

Friluftsguide

Vær den bedste gæst



Sådan passer vi godt på vores nationalpark	— 03
Top tips til Tidevandet	— 05
Diverse dyr i Nationalparken	— 06
Naturtyper i Nationalparken	— 08
Når vi har hunden med i naturen	— 10
Når vi cykler i naturen	— 12
Når vi er på ridetur i naturen	— 14
Når vi er ude at vandre i naturen	— 16
Når vi er på jagt	— 18
Når vi er på fuglekiggeri	— 20
Når vi overnatter i det fri	— 22
Når vi sanker i naturen	— 24
Når vi tager på stranden	— 26
Når vi er aktive på stranden	— 28
Når vi er på brætsejls	— 30
Når vi dyrker rosport	— 32
Når vi fotograferer i naturen	— 34
Når vi dyrker Sejlsport	— 36
Når vi er på lystfisketur	— 38
Når vi vandrer på vaden og plukker østers	— 40
Når vi skal ud og opleve sort sol	— 41
Når vi skal ud på sælsafari	— 42
Når vi skal opleve mørket og stjernehimlen	— 43

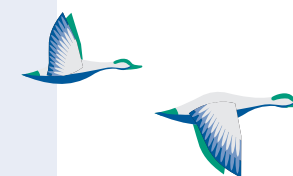
Sådan passer vi godt på vores nationalpark



◀ Foto: Thomas Høyrup Christensen, Frame & Work

10 gode råd

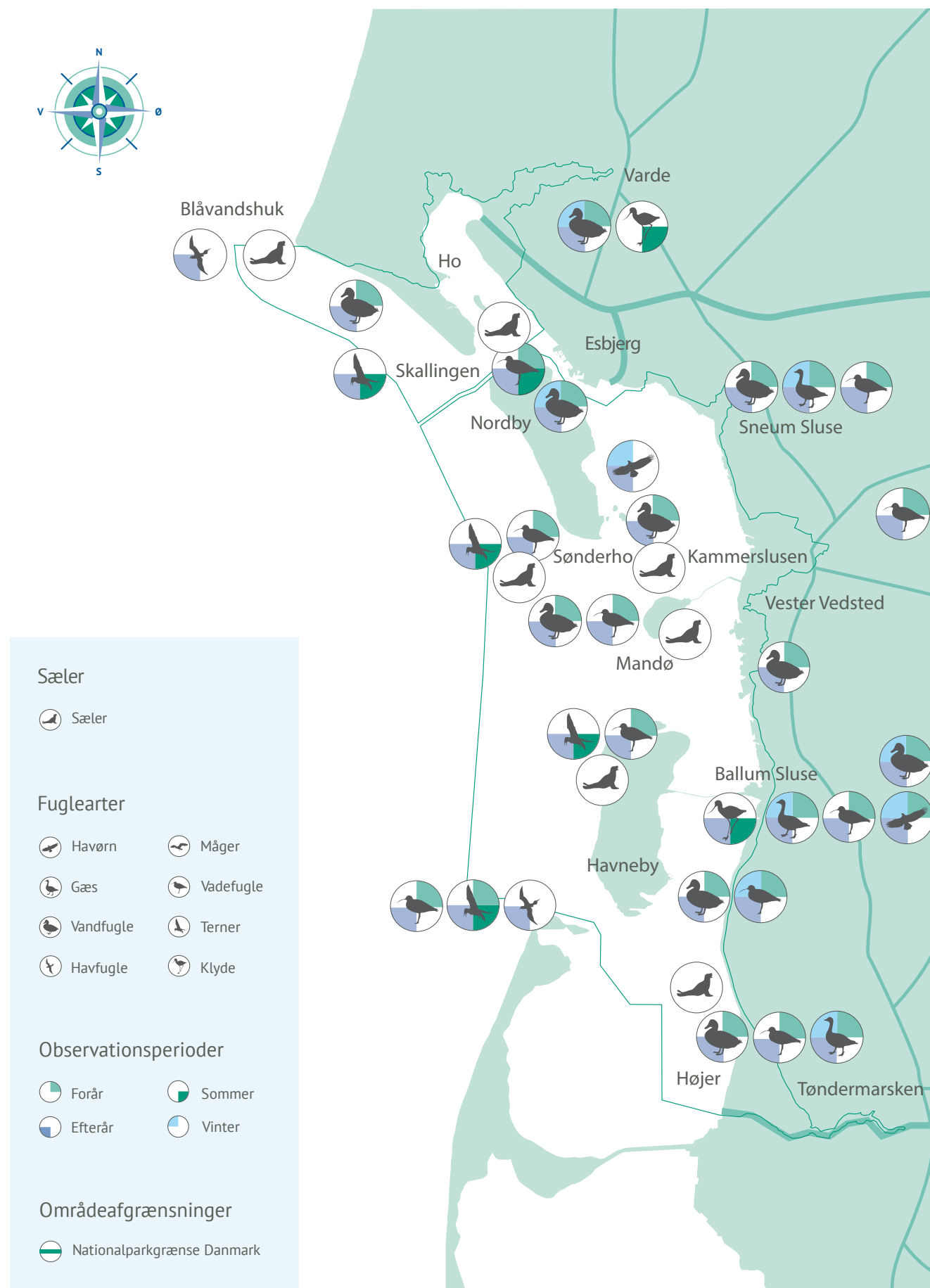
1. Vi minder altid os selv og hinanden om, at vi kun er **gæster i naturen**. Det er dyrene og planterne, som bor her.
2. Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – **også selvom det ikke er vores eget**.
3. Vi **planlægger vores aktiviteter**, inden vi tager afsted, så vi ikke kommer brasende uanmeldt.
4. Vi har altid **hunden i snor**, så den ikke forstyrrer fugle og andet dyreliv unødigt.
5. Vi **respekterer og hjælper** andre i naturen.
6. Vi **gør vores bedste** for ikke at forstyrre fugle og andre dyr, og vi lader planter stå, så andre kan nyde dem.
7. Vi undgår så vidt muligt at **forstyrre naturen** mellem solnedgang og solopgang.
8. Vi har nok i naturens egne lyde og **skruer derfor ned for larmen**, når vi færdes her.
9. Vi undlader at **'geotagge' vores opslag** på Instagram og Facebook, så andre også kan opleve glæden ved at opdage naturens skjulte skatte.
10. Vi holder os til de **autoriserede veje og skilte stier**.



Nationalpark Vadehavet byder på helt særlige oplevelser for os mennesker. Men Vadehavet er også selve eksistensgrundlaget for over 10.000 forskellige dyre- og plantearter og har betydning for biodiversiteten i hele verden. Det er på én og samme tid inspirerende, uundværligt og uerstatteligt, og det er blandt andet derfor, UNESCO har udpeget Vadehavet til verdensarv.

Derfor har vi også et fælles ansvar for at passe på og bevare Vadehavet, og her i nationalparken har vi også brug for din hjælp – hvad enten du er gæst eller lokal – når du færdes ude i naturen.

For at gøre det ekstra nemt for både os selv og for dig har vi lavet 10 gode råd til, hvordan vi sammen passer bedst muligt på Vadehavet:



Top tips til *Tidevandet*



TIDEVAND

Tide-hva'for-noget? Havet er påvirket af tyngdekraften – spillet mellem jorden og månen – hvilket betyder, at det stiger og falder to gange i døgnet. Forskellene på tidevandet kan være meget store ved Vadehavet – helt op til 180 cm. Det er i højden – ikke i længden! I stormvejr kan forskellen være helt op til 5 meter. Det er blandt andet derfor, at man ser diger i vadehavsområdet.

Tidevandet oversvømmer selvfølgelig vade-fladerne – men også vejene til Mandø og nogle gange de store vestvendte strande på Skallingen, Fanø og Rømø. Især de store vinterstorme kan få tidevandet til at stige hele vejen op til klitterne – nogle steder flere km fra havet.

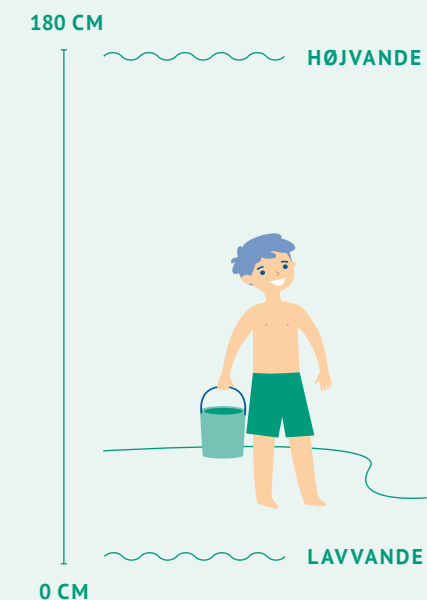
De store mængder af vand tilfører både nyt materiale, der bliver aflejret, og danner mudderfladerne, og det kan flytte rundt på havbunden. Det betyder, at der hvor det var sikkert at gå sidst, du var på vaden, måske nu er ganske usikkert – eller helt forandret.

HVAD GØR DU SÅ?

Sådan forstås tidevandet: For at have tjek på tidevandet, skal du undersøge tidevandstabellerne – dem finder du på DMI.dk. Der står både et tidspunkt og en vandstandshøjde. Høj- og lavvande skifter tidspunkt hver dag – så du skal altid tjekke, inden du begiver dig ud. Dernæst skal du også tjekke vandstandsprognosen (DMI.dk) – da vinden også påvirker tidevandet yderligere. Især kan kraftig vind fra vest/nordvest over flere dage påvirke vandstanden.

Den bedste måde at opleve vaden på er at tage med en af de lokale guider på tur – de har nemlig styr på vind, vejr, vand og vade.

Du kan finde lokale guider på www.nationalparkvadehavet.dk



Diverse *dyr* i Nationalparken



Foto: Lars Geil

JORDRUGENDE FUGLE

Som alle nybagte familier trænger fuglene til ro og fred, når de har rede. Når du forstyrrer fuglene, kan du alt for let komme til at skræmme dem fra rede, æg og unger. Det kan betyde, at æggene ikke udruges, eller at ungerne ikke får mad. Eller at rovdyr nemt og uforstyrret kan tømme reden.

Yngleområder: De vigtigste områder er strandene, klitterne og strandengene, men de kan findes i alle de åbne landskaber. Derfor – ”pas på Fido og dine fødder”.

Ynglesæson: Fra marts til og med juni.

TRÆKFUGLE

Når millioner af trækfugle besøger Vadehavet hvert forår og efterår, er det for at spise sig fede til deres rejse syd- eller nordpå. For mange fugle handler det om som minimum at fordoble deres vægt – og det på de få uger, de er her. Hver forstyrrelse betyder mindre fedt, og dermed mindre energi – livsvigtig energi – og det giver mindre chance for overlevelse, hvad enten de trækker videre eller bliver.

Trækperioden: marts til maj og august til oktober.

OVERVINTRING OG FÆLDNING:

Fuglene skifter fjer hvert år – nogle i takt med at fjerene bliver slidt, andre på én gang. Når det sker på én gang er fuglene ikke i stand til at flyve. Det gør dem ekstra sårbare overfor forstyrrelser og rovdyr. Det er tydeligt, hvornår det er fældesæson.

I denne periode finder du kæmpe mængder af fjer på strande og strandenge. I de kolde måneder og især når vi har isvintre, kan det være meget svært, hvis ikke umuligt for fuglene at finde føde.

Overvintring: fra november til marts.

SÆLER

Sæler ser tit søde og afslappede ud. De slapper af, når de har haft en lang dag ”på arbejde”, akkurat som os mennesker. De slapper af på strande og højsander, og kan lige så lidt lide at blive forstyrret i tide og utide som vi. Hold derfor altid god afstand fra sæler, når de ligger og slapper af. Begynder de at løfte hovedet eller lufferne, eller bevæger de sig mod vandet, er det et klart tegn på, at du er for tæt på dem. Træk dig blot stille og roligt tilbage.

YNGLENDE SÆLER:

Sælunger er nuttede og kære at se på, og deres hyl er hjerteskerende. Men den største fare, når de ligger og hyler, er oftest os. Uden at ville det, kan du komme til at skræmme deres mor væk som måske endda opgiver ungen og stikker til havs. Det kan betyde, at ungen kun får ét ud af to dagsmåltider. Sælunger skal du derfor holde rigtig god afstand til. Sådan sikrer du bedst dens overlevelse.

Spættede sæler: (mindre med runde hoveder) yngler i juni til og med august.

Gråsæler: (store sæler med en kegleformet snude) yngler fra november til og med januar. Gråsælen yngler kun sjældent i den danske del af Vadehavet.

FAKTA

Forstyrrelsesadfærd

Dyr er gode til selv at fortælle hvornår du forstyrrer dem – men deres signaler kan være svært at tyde, hvis ikke du er vant til dem. Kig godt efter, hvordan de opfører sig, og respekter, når de beder dig om at holde dig væk.



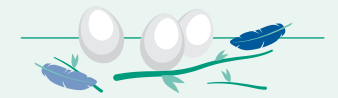
1. Angribende terner

Fugle som fx terner kan finde på at angribe, hvis man kommer for tæt på reden eller ungerne.



2. 'Skadet' præstekrave

Andre fugle, som fx præstekraven kan opføre sig som om den er skadet for at lede dig væk fra reden.



3. 'Usynlige' reder

Hold ekstra godt øje med reder på stranden – de er næsten usynlige.



4. Larmende fugle

Larmer fuglene omkring dig er det fordi du er for tæt på – gå langsomt og roligt væk fra fuglene.



