



## Udesover

At sove ude er altid en stor oplevelse og en af grundingredienserne i at være på tur. Familiesover-mærket kan for mange børn være deres første oplevelse med at sove udenfor og ligge i telt eller shelter. Familiespejderne der tager mærket sover ude, sammen med eller i nærheden af en forælder. Mærket kan fx tages i forbindelse med Det Danske Spejderkorps' årlige Sov Ude-dag i maj.

Fokus i mærket er de mange oplevelser, som det fører med sig at sove og spise ude. At mørket langsomt sænker sig, som solen går ned. Varmen fra bålet og den kølige aftenluft. Lyden af vinden i træerne. Og ikke mindst oplevelsen af at sove i naturen, hvor man ikke bare kan tænde natlampen og gå ud på toilettet, hvis man skal tisse. Det er oplagt at kombinere mærket med lege, opdagelsestur i det lokale krat, besøg af en naturvejleder eller lignende.

### Målgruppe:

Familiespejdere

### Krav til mærket:

*Spejderne skal:*

- Prøve at sove udenfor i enten telt, shelter, bivuak eller lignende. Spejderne behøver ikke sove alene, men må gerne sove sammen med deres forældre.
- Være med i snak om mørkets lyde, stjerner mv.
- Deltage i madlavning og spisning udenfor.

### Relaterede mærker:

Mærket er velegnet til at arbejde med de grundlæggende spejderfærdigheder i mærket 'Familiespejder' og kan også knyttes op på naturmærker som: 'Skovens dyr' og 'Kriblekrable.'

### Varighed:

20 timer til et døgn.

### Feedback/videreudvikling af mærket:

Har du en velegnet aktivitet eller en idé til, hvordan mærket kunne tilpasses/videreudvikles? Så skriv til [program@dds.dk](mailto:program@dds.dk)

## Forslag til program:

### LØRDAG

- Kl. 15.00: Vi mødes ved hytten/lejrpladsen, hvor vi leger og går i gang med at sætte telte op
- Kl. 16.00: Vi går sammen på opdagelse i det lokale krat
- Kl. 17.00: Vi går i gang med madlavning over bål og grill
- Kl. 18.00: Vi spiser og hygger derefter med lejrball, sange og godnathistorie
- Kl. 19.00 (ca.): Vi går i seng

### SØNDAG

- Kl. 08.00: Vi spiser morgenmad
- Kl. 09.00: Vi pakker sammen
- Kl. 10.00: Fælleslege
- Kl. 11.00: Afslutning og tak for denne gang

## Inspiration og tips til mærket: Udesover

### Overnatningssted- og grej:

Det er oplagt at sove i telte, som gruppen stiller til rådighed. Her er der fx mulighed for, at flere spejdere ligger sammen i hvert telt uden voksne, men med ledere/forældre i et telt tæt ved. Det er også en mulighed, at hver spejder ligger med en forælder, eller at spejderne ligger sammen i et telt, hvor en eller flere voksne også sover med.

Tag udgangspunkt i spejderne: Er de nogenlunde komfortable ved at skulle sove udenfor, eller er det en stor mundfuld? Det skal være en stor oplevelse at sove ude, men også en god og tryk oplevelse.

Jeres overnatningssted skal gerne have en god balance mellem nem adgang for forældre og spejdere, en flot placering i naturen og faciliteter som bål- og lejrplads. Det vil ofte være oplagt at benytte gruppens grund, da det også giver noget tryk for spejdere og forældre.

I kan også overveje at finde et overnatningssted med shelterpladser. Det stiller naturligvis mindre krav til at finde telte, men kan føles som en større udfordring for spejderne.

Spejder og forældre kan fint tage fx luftmadras og dynesæt med frem for sovepose og liggeunderlag. Dog stiller det også krav til, at overnatningsstedet skal ligge ret tæt ved parkering eller lignende.

### God forældreinfo er vigtig:

Det er ikke kun spejderne, der kan blive udfordret af at skulle sove ude. Det kan forældrene også – særligt hvis de ikke har så meget friluftserfaring. Sørg derfor for at lave en god og udførlig beskrivelse af programmet for dagen, og gør en del ud af at beskrive faciliteterne, hvor I skal være, og ikke mindst hvilket udstyr, mad m.m. hver familie bør tage med.

### **Andre tips:**

Familiespejdere skal ret tidligt i seng og i særlige grad efter en aktiv dag udenfor. Tænk derfor over at komme tidligt i gang med at opsætte lejrplads, telte osv. Nogle forældre skal måske også have lidt vejledning undervejs til fx at sætte telt op osv., hvorfor det er godt at komme tidligt i gang med dette.

### **Eksempel på invitation:**

*Kære familiespejdere*

*Så er muligheden der for at sove i telt med sine børn - en fantastisk mulighed for at få en super oplevelse med hygge, nærvær og dejlig natur. Samtidig får spejderne mærket Udesover.*

*Lørdag d. xx. maj pakker vi teltet og soveudstyret og tager til vores hytte på Hyttevej 10 i Hytting.*

*Vi mødes ved hytten kl. 15, hvor vi slår teltene op og går på opdagelse i den lokale skov. Derefter tænder vi bål og grill og laver noget lækker mad, som vi spiser ca. kl. 18. Efter maden hygger vi om bålet, synger et par sange og går i seng på en hyggelig godnathistorie.*

*Det er muligt at tage en kammerat eller søskende med.*

### **Praktik:**

*Vi ligger i gruppens spejdertelte. Aftenen er en god mulighed for at prøve at ligge med sovepose og liggeunderlag, men man kan også fint have dynesæt og en lille madras med. Bemærk dog, at vi skal gå en lille kilometer fra parkeringspladsen.*

*Vi køber ind til fælles madlavning over bål og grill, så det eneste, I skal medbringe er egen drikke. Er du vegetar, allergiker eller andet, så skriv til [annespejder@familiespejd.dk](mailto:annespejder@familiespejd.dk). Medbring selv egen drikke*

*Hver familie skal medbringe salat eller flute til buffeten, samt noget til grillen og egen drikke. Vi køber frugt m.m. ind til snacks samt til morgenmad.*

*Vi har fælles afslutning søndag kl. 11.*

*Pris YY kr. pr voksen, ZZ kr. pr barn.*

*Har du spørgsmål, så tøv ikke med at tage fat i Anne på [annespejder@familiespejd.dk](mailto:annespejder@familiespejd.dk) / 2121 0099*

*Vi ser frem til en superhyggelig tur!*

**Links, inspiration og mere info:**

- [udinaturen.dk](http://udinaturen.dk) – oversigt over lejrpladser, sheltere m.m.
- [dds.dk/sovude](http://dds.dk/sovude) – information om den årlige Sov Ude-dag i maj
- [dds.dk/mad](http://dds.dk/mad) – forskellige opskrifter og inspiration til turmad
- [hyttefortegnelsen.dk](http://hyttefortegnelsen.dk) – oversigt over spejderhytter o. lign. i Danmark