

BLIV
NATUR-
PASSER
DET TÆLLER!



RANDERS REGNSKOV
TROPICAL ZOO

HEJ

Vi hedder Vilde Villads
& Regnskovens Pil

**VIL DU VÆRE MED
TIL AT HJÆLPE
NATUREN?**



Illustrationer af: Peter Nielsen, PN Create



DU KAN GØRE NOGET

Man behøver ikke at være voksen for at hjælpe naturen. Det kan børn også. Og endnu bedre, børn og voksne kan gøre det sammen.

Her i hæftet kan du finde idéer til hvordan du kan gøre noget godt for naturen. Nogle ting er store, og kan være hyggelige familieprojekter. De fleste er dog små og lette at gå til, og dem kan du klare helt selv.

Og det tæller det hele.

Vil du være med sammen med Vilde Villads og Regnskovens Pil? Så læs videre. Du kan også finde mere inde på: regnskoven.dk/dettæller

God fornøjelse
Randers Regnskov





Et billede eller en
tegning af dig selv

Navn:

Fødselsdag:

Er du vild med natur?

Ja

Nej

Din bedste naturven:

Dit yndlingssted i naturen:

Hvad hedder nærmeste sø:

Din bedste årstid:

Hvilket vejr kan du bedst lide?

Dit yndlingsdyr:

UD OG OPLEV NATUREN!

Selvom Danmark er et lille land, har vi masser af spændende natur! Der er i tusindvis af mærkelige insekter, planter, dyr og fugle. Prøv selv at kigge under sten og under bladene i skoven, eller se hvad der gemmer sig under tangen på stranden. Der er masser af alt muligt liv. Så på med gummistøvlerne og afsted med dig!

**SÆT EN RING OM DE TING,
VILLADS SKAL HUSKE AT
HAVE MED UD PÅ TUREN**



Potteplante



Kikkert



Notesblok og blyant



Pokal



Bøjle



Fjernbetjening til TV



Drikkedunk med vand



Sandwich



Insektnet



Mobiltelefon



Strygejern



Kasket



Flag



Rygsæk



Lup

Gummistøvler

Øjne

Ører

Næse

Mund

gode ting at have med på natur-tur: Gummistøvler, mobil, sandwich, kikkert, blok og blyant, lup, drikkedunk med vand, insektnet - og selvfølgelig dine gode sanser: Øjne, øre, næse og mund!

Firben



3 slags biller



Frø



Blishøne

HVAD HAR DU SET I NATUREN?



Dunhammer



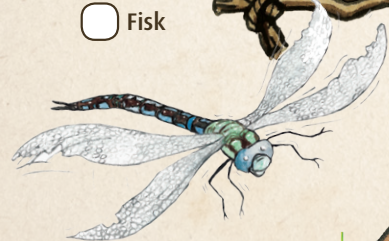
- Krabbe
- Et træ du ikke kan nå rundt om
- 3 slags blomster
- Bregne
- 3 slags svampe
- 3 slags edderkopper
- 3 slags fluer
- Mos
- Rådyr
- Lyng



Salamander



Fisk



Guldsmed

Myretue



Hare



3 slags fugle



3 slags sommerfugle





**VILDE VILLADS
HAR VÆRET UDE
OG OPLEVE NATUREN
SAMMEN MED SIN GODE
VEN REGNSKOV'S PIL**

HVILKE NATURTYPER HAR DU OPLEVET?

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Skov | <input type="checkbox"/> Eng |
| <input type="checkbox"/> Vandløb | <input type="checkbox"/> Regnskov |
| <input type="checkbox"/> Hede | <input type="checkbox"/> Ørken |
| <input type="checkbox"/> Strand | <input type="checkbox"/> Koralev |

De har desværre glemt at skrive ned, hvad de har set. Men heldigvis har de taget billeder af de forskellige naturtyper de har oplevet.

Kan du hjælpe dem med at skrive stederne på billederne?



VILD I HAVEN



En vild have
er vildt hyggelig
og giver insekter
og fugle et sted
at bo.

Går dine forældre også amok med plæneklipper, rive og hakkejern, blot de ser skyggen af en mælkebøtte? Så spørg, om I ikke kan gøre bare en lille del af haven "vild med vilje" og lade alle planter vokse, lade grene og blade ligge, plante buske til insekterne og måske endda lave et lille vandhul? Jo vildere, jo bedre! Der er flere ideer på siden vildmedvilje.dk

VILD^{DE}
VILJE

VILDT HJØRNE

Et lille område, hvor planter og ukrudt bare får lov at vokse. I Randers Regnskov har vi lavet en modelhave, så du kan se, hvor hyggelig en have kan være, hvis man giver plads til naturen. Se den i DanmarksParken.





