



OPLEV MØRKET PÅ NYORD OG MØN

Dark Sky Community og Dark Sky Park

MØRKET bliver stadig mere sjældent

Der kommer flere mennesker og flere byer som bidrager til at lyse det vigtige mørke op. Derfor er vi glade for og stolte af vores særligt mørke mørke her i Dark Sky Community – Nyord og Møn, og vi vil gerne opfordre både lokale og besøgende til at gribe det, passe på det og bliver venner med det.

OPLEV MØRKET på egen hånd eller sammen med en Dark Sky guide

Tag med på en guided tur og oplev Møns nattemørke med en kyndig guide. Få spændende viden om stjerner, natdyr og mørkets betydning for naturen.

Udforsk nattemørket på egen hånd. Find et af Nyord og Møns mange mørke spots, lad dine øjne vænne sig til mørket, og nyd duftene, lydene og den stille magi.

MØRKET ER VIGTIG for både mennesker, dyr og planter

Mørket beskytter dyr og planters naturlige adfærd, som søvn, vækst, parring og jagt.

Halvdelen af jordens insekter er nataktive, og lys gør dem både forvirrede og et let bytte for andre dyr.

Mængden af insekter er faldet ca. 80% i løbet af de seneste 30 år.

40% af verdens insektarter er i fare for at uddø, og manglen på mørke spiller en stor rolle heri.

Hos mennesker bidrager mørket til produktionen af melatonin, der er afgørende for en god og dyb søvn.

Mørket fremmer afslapning og mental ro, hvilket reducerer stress og forbedrer den generelle velvære.

GODE RÅD til at opleve og færdes i mørket

- * **Kend ruten** - planlæg din rute i dagslys eller følg en afmærket rute.
- * **Tag varmt tøj på**, natten kan hurtigt blive kold.
- * **Giv dig selv og dine øjne tid.** Efter et par minutter vil man begynde at vænne sig til mørket, og efter 20-30 minutter i mørket vil dit nattesyn være optimalt.
- * **Slap af.** Læn dig tilbage i en stol eller læg dig ned på et liggeunderlag, så kan du nyde mørket og stjernerne bedst.
- * **Brug rødt lys, hvis det er nødvendigt.** Rødt lys ødelægger ikke nattesynet.
- * **Respektér naturen.** Bevæg dig stille og roligt for at minimere din påvirkning af det natlige dyreliv.

BESKYT NATTEMØRKET

Fire enkle regler:

1. Send ikke lys mod himlen eller ud i omgivelserne.
2. Tænd kun for lys, når det er nødvendigt.
3. Anvend kun pærer i varmhvide farver i lamper og armaturer.
4. Brug kun den nødvendige lysmængde.

LINKS OG APPS til meget mere viden og til ture og oplevelser i mørket

LINKS: darkskyparkmoen.dk
sydsjaellandmoen.dk/darksky
biosfære.vordingborg.dk/dark-sky-moen

APPS: Starwalk 2
Oplev Møn