



Familie og friluft

**Hvor:**

Lokalområdets grønne arealer

**Hvornår:**

Weekenddag
(Formiddag - 3 timer)

**Hvor ofte:**

Månedligt

**Kort fortalt:**

Månedlige aktiviteter for børnefamilier, hvor man hygger sig udendørs og laver aktiviteter, der passer til årstiden.

**Målgruppe:**

Børnefamilier med børn fra 4-8 år

**Deltagerpris:**

0-50 kr. pr. familie pr. gang.

**Deltagere:**

Minimum 3-4 familier

**Hvad skal du bruge:**

- Aktivitetsbestemte materialer

**Ansvarlige:**

2 frivillige

**Potentielle samarbejder:**

- Lokale aktører, fx butikker, friluftsinitiativer

**Forudsætninger:**

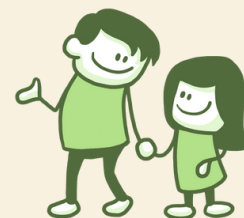
Alle i familien har et medlemskab (samlet eller hver for sig) hos den DUI-afdeling, der udbyder aktiviteten. Dette giver adgang til at kunne tilmelde sig pr. gang gennem Vores DUI.

Formål:

Formålet med aktiviteterne er at få børnefamilier ud og opleve naturen i lokalområderne. Konceptet handler om at lære naturen at kende og komme ud og røre sig. Derudover bringer det familien tættere sammen at lave noget fælles og man kan også danne fællesskaber med andre familier gennem aktiviteterne.

DUI-Program:

Hånd i Hånd: I aktiviteterne lægges der vægt på nærvær og sammenhold. Målet er at skabe kvalitetstid og styrke båndene mellem generationer og familier.



Kerneelementer:

Fællesskab: Aktiviteterne handler om at skabe samvær og kvalitetstid med sin egen og andre familier i de grønne lokalområder. Det vil samtidigt foregå på et niveau alle kan være med på.

Medborgerskab: Friluft aktiviteterne har nogle overordnede rammer, men familierne bestemmer selv, hvordan de vil udføre aktiviteterne. Derudover handler aktiviteterne om samarbejde og inklusion.

Leg: Det handler om at have det sjovt og hyggeligt til aktiviteterne. Alle aktiviteterne har fokus på elementer som kreativitet, færdigheder eller konkurrence, hvor alle kan være med.

Eksempel på aktiviteter (årshjul):

Januar: Lav snemænd - Byg snemænd af naturmaterialer (og sne, hvis det sneer).

Februar: Fastelavn - Find grene og lav fastelavnsris. Mal fastelavnstønde og slå katten af tønden.

Marts: Udforsk søen - Lav en vandkikkert og udforsk søens dyr og planter.

Marts/april: Påske - Mal og tril påskeæg og tag på æggejagt.

April: Lav en billederamme - Skab en billederamme af naturens materialer.

Maj: Leg i naturen - Spil banko og huskeleg i naturen.

Juni: Sankt Hans - Lav bålhygge og snobrød.

Juli: Dekorér muslinger - Saml muslinger på stranden og dekorér dem.

August: Flyv med drage - Byg en drage og flyv med den.

September: Ud på søen - Tag på kanotur sammen.

Oktober: Halloween - Skær græskar og spis græskarsuppe.

November: Vær kreativ med skovens elementer - Saml materialer i skovbunden og lav collager og kastanjedyr.

December: Juledekorationer - Lav jeres egne juledekorationer med ting fra skoven.