INSEKTHOTEL

En gammel bogreol er perfekt. Fyld den med gamle aviser, bark, grene, blade, sten og den slags.



**HVOR MANGE
FORSKELLIGE SLAGS
DYR KAN DU FINDE
I DIN HAVE?**





KVASBUNKE

Det er nemt. Du samler bare kviste, smågrene, visne blade i en bunke. Jo større jo bedre!



REDEKASSE TIL FUGLE, EGERN ELLER FLAGERMUS

Kan både købes færdig – eller du kan lave dem selv. Hænges op i store træer eller på husgavle.



Se hvordan du gør
og få flere ideer på
regnskoven.dk/dettæller

VANDHUL / HAVEDAM

Grav et hul. Det må gerne være så dybt, som til kanten af dine gummistøvler. Fyld vand i. Hvis vandet skal blive, skal du først lægge plast i hullet. Måske en affaldssæk kan bruges?

HVOR VILD ER DIN HAVE?



SÆT KRYDS HVIS DU HAR DETTE I DIN HAVE:

- "Vild med Vilje" hjørne
- med masser af vilde planter
- En kvasbunke eller kompost
- Vandhul/havedam
- Store træer
- tykkere end dig selv
- Rådne træstammer
- Giftfri have
- Blomsterbuske til insekter
- Redekasser til fugle, egern eller flagermus
- Stendige

0-1 X'ER:

Din have er ikke ret vild endnu - men det kan du gøre noget ved!

HVOR MANGE X'ER FIK DU?

2-6 X'ER:

Din have er hyggevild. Klap dig selv på skulderen!

7-9 X'ER:

Du har den vildeste have!!



DYRK NATUREN PÅ ALTANEN



Måske har du ikke en have. Heldigvis kan en ægte "naturpasser" sagtens lave natur alligevel. Med nogle gamle urtepotter, lidt jord og måske nogle sten, kan du lave din egen miniaturehave. Her kan du plante forskellige blomster.

**SÅ SNART PLANTERNE
VOKSER LIDT OP, VIL DU
FÅR BESØG AF MASSER
AF SPÆNDENDE INSEKTER,
SOMMERFUGLE OG BILLER!**



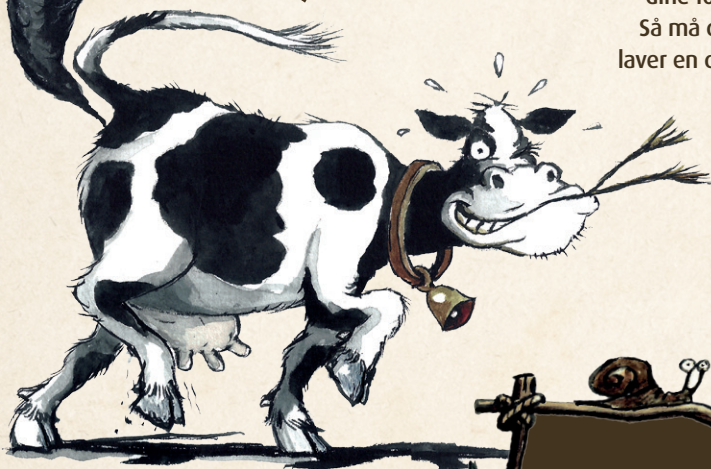
Prøv at se, hvor
mange insekter
du kan finde, der
hvor du er bor.

SPIS MINDRE

KØD

Kød er sundt og smager fantastisk – men det er ikke så godt for naturen, hvis vi spiser for meget af det.

Her får du et par opskrifter på lækker mad du kan lave til dine forældre, helt uden kød. Så må det være rimeligt at de laver en dessert til dig bagefter!



HVORFOR TÆLLER DET?

Synes du, at det er slemt, når din far slår en stor, stinkende prut, skulle du prøve at bo sammen med en ko. En ko prutter og bøvser så meget, at den kan fylde op til 500 mælkekartoner med gas hver dag – og det er ikke godt for naturen!

Prutter er nemlig skadelige drivhusgasser, som medvirker til klimaforandringer.

SPIS INSEKTER

Aaaaadrr! Er de ikke klamme og smager ulækkert? Nej! Et par minutter på stegepanden kan forvandle de fleste insekter til en rigtig lækkerbiskken. I Randers Regnskov kan du få både burger og is med insekter.