5. Flygtende sæl

Hvis sælerne løfter deres hoveder i flok eller begynder at gå i vandet, er du for tæt på. Gå langsomt væk.



6. Aggressive sæler

Sæler kan være aggressive – er du for tæt på, kan de finde på at bide efter dig. Hold altid god afstand til sæler.

FAKTA

Havpattedyr i Danmark

I Danmark tages sæler og andre nødstedte havpattedyr ikke i pleje med henblik på genudsætning. Baggrunden er, at **den danske sælbestand er sund og i fremgang**.

Dyr, der har været i pleje, kan efterfølgende **smitte den vilde bestand med sygdomme**, som de har fået i fangenskab. I forbindelse med pleje kan der også ske det, at dyrene får et **unaturligt tillidsfuldt forhold til mennesker**. Endelig sætter pleje af sælunger den naturlige frasoortering ud af spil, så bestanden bliver **mindre sund og robust**.

Finder du et sygt eller skadet dyr, strandet havpattedyr eller havfugle **kontakt venligst:**

Fiskeri og Søfarts Museet:
76 12 20 00

Naturstyrelsen Vadehavet:
72 54 33 31

Naturstyrelsen Blåvandshuk:
72 54 35 11

Naturtyper i Nationalparken



Foto: Ditte Dyrbo Hvild

KULTURLANDSKABET

Store dele af Vadehavsområdet er kendetegnet ved det meget flade og lave landskab. Det er muligt at se små forhøjninger rundt om i marsken på fastlandet. Disse forhøjninger kan være tidligere sommerdiger (fra tiden før der blev bygget store havdiger) eller værfte hvor på huse var bygget for at undgå oversvømmelser. Alle er menneskeskabte, og som med alle diger er det som udgangspunkt forbudt at gå på dem, medmindre der oplyst andet ved skiltning.



Foto: Anna Overholt

STRANDENGE

Strandenge, også kaldet saltmarsk i vadehavsområdet, rummer en meget stor artsrigdom. På Skallingen finder du de mest artsrige strandenge ikke bare i Danmark, men i hele det internationale vadehav. Strandengenes planter er rige og proteinholdige og derfor meget vigtige for de mange millioner af trækfugle. Desuden er strandenge vigtige rasteplasser, især under højvande.



Foto: Carsten Pedersen

KLITTER

Der findes forskellige klitter – hvide (flyvende) klitter med få planterarter, og grønne klitter hvor der findes sjældne planter og rigt liv. De grå klitter – dem længst mod øst, er de ældste og mest næringsfattige. Selv om du ikke kan se det, så er klitter tilholdssted for insekter og strandtudser.



Foto: John Frikke

VANDLØB

Store dele af Sydvestjylland, Sønderjylland og det nordlige Slesvig-Holsten afvandes af åer, der løber ud i Vadehavet. Både derfor, og fordi de er hjemsted for sårbare og truede planter, fiskearter og engfugle, er vandkvaliteten i disse åer og vandløb meget vigtig.



Foto: Ditte Dyrbo Hvild

SØER

Der findes få naturlige søer i Nationalpark Vadehavet, men der findes flere kunstige søer. Disse søer er ofte opstået i forbindelse med opbygningen af diger. Nogle af dem er sidenhen blevet til vigtige rasteplasser for fugle ved højvande og hjemsted for flere fiskearter.



Foto: Ditte Dyrbo Hvild

PLANTAGER

Der findes stort set ingen skove i nationalparken, til gengæld blev der plantet plantager i store områder omkring år 1900, primært graner. Plantagerne er levested for rådyr, kronhjorte og en række sjældne fugle.



Foto: John Frikke

HØJSANDE

De store højsander er Vadehavets ørkener, og dets mest dynamiske natur. Levevilkårene her er ringe, men de er nogle af de vigtigste rasteplasser for vadefugle og måger og spættede sæler.



Foto: John Frikke

KLÆGGRAVE

Klægggrave er opstået i forbindelse med afgravning af klæg til forstærkning af diger. De er også vigtige rasteplasser og foderpladser for fugle. De har et højt saltindhold, hvilket afspejles i de fiskearter, som du her kan finde.



Foto: Ditte Dyrbo Hvild

KLITHEDER

Klitheder er naturligt skabte og findes mest på de store øer samt på Skallingen og ved Marbæk. Det kuperede terræn gør, at du finder mere variation i klitheder end i indlandsheder, og derfor er de tilholdssted for sjældne arter af laver.



Foto: John Frikke

STRANDE

Strandene er næringsfattige med få fastboende dyrearter, men de er vigtige yngleområder for måger og vadefugle. Resten af året er de vigtige rasteplasser og fødesøgningspladser især ved isvintre. Særligt de vestvendte strande er vigtige rasteplasser og fødesteder.



Foto: Lars Maltha Rasmussen

VADER OG TIDEVANDSRENDER

Det er betegnelser for det landskab, du finder mellem øerne og fastlandet samt på de vestvendte strande på de store øer. Vaderne er tørlagte to gange i døgnet. Det medfører store temperatursvingninger, så kun de meget hårdføre dyr kan leve her.

Når vi har hunden med i naturen



Nationalparkens storslåede natur indbyder til mange dejlige gåture. Det gælder både for os mennesker og måske især for vores hunde, som får mange flere oplevelser ved en gåtur i naturen frem for i parcelhuskvarteret.

For at vi bedst mulig kan tage vare på naturen, når vi nyder den sammen med vores firbenede venner, har vi lavet en række enkle råd:

- Vi husker på, at menneskets bedste ven som udgangspunkt skal være i snor i naturen, ligesom i byerne. Hvis hunden skal løbe fri, tager vi den med en tur i en af de mange hundeskove.
- Vi ved, at snoren som udgangspunkt skal være halvanden meter lang, helst ikke meget længere end det. Til gengæld bestemmer vi helt selv farven.
- I vinterhalvåret må vi godt lade hunden lege uden snor på de fleste strande (se kortet). Om sommeren må den være uden snor i vandet og op til den daglige lavvandslinje.
- Vi holder hunden væk fra Blå Flag-strandene (200 meter fra flaget). Hvis vi kommer forbi alligevel, går vi hurtigt videre, længst muligt fra vandet.
- Vi tager selvfølgelig altid posen med, når vi samler op efter hunden.
- Faktisk samler vi det affald op, vi finder i naturen, og tager det med. Også selvom det ikke er vores eget.

- Vi lader ikke hunden jage fugle i luften ved stranden. Det stresser dem og øger deres energiforbrug på et sårbart tidspunkt.

- Vi tager hensyn til, at ikke alle er lige begejstrede for firbenede gæster med en kold snude – også selvom vores hund gerne vil være bedste venner med alle på dens vej.

- Vi laver altid aftaler med lodsejere, hvis hunden skal færdes på privat jord.
- Vi følger hundeloven, også når vi er i hundeskovene: Hvis man ikke kan kalde hunden til sig, må den have snor på.

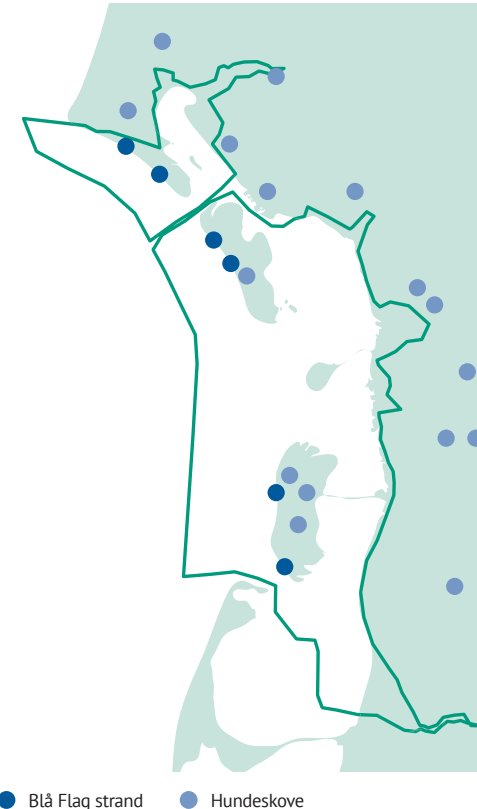
HVEM OG HVAD MØDER DU

På strandene: marehalm og sandhjelme, rastende sælunger – også kaldet hylere, måger, vadefugle, terner og strandtudser, samt strandskader og sandløbere.

I klitterne: sjældne klit-limurt og hollandsk hul-læbe. Østpå er der mosser og laver, samt hedelyng, revling og fx blåmunke. Strandskader, sandløbere, terner og en masse insekter, hugorme, strandtudser og markfirben. På Fanø er der vilde kaniner.

Klitheder: sandhjelme, mange arter af laver, lilla hedelyng, samt klokkeling, revling og mosebølle, klokkeensian og den yndige ensian blåfugl, og solduggen. Sjældne fugle som fx mosehornsuglen og hedehegen, samt bynkefugl og rørdrum. Rådyr, og kronhjorte i den nordlige del af nationalparken blandt andet på Fanø.

I plantagerne: bjerg- og skovfyr, dog delvist birke- og egetræer og orkideen maj gøgeurt. Nat-ravn, rødrygget tornskade og ravne, samt rådyr



● Blå Flag strand ● Hundeskove

Sådan kommer du ud

På Hundeskove.dk finder du en oversigt over hundeskove i hele Danmark samt en beskrivelse af faciliteterne. Hjemmesiden findes også som en app. Friluftsrådet står for certificeringen af Blå Flag-strande og Badepunkter – her kan du læse mere om ordningen: friluftsradet.dk/blaa-flag-strande.

Naturstyrelsen har lavet en suveræn oversigt over friluftsmuligheder på statens arealer, med faciliteter og seværdigheder, såvel som ruter og gode råd til at være i naturen. Kortet finder du her: udinaturen.dk. Husk at ikke alle områder i nationalparken er statsejede, men Friluftsrådet har lavet en super oversigt over adgang til privatejede naturområder her www.oplevmere.nu.

APPS
Hundeskove
DMI/YR

og grævlinger. I den nordlige del af parken og på Fanø er der også kronhjorte.

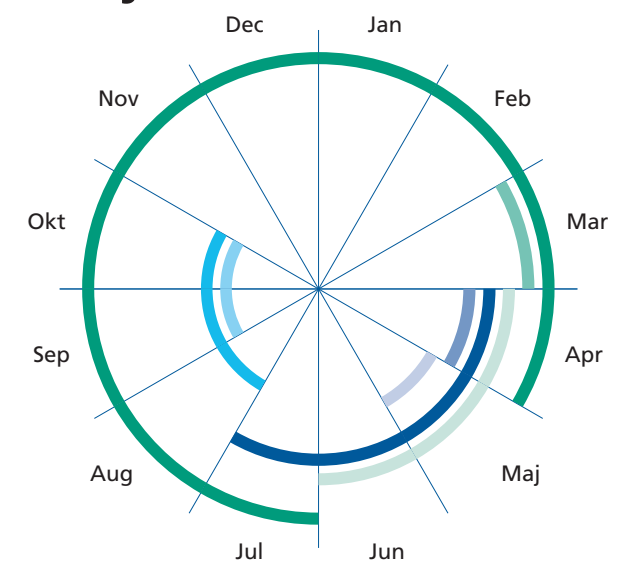
På strandengene: uafgræssede: stikløs kilebæger, strandasters, tætblomstret hindebæger og strandmalurt. Tagrør samt strandkogleaks og strandasters. Afgræssede: strandannelgræs, strandgåsefod og strandvejbrede, og i de tørre områder rølliker, engelsk græs og hvidkløver. Over 1500 arter af hvirvelløse dyr (fx edderkopper og bladlus), klyder, strandskader og rødben, samt knortegæs og pibeænder

Varde Ådal: sjældne blå kærhøg, engsnarre og sydlige blåhalse. Trækfugle og svømmeænder, samt viber, rørdrum, store kobbersnepper og gule vipstjerter. I åerne: truede plante- og dyrearter som snæbel, laks og flere arter af lampretter. Og nogle gange oddere.

Søerne i Tøndermarsken: sortternen. Rudbøl Sø: mange fiskearter. Lakolk Sø: vand- og sumpfugle som fx rørdrum, gråstrubet lappedykker og skægmejse samt vadefugle som fx ryler, rødben og hvidklirer.

Kulturlandskaber: på digerne er der ofte får og gæs. I marsken viber, store kobbersnepper, gæs og sydlige blåhals. I grøfterne sjældne planter som brudelys.

Årshjul



● Rastende fugle ● Indtrækket fra syd begynder ● Kolonirugende fugle
● Ynglende fugle på stranden ● Stort indtræk fra syd ● Rådyrparring
● Trækfugle ● Kronhjorte i brunst

Når vi cykler i naturen



▲ Foto: Thomas Høyrup Christensen, Frame & Work

En af de bedste måder at komme rundt på, og samtidig komme tæt på både havet og marsken, er på to hjul. Og vi har nærmest ingen bakker herude, så turen er overkommelig for både øvede og nybegyndere på cykel.

