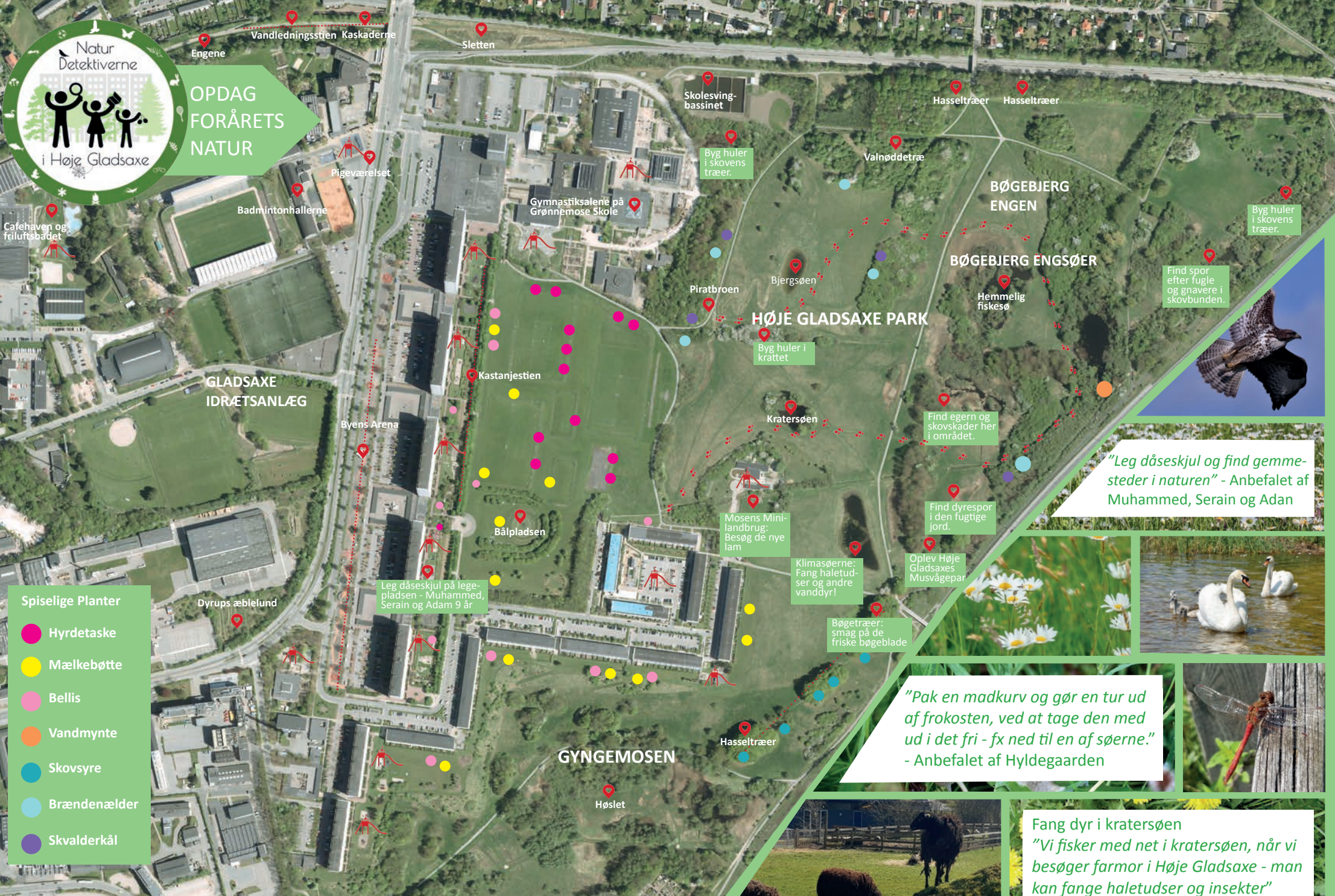




# OPDAG FORÅRETS NATUR

- Spiselige Planter**
- Hyrdetaske
  - Mælkebøtte
  - Bellis
  - Vandmynte
  - Skovsyre
  - Brændenælder
  - Skvalderkål

- 📍 Anbefalede steder
- 🚶 Gårute
- 🎪 Legeplads



Engene

Vandledningsstien Kaskaderne

Sletten

Skolesving-bassinet

Bygv huler i skovens træer.