Kan mad uden kød smage godt? Ja, det kan faktisk smage vildt godt. Prøv selv de her opskrifter og bliv overrasket. Du kan finde masser af gode opskrifter uden kød, hvis du leder på nettet.

FYLDTE PANDEKAGER



PANDEKAGER:

4 æg
2 dl mælk
2 dl danskvand
2 tsk gurkemeje
2 tsk timian
1 tsk bagepulver
250 gram mel
olie/margarine
til stegning

DET GRØNNE FYLD:

100 gram spidskål
100 gram frisk spinat
1 løg
2 fed hvidløg
200 gram fetaost i tern
(eller salattern)
50 gram pinjekerner
2 spsk olie
salt, peber og karry

SÅDAN GØR DU:

Pisk æg, mælk, danskvand, gurkemeje og timian sammen. Vend bagepulver og mel sammen og kom det ned i skålen med de øvrige ingredienser. Pisk godt. Lad dejen hvile i 30 minutter i køleskabet.

Imens laves det grønne fyld:

Rist pinjekernerne på en tør hed pande. Lad dem køle af. Spidskål skylles og skæres i tynde fine strimler. Spinat hakkes groft. Løget skæres i små tern og hvidløget presses. Fetaosten duppes tør.

Opvarm olien på en pande med høje sider eller wok. Svits løg og hvidløg i et par minutter. Kom spidskål og spinat på panden og steg videre ved middel varme. Kom fetaost på panden og krydr med salt, peber og karry.

Opvarm lidt olie-margarine på en god "slip-let" pande. Rør dejen igennem. Kom en portion dej på panden og bag pandekagerne til de er gyldne på begge sider.

Vend pinjekernerne i den lune salat. Læg en portion lun salat på halvdelen af en pandekage og fold den anden del ned over.

Server straks ... mums!

DU BEHØVER IKKE BLIVE VEGETAR

FOR AT GØRE NOGET GODT FOR NATUREN – BARE SPIS EN SMULE MINDRE KØD. DET HJÆLPER NATUREN. DET TÆLLER!



NATURVENLIGE PIZZASNEGLE

DU SKAL BRUGE:

1 pakke gær (50 gram)
2 dl lunkent vand
1 tsk salt
2 spsk olie

Ca. 6 dl durummel
280 gram koncentreret tomatpuré (2 dåser)
2 tsk tørret oregano
4 dl revet ost

SÅDAN GØR DU:

Rør gæren ud i vandet og tilsæt salt, olie og mel lidt af gangen. Ælt dejen godt igennem til den er blank og smidig. Lad den hæve 15 - 20 minutter.

Bland koncentreret tomatpuré med oregano og ost i en skål.

Rul dejen ud til et rektangel (firkant), smør fyldet på, rul den sammen og skær på tværs til du har omkring 24 snegle. Tryk sneglene lidt ud på bagepapiret, så de bliver fladere og man tydeligt kan se "ringene" af dej.

Lad dem hæve i 10 minutter.

Bag dem i ca. 15 minutter ved 180 grader varmluft.

Nyd dem lune - og gem nogle til madpakkerne eller fryseren.

Opskrifterne er skrevet af Sanne Løvendahl Kaiser. Du kan finde mange flere på mytaste.dk



FIND DE GODE VARER

SYNES DU OGSÅ, AT DET ER KEDELIGT AT VÆRE MED DINE FORÆLDRE UDE AT HANDLE?

Så gør indkøbsturen til en "skattejagt". Mange varer (også slik) har et lille rødt "Ø". Det betyder, at varen er økologisk og dermed sundere for naturen. Der er også andre mærker, der viser, at der er taget hensyn til naturen.

HVOR MANGE AF MÆRKERNE KAN DU FINDE?

- og hvad betyder de egentlig?



FAIRTRADE




Rainforest Alliance





Der ligger tit skrald og flyder i naturen. Det ser grimt ud, og så kan det oven i købet tage årevis, før det forsvinder igen.

Hundelorte forsvinder heldigvis hurtigt. Men tomme slikposer og tyggegummi skal man ikke smide i naturen. Så hav altid en pose med dig når du er på tur.



Brugte batterier må **ikke** smides i skraldespanden eller andre steder, for de er vildt giftige for naturen. Læg dem i en lille, klar plastikpose ovenpå jeres skraldespand. Så kan skraldebilen sørge for, de bliver behandlet rigtigt. Du kan også aflevere dem i den butik, hvor de er købt.



HVOR LANG TID TAGER DET FØR TING BLIVER OPLØST I NATUREN?