Nedenfor får du en række tips, som vi har lavet for at minde os selv og hinanden om, hvordan vi passer godt på naturen og får den bedste oplevelse, når vi cykler:

- Vi følger færdselsloven – også i naturen.
- Når vi cykler i skove og plantager, giver vi plads til andre trafikanter og holder os derfor til cykelstier og undgår ridestier, dyreveksler, trampestier og skovbunden.
- Vi er opmærksomme på dyr og fugles yngleperioder og fourageringstider. F.eks. undgår vi at cykle i skoven ved skumringstid, da det kan forstyrre mange af dyrene.
- Når vi cykler på markveje og i private skove, holder vi os altid til stierne.
- Vi undgår at cykle på fortidsminder, gravhøje, diger og på klitterne ved strandene, ligesom vi
- også kører i en bue uden om udyrkede marker, moser, strandenge, og markskel.
- Vi cykler sammen, når vi er ude på mountainbiken, og vi husker hjelm, telefon og identitetspapirer.
- Hvis det er meget vådt, holder vi os til skovvejene.
- Vi viser hensyn over for de andre trafikanter i naturen og er derfor gode til at sænke tempoet og bruge klokken i god tid.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle og sæler, som forbrænder livsvigtig energi, hver gang de bliver skræmt og drives i havet eller i luften.
- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager ud på tur.

Sådan kommer du ud

Nationalparken har samlet cykelruter ved den danske og nordslesvigske del af Vadehavet i en guide med tilhørende fysiske kort. De fysiske kort er gratis og kan fås hos Nationalpark Vadehavet ved at skrive til vadehavet@danmarksnationalparker.dk eller hos vores partnere.

Hos vejdirektoratet kan du finde detaljerede kort over de nationale cykelruter: trafikkort.vejdirektoratet.dk/index.html?usertype=3

Naturstyrelsen har lavet en suveræn oversigt over friluftsmuligheder på statens arealer, med faciliteter og seværdigheder, såvel som ruter og gode råd til at være i naturen. Kortet finder du her: udinaturen.dk. Husk at ikke alle områder i nationalparken er statsejede, men Friluftsrådet har lavet en super oversigt over adgang til privatejede naturområder her www.oplevelsmere.nu

Friluftsrådet har lavet en let tilgængelige oversigt over adgang for cykler i Danmarks natur: www.oplevelsmere.nu/hvor-ma-jeg-pa-cykel

MOUNTAINBIKING:

På Naturstyrelsens hjemmeside kan du læse mere om mountainbiking på statens arealer = mountainbike kodekset naturstyrelsen.dk/naturopelvelser/aktiviteter/mountainbike/ og på rideon.dk finder du en opdateret oversigt over mountainbikespor i Danmark.

APPS

Alltrails

Endomondo

Singletracker

DMI/YR

St Johns Ambulance first aid for cyclists (appen er kun på engelsk)

HVEM OG HVAD MØDER DU

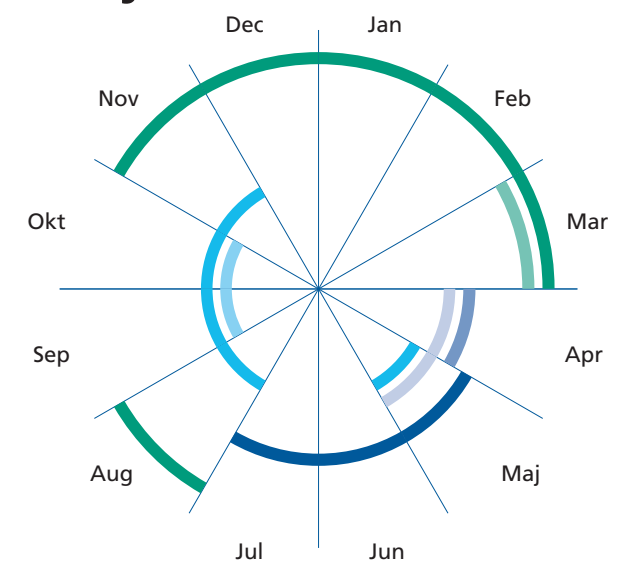
På strandene: marehalm og sandhøjle, rastende sælunger – også kaldet hylere, måger, vadefugle, terner og strandtudser, samt strandskader og sandløbere.

I plantagerne: bjerg- og skovfyr, dog delvist birke- og egetræer og orkideen maj-gøgeurt. Natravn, rødrygget tornskade og ravne, samt rådyr og grævlinger. I den nordlige del af parken og på Fanø er der også kronhjorte.

Varde Ådal: sjældne blå kærhøg, engsnarre og sydlige blåhalse. Trækfugle og svømmeænder, samt viber, rødtrum, store kobbersnepper og gule vipstjerter. I åerne: truede plante- og dyrearter som snæbel, laks og flere arter af lampretter. Og nogle gange oddere.

Kulturlandskaber: på digerne er der ofte får og gæs. I marsken viber, store kobbersnepper, gæs og sydlige blåhals. I grøfterne sjældne planter som brudelys.

Årshjul



- Rastende fugle
- Indtrækket fra syd begynder
- Ynglende fugle på stranden
- Stort indtræk fra syd
- Rådyrparring
- Trækfugle
- Kronhjorte i brunst

Når vi er på ridetur i naturen



Foto: Torsten Köhler

Langs Vadehavet finder du mange muligheder for at komme rundt til hest og se den spektakulære natur fra en sadel. Vi har nemlig kilometervis af afmærkede ridestier og strande med masser af plads.

For at du skal få den bedst mulige oplevelse på hesteryg og samtidig være med til at passe godt på naturen, har vi lavet en række tips til rideturen:

- Vi tilpasser ridningen efter det underlag, vi rider på: Regn kan gøre mange veje, grusveje og stier bløde og nemme at ødelægge.
- Vi undgår at ride på de områder af vejen, hvor cyklisterne kører. I stedet rider vi helt ude i vej-siden eller i midterterrassen.
- Vi tager hensyn, så der er plads til, at alle kan få en god oplevelse i naturen.
- Vi er opmærksomme på dyr og fugles yngleperioder og fourageringstider. F.eks. undgår vi at ride i skoven ved skumringstid, da det kan forstyrre mange af dyrene her.
- Vi er ekstra opmærksomme, når vi passerer folde med dyr, og vi skridter forbi, hvis vi er usikre på, hvordan de reagerer.
- Vi undgår at ride på diger, fortidsminder og andre kulturlandskabsselementer.
- Vi parkerer hestetraileren et sted, hvor den ikke er til gene for andre friluftsb brugere.
- Vi rider kun på strande og klitfredede arealer, hvis der er lovlig adgang – dvs. hvis vi kan komme til stranden af veje og stier, hvor ridning er tilladt. Vi holder os mindst 100 meter fra vandkanten og rider uden om bevoksninger.
- Vi undlader at ride på strandområder, der er udpeget til aktiviteter som eksempelvis strandsejlad, da det kan forskrække hesten og forstyrre andre friluftsb brugere.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle og sæler, som forbrænder livsvigtig energi, hver gang de bliver skræmt og drives i havet eller i luften.
- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager ud på tur, og vi tilpasser vores ridetempo.



Foto: Bente Bjerrum

Sådan kommer du ud

Der findes mange fantastiske steder at ride ved Vadehavet, enten på strandene eller på et af de afmærkede spor. Sporene kan du blandt andet finde (og opdatere) på ride-spor.dk eller udinaturen.dk hvor du også kan finde en masse andre gode forslag til aktiviteter på statens arealer.

Friluftsrådet har samlet alle informationer om adgangsforholdene i den danske natur her: oplevelsmere.nu.

APPS
DMI/YR
Alltrails

HVEM OG HVAD MØDER DU

På strandene: marehalm og sandhjælme, rastende sælunger – også kaldet hylere, måger, vadefugle, ternere og strandtudser, samt strandskader og sandløbere.

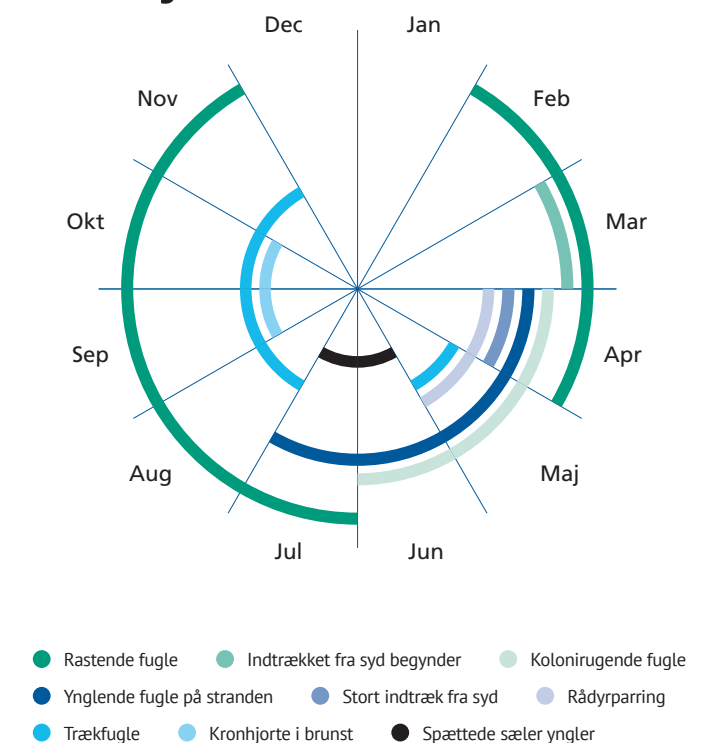
Varde Ådal: sjældne blå kærhøg, engsnarre og sydlige blåhalse. Trækfugle og svømmeænder, samt viber, rørdrum, store kobbersnepper og gule vipstjerter. I åerne: truede plante- og dyrearter som snæbel, laks og flere arter af lampretter. Og nogle gange oddere.

Søerne i Tøndermarsken: sortternen. Rudbøl Sø: mange fiskearter. Lakolk Sø: vand- og sumpfugle som fx rørdrum, gråstrubet lappedykker og skægmejse samt vadefugle som fx ryler, rødben og hvidklirer.

I klæggrave: gæs, ænder og vadefugle, og saltvandsfiskene hundestejler, kutlinger og ål.

Kulturlandskaber: på digerne er der ofte får og gæs. I marsken viber, store kobbersnepper, gæs og sydlige blåhals. I grøfterne sjældne planter som brudelys.

Årshjul



Når vi er ude at vandre i naturen



▲ Foto: Thomas Høyrup Christensen, Frame & Work

Når du er på vandretur, kan du virkelig komme tæt på noget af den unikke og vilde natur, som er med til at gøre Nationalpark Vadehavet til noget særligt. Og heldigvis har vi mange fantastiske vandreruter, hvor der er garanti for både stilhed, fordybelse og masser af horisont.

Her får du en række tips til, hvordan vi både passer bedst muligt på nationalparken og får den bedste oplevelse, når vi er ude og opleve den til fods:

- Vi bruger de mange fantastiske stier, som viser både natur og kultur fra deres bedste side – og på den måde undgår vi også at fare vild.
- Vi respekterer, at visse områder kan være afspærrede i forbindelse med fuglenes yngletid.
- Vi undlader at færdes på diger, medmindre der er anlagt sti og skiltet ved diget.
- Vi sanker spiselige planter og svampe til eget brug, men undlader at plukke blomster og freddede planter.
- Vi undlader at tænde bål i bevoksede områder eller på steder med bålforbud – andre steder nyder vi gerne en kop bålcaffe ved ilden.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.

- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle og sæler, som forbrænder livsvigtig energi, hver gang de bliver skræmt og drives i havet.

- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager ud på tur.

HVEM OG HVAD MØDER DU

På strandene: marehalm og sandhjælme, rastende sælunger – også kaldet hylere, måger, vadefugle, ternere og strandtudser, samt strandskader og sandløbere.

I klitterne: sjældne klit-limurt og hollandsk hullæbe. Østpå er der mosser og laver, samt hede-lyng, revling og fx blåmunke. Strandskader, sandløbere, ternere og en masse insekter, hugorme, strandtudser og markfirben. På Fanø er der vilde kaniner.

Klitheder: sandhjælme, mange arter af laver, lilla hedelyng, samt klokkelyg, revling og mosebølle, klokkeensian og den yndige ensian blåfugl, og solduggen. Sjældne fugle som fx mosehornsgulen og hedehøgen, samt bynkefugl og rødtrum. Rådyr, og kronhjorte i den nordlige del af nationalparken blandt andet på Fanø.

I plantagerne: bjerg- og skovfyr, dog delvist birke- og egetræer og orkideen maj gøgeurt. Natravn, rødrygget tornskade og ravne, samt rådyr og grævlinger. I den nordlige del af parken og på Fanø er der også kronhjorte.



▲ Foto: Thomas Høyrup Christensen, Frame & Work

Sådan kommer du ud

Nationalparken har samlet vandreruter ved den danske og nordslesvigske del af Vadehavet i en app: [Wadden Sea Explorer](#).

På Naturstyrelsens hjemmeside kan du finde en oversigt over alle vandreruter på statens arealer: [naturstyrelsen.dk/naturoplevelser/aktiviteter/vandreruter](#).

I 2019 åbnede Marskstien i Tønder Marsken. Kort og beskrivelse af ruten finder du her: [toendermarsken.dk/marskstien/kort](#).

Du kan med fordel planlægge din tur inden via fx [udinaturen.dk](#) og [IFORM](#) eller via Dansk Vandrelag [dvl.dk/vandring/danmark](#).

Naturstyrelsen har lavet en suveræn oversigt over friluftsmuligheder på statens arealer, med faciliteter og seværdigheder, såvel som ruter og gode råd til at være i naturen. Kortet finder du her: [udinaturen.dk](#). Husk at ikke alle områder i nationalparken er statsejede, men Friluftsrådet har lavet en super oversigt over adgang til privatejede naturområder her [www.oplevelsmere.nu](#).