Januar

Eksempel på aktivitet: Lav snemænd

- *Gør inden: køb/skaf maling, pensler, pap/karton, sakse, lim, (stof), diverse kreamaterialer.*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 10 på den aftalte lokation - det kan være et grønt område tæt ved et lokale/hytte/skole.
- Herefter går alle en tur i det grønne område og samler små kviste og sten i forskellige størrelser (30-45 min.).
- Turen afsluttes i et lokale, hvor der bygges snemænd - Mal stenene hvide og lim dem enten ovenpå hinanden eller lim dem ovenpå en karton/pap baggrund. Mal dem som snemænd med øjne og knapper og lav halstørklæder, hatte, arme og næse ud af forskellige materialer (60 min.).
 - Hvis det sner kan der også bygges ægte snemænd.
- Afhold en lille fernisering, hvor I præsenterer snemændene for hinanden (dekorationerne tager familierne med hjem).
- Aktiviteten afsluttes kl. 13.

Februar

Eksempel på aktivitet: Fastelavn

- *Gør inden: køb/skaf tønde, bat, maling, pensler, pap(rør), sakse, lim, slik til fastelavnsris og tønde, kroner.*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 10 på den aftalte lokation - det kan være et grønt område tæt ved et lokale/hytte/skole. Man kan komme udklædt, hvis man vil.
- Herefter går alle en lille tur i det grønne område og samler friske grene (30 min.)
- Turen afsluttes i et lokale, hvor grenene pyntes som fastelavnsris med f.eks. sorte katte og små masker klippet ud af pap, eller små ringe af paprør, malet i festlige farver. Der hænges slik på fastelavnsrisene og børnene kan tage dem med hjem (60 min.).
- I lokalet er der en tønde børnene kan male sammen.
- Tønden hænges op (indendørs eller udendørs) og der slås katten af tønden, hvor der kåres en kattekonge og kattedronning.
- Aktiviteten afsluttes kl. 13.

Marts

Eksempel på aktivitet: Udforsk søen

- *Gør inden: køb/skaf elastikker, fryseposer, tæpperør el.lign. (skal skæres i stykker af 25-30 cm), sandpapir.*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 10 på den aftalte lokation - det kan være en sø eller et vandløb i lokalområdet.
- Start med at samle en vandkikkert pr. familie - tag et rør og klip et stykke gennemsigtigt plastik, der er lidt større end hullet i røret. Sæt plastikken fast for enden af røret med en elastik og puds den anden ende af røret med sandpapir.
- Brug herefter vandkikkerterne i søen/vandløbet og se hvor mange forskellige vanddyr og planter I kan finde.
- Aktiviteten afsluttes kl. 13.

Marts/April

- kan laves som ekstra aktivitet eller i stedet for en af de andre

Eksempel på aktivitet: Påske

- *Gør inden: køb/skaf æg (og kog dem), maling, tuscher, pensler, chokolade påskeæg, (Gave - f.eks. påskeæg).*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 10 på den aftalte lokation - det kan være en hytte/skole/andet lokale.
- Her starter familierne med at male påskeæg på hårdkogte æg (30-45 min.).
- Gå derefter udenfor og find en lille bakke eller lav en selv og afhold en æggetrilmingskonkurrence. Alle triller deres æg på tur, og vinderen er den, hvis æg, der har færrest skræmmer til sidst (man kan evt. vinde et påskeæg). Aftal et antal runder eller en tidsperiode, konkurrencen foregår over.
- Derefter kan alle børnene gå på æggejagt efter gemte chokoladeæg i området.
- Aktiviteten afsluttes kl. 13.

April

Eksempel på aktivitet: Lav en billederamme

- *Gør inden: køb/skaf lim, snor/garn.*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 10 på den aftalte lokation - det kan være et grønt område med blomster og træer.
- Herefter går alle en tur i det grønne område og samler grene. Grenene bindes/limes sammen til en ramme og der vikles efterfølgende garn/snor frem og tilbage, som et væv, for at lave et lille net inde i rammen (30-45 min.).
- Gå videre rundt og find ting i naturen I kan sætte ind i nettet. Det kan være I kan finde en masse blomster og blade (60 min.).
- Afhold en lille fernisering, hvor I præsenterer naturrammerne for hinanden (dekorationerne tager familierne med hjem).
- Aktiviteten afsluttes kl. 13.