Tegn streger mellem tingene
og hvor lang tid de ligger
i naturen, før de er væk igen:



Hundelort



Dåse



Plastikpose

14 dage

2 år

5 år

400 år

500 år

4.000-1. mio år!



Tyggegummi



Ispapir



Glasflaske

PLASTIK



... **BOR IKKE I NATUREN**



Vidste du at
plastik er lavet af olie?
Ved at spare på plastikken
kan du både spare på olien
og undgå plastikaffald.



Plastik findes i mange farver og former. Desværre finder man ofte plastik i naturen. Både i skoven, på marker og i havet. Nogle gange kommer dyrene til at spise det, fordi de tror det er mad. Det er ikke godt.

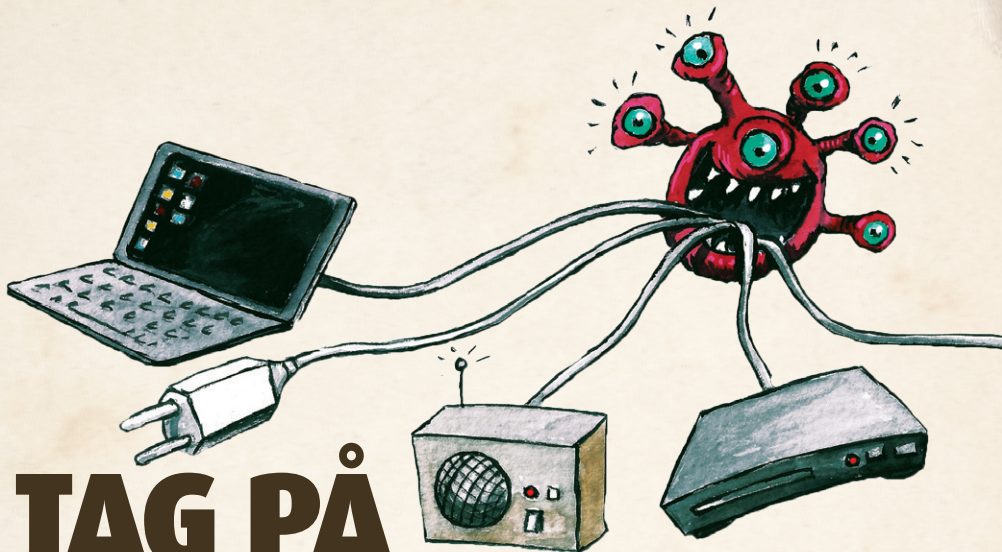
Har I et skab eller skuffe, hvor plastikposerne vælter ud, så snart I åbner den? Og køber dine forældre alligevel nye plastikposer, hver gang de er ude at handle?

Så kan du måske overtale dine forældre til at tage en gammel pose, et indkøbsnet eller en kurv med, når I skal handle. Så kan I jo aftale, at de penge de sparer på plastikposer, puttes i en sparebøsse efter hver indkøbstur.

Når sparebøssen er fyldt har I helt sikkert penge nok til en tur i biffen eller noget andet sjovt.

Tag en drikkedunk med på tur eller til sport, så behøver du ikke købe engangsflasker.





TAG PÅ STRØMSLUGERJAGT

Lyser den lille røde lampe på fjernsynet?
Er mobilopladeren tændt, selvom der
ikke er sat en mobiltelefon til opladning?
Står radioen og spiller, selvom der ikke er
nogen, der lytter?

Strømslugerne spiser strøm, uden at du
opdager det. Og det er skidt for naturen.
For så skal der laves mere strøm, end
vi behøver. Tag dine forældre med på
strømslugerjagt og se, hvor mange I kan
finde og slukke. Så sluk den strømsluger!

SPAR PÅ VANDET

I Danmark henter vi rent vand op af jorden. Det kaldes grundvand og er rensat af naturen. Men det er en god idé at passe på det og ikke bruge mere end nødvendigt.