APPS

[Wadden Sea Explorer](#)

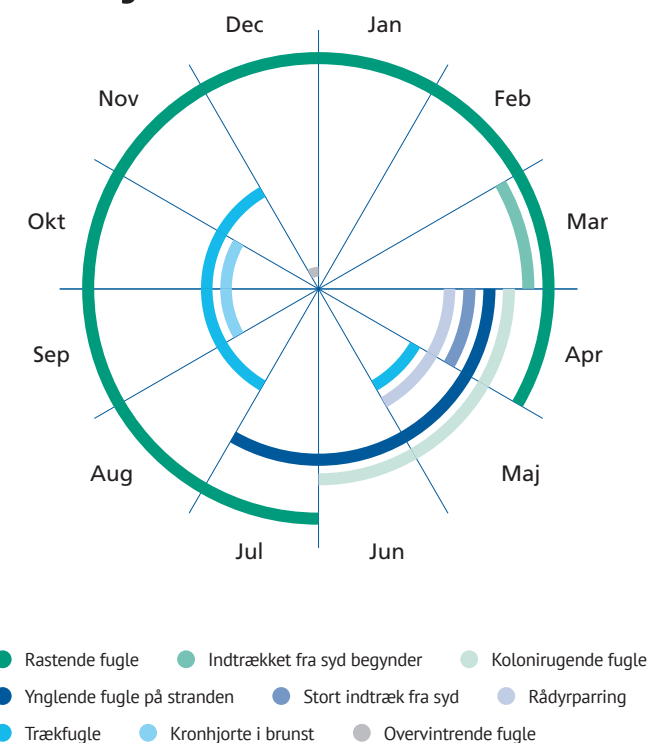
[Viewranger](#)

[Alltrails](#)

[Endomondo](#)

[DMI/YR](#)

Årshjul



På strandengene: uafgræssede: stikløg kilebæger, strandasters, tætblomstret hindebæger og strandmalurt. Tagrør samt strandkogleaks og strandasters. Afgræssede: strandannelgræs, strandgåsefod og strandvejbred, og i de tørre områder rølliker, engelskgræs og hvidkløver. Over 1500 arter af hvirvelløse dyr (fx edderkopper og bladlus), klyder, strandskader og rødben, samt knortegæs og pibeænder

Varde Ådal: sjældne blå kærhøg, engsnarre og sydlige blåhalse. Trækfugle og svømmeænder, samt viber, rødtrum, store kobbersnepper og gule vipstjerter. I åerne: truede plante- og dyrearter som snæbel, laks og flere arter af lampretter. Og nogle gange oddere.

Søerne i Tøndermarsken: sortternen. Rudbøl Sø: mange fiskearter. Lakolk Sø: vand- og sumpfugle som fx rødtrum, gråstrubet lappedykker og skægmejse samt vadefugle som fx ryler, rødben og hvidklirer.

I klæggrave: gæs, ænder og vadefugle, og saltvandsfiskene hundestejler, kutlinger og ål.

Kulturlandskaber: på digerne er der ofte får og gæs. I marsken viber, store kobbersnepper, gæs og sydlige blåhals. I grøfterne sjældne planter som brudelys.

Når vi er på jagt



▲ Foto: Peter Lassen

Jagt er en vigtig del af naturplejen i Danmark, hvor jægerne bl.a. er med til at sikre ynglefuglenes succes ved at regulere rovdyr såsom råger og mårhunde, som spreder sig til områder, hvor de skader de oprindelige arter.

Nedenfor finder du nogle få enkle tips til, hvordan vi kan være med til at passe bedst muligt på naturen, når vi går på jagt i den:

- Vi går altid på jagt i overensstemmelse med gældende lovgivning og de jagtetske retningslinjer. Og vi jager ikke, hvor det er til indlysende ulempe for andre.
- Vi går ikke på jagt i perioder eller områder, hvor vildtet er trængt – f.eks. i isvintre, i områder med hegn eller de steder og tidspunkter, hvor vandfugle fælder svingfer.
- Vi tager hensyn til hele naturen omkring os – også den, der ikke kan skydes. Vi befinder os nemlig i et af Danmarks mest særlige naturområder.
- Vi respekterer og forstår, at vi ikke er alene om at bruge naturen. Derfor er vi venlige, når vi møder andre i naturen, og vejleder og forklarer frem for at irretesætte unødigt.
- Vi opsætter vejledende skilte til andre friluftsbbrugere, når vi afholder jagt i skoven.
- På strand- og havjagt holder vi forsvarlig afstand til andre – både jægere og andre friluftsbbrugere. Vi anvender moderne sikkerhedsudstyr, tager ingen unødige chancer og følger anbefalinger fra Søsportens Sikkerhedsråd.
- Vi anvender røde hattebånd eller anden synlig beklædning.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget. Det gælder selvfølgelig også vores patronhylstre.

- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor unødigt at forstyrre fugle og sæler, som forbrænder livsvigtig energi, hver gang de bliver skræmt og drives i havet og i luften.

- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager på jagt.

Læs alle Miljøstyrelsens jagtetske regler på mst.dk/friluftsliv/jagt/om-at-gaa-paa-jagt/jagtetske-regler.

HVEM OG HVAD MØDER DU

Vader og tidevandsrender: Ved lavvande: børsteorme, muslinger og snegle. Vadeugle, ænder, måger og gæs. Truede planter som ålegræs

Ved højvande: fiskeyngel af fladfisk, multe, sild og hesterejer. Laks, havørred og lampretter og sælfølgelig sæler. For sæler, vadeugle og måger er højsandene nogle af de vigtigste yngle- og rasteplasser i Vadehavet.

På strandene: marehalm og sandhjælme, rastende sælunger – også kaldet hylere, måger, vadeugle, tern og strandtudser, samt strandskader og sandløbere.

I klitterne: sjældne klit-limurt og hollandsk hullæbe. Østpå er der mosser og laver, samt hedelyng, revling og fx blåmunke. Strandskader, sandløbere, tern og en masse insekter, hugorme, strandtudser og markfirben. På Fanø er der vilde kaniner.

Klitheder: sandhjælme, mange arter af laver, lilla hedelyng, samt klokkelyng, revling og mosebølle, klokkeensian og den yndige ensian blåfugl, og solduggen. Sjældne fugle som fx mosehornslugen og hedehegen, samt bynkefugl og rørdum. Rådyr, og kronhjorte i den nordlige del af nationalparken blandt andet på Fanø.

I plantagerne: bjerg- og skovfyr, dog delvist birke- og egetræer og orkideen maj gøgeurt. Natravn, rødrygget tornskade og ravne, samt rådyr og grævlinger. I den nordlige del af parken og på Fanø er der også kronhjorte.

På strandengene: uafgræssede: stiklæs kilebæger, strandasters, tætblomstret hindebæger og strand-

FAKTA

Sæson for jagt

Bukkejagt 16. maj – 15. juli

Rådyrjagt 01. oktober – 31. januar

Kronhjort (Fanø) 2. lørdag og søndag i december og 2. lørdag og søndag i januar

Kronhjort (Varde) Kronhjort større end spidshjort: 01.09-15.09 og 16.10-15.12

Kronspidshjort 01.09-31.01

Kronhind 1.10 - 31.01

Kronkalv 01.09-29.02

Andefugle (gæs og ænder) Fra 01.09 og varierende frem til 31.01

Vadeugle Fra 01.09 og varierende til 31.01

Invasive arter må reguleres hele året. Nationalpark Vadehavet samarbejder med lokale jægerforeninger ifm prædationsjagt.

Læs alle informationer om jagttider på www.jaegerforbundet.dk/jagt/regler-og-sikkerhed/jagttider

Sådan kommer du ud

Det er tilladt at gå på jagt ved Vadehavet og en oversigt over jagtforholdene finder du i kapitel 3 i Bekendtgørelse om fredning og vildtreservat i Vadehavet: www.retsinformation.dk/eli/lt/2007/867.

Vadehavet er en del af Kreds 4 www.jaegerforbundet.dk/kredse/kreds-4 i Danmarks Jægerforbund, og en repræsentant fra Danmarks Jægerforbund er fast medlem af nationalparkens bestyrelse. Du kan læse mere om bestyrelsen på nationalparkvadehavet.dk/om-nationalpark-vadehavet/organisation. Derudover har nationalparken et samarbejde med lokale jægere og Danmarks Jægerforbund omkring prædationsregulering til gavn for blandt andet fuglelivet ved Vadehavet. Med i projektet er også Dansk Ornitologisk Forening, Danmarks Naturfredningsforening, Vadehavskommunerne og Naturstyrelsen.

Danmarks Jægerforbund og Danmarks Sportsfiskerforbund har samarbejdet om undervisningsmaterialer til børn og unge omkring jagt og fiskeri – informationer og materialerne finder du på bliv-naturligvis.dk.

APPS

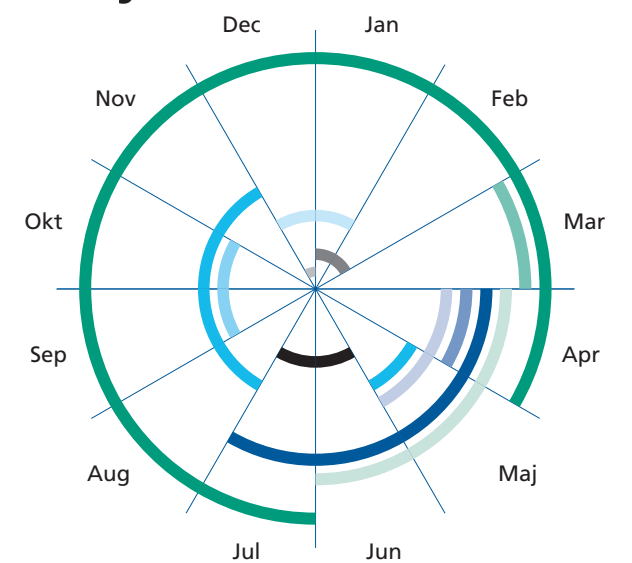
Wehunt

Jagt og Jæger

DMI/YR

TIDES

Årshjul



- Rastende fugle
- Indtrækket fra syd begynder
- Kolonirugende fugle
- Ynglende fugle på stranden
- Stort indtræk fra syd
- Rådyrparring
- Trækfugle
- Kronhjorte i brunst
- Gråsæler yngler
- Spættede sæler yngler
- Overvintrende havørne
- Overvintrende fugle



▲ Foto: Thomas Højrup Christensen, Frame & Work

Når vi er på fuglekiggeri

Vadehavet er både levested, rasteplass og spisekammer for millioner af fugle, og du har derfor mulighed for store fugleoplevelser hele året rundt.

Her har vi samlet en række tips til, hvordan vi får den bedste oplevelse, når vi skal ud og kigge på fugle, samtidig med at vi tager mest muligt hensyn til dem:

- Vi bliver på de mange stier og veje, som viser området og naturen fra deres bedste side.
- Vi bevæger os langsomt, udviser tålmodighed og undlader at støje unødvendigt.
- Vi respekterer, at visse områder kan være afspærrede i forbindelse med fuglenes yngletid.
- Vi er ekstra opmærksomme på stressadfærd, tegn på rastløshed og advarselskald fra fuglene og trækker os tilbage, hvis vi oplever dem.
- Vi benytter områdets eksisterende observationsfaciliteter.
- Vi anvender ikke akustiske hjælpemidler til at tiltrække fuglene – og slet ikke i yngletiden.
- Vi bruger ikke flash, når vi filmer eller fotograferer fugle, og vi bruger kun skjul og camouflagetelte efter nærmere aftale med lodsejeren.
- Vi flyver kun med droner, hvis det er godkendt af Trafik-, Bygge- og Boligstyrelsen.

- Når vi færdes i grupper, er vi særlig opmærksomme på at undgå forstyrrelser, og vi forbliver samlet frem for at spredes ud.

- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle og andre dyr unødigt.

- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.

HVEM OG HVAD MØDER DU

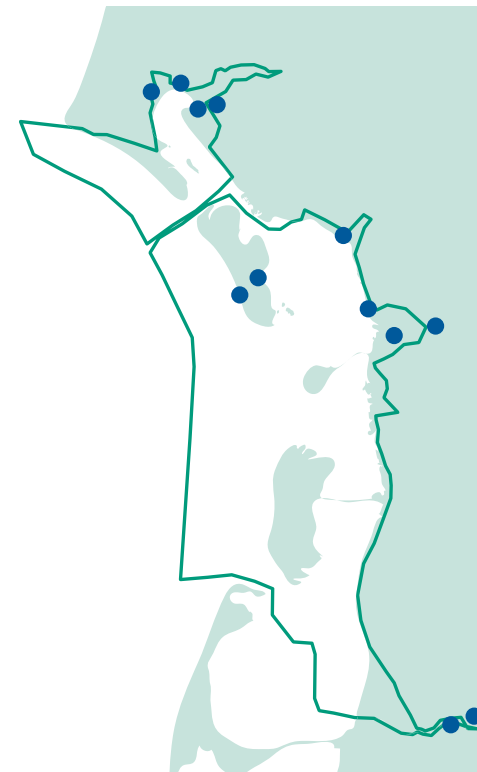
På strandene: marehalm og sandhøjme, rastende sælunger – også kaldet hylere, måger, vadefugle, tern og strandtudser, samt strandskader og sandløbere.