Maj

Eksempel på aktivitet: Leg i naturen

- *Gør inden: print bankoplader, køb/skaf dobbeltklæbende tape, trafikkegler/skåle.*
- *Bankoplader: <https://www.dropbox.com/scl/fi/6mazpo9g886d44x6n74lj/Naturbanko-i-farver-Plade.pdf?rlkey=1ixkbyzty7f2rqa8qgauu623x&e=1&dl=0>*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 10 på den aftalte lokation - det kan være en skov i lokalområdet.
- Hver familie får en bankoplade med 8 farvenuancer på og dobbeltklæbende tape, som de placerer i en fælles base.
- Familierne går ud og finder naturgenstande, der matcher farvenuancerne på deres papir - de skal forsøge at finde så mange naturgenstande som muligt til hver farve. Legen afsluttes når én familie har fundet noget til alle felter (banko) eller når alle har udfyldt deres papirer (60 min.).
- Herefter laves der en huskeleg - Alle familier går ud og finder 2-3 ting (2 af hver) i naturen - f.eks. sten, blade, svampe. Alle samles og de frivillige gemmer tingene under kegler/skåle, der sættes som en plade man kan gå rundt om. Familierne spiller i hold mod de andre familier. De får lov til at løfte to ting ad gangen på skift, og spillet slutter når alle ting er fundet. Holdet der har fundet flest par vinder (60 min.).
- Aktiviteten afsluttes kl. 13.

Juni

Eksempel på aktivitet: Sankt Hans

- *Gør inden: snobrød dej forberedes, køb/skaf bålting - tørt træ/brænde, kviste/spåner, avispapir, ild/tændstikker, (bålfad), tæpper, drikkevarer, snitteknive/kartoffelskrællere.*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 13 på den aftalte lokation - det kan være et sted med en bålplads eller et sted, hvor der kan sættes et bålfad op.
- Der tændes et bål af de frivillige/familierne.
- Find og snit pinde til at kunne lave snobrød - sørg for at de voksne hovedsageligt står for dette. Sæt dejen på pindene og bag dem over ilden.
- Spis snobrødet og drik varme/kolde drikkevarer imens I hygger jer rundt om bålet med at synge sange og fortælle historier om Sankt Hans.
- Aktiviteten afsluttes kl. 16

Juli

Eksempel på aktivitet: Dekorér muslinger

- *Gør inden: køb/skaf - maling, lim, diverse kreamaterialer (glimmer, mini stjerner, øjne).*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 10 på den aftalte lokation - det kan være en strand i lokalområdet, hvor der er bord-/bænkesæt tilgængeligt i nærheden.
- Gå en tur på stranden, hvor I indsamler muslingeskaller og evt. sten (Opfordr familierne til at have poser med til indsamlingen) (45 min.).
- Find nogle bord-/bænkesæt, hvor familierne kan sidde sammen og dekorere deres fund.
- Afhold en lille fernisering, hvor I præsenterer dekorationerne for hinanden (dekorationerne tager familierne med hjem).
- Hvis der er tid tilbage kan der opfordres til fri leg på stranden.
- Aktiviteten afsluttes kl. 13.

August

Eksempel på aktivitet: Flyv med drage

- *Gør inden: køb/skaf materialer til dragen - plastikfolie, plastikslange, ramin-rundstokke, tape, flyveline. Print og medbring dragemanual.*
- *Dragemanual: <https://legedatabasen.dk/storage/ZZ1WFIYrWWrTnUGoFrI88wQvN3ZR6QByZOIYNIX.pdf>*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 10 på den aftalte lokation - det kan være en strand i lokalområdet.
- De frivillige instruerer familierne i, hvordan man bygger en drage og uddeler manualer.
- Hver familie bygger en drage sammen (45-60 min.):
 - Saml stellet med tape og plastikslange.
 - Skær og dekorér sejlet.
 - Montér stel og sejl, og tilføj flyveline.
- De frivillige instruerer deltagerne i, hvordan man flyver med dragerne.
- Der afholdes en flyve konkurrence eller en fælles flyvesession.
- I den resterende tid kan familierne hygge sig sammen og flyve med dragerne frit.
- Aktiviteten afsluttes kl. 13.

