

Sov-ude-kassen

Målgruppe: Børnefamilie.

Årstid: Man kan sove i telt i skoven hele året.

Hermed modtager I alt hvad I skal bruge, for at have en hyggelig overnatning i telt i skoven. I skal blot have personligt udstyr med (se forslag til pakkeliste).

I aktivitetskassen er der et telt samt diverse andet udstyr, og der er også forslag til forskellige aktiviteter. Der behøver ikke være planlagte aktiviteter hele tiden, men det er godt at have noget i baghånden, og I kommer måske ikke til at bruge alt det vi har vedlagt. De fleste børn synes det er vildt spændende "bare" at sætte telt op, tænde bål og lave mad over bål, så husk at give børnene god tid til at lege i skoven og ved bålet.

I kan vælge mellem tre telte:

Kitkat-teltet	Det traditionelle spejdertelt. Let at slå op, god plads og fin ståhøjde. Meget robust. Perfekt om sommeren. Vi anbefaler max 6 personer i teltet.	
Lavvu	Minder om en tipi med fin ståhøjde. Man bruger lidt mere tid på at slå det op, men der er god plads i den til en familie. Perfekt når det ikke er meget koldt (med mindre man har gode soveposer). Vi anbefaler max 6 personer i en lavvu.	
Fjeldtelt	Fjeldtelte er ikke til at stå op i, men til gengæld er der ikke så meget luft der skal varmes op = det er rigtig godt at holde varmen i om vinteren. Vi har 3- og 4-personers fjeldtelte, som er ret lette at slå op.	

Der er ét telt med per aktivitetskasse. Er I to familier anbefaler vi to aktivitetskasser.

Har I behov for hjælp til at sætte teltet op, så skriv dette når I booker.

Corona: Vi anbefaler at der kun er medlemmer af samme familie i hvert telt. Overhold i øvrigt altid myndighedernes krav og anbefalinger.

Program/aktiviteter

Vi foreslår dette program (tiderne er meget fleksible – følg børnenes tempo):

17.00	Sæt UV-lommelygterne til opladning, så de er klar når/hvis I skal bruge dem. Start med at tænde et bål, så I er klar til at lave mad. Pludselig er børnene sultne, og så skal der helst være godt gang i bålet. Hav evt. lidt mad med som de kan spise, hvis den varme mad er forsinket. Lav aftensmad - slå teltet op mens suppen koger (det er smart at gøre dette inden det bliver mørkt – det aktiverer børnene, både når I sætter det op, og når de kan være inde i det)
18.30	Spis – og snak med børnene om naturen
19.00	<i>Forslag til aktivitet:</i> Er det lyst/sommer: Lav Skovbingo Er det mørkt/vinter: Lav Mørke-aktivitet
20.00	Så er det tid til hygge, hvis børnene stadig er vågne: Varm kakao og skumfiduser over bål
07.00	I bestemmer selvfølgelig selv hvornår I står op ☺ men forvent at mange børn vågner tidligt efter første nat i telt – ofte når det bliver lyst.
	Er det den kolde årstid, anbefaler vi at I laver et bål om morgenen, så alle får varmen. Rist brød på bålet, lav en gryde med grød og/eller lav en omelet (brug de små pander)
09.00	Husk inden I forlader lejrpladsen: At vaske paletknive, krus, gryde m.v. At samle alt indholdet i aktivitetskassen At efterlade aktivitetskassen i hytten (er der noget der stadig er fugtigt, så lad låget stå åbent) At tage alt affald med jer, så der ikke går mus eller andet spændende i det

Rigtig god fornøjelse

Aktivitetskassen indeholder

Aktivitetskasse indeholder udstyr til en familie med op til 6 deltagere (er det vinter/koldt og I ligger i Fjeldtelt, er der max plads til fire per telt/aktivitetskasse). Bliver I flere, anbefaler vi, at I booker to kasser.

Aktivitetskassen indeholder:

- 1 lille sav (foldesav)
- 1 økse
- 1 bålgrøde
- 1 3-ben til at hænge gryden i (ligger i hytten)
- 1 bålrist (ligger i hytten)
- Grydeske, øse
- Optændingsmateriale
- 3 snitteknive
- Førstehjælpstaske
- Et telt
- Beskrivelse af aktiviteten "Pandekager"
 - 8 langskafte pander (ligger i hytten)
 - 1 sæt bålhandsker
 - 1 paletknive i stål
- Beskrivelse af aktiviteten "Skovbingo"
 - 4 sæt laminerede skovbingo spilleplader (små – en til hvert barn)
 - 1 stor lamineret skovbingo spilleplade
- Beskrivelse af aktiviteten "Mørke-aktivitet"
 - 6 UV-lommelygter
 - Pose med 10 UV-skatte