I klitterne: sjældne klit-limurt og hollandsk hullæbe. Øst på er der mosser og laver, samt hede-lyng, revling og fx blåmunke. Strandskader, sandløbere, tern og en masse insekter, hugorme, strandtudser og markfirben. På Fanø er der vilde kaniner.

Klitheder: sandhøjme, mange arter af laver, lilla hedelyng, samt klokkeling, revling og mosebølle, klokkeensian og den yndige ensian blåfugl, og solduggen. Sjældne fugle som fx mosehornsgul og hedehegen, samt bynkefugl og rødbrum. Rådyr, og kronhjorte i den nordlige del af nationalparken blandt andet på Fanø.

I plantagerne: bjerg- og skovfyr, dog gradvist birke- og egetræer og orkideen maj gøgeurt. Nat-ravn, rødrygget tornskade og ravne, samt rådyr og grævlinger. I den nordlige del af parken og på Fanø er der også kronhjorte.

På strandene: uafgræssede: stiklæs kilebæger, strandasters, tætblomstret hindebæger og



● Fugleskjul

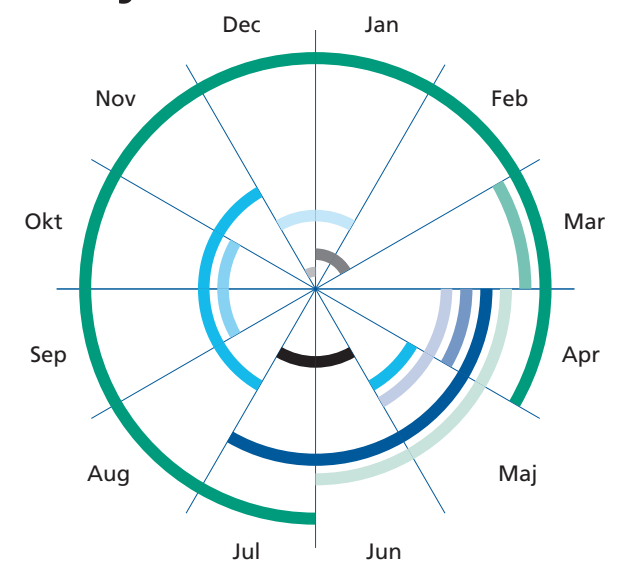
Sådan kommer du ud

Der findes en række fugleskjul og optimale udkigsposter ved Vadehavet, hvor du kan opleve nogle af de mange arter vi har ved Vadehavet. Det er selvfølgelig også muligt at opleve fuglene på strandene og vige- og parkeringspladser. Vis altid hensyn til lokale og andre billister, når du parkerer.

Naturstyrelsen har lavet en suveræn oversigt over friluftsmuligheder på statens arealer, med faciliteter og seværdigheder, såvel som ruter og gode råd til at være i naturen. Kortet finder du her: udinaturen.dk. Husk at ikke alle områder i nationalparken er statsejede, men Friluftsrådet har lavet en super oversigt over adgang til privatejede naturområder her oplevelsmere.nu.

APPS
DOF Fuglebog
Collins Bird Guide

Årshjul



- Rastende fugle
- Indtrækket fra syd begynder
- Kolonirugende fugle
- Ynglende fugle på stranden
- Stort indtræk fra syd
- Rådyrparing
- Trækfugle
- Kronhjorte i brunst
- Gråsæler yngler
- Spættede sæler yngler
- Overvintrende havørne
- Overvintrende fugle

strandmalurt. Tagrør samt strandkogleaks og strandasters. Afgræssede: strandannelgræs, strandgåsedefod og strandvejbrede, og i de tørre områder rølliker, engelskgræs og hvidkløver. Over 1500 arter af hvirvelløse dyr (fx edderkopper og bladlus), klyder, strandskader og rødben, samt knortegæs og pibeænder.

Varde Ådal: sjældne blå kærhøg, engsnarre og sydlige blåhalse. Trækfugle og svømmeænder, samt viber, rødbrum, store kobbersnepper og gule vipstjerter. I åerne: truede plante- og dyrearter som snæbel, laks og flere arter af lampretter. Og nogle gange oddere.

Søerne i Tøndermarsken: sortternen. Rudbøl Sø: mange fiskearter. Lakolk Sø: vand- og sumpfugle som fx rødbrum, gråstrubet lappedykker og skægmejse samt vadefugle som fx ryler, rødben og hvidklirer.

I klæggrave: gæs, ænder og vadefugle, og saltvandsfiskene hundestejler, kutlinger og ål.

I havet: sæler, marsvin og nogle gange øresvin. Svømme- og dykkeænderne som sortænder og edderfugle.

Kulturlandskaber: på digerne er der ofte får og gæs. I marsken viber, store kobbersnepper, gæs og sydlige blåhals. I grøfterne sjældne planter som brudelys.

Når vi overnatter i det fri

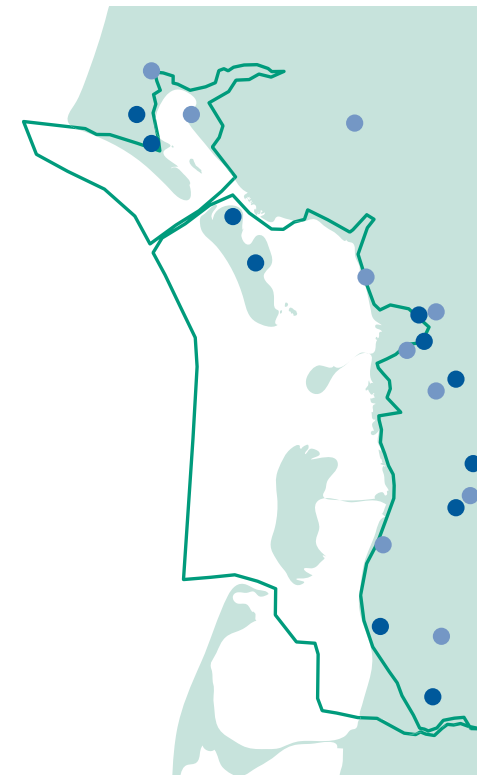


▲ Foto: Thomas Højrup Christensen, Frame & Work

Findes der noget bedre end at sove under åben himmel om sommeren? Heldigvis er der rig mulighed for at overnatte i det fri i både shelters og i telt i Naturstyrelsens plantager i og tæt ved Nationalpark Vadehavet.

Her får du 10 gode råd til, hvordan vi får den bedste oplevelse og samtidig passer på naturen, når vi overnatter i den:

- Vi booker i forvejen på de lejrpladser, hvor det er påkrævet.
- Vi tjekker Naturstyrelsens hjemmeside for at finde et af de mange skovområder, hvor der er fri overnatning i telt. Her følger vi "1, 2, 3"-reglen: Max 1 nat, max 2 telte, max 3-personers telt.
- Vi respekterer, at friteltning ikke gælder i kommunalt- eller privatejede skove og på de strandbredder, klitter, enge, moser, marker m.v. der indgår i skovene.
- Hvis vi sover på stranden, foregår det uden telt, og vi opholder os der maksimalt i 24 timer.
- Vi spørger om tilladelse hos ejeren, hvis vi vil slå telt op på privat ejendom.
- Vi laver kun åben ild på de dertil indrettede bålpladser. Ellers bruger vi et stormkøkken (Trangia eller lignende), hvor ilden er lukket inde, og kun på et ikke-brændbart materiale.
- Hvis vi er i kajak eller kano, bruger vi de mange steder langs kysten, hvor det er muligt at lægge til og få ly for natten ved flere kystnære lejrpladser.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle og andre dyr unødigt.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.
- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager ud i naturen.



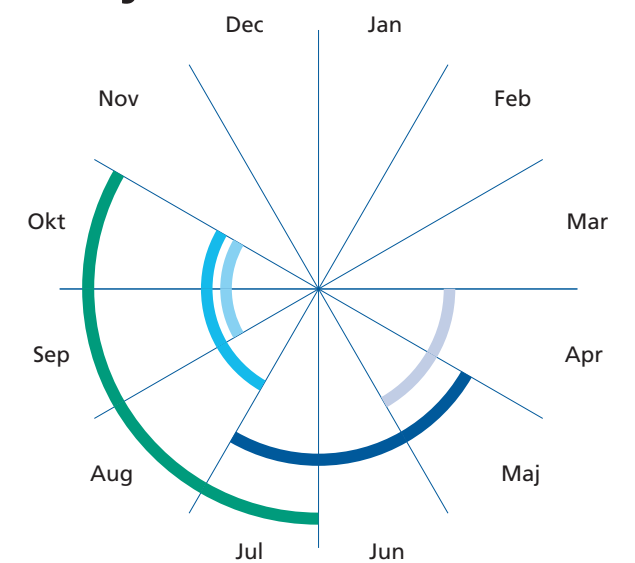
● Friteltning ● Shelters

Sådan kommer du ud

Naturstyrelsen har lavet en suveræn oversigt over friluftsmuligheder på statens arealer, med faciliteter og seværdigheder, såvel som ruter og gode råd til at være i naturen. Her finder du også de over 270 friteltningsmuligheder, der er i statens skove. Kortet finder du her: udinaturen.dk. Husk at ikke alle områder i nationalparken er statsejede, men Friluftsrådet har lavet en super oversigt over adgang til privatejede naturområder her oplevelmere.nu.

APPS
Alltrails
Shelter

Årshjul



- Rastende fugle
- Ynglende fugle på stranden
- Trækfugle
- Rådyrparring
- Kronhjorte i brunst

HVEM OG HVAD MØDER DU

På strandene: marehalm og sandhjælme, rastende sælunger – også kaldet hylere, måger, vadefugle, ternere og strandtudser, samt strandskader og sandløbere.

I klitterne: sjældne klit-limurt og hollandsk hullæbe. Østpå er der mosser og laver, samt hede-lyng, revling og fx blåmunke. Strandskader, sandløbere, ternere og en masse insekter, hugorme, strandtudser og markfirben. På Fanø er der vilde kaniner.

I plantagerne: bjerg- og skovfyr, dog delvist birke- og egetræer og orkideen maj-gøgeurt. Natravn, rødrygget tornskade og ravne, samt rådyr og grævlinger. I den nordlige del af parken og på Fanø er der også kronhjorte.

Når vi *sanker* i naturen



▲ Foto: Thomas Højrup Christensen, Frame & Work

Du har rig mulighed for at sanke stort set hele året rundt i og omkring Nationalpark Vadehavet. Hvis du endnu har til gode at sanke, kan du med fordel tage med på en af de mange sanketure, som arrangeres af lokale naturvejledere og guider.

Du kan begynde med disse enkle råd, som vi har lavet for at minde os selv og hinanden om, hvordan vi får den bedste oplevelse og samtidig passer på naturen, når vi sanker:

- Vi samler der, hvor det i forvejen er tilladt at være i naturen. Vi undgår at høste fra buske og træer, som er plantet på en andens ejendom.
- Vi samler ikke mere, end hvad der svarer til en fyldt bærepose. På strande samler vi kun, hvad vi kan bære uden hjælpemidler.
- Vi samler kun til eget brug, så andre også kan nyde oplevelsen af at finde og plukke mad i naturen.
- Vi graver kun planter op, hvis vi har fået tilladelse af ejeren, og vi holder os helt fra fredede planter.
- Vi må klippe grene og kviste af løvtræer, hvis de er over 10 meter høje, og vi samler grankogler fra skovbunden, ikke fra træerne. Vi må også klippe grene af væltede træer, hvis ikke det er træer til pyntegrønt og julepynt.
- Når vi samler svampe, har vi altid en kender eller en svampeguide med, og vi spiser kun svampe, som vi er helt sikre på ikke er giftige.
- Hvis vi samler østers, læser vi op på guiden til østersplukning eller tager med ud på en organiseret østerstur.

- Vi tjekker altid tidevandstabellerne, hvis vi går på jagt efter rav langs kysterne om vinteren eller efter stormvejr.

- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle og andre dyr unødigt.

- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.

- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager ud i naturen

HVEM OG HVAD MØDER DU

På strandene: marehalm og sandhjelme, rastende sælunger – også kaldet hylere, måger, vadefugle, terner og strandtudser, samt strandskader og sandløbere.

I klitterne: sjældne klit-limurt og hollandsk hullæbe. Østpå er der mosser og laver, samt hedelyng, revling og fx blåmunke. Strandskader, sandløbere, terner og en masse insekter, hugorme, strandtudser og markfirben. På Fanø er der vilde kaniner.

Klitheder: sandhjelme, mange arter af laver, lilla hedelyng, samt klokkeling, revling og mosebølle, klokkeensian og den yndige ensian blåfugl, og solduggen. Sjældne fugle som fx mosehornsgul og hedehegen, samt bynkefugl og rørdrum. Rådyr, og kronhjorte i den nordlige del af nationalparken blandt andet på Fanø.

I plantagerne: bjerg- og skovfyr, dog delvist birke- og egetræer og orkideen maj gøgeurt. Nat-ravn, rødrygget tornskade og ravne, samt rådyr og grævlinger. I den nordlige del af parken og på Fanø er der også kronhjorte.