Hasseltræer

Hasseltræer

Valnøddetræ

BøGEBJERG ENGEN

Bygv huler i skovens træer.

Pigeværrelset

Badmintonhallerne

Gymnastiksalene på Grønnemose Skole

Bjergsøen

Piratbroen

BøGEBJERG ENGSØER

Find spor efter fugle og gnavere i skovbunden.

Cafehaven og friluftsbadet

Kastanjestien

HøjE GLADSAXE PARK

Bygv huler i krattet

Kratersøen

Find egern og skovskader her i området.

GLADSAXE IDRÆTSANLÆG

Byens Arena

Bålpladsen

Mosens Mini-landbrug: Besøg de nye lam

Find dyrespor i den fugtige jord.

Oplev Høje Gladsaxes Musvågepar

Dyrups æblelund

Leg dåseskjul på legepladsen - Muhammed, Serain og Adam 9 år

Klimasøerne: Fang haletudser og andre vanddyr!

Bøgetræer: smag på de friske bøgeblade

GYNGEMOSEN

Hasseltræer

Høslet



*"Leg dåseskjul og find gemmesteder i naturen" - Anbefalet af Muhammed, Serain og Adan*



*"Pak en madkurv og gør en tur ud af frokosten, ved at tage den med ud i det fri - fx ned til en af søerne." - Anbefalet af Hyldegården*



*Fang dyr i kratersøen  
"Vi fisker med net i kratersøen, når vi besøger farmor i Høje Gladsaxe - man kan fange haletudser og insekter"  
- Anbefalet af Sofia og Luka*





# NATUROPLEVELSER I HØJE GLADSAXE - FORÅR

## FIND FORÅRETS VANDDYR & PLANTER

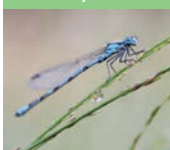
### Spil naturbingo!

Sæt kryds på pladen, når I har fundet et af de seje vanddyr. Sæt kryds på kortet, hvor I fandt dem.

Vandkalv



Vandnymfe



Vårfluelarve



Dammusling



Skivesnegl



Salamander



Haletudser



Babyfrø



Guldsmedenymfe



**Vandkalv:** Stor vandkalv er en blank, sort, oval bille. Den har gule striber langs hver side og på hovedet. Den lever i rolige småsøer, damme og vandhuller. Dens larver er kendt som nogle frygtelige rovdyr!

**Vandnymfe:** Vandnymfen lever ved søer og vandhuller med mange flydeplanter og kraftig plantevækst. De er en del af guldsmede-familien.

**Vårfluelarver:** Vårfluelarver lever i vandløb med vandplanter på bunden. Den bygger sit hus af ting, den finder i søen; det kan være alt fra små sten, til blade fra vandplanter eller tomme sneglehuse.

**Skivesnegle:** Skivesnegle er helt flade og bor i et skiveformet, brunligt hus.

**Salamander:** Der findes både en stor og lille vandsalamander. Forskellen på dem er, at den store har en kraftig gul/orange mave, og den lille er hvid på siden og orange på maven.

**Haletudser:** Padder forvandles fra æg til haletudser og senere til fuldt udviklede frøer eller tudser. I kan følge deres udvikling i søerne henover foråret, og se dem vokse og langsomt danne ben. Alle danske padder er fredede.