Huskeliste

Vi anbefaler, at I medbringer dette:

- 1) Tændstikker
- 2) Optændingsblokke
- 3) Kande til saft
- 4) Køkkenrulle
- 5) Affaldssække (efterlad ikke affald i eller ved hytten – der går mus i det)
- 6) Færdiglavet pandekagedej med hjemmefra i en dunk/flaske
- 7) Små skåle og skeer til sukker, kanelsukker m.v.
- 8) Evt. en bog til godnat-læsning

Indkøbsliste

Til 5 personer anbefaler vi:

- Til pandekager (lav evt. dejen hjemmefra)
 - 100 g mel
 - 3 æg
 - 3 dl mælk
 - 1 knivspids salt
 - Flydende fedtstof
 - 100 g. sukker
 - Evt. honning, krymmel, kanel og/eller syltetøj
 - 6 papir-engangstallerkener eller kaffefiltre til pandekager (kan brændes på bålet efterfølgende)
- Til skovsuppe
 - Olie eller smør
 - Løg
 - Kartoffler
 - Andre grønsager du kan lide, f.eks. gulerødder, pastinak, selleri eller andet
 - Krydderurter du finder i skoven*
 - Suppeterninger
 - Salt og peber
 - Vand
 - ... og man kan jo supplere med en bøf og/eller nogle pølser
 - Godt brød
- Til morgenmad
 - Havregryn eller andet til grød (er godt om morgenen hvis der lidt koldt)
 - Brød (kan ristes på bålet), Smør, Juice/mælk, syltetøj
 - ... eller hvad I nu vil spise til morgenmad
 - Vil I lave omelet på panderne, så husk: 5 æg, ½ liter mælk – og evt. lidt fyld til omeletten
- 2 liter færdig saft
- Skumfiduser
- Evt. 2 liter kakao som kan opvarmes, hvis det er koldt
- Evt. boller eller kage
- Evt. kaffe/te
- Evt. UV-ansigtsmaling, hvis I vil bruge dette til Mørke-aktiviteten

Personlig pakkeliste

Vi foreslår, at hver person medbringer:

- Sovepose og evt. lagenpose (en lagenpose gør soveposen varmere, og giver bedre hygiejne)
- Liggeunderlag
- Evt. sovedyr og hovedpude
- Varm bluse (hellere én for meget, end en for lidt - det giver en dårlig oplevelse at fryse)
- Tæppe eller siddeunderlag
- Skiftetøj (hvis det bliver vådt)
- Regnjakke
- Gummistøvler eller vandtætte sko/støvler, afhænger af årstid, men græsset er tit fugtigt om morgenen
- Hue/kasket
- Toiletgrej
- Spisegrej (kniv, gaffel, ske, to tallerkener, viskestykke)
- Drikkedunk
- Håndklæde
- Lommelygte – husk friske batterier, de kan blive brugt meget 😊
- **Vinter endvidere:** langt undertøj, to par handsker, tørklæde, var hue, varme sokker, varme støvler, tæppe, lagenpose, et godt liggeunderlag

Aktivitetsbeskrivelser

Bålet

Det er en god idé at tænde bålet som det første, så I er klar til at lave mad. Brug kun tørt træ, som børnene fint kan finde i skovbunden, og som de kan samle ved siden af bålpladsen, indtil det skal bruges.

I kan fint supplere med brænde fra brændeskuret, men børnene får meget ud af selv at finde tørre pinde i skovbunden.

Tre gode regler ved bålet er:

- 1) Alle må lægge brænde på bålet
- 2) Man må gerne stikke pinde ind i ilden, men ikke når der laves mad
- 3) Pinde med ild i skal blive inden for bålpladsen (gå ikke rundt uden for bålpladsen med ild/gløder)

OBS Hav altid en spand med vand tæt ved bålet.

Aftensmad

I bestemmer selvfølgelig selv, hvad I vil have til aftensmad. Vi har pakket en bålgyde og en bålrist i kassen som I kan benytte – samt 5 langskafte stegepander (der passer til en lille pandekage eller en lille omelet).

Et forslag til en nem aftensmad over bål kunne være:

- 1) Skovsuppe med groft brød
- 2) Pandekager

Opskrifterne finder I herunder. Vil I lave andre ting på bålet, kan I se andre ideer på www.spejdernes.dk/arrangementer.html og der er endnu flere spændende bål-opskrifter på www.skoven-i-skolen.dk.