På strandengene: uafgræssede: stikløs kilebæger, strandasters, tætblomstret hindebæger og strandmalurt. Tagrør samt strandkogeleaks og strand-

FAKTA

Sæson for sankning

Forår

Ramsløg, Skvalderkål, Strand-fladbælg, Strandarve, løgkarse, lægekogleare, strand-trehage, strand-kål, brændenælde, mælkebøtte

Sommer

Klit-rose, Strand-vejbred, Hyld, Gul-snerre, kveller, bær, kantarel, hesterejer, spiselig rørhat, mark champignon, strand-malurt, smalbladet timian

Efterår

Strand-asters, blæretang, stor trompetsvamp, revling, hassel, Tormertil, Havtorn, nødder

Vinter

Østers, østershat, fuglegræs, gul fløjsfod, blåmuslinger, blæretang, savtang

foedevarestyrelsen.dk/Foedevareer/planteliste/Sider/default.aspx

Sådan kommer du ud

Naturstyrelsen har lavet en suveræn oversigt over friluftsmuligheder på statens arealer, med faciliteter og seværdigheder, såvel som ruter og gode råd til at være i naturen. Kortet finder du her: udinaturen.dk. Husk at ikke alle områder i nationalparken er statsejet, men Friluftsrådet har lavet en super oversigt over adgang til privatejede naturområder her oplevelsmere.nu. Du kan også læse mere om sankning på Miljøstyrelsens hjemmeside mst.dk/friluftsliv/hvad-maa-jeg-i-naturen/hvad-maa-jeg-samle.

Adskillige af nationalparkens formidlingspartnere tilbyder forskellige sanketure. Herunder blandt andet Naturcenter Tønninggård, NaturKulturVarde, Sort Safari, Viden & Vaden, Vadehavssentret, Strandskaden, Vadehavssmedjen med flere. Hele listen af formidlingspartnere finder du på nationalparkvadehavet.dk/udvikling-og-samarbejde/partnerprogram/nationalparkpartnere/formidling.

APPS

Vild Mad

Byhøst

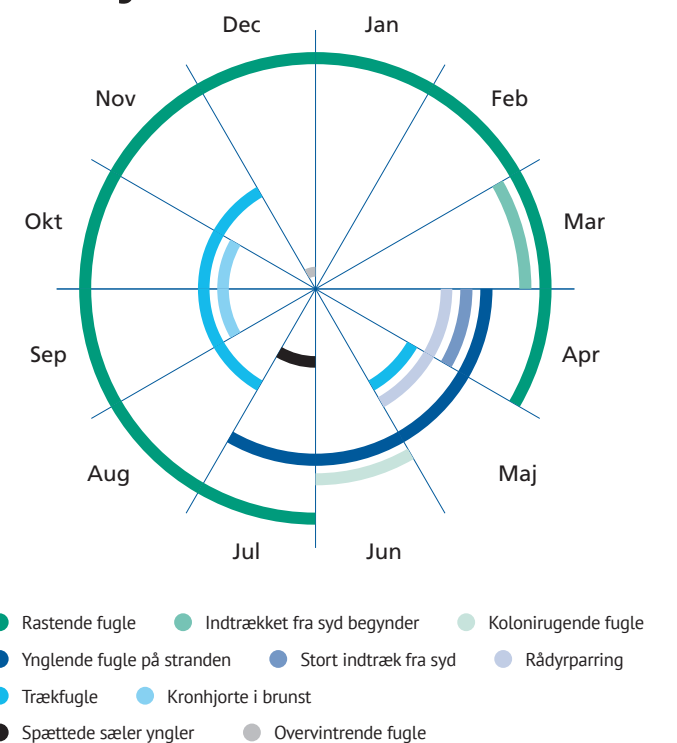
DMI/YR

Inaturalist

Shroomi

Danmarks
Svampeatlas

Årshjul



Når vi tager på stranden



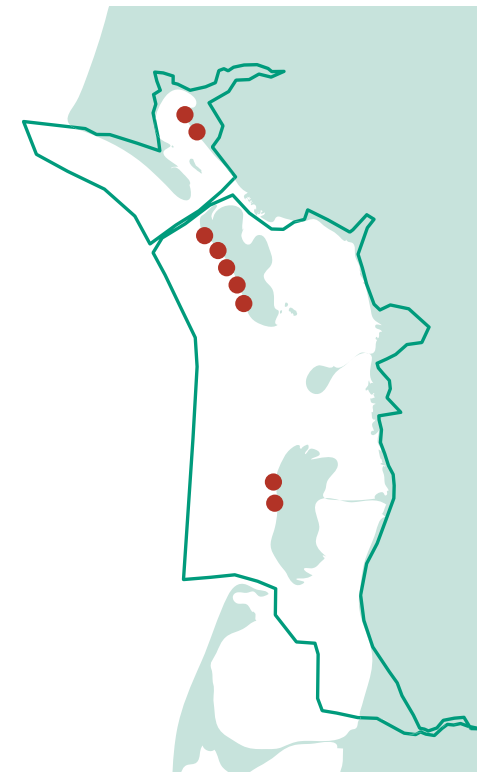
▲ Foto: Thomas Højrup Christensen, Frame & Work

Hvad enten den står på badetur på en højsommerdag eller en rask spadseretur i det ruskende oktobervejr, så har Nationalpark Vadehavet kilometer og atter kilometervis af strande. Faktisk har vi Danmarks bredeste af slagsen ved Sønderstrand på Rømø, ligesom nationalparkens strande generelt er kendt for deres badesikkerhed og høje badevandskvalitet.

Her får du vores tips til din strandtur, så den bliver så god som muligt for både dig, naturen og de andre strandgæster:

- Hvis vi er i bil på stranden, holder vi en hastighed på max 30 km/t – og vi er ekstra opmærksomme, da det kan være usikkert at køre på stranden.
- Vi viser altid hensyn og er opmærksomme, da strandene bliver brugt og nydt af mange forskellige frilftsbrugere året rundt.
- Vi respekterer, at Blå Flag-strande er hundefri zone, og at vores firbenede venner generelt holdes i snor på stranden og i klitterne i perioden fra 1. april til 30. september.
- Vi er ekstra opmærksomme, når vi færdes på de store strande på øerne ved Vadehavet. De kan nemlig blive oversvømmet af tidevandet og skabe forvirring omkring retning, særligt i tåget vejr og om natten.
- Hvis vi samler skaller og lignende på stranden, tager vi kun, hvad der svarer til en fyldt spand eller hat.
- Vi respekterer, at fiskeri på stranden kræver fiskekort – og vi læser i øvrigt op på guiden til lystfiskeri for yderligere information.
- Vi undlader at ride eller køre i klitterne.
- Hvis vi overnatter på stranden, foregår det uden telt, og vi undlader at tænde bål i bevoksede områder eller steder med bålforbud.
- Hvis vi har en robåd, må vi gerne trække den op på stranden for en kort stund. Både med motor lader vi blive i vandet.
- Medmindre det er udtrykkeligt forbudt på stedet, må vi godt nøgenbade på strandene.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle og andre dyr unødigt.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.
- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager afsted.

Læs om sikkerhed på havet på respektforvand.dk.



● Fugle og sæler der er sårbare

Sådan kommer du ud

Trygfondens respektforvand.dk er det bedste sted at lære meget mere omkring sikkerhed ved og i vandet.

Vi har adskillige Blå-Flag strande ved Vadehavet – oversigten og yderligere information finder du hos Friluftsrådet her: friluftsradet.dk/blaa-flag-strande.

Alle danske strande er nummereret – nummeret finder du på grønne skilte ved nedkørslen eller ude på stranden. Nummeret er både godt, når man skal finde venner og bekendte, men er især hjælpsomt i nødsituationer.

Naturstyrelsen har lavet en suveræn oversigt over friluftsmuligheder på statens arealer, med faciliteter og seværdigheder, såvel som ruter og gode råd til at færdes i naturen. Kortet finder du her: udinaturen.dk. Husk at ikke alle områder i nationalparken er statsejede, men Friluftsrådet har lavet en super oversigt over adgang til privatejede naturområder her: oplevelmere.nu.

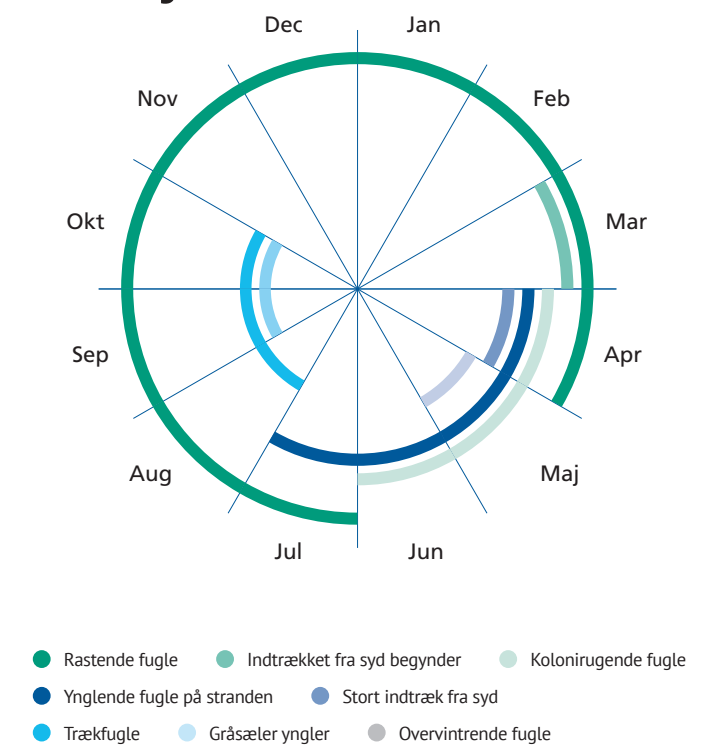
APPS
DMI/YR

HVEM OG HVAD MØDER DU

På strandene: marehalm og sandhjelme, rastende sælunger – også kaldet hylere, måger, vadefugle, terner og strandtudser, samt strandskader og sandløbere.

I klitterne: sjældne klit-limurt og hollandsk hullæbe. Østpå er der mosser og laver, samt hedyng, revling og fx blåmunke. Strandskader, sandløbere, terner og en masse insekter, hugorme, strandtudser og markfirben. På Fanø er der vilde kaniner.

Årshjul



Når vi er *aktive* på stranden



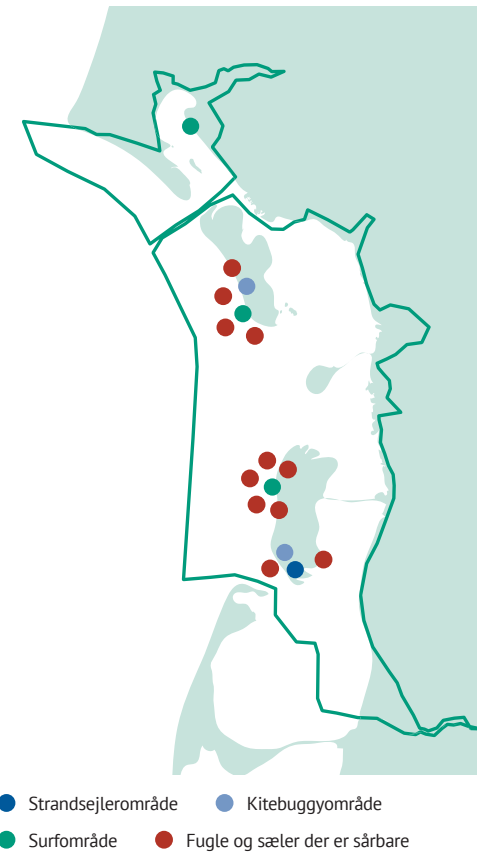
Foto: Thomas Høyrup Christensen, Frame & Work

De store, brede strande langs Vadehavet egner sig perfekt til at dyrke en lang række aktiviteter og udfolde sig fysisk. Her får du vores guide til, hvordan vi tager hensyn til både natur og andre strandgæster, når vi dyrker aktiviteter langs strandene:

- Vi undlader at flyve med drage i nærheden af yngleområderne på stranden – eller venter helt til ynglesæsonen er overstået i juli. De ynglende fugle opfatter nemlig dragerne som rovfugle.
- Vi overholder færdselsloven på de strande, hvor kørsel i bil og på cykel er tilladt, og respekterer altid hastighedsgrænsen på 30 km/t.
- Vi er opmærksomme på, at stranden kan ændre sig fra dag til dag og holder derfor øje med huller og løst sand.
- Vi undlader at opholde os eller udøve aktiviteter i de mest oplagte kørespor – biler kan nemlig kun køre på meget fast sand.

- Hvis vi bruger blowkarts eller strandsejlere, tjekker vi i forvejen, hvor det er tilladt, og vi holder os inden for de afmærkede områder.
- Vi viser altid hensyn til andre friluftsb brugere, som fx ryttere, der kan være uopmærksomme på aktivitetszoner på stranden.
- Vi kører kun ATV'er de steder, hvor også biler må køre.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle og andre dyr unødigt.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.
- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager afsted.

Læs om sikkerhed på havet på respektforvand.dk.