September

Eksempel på aktivitet: Ud på søen

- *Gør inden: Lej/skaf kanoer, sikkerhedsveste.*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 10 på den aftalte lokation - det kan være ved en sø, der er god at sejle kano på, eller et sted, hvor man kan følges hen til søen sammen.
- De frivillige instruerer i, hvordan man sejler i kano, gennemgår sikkerhedsprocedure og sørger for, at alle har sikkerhedsveste på.
- Sejl i fælleskab en tur på søen i en aftalt rute.
- Obs. det kan være en god ide at have vandtætte poser med til ens ting, og have telefonnumre på hinanden, hvis man bliver væk fra de andre.
- Aktiviteten afsluttes kl. 13.

Oktober

Eksempel på aktivitet: Halloween

- *Gør inden: køb/skaf - tændstikker/lighter, fyrfadslys/LED-lys, skæreværktøj, græskar, afdækning (aviser/plastik/duge), affaldssække/poser, skeer, tuscher, ingredienser/tilbehør til græskarsuppe.*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 11 på den aftalte lokation - det kan være en skov eller et grønt område, tæt ved en hytte/skole/lokale.
- Alle går samlet en lille tur, hvor man kan finde sjove ting at dekorere sit græskar med (30 min.).
- Gåturen ender i et lokale, hvor familierne kan sidde sammen og skære græskar.
- Indholdet fra græskarene samles, og de frivillige laver græskarsuppe, mens familierne fortsat skærer.
- Der afholdes en lille fernisering, hvor I præsenterer græskarene for hinanden (græskarene tages med hjem eller bliver på stedet).
- Der spises græskarsuppe til frokost, lavet ud af indholdet fra græskarene.
- Aktiviteten afsluttes kl. 14.

November

Eksempel på aktivitet: Vær kreativ med skovens elementer

- *Gør inden: køb/skaf - tændstikker, sakse, papir/karton, tuscher, lim, (evt. forplejning - f.eks. kakao, kaffe, småkager).*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 10 på den aftalte lokation - det kan være en skov i lokalområdet, ikke langt fra en hytte/skole/lokale.
- Gå en tur, hvor I indsamler grankogler, blade, kastanjer mm. (Opfordr familierne til at have poser med til indsamlingen) (45 min.).
- Gåturen ender i et lokale, hvor familierne kan sidde sammen og lave collager og kastanjedyr med de indsamlede ting.
- I kan skabe efterårsstemning, ved at servere varm kakao/kaffe og småkager.
- Afhold en lille fernisering, hvor I præsenterer collager og kastanjedyr for hinanden (dekorationer tager familierne med hjem).
- Aktiviteten afsluttes kl. 13.

December

Eksempel på aktivitet: Juledekorationer

- *Gør inden: køb/skaf - ler, lys, paptallerkener, afdækning (aviser/plastik/duge), forplejning (f.eks. æbleskiver, kakao, gløgg).*
- Familierne og de frivillige mødes kl. 10 på den aftalte lokation - det kan være en skov eller et grønt område i lokalområdet, ikke langt fra en hytte/skole/lokale.
- Gå en tur, hvor I indsamler gran, grene, grankogler, blade, moss mm. (Opfordr familierne til at have poser med til indsamlingen) (45 min.).
- Gåturen ender i et lokale, hvor familierne kan sidde sammen og lave juledekorationer.
- Skab julestemning, ved at sætte julemusik på mens juledekorationerne fremstilles.
- Afhold en lille fernisering, hvor I præsenterer juledekorationerne for hinanden (dekorationer tager familierne med hjem).
- Efterfølgende spises der æbleskiver og drikkes varm kakao/gløgg sammen.
- Aktiviteten afsluttes kl. 13.