DU KAN HJÆLPE VED AT:

- Slukke vandet mens du børster tænder
- Få fat i et timeglas, så kan du se lige nøjagtig, hvor lang tid du må bruge på dit brusebad
- Brug det lille toiletskyl, hvis du kun har tisset



**SÆT ET KRYDS
I DRABERNE NÅR
DU HUSKER EN
AF TINGENE**



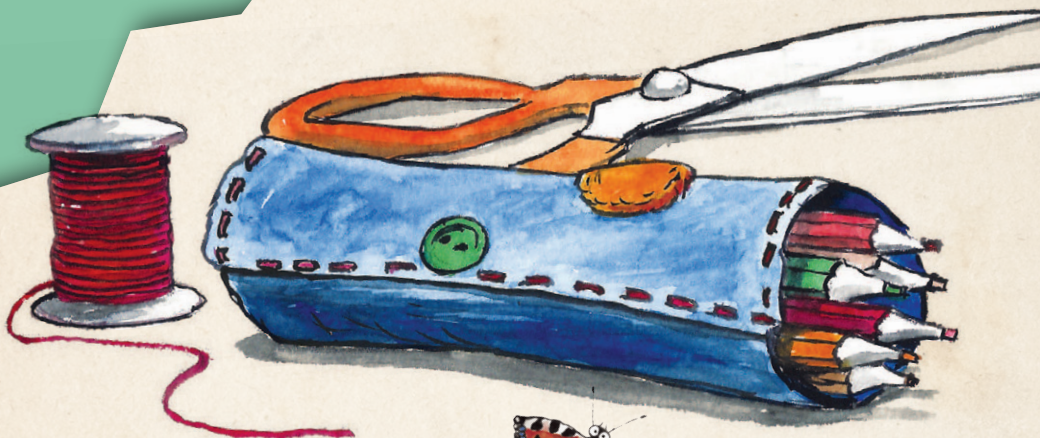
LAV DIT EGET LOPPEMARKED

SMID IKKE BARE UD!

Du har sikkert noget tøj eller legetøj, du ikke længere kan passe eller leger med. Her er et par gode idéer til hvad du kan gøre med det i stedet for bare at smide det ud.



Du kan finde kreative idéer på: regnskoven.dk/dettæller.



ER DU KREATIV?

Masser af gamle sager kan blive til noget helt nyt. Du kan sy en taske eller et penalhus af en gammel trøje eller pynte en flaske, så den bliver til en fin lysestage.

Du kan også plante blomster i en gammel vandkande eller gummistøvle i stedet for at bruge en almindelig kedelig urtepotte. Kun fantasien sætter grænser – og så kan det bruges til fine gaver til venner og familie.

Lav din egen sparegris af en mælkekarton. Du kan male den som du vil, eller måske male det, du sparer op til.



HVORFOR TÆLLER DET?

Når man bruger tingene igen kommer der ikke så meget affald!



FIND 10 FEJL

HJÆLP VILDE VILLADS OG REGNSKOVENS PIL
MED AT FINDE AFFALD PÅ LEGEPLADSEN



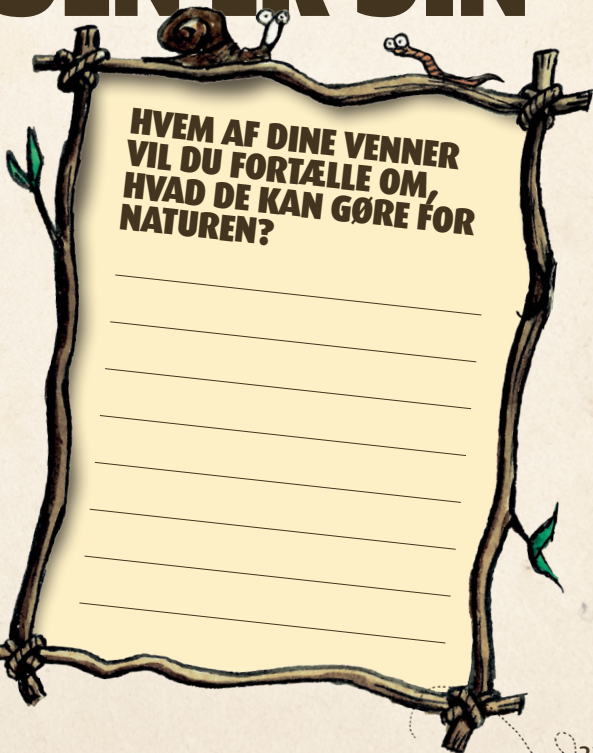


FREMTIDEN ER DIN

Du er nu godt i gang med at være en ægte naturpasser. Ligesom Vilde Villads og Regnskovs Pil. Naturen er fantastisk, og det skal den blive ved med at være.

Så vil den også give dig masser af gode oplevelser, ren luft og rent vand, når du en dag bliver voksen.

Nye vaner starter med et enkelt skridt, og hvis du har prøvet nogle af tingene her i hæftet har du lige taget det skridt! Det er godt gået – og det tæller!



MIX
Papir fra
ansvarlige kilder
FSC® C041505