Sådan kommer du ud

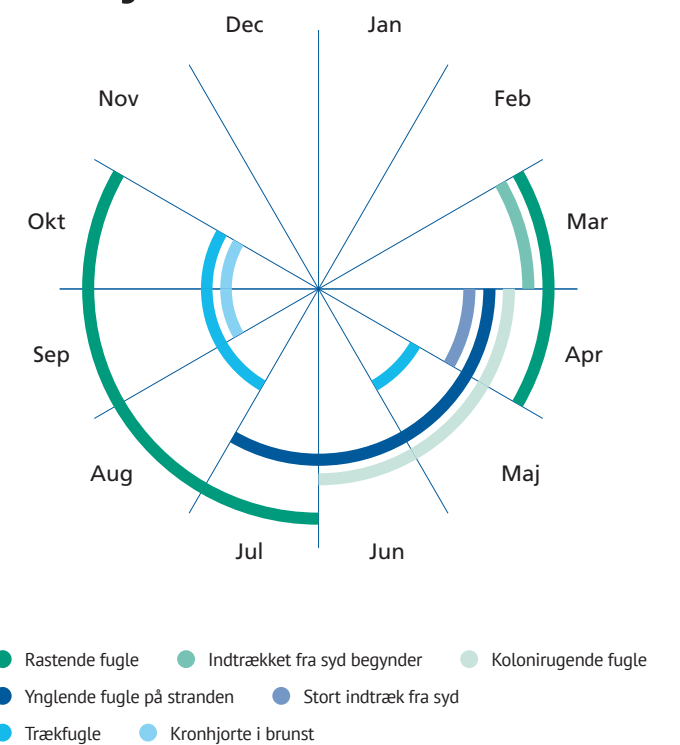
De store strande ved Vadehavet er oplagte legepladser for store som små. Med masser af plads, vind og fine, flade strande er der rige muligheder for en masse sjove aktiviteter. Af hensyn til hinanden (her også fuglelivet) er der lavet zoner for aktivitet på de statsejede strande. Zonerne kan du ikke se på kortet her – men læs mere om på Naturstyrelsens hjemmeside.

Den samme hjemmeside har også en suveræn oversigt over alle friluftsmuligheder på statens arealer, med faciliteter og seværdigheder, såvel som ruter og gode råd til at færdes i naturen. Kortet finder du her: udinaturen.dk. Husk at ikke alle områder i nationalparken er statsejede, men Friluftsrådet har lavet en super oversigt over adgang til privatejede naturområder her oplevelmere.nu.

Der findes adskillige aktører der kan hjælpe med instruktion og inspiration til nye oplevelser i de områder hvor aktiviteterne er tilladt. Bemærk disse opererer som regel kun i højsæsonen om sommeren. Samtidigt oversvømmes mange af strandene i vinterhalvåret på grund af stormene, hvilket gør at det er stort set umuligt af udøve disse aktiviteter.

APPS
DMI/YR
Windfinder
Windguru

Årshjul



Når vi er på *brætsejlad*



Du kan næsten altid regne med blæsevejr, når du er ved Vadehavet, hvilket giver rige muligheder for brætsejlad i alle afskygninger.

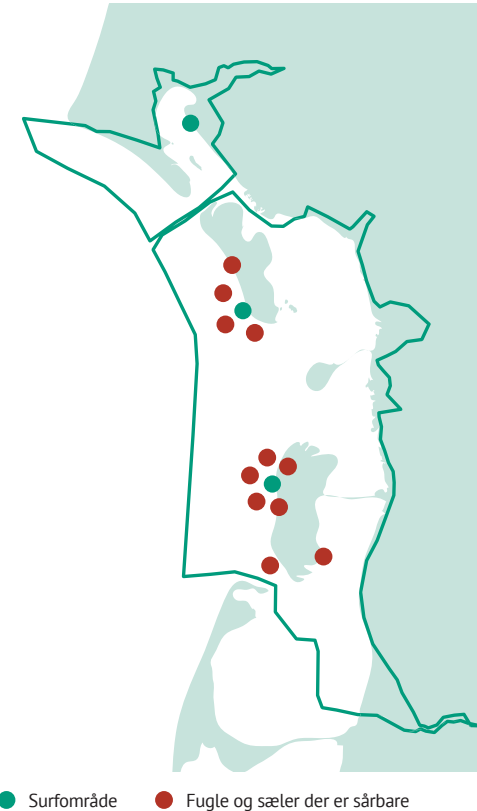
Her har vi samlet vores bedste tips til, hvordan vi får den bedste oplevelse og samtidig tager hensyn til både natur og andre gæster, når brættet skal luftes:

- Vi respekterer de andre brugere af havet og bruger de områder, der er udpeget til surfing, kite- og windsurfing.
- Vi pakker vores grej, når det ligger på stranden. Så risikerer det ikke at blæse væk eller genere andre.
- Vi undgår at pakke vores grej ud i klitter og på højsander, da disse områder er hjem for mange forskellige dyr og fugle og planter, som nemt kan beskadiges.
- Hvis vi tager ud i stormvejr, er vi ekstra opmærksomme på tidevandet, da strandene hurtig

tigt kan blive oversvømmet. Derfor er vi også forsigtige med, hvor vi parkerer bilen.

- Vi er ekstra forsigtige, hvis vi tager ud på havet i fralandsvind.
- Vi er opmærksomme på, at nedkøling også godt kan ske om sommeren.
- Vi bruger altid redningsvest.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle, sæler og andre dyr unødigt.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.
- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager ud på havet.

Læs om sikkerhed på havet på [respektforvand.dk](https://www.respektforvand.dk).



● Surfområde ● Fugle og sæler der er sårbare

Sådan kommer du ud

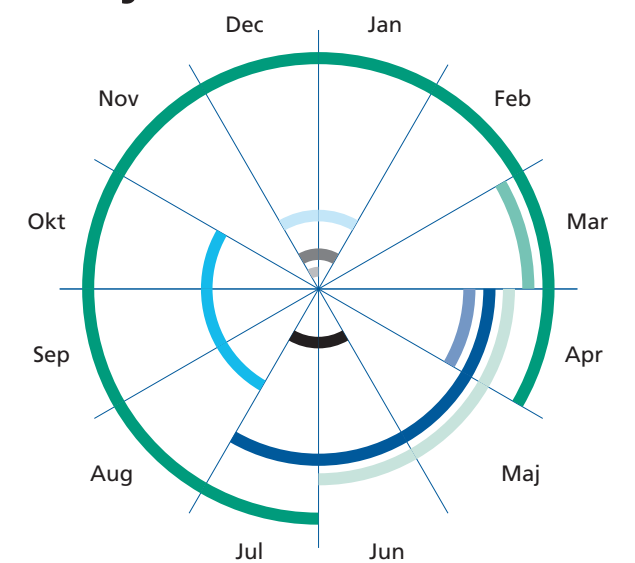
Der er lavet zoner for brætsejlad i Vadehavet, da stort set hele områdets natur er beskyttet natur. Zoneringerne kan du læse nærmere om på naturstyrelsens hjemmeside eller i deres folder Sejlad i Vadehavet her: naturstyrelsen.dk/media/nst/67612/vadehavet_A4.pdf

Trygfondens [respektforvand.dk](https://www.respektforvand.dk) er det bedste sted at lære meget mere omkring sikkerhed ved og i vandet.

Naturstyrelsen har lavet en suveræn oversigt over friluftsmuligheder på statens arealer, med faciliteter og seværdigheder, såvel som ruter og gode råd til at være i naturen. Kortet finder du her: udinaturen.dk. Husk at ikke alle områder i nationalparken er statsejet, men Friluftsrådet har lavet en super oversigt over adgang til privatejede naturområder her oplevelsmere.nu.

APPS
[Windfinder](#)
[TIDES](#)
[Sejlsikkert](#)

Årshjul



- Rastende fugle ● Indtrækket fra syd begynder ● Kolonirugende fugle
- Ynglende fugle på stranden ● Stort indtræk fra syd
- Trækfugle ● Gråsæler yngler
- Spættede sæler yngler ● Overvintrende havørne ● Overvintrende fugle

Når vi dyrker rosport



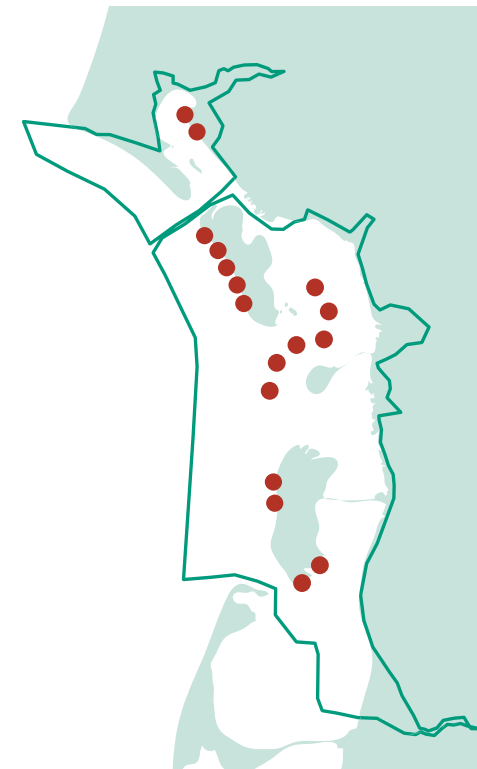
Når solen står højt, vandet er et spejl og horisontlinjen næsten er usynlig, er det en oplevelse i særklasse at ro rundt i Vadehavet. Men tidevandet gør, at det ikke er helt uden udfordringer trods det stille vejr.

Derfor har vi lavet en række tips til, hvordan vi får det bedste ud af sejlturen, samtidig med at vi tager hensyn til både natur og andre gæster:

- Vi ror altid sammen med andre.
- Vi har respekt for tidevandet, som i kombination med vinden kan være både udmattende og farlig. Derfor tjekker vi altid tidevandsprognosen, inden vi tager afsted.
- Vejret ved kysten kan ændre sig hurtigt og havgus, uvejr og skiftende vindretning kan være livsfarligt. Derfor tjekker vi altid DMI inden afgang.
- Møder vi sæler eller fugle på vores tur, sænker vi farten og undgår voldsomme bevægelser. Vi ror stille og roligt videre og nyder oplevelsen.
- Vi lander aldrig på sandbanker med rastende sæler, da vi risikerer, at sælunger bliver mast eller efterladt, ligesom vi risikerer at blive bidt af Danmarks største rovdyr.
- Vi bruger altid de udpegede landepladser, når vi skal i vandet, da det minimerer forstyrrelsen for dyr og fugle.

- Vi er realistiske og ror kun efter egne evner. Hvis vi er i tvivl eller mangler kendskab til området, ror vi ikke ud.
- Vi bruger altid redningsvist og den rigtige påklædning alt efter vejr og årstid, da det kan forhindre både nedkøling og dehydrering.
- Vi tager gerne farverigt tøj på, når vi ror – orange, gult og rødt er nemlig nemmere at se på vandet.
- Vi tjekker vores udstyr inden afgang – mobilen er et "must", ligesom lys om aftenen er nødvendigt.
- Vi undgår højsander og sandbanker, medmindre vi er i fare. De er nemlig vigtige rasteplasser for fugle og sæler.
- Hvis vi har brug for en kort pause, må vi gerne trække vores robåd op på stranden.
- Vi bruger kun de etablerede landepladser, hvis vi skal overnatte på vores kajaktur.
- Vi vasker vores udstyr af efter brug for at undgå at sprede arter til andre steder.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.

Læs om sikkerhed på havet på respektforvand.dk.



● Fugle og sæler der er sårbare

Sådan kommer du ud

Trygfondens respektforvand.dk er det bedste sted at lære meget mere om sikkerhed ved og i vandet.

Du kan også finde Naturstyrelsens guide til sejlads i Vadehavet her: naturstyrelsen.dk/media/nst/67612/vadehavet_A4.pdf.

På issuu.com/svuf/docs/havkajak/22 finder du en oversigt over kajakruter ved Vadehavet, samt beskrivelse af sværhedsgrader og de ting, du kan opleve. Bemærk, at der er områder, der er lukkede for færdsel i Vadehavet.

Naturstyrelsen har lavet en suveræn oversigt over friluftsmuligheder på statens arealer, med faciliteter og seværdigheder, såvel som ruter og gode råd til at være i naturen. Kortet finder du her: udinaturen.dk. Kortet viser både ruter, isætningssteder og rasteplasser for roere.

Husk at ikke alle områder i nationalparken er statsejede, men Friluftsrådet har lavet en super oversigt over adgang til privatejede naturområder her oplevelsmere.nu.

Det kan være en god ide at have en fugle-app på din telefon, så du kan spotte de forskellige fugle mens du er ude.

APPS
[Windfinder](#)
[TIDES](#)
[Sejlsikkert](#)
[DMI/YR](#)
[Politikkens Fugle i farver](#)

HVEM OG HVAD MØDER DU

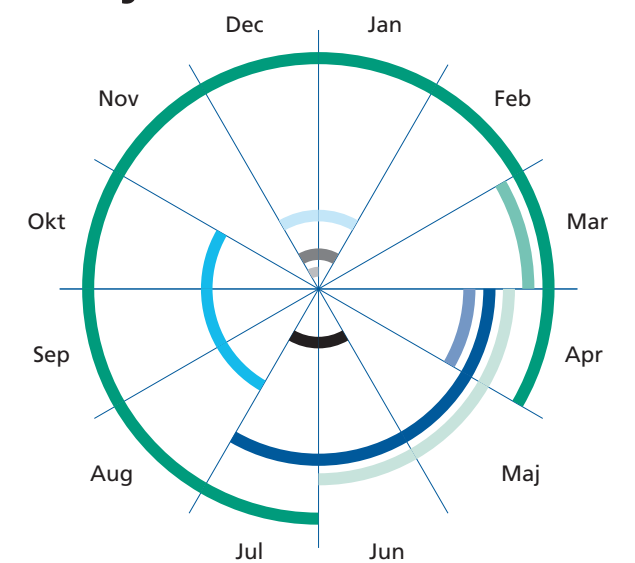
I havet: sæler, marsvin og nogle gange øresvin. Svømme- og dykkeænderne som sortænder og edderfugle.