## SJOVE AKTIVITETER OM FORÅRET

### Gå på påskejagt i naturen

Gem chokoladeæg i et naturområde og lad børnene lede efter påskeharens æg! Lav evt. et skattekort med forskellige planter eller steder, som kan lede børnene hen til de gemte påskeæg. Man behøver ikke vente til påske med at lave skattejagt i naturen.  
- *Anbefaling fra Suleman*



### Fang og se på vanddyr

Ta' gummistøvler på og få fat på et fiskenet/sommerflugenet og en plastikbalje og ta' på familietur til klimasøerne for at finde vanddyr. Fyld først baljen med vand fra søen. Nu kan I begynde at fange dyr fra vandet med nettet. Tøm dyrene ned i baljen, så I kan studere dem. Se om I kan kende dyr fra bingo-pladen. Husk at sætte alle dyr fri igen!  
- *Anbefaling fra Christian, naturvejleder*



### Besøg dyreunger i Mosens minilandbrug

Børnehaven Mosen har et minilandbrug, og om foråret får dyrene unger. I kan være heldige at se nye påskelam, hvis I tager på besøg. Som altid kan I også klappe hesten Isidor eller hilse på grisene Rosa og Buster.



### Pesto af vilde urter:

Gå på jagt i naturen efter vilde spiselige planter som mælkebøtter, skvalderkål, ramsløg, nye bøgeblade og skovsyre. Du kan supplere med persille eller basilikum.

*Det skal du bruge:*

- 6 håndfulde vilde urter
- 100 g mandler, hasselnødder eller andre nødder.
- 2-3 dl olivenolie eller rapsolie
- 1-2 fed hvidløg (hvis du ikke har fundet ramsløg)
- Evt. parmesanost
- Citronsaft og salt efter smag og behov

*Det skal du gøre:*

Skyl de grønne urter grundigt. Kom dem i en blender sammen med olie, nødder og hvidløg og blend dem til en grov pesto. Smag til med salt og citronsaft. Server fx til brød eller på pizza.

## TA' FORÅRETS PLANTER MED INDENFOR

Foråret er den bedste årstid til at finde og samle spiselige planter i naturen - også i Høje Gladsaxe:

- 1) Hyrdetaske** - er en udbredt ukrudtplante. Du kan kende hyrdetasken på de hjerteformede frø. Bladene smager af kål og frøene lidt af sennep.
- 2) Skvalderkål** - kan findes i højt græs og vokser tæt sammen på let fugtig jord. Pluk hele planten - gerne lige inden bladene folder sig ud, og planten stadig er lille og lysegrøn.
- 3) Bellis** - også kaldet tusindfryd er en smuk lille blomst, som findes i de fleste græsplæner. Blomsten kan bruges i salater eller til at dekorere kager.
- 4) Skovsyre** - er kløverformet og har en syrlig smag. Led efter skovsyre imellem træer i skyggen.
- 5) Ramsløg** - kaldes også vild hvidløg og alle dele af planten er værd at plukke. Den kan forveksles med giftig lijekonval og høsttidløs; men du kan kende ramsløg på den kraftige duft af løg og hvidløg.
- 6) Mælkebøtter** - nye mælkebøtteblade kan spises i det tidlige forår, og blomsterne kan spises, så længe de er gule.



## BRÆNDENÆLDEPANGEKAGER OVER BÅL

Brændenælder er sunde. Der er masser af vitaminer og mineraler i - og så smager de godt i bålpandekager. Vi har to arter af brændenælder i Danmark: Stor nælde og liden nælde. Liden nælde smager bedst, men de unge skud af stor nælde er også gode.

Sådan gør du:

- Pluk brændenældeblade i naturen - husk handsker!
- Kog bladene ganske kort i vand
- Hak brændenælderne.
- Bland de kogte og hakkede blade i en pandekagedej.

Hæld dejen på en bålpande og bag pandekagerne lysebrune over bål. Spis dem med syltetøj i skoven.

## Vil du vide mere?

Find Natur-Detektiverne på Facebook! Her deler beboere, frivillige og lokale medarbejdere i området ideer til, hvad man kan lave i naturen.