Skovsuppe

Skovsuppe kan laves på mange forskellige måder. Meningen med den er, at den skal smage godt og give varmen. Her er en grundopskrift - men I er velkomne til at lave den om. I kan krydre jeres suppe med spiselige urter I finder i skoven, som f.eks. skovsyre, skvalderkål, ramsløg o.a. Husk bare, at I skal være sikre på, at de kan spises.

- Lav et godt glødebål
- Hak løgene fint og skræl kartoflerne og de andre grønsager og skær dem i små stykker.
- Sæt gryden på bålet – der er en trefod at hænge den i, i hytten
- Hæld lidt olie eller en klat smør i gryden.
- Hæld løgene ned og steg til de er klare.
- Hæld grønsagerne ned, og steg dem kort med løg og olie.
- Hæld krydderurter til, hvis I har fundet nogle.
- Hæld vand på - så det passer med hvor mange I er.
- Lad suppen koge 20 minutter, mens I rejser teltet
- Smag suppen til med suppeterninger og salt og peber.
- Mos evt. nogle af grønsagerne, så suppen bliver jævnet.

Spis eller drik suppen af skåle - og nyd varmen. Kan suppleres med godt brød og evt. en bøf eller nogle grillpølser.

Opskriften er fra <https://www.skoven-i-skolen.dk/content/skovsuppe>

Pandekager til dessert

Pandekagedejen piskes sammen i en skål og hældes i kanden (lav evt. dejen hjemmefra og tag den med i en dunk).

Der skal helst være gløder, når panden kommer over bålet (mange børn tror det er bedst at have panderne over flammerne, men gløderne er perfekte og giver en god jævn varme).

Hæld lidt flydende fedtstof på den varme pande og derefter pandekagedej.

Børn kan fint selv holde panden, mens pandekagen bages. Afhængig af hvor varmt bålet er, kan det gå meget hurtigt!

Lad børnene vælge sukker, kanelukker, honning, syltetøj, krymmel eller hvad I nu vælger de skal have på deres pandekager.



Morgenmad

Omelet til morgenmad

Hver person får et æg, to spiseskefulde mælk og lidt salt, som de pisker sammen i en kop.

Smelt fedtstof på panden og hæld æggemassen på.

Fordel det evt. fyld på omeletten og steg den over gløderne på bålet.

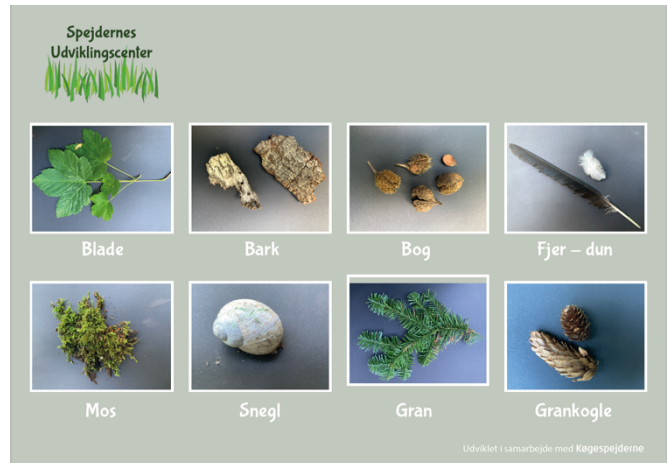
Sommer/lyst: Skovbingo

Læg en stor lamineret Skovbingo-spilleplade på jorden. I skal nu ud i skoven og finde tingene fra spillepladen, og komme tilbage med dem og lægge dem på det rigtige felt.

Hvert **barn** tager en lille udgave af spillepladen med rundt i skoven, så de kan huske hvad de skal finde.

OBS Vær opmærksom på, at der er to sæt Skovbingo i Aktivitetskassen, så I kan gennemføre aktiviteten to gange hvis I ønsker det.

Eksempel på skovbingo-spilleplade til sommer/sensommer:



Vinter/mørkt: Mørkeaktivitet (UV-lygter)

Forberedelse

Fordel de 10 UV-skatte rund i området, uden børnene ser det.

Gennemførelse

Sid ved bålet, og læg ansigtsmaling m.v. hvis I har valgt at købe dette.

Giv hver deltager en UV-lommelygte og gå ud i mørket og se hinanden. Gå på skattejagt efter de 10 skatte som I har fordelt i området.

Gå sammen rundt i skoven for at se, hvad der ellers lyser op.

OBS Mange plast- og papirting lyser op, men der er også svampe m.v. i naturen der lyder op.

Emne	Overnat i skoven
Aldersgruppe	Børnefamilie
Antal	Op til 6 (dog 4 vinter) per kasse
Tid	17.00 – 09.00
Version	1.0