chance for at se, når det er mørkt. Særligt ræven - den har jeg ofte mødt ved vores hønsegård i skumringstiden!

Vælg gerne en dag, hvor det er stjerneklart, det giver en særlig intens oplevelse. Tag en lommelygte med, og hvis dit barn føler sig utrygt, kan I tænde lygten.

## MØRKEHYGGE HJEMME:

I kan også skabe en særlig stemning ved at lege med mørket derhjemme:

- Læs bøger under dynen med en lygte
- Leg gemmeleg i et (næsten) helt mørkt rum, hvor der ikke er for mange ting, man kan falde over!
- Byg hule i stuen med tæpper over spisebordet, og giv børnene en lygte med ind i hulen.
- Leg "ræven efter musen", hvor en af jer (ræven) får bind for øjnene, og den anden (musen) får en lille klokke i hånden. Nu skal ræven lytte efter musen (klokken) og prøve at fange musen. I kan på forhånd danne en cirkel i rummet med puder og tæpper, som I skal blive inden for, så ikke I vælter noget eller falder over noget.



# VINTERAKTIVITET 5: SAMMEN I VILDMARKEN



Det behøver ikke være så avanceret som på billedet at skabe følelsen af at være på overlevelsestur – ikke når man er et mindre barn, i hvert fald.

Se for eksempel et afsnit af "Alene i Vildmarken" sammen. Tal om, hvad I skulle bruge, hvis I skulle overleve i vildmarken. Hvilke ti ting ville I tage med?

Turen behøver ikke være lang. Selvfølgelig er det fedt at prøve at sove under åben himmel i naturen, tænde bål om aftenen osv. Men det kan altså også bare være en tur på 2-3 timer!


## SAMMEN I VILDMARKEN:

Det handler om at skabe en særlig stemning omkring turen:

- Pak rygsække med mad og drikke.
- Find et godt sted at tage hen. Måske er der skov i nærheden? Måske kan man tage toget ind midt i skoven (som jeg har gjort med mine børn til Hareskoven station). Eller bare ud i haven, hvis I kan bygge hule eller lave et bål der?
- Tag gerne lidt brænde, tændblokke og tændstikker med til et lille bål, hvis vejret er til det.
- Saml grene og byg en hule – den behøver hverken være stor eller perfekt, det er intentionen og samværet, der er det vigtige.







---

Jeg håber, at I med mine aktivitetsforslag får nogle super hyggelige oplevelser med jeres børn. Men jeg ved også, at det kan være svært i en travl hverdag at finde tid og overskud til at komme ud sammen. Det kan hjælpe, hvis børnene er motiverede og virkelig gerne vil ud.

For et års tid siden gik jeg i gang med at udvikle Naturkurven, fordi jeg kan se, det motiverer børnene, at de får kurven, kan kigge i bøgerne, prøve luppen, vælge de spil, de gerne vil spille, og få viden om et tema, når de har lyst til det. Naturkurven giver mulighed for at fordybe sig i et naturtema sammen og vælge de aktiviteter, I har lyst til, når I har lyst til det.

## Vil du vide mere?

Hvis du gerne vil have flere ideer til aktiviteter i naturen, som passer til årstiden, så følg Naturkurven på Facebook eller Instagram.

På min hjemmeside [www.naturkurven.dk](http://www.naturkurven.dk) kan du læse om Naturkurven - temakurve til børnefamilier. Hver kurv har et tema, der passer til årstiden. Indtil videre har jeg udviklet tre kurve:

- Vinter: Vilde Dyrespor
- Sommer: Edderspændende Edderkopper
- Efterår: Skægge Svampe

Foråret er på vej, og det samme er forårskurven ☺ ... Temaet er fugle.

En kurv indeholder alt, hvad du skal bruge til superfede oplevelser med dine børn – både i naturen og hjemme: Aktivitetskort, natureventyr, faktabog, spil, quiz og materialer til kreative aktiviteter.

Naturkurvene kan købes her:  
<https://www.naturkurven.dk/naturkurven-1>



---

**"Hvis vi mister jordforbindelsen,  
mister vi os selv"**



**WWW.NATURKURVEN.DK**

Ved Anne Merete Rask  
Cand. hort., ph.d. & efteruddannet naturvejleder  
Stifter af virksomheden Naturkurven i 2019