


# Naturfamilievenner

PROGRAM 2019



Tænker du, at det kunne være skønt at få familien lidt væk fra 'firkantede øjne og blåt lys' en hel dag?

Er det lettere, hvis I er sammen med andre – og hvor der også er erfarne udelivsfamilier med?

Drømmer I om at komme mere ud i naturen sammen, som familie?

Lyder det genkendeligt og tillokkende? Kig mere på de fire forrygende lørdage i sommerhalvåret, som Naturfamilievenner arrangerer sammen med nogle af Gribskovs mest engagerede friluftsforeninger.

Arrangementerne er for alle børn i Gribskov og deres forældre, søskende og bedsteforældre, der har lyst til at komme mere ud i vores dejlige natur.

## Sove Ude



Familievenner  
Gribskov

Man sover simpelt hen så godt i det fri. Prøv selv natten mellem 25.-26. maj, hvor Holbo Spejderne inviterer til "Sov ude-døgn". Her vil der også vil være en masse aktiviteter, f.eks. træklatrning/klatrebane, byg en bivouak og overnat i den, tænd et bål uden tændstikker, begynderkursus i orienteringsløb og foredrag med Mette fra "Alene i vildmarken".

**Hvornår:** Lørdag 25. maj kl. 14.00 til søndag 26. maj kl. 11.00.

**Hvor:** Holbospejdernes eget område ved Bymosehegn i Helsingør.

**Pris:** Voksne 100 kr., børn under 12 år 50 kr., familier med tilknytning til Familievenner. Gribskov deltager gratis (kontakt Pernille).

**Tilmelding:** <http://holbospejderne.dk/sov-ude-2019>

Medbring lommelygte, sovepose, liggeunderlag, telt og praktisk tøj. Hvis I mangler telt eller liggeunderlag, så kontakt Familievennerne, for så kan vi låne ud eller I kan låne en hængekøje eller materialer til bivouak af spejderne.

*Turen afholdes i samarbejde med Holbo Spejderne, Grejbank og Familievenner Gribskov.*

## Mini pilgrimsvandring



Vi bor i den smukkeste natur i Gribskov og I har nu mulighed for at gå en del af Esrum-Tisvildevejen sammen med Familievennerne og nogle af Esrum-Tisvildevejens dygtige naturguider. Turen bliver på ca. 10 km og bagefter kan I glæde jer over, at der stadigvæk er ca. 74 km. til andre ture på den prægtige rute gennem Gribskov. Vi hjælper på vej med alt de praktiske, forplejning osv. og lidt lækkert til børnene, når vi kommer frem til målet, Esrum Kloster. Der er fælles hjemkørsel til Mårum i bus ca. 30 min efter ankomst til Esrum (begrænset antal pladser).

**Hvornår:** Lørdag 15. juni kl. 11.00 til ca. kl. 16.00.

**Hvor:** Mårum Præstegårds gårdsplads (Skovvej 13, 3230 Græsted).

**Pris:** Det er gratis at deltage.

**Tilmelding:** [koordinator@familievenner-gribskov.dk](mailto:koordinator@familievenner-gribskov.dk) eller sms 5354 4248 senest 11. juni med angivelse af navn, alder og tlf. nr.

Medbring turtaske, påklædning efter vejret, sko, der er gode at gå langt i (vandrestøvler eller gummisko) og evt. ekstra vand mm. I kan læse mere om Esrum-Tisvildevejen på <https://tisvildevejen.dk>

*Støttet økonomisk af Græsted Rotary Klub og Røde Kors i samarbejde med Esrum-Tisvildevejen.*

## Strandtur med gode råd og is



August er bare sol og strand og is og hvorfor ikke bruge den sidste lørdag i skoleferien på en herlig dag, hvor I får lidt anderledes oplevelser end I plejer, når I tager på stranden? Har I prøvet at svømme i havet? Ved du hvordan du hjælper din ven eller familie, som kommer i problemer i havet? Tør jeres familie stille op i disciplinen "Krabbestafet"? Ved du hvordan du får en hvepsebrød ud eller hjælper en forstuvet fod eller én med solstik? Dagen bliver fuld af sjov, leg, svømning, masser af mulighed for at føle sig sikker i vandet, på stranden og i naturen og ikke mindst en skøn is til ungerne! Tag familien, parasollen og madkurven med til årets bedste stranddag.

**Hvornår:** Lørdag 10. august kl. 11.00 til ca. kl. 15.00 (og måske længere).

**Hvor:** Stranden i Tisvildeleje (vi mødes ved molen v stejlepladsen på højre hånd inden p-pladsen).

**Pris:** Det er gratis, men man skal registrere sig ved ankomst for at kunne deltage, herunder få is (hvis man er barn). Max deltagerantal er 100, først til mølle.

*Dagen afholdes i samarbejde med Livredningstjenesten og Røde Kors Græsted Gilleleje.*

## Efterårssheltur med bålmad ved Esrum sø



Kom med til Esrum Sø sammen med kyndige naturvejledere og spejdere, der vil lære os at bygge shelter, lave et godt bål, fouragere i naturen (vi sørger for at der er mad og drikke til alle), så alle bliver mætte af dejlig bålmad. Du kan prøve at fiske, lære at strikke en lun halsedisse eller sidde om bålet til gode historier. Vi mødes ved Esrum Kloster og går resten af vejen.

**Hvornår:** Lørdag 5. oktober fra kl. 11.00 til kl. 16.00.

**Hvor:** P-pladsen ved Esrum Kloster.

**Pris:** 50 kr. for voksne, 25 kr. for børn. Familier med tilknytning til Familievenner Gribskov deltager gratis.

**Tilmelding:** Skal ske senest den 30. september til [koordinator@familievenner-gribskov.dk](mailto:koordinator@familievenner-gribskov.dk) eller sms 5354 4248 med angivelse af navn, alder og tlf. nr.


*Turen afholdes i samarbejde med Holbo Spejderne, Grejbank, Kilden Esrum Kloster og Danmarks Naturfredningsforening Gribskov.*

# 'Naturen er win-win-win for børn'

- Børn, der leger i naturen bliver stærkere, smidigere og mere udholdende.
- At være og lege i naturen giver sunderne børn.
- Naturen styrker børns psykosociale trivsel, opmærksomhed, selvstændighed og fantasi.
- Det, som voksne kalder 'farlig leg' giver børn positive følelser som glæde, spænding, gys, stolthed og tro på sig selv samt styrker børns evne til at vurdere og mestre en risiko.
- Grønne områder reducerer stress hos børn.


Frit efter bogen: 'Ud i naturen, ind i fællesskabet', Akademisk Forlag 2019


## Tak for støtte økonomisk hjælp fra

Græsted Rotary Klub 

Røde Kors Græsted Gilleleje  RØDE  
KORS

## Tak for praktisk hjælp og samarbejde omkring arrangementerne

Livredningstjenesten 


Holbo Spejderne 


DN Gribskov   
Danmarks  
Naturfredningsforening

Bibliotekerne i Gribskov 

Kilden 

Grejbank 

Esrum Tisvildevejen 

Røde Kors Græsted Gilleleje  RØDE  
KORS

Familievenner  
Gribskov 

### Familietid

- det skal være fedt at være børnefamilie



## Vil du vide mere

Vil du vide mere om Familievenner Gribskovs mange aktiviteter for og med børnefamilier, herunder Naturfamilievenner, så kontakt os på telefon 5354 4248 eller mail [kordinator@familievenner-gribskov.dk](mailto:kordinator@familievenner-gribskov.dk).