Vader og tidevandsrender: Ved lavvande: børsteorme, muslinger og snegle. Vadefugle, ænder, måger og gæs. Truede planter som ålegræs.

Ved højvande: Fiskeyngel af fladfisk, multe, sild og hesterejer. Laks, havørred og lampretter og sælfølgelig sæler. For sæler, vadefugle og måger er højsandene nogle af de vigtigste yngle- og rasteplasser i Vadehavet.

På strandene: marehalm og sandhjelme, rastende sælunger – også kaldet hylere, måger, vadefugle, ternere og strandtudser, samt strandskader og sandløbere.

Årshjul



- Rastende fugle
- Indtrækket fra syd begynder
- Kolonirugende fugle
- Ynglende fugle på stranden
- Stort indtræk fra syd
- Trækfugle
- Gråsæler yngler
- Spættede sæler yngler
- Overvintrende havørne
- Overvintrende fugle

Når vi fotograferer i naturen



▲ Foto: Thomas Høyrup Christensen, Frame & Work

Vadehavet er rigt på både dyre-, fugle- og plante- liv, som alle er fremragende emner til naturfoto- grafering.

Vi har lavet en række simple råd, så fototuren bliver så god som muligt for både dig, naturen og de andre gæster i nationalparken:

- Vi undlader til hver en tid at tage billeder med blitz.
- Vi skræmmer aldrig fuglene på vingerne eller dyrene op. Det koster dem vigtig energi og kan betyde forskellen mellem liv og død.
- Vi tjekker altid forholdsreglerne for det område, vi bevæger os i, og vi søger altid tilladelse, hvis det er nødvendigt.
- Vi undersøger den art, vi gerne vil fotografere, så vi kan være opmærksomme på dens tegn på stress.
- Vi undlader at bruge mad til at lokke dyr og fugle.
- Vi undgår så vidt muligt at bruge akustiske mid- ler, når vi tager billeder af fugle – og vi bruger dem aldrig i ynglesæsonen.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og und- går derfor at forstyrre fugle, sæler og andre dyr unødigt.

- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.
- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevand- et, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager afsted.

HVEM OG HVAD MØDER DU

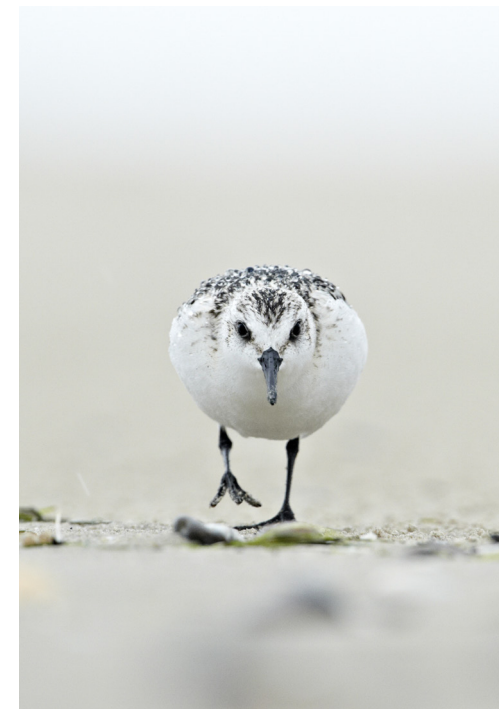
På strandene: marehalm og sandhjelme, rasten- de sælunger – også kaldet hylere, måger, vadefugle, ternere og strandtudser, samt strandskader og sand- løbere.

I klitterne: sjældne klit-limurt og hollandsk hul- læbe. Østpå er der mosser og laver, samt hedelyng, revling og fx blåmunke. Strandskader, sandløbere, ternere og en masse insekter, hugorme, strandtudser og markfirben. På Fanø er der vilde kaniner.

Klitheder: sandhjelme, mange arter af laver, lilla hedelyng, samt klokkeling, revling og mose- bølle, klokkeensian og den yndige ensian blåfugl, og solduggen. Sjældne fugle som fx mosehornsug- len og hedehøgen, samt bynkefugl og rødtrum. Rå- dyr, og kronhjorte i den nordlige del af nationalpar- ken blandt andet på Fanø.

I plantagerne: bjerg- og skovfyr, dog delvist birke- og egetræer og orkideen maj gøgeurt. Nat- ravn, rødrygget tornskade og ravne, samt rådyr og grævlinger. I den nordlige del af parken og på Fanø er der også kronhjorte.

På strandengene: uafgræssede: stikløs kile- bæg, strandasters, tætblomstret hindebæger og



▲ Foto: Lars Geil

Sådan kommer du ud

På droneregler.dk kan du finde alle informationer omkring dronflyvning i Danmark, samt søge til- ladelse til at filme med drone hos Trafik-, Bygge- og Boligstyrelsen.

På droneluftrum.dk kan du se, hvor det er til- ladt at flyve med droner i Danmark. Siden er opda- teret i "real time" og viser derfor også midlertidige restriktioner. Kortet findes også som en app.

Naturstyrelsen har lavet en suveræn oversigt over friluftsmuligheder på statens arealer, med faciliteter og seværdigheder, såvel som ruter og gode råd til at være i naturen. Kortet finder du her: udinaturen.dk. Husk at ikke alle områder i natio- nalparken er statsejdet, men Friluftsrådet har la- vet en super oversigt over adgang til privatejede naturområder her oplevelsmere.nu.

APPS

Alltrails

DMI/YR

Droneluftrum

strandmalurt. Tagrør samt strandkogleaks og strand- asters. Afgræssede: strandannelgræs, strandgåsedefod og strandvejbred, og i de tørre områder rølliker, en- gelskræs og hvidkløver. Over 1500 arter af hvirvellø- se dyr (fx edderkopper og bladlus), klyder, strandska- der og rødben, samt knortegæs og pibeænder.

Varde Ådal: sjældne blå kærhøg, engsnarre og sydlige blåhalse. Trækfugle og svømmeænder, samt viber, rødtrum, gråstrubet lappedykker og skægmej- se samt vadefugle som fx ryler, rødben og hvidklirer. I åerne: truede plante- og dyrearter som snæbel, laks og flere arter af lampretter. Og nogle gange oddere.

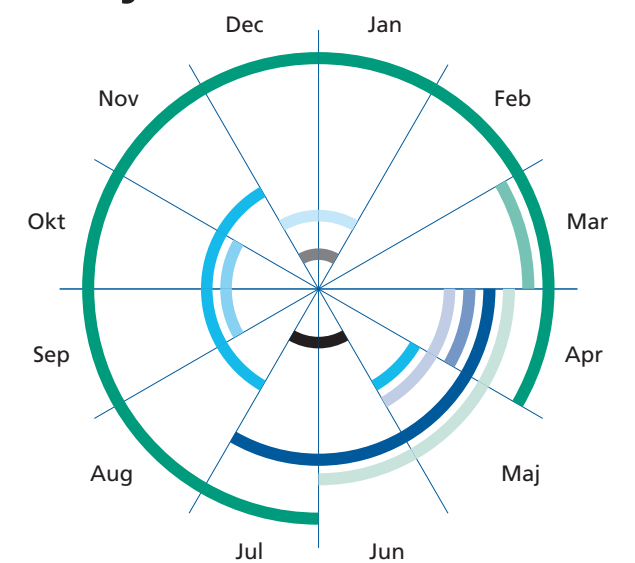
Søerne i Tøndermarsken: sortternen. Rudbøl Sø: mange fiskearter. Lakolk Sø: vand- og sumpfugle som fx rødtrum, gråstrubet lappedykker og skægmej- se samt vadefugle som fx ryler, rødben og hvidklirer.

I klæggrave: gæs, ænder og vadefugle, og salt- vandsfiskene hundestejler, kutlinger og ål.

I havet: sæler, marsvin og nogle gange øresvin. Svømme- og dykænderne som sortænder og edder- fugle.

Kulturlandskaber: på digerene er der ofte får og gæs. I marsken viber, store kobbersnepper, gæs og sydlige blåhals. I grøfterne sjældne planter som brudelys.

Årshjul



- Rastende fugle
- Indtrækket fra syd begynder
- Kolonirugende fugle
- Ynglende fugle på stranden
- Stort indtræk fra syd
- Rådyrparring
- Trækfugle
- Kronhjorte i brunst
- Gråsæler yngler
- Spættede sæler yngler
- Overvintrende havørne

Når vi dyrker *Sejlsport*



▲ Foto: Torsten Troelsen

Det er fantastisk at opleve dyrelivet, naturen og de storslåede vidder ved Vadehavet fra dækket af en båd. For at vi både kan tage vare på naturen og samtidig få den bedst mulige oplevelse, når vi er ude at sejle, har vi lavet en liste med gode råd:

- Vi undgår at sejle i vildt- og naturreservater, da det ikke er tilladt – i stedet holder vi os til sejlrenderne.
- Vi holder altid vores grej i orden.
- Vi planlægger turen grundigt. Da havbunden i Vadehavet er kendetegnet ved markante forandringer, er det sjældent tilstrækkeligt at sejle efter søkort. Hvis vi er i tvivl, kontakter vi en lokal bådklub.
- Vi har en "livline" til land.
- Vi bruger altid redningsvest.
- Vi henter og bruger appen "SejlSikkert Alarm" – den kan sende GPS-position til redningstjenesten, hvis vi får brug for hjælp.
- Vi undlader at sejle for tæt på højsander med rastende fugle eller sæler.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle, sæler og andre dyr unødigt.
- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager ud på havet.

Læs om sikkerhed på havet på respektforvand.dk.



▲ Foto: Thomas Høyrup Christensen, Frame & Work

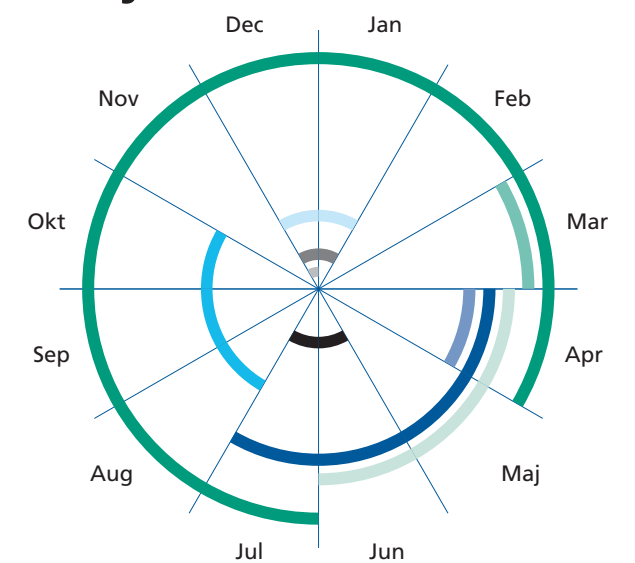
Sådan kommer du ud

Hele det danske, tyske og hollandske vadehav er udpeget af IMO (den internationale maritime organisation) som et særligt følsomt havområde (også kaldet PSSA - Particularly Sensitive Sea Area). Ud over Vadehavet findes der kun otte andre steder i verden med samme udpegning. Udpegningen skyldes Vadehavets helt særlige dynamiske økosystem, der er særligt følsomt over for den meget travle trafik i Nordsøen. Du kan læse mere om hvad udpegningen betyder her: waddensea-worldheritage.org/sites/default/files/2003_PSSA%20leaflet%20DK.pdf.

I Naturstyrelsens folder Sejlads i Vadehavet: naturstyrelsen.dk/media/nst/67612/vadehavet_A4.pdf kan du læse mere om sejlads i Vadehavet. Du kan også finde yderligere informationer om forholdene for aktiviteter i Vadehavet i Bekendtgørelse om fredning og vildtreservat i Vadehavet (retsinformation.dk/eli/lta/2007/867).

APPS
Windfinder
Windguru
TIDES
Sejlsikkert
DMI/YR

Årshjul



- Rastende fugle
- Indtrækket fra syd begynder
- Koloniserende fugle
- Ynglende fugle på stranden
- Stort indtræk fra syd
- Trækfugle
- Gråsæler yngler
- Spættede sæler yngler
- Overvintrende havørne
- Overvintrende fugle

Når vi er på lystfisketur



▲ Foto: Thomas Høyrup Christensen, Frame & Work

Fiskeri har altid været en del af hverdagen ved Vadehavet, og en lystfisketur er en fantastisk måde at opleve naturen og samtidig få en enestående fiskeoplevelse.

Her får du vores bedste råd til, hvordan fisketuren bliver så god som muligt for både dig, naturen og de øvrige gæster i nationalparken:

- Vi sørger for at have det rigtige fisketegn. Alle mellem 18 og 65 skal have et gyldigt fisketegn, uanset om de vil fiske i fersk- eller saltvand.
- Vi følger lovene for, hvornår forskellige fisk må fiskes, og vi undlader at fiske i fredningszoner.
- Vi bruger altid stier for at nå vores ønskede fiskested, og vi undgår at gå på nysåede marker.
- Vi er opmærksomme på andre fiskere og står helst 20 meter fra den nærmeste fisker, inden vi kaster linen ud.
- Vi fjerner alle kroge og liner, selv de små stumper, da fugle, dyr og andre friluftsborgere kan blive fanget eller kvalt i dem.
- Vi tager aldrig mere med hjem fra fisketuren, end vi selv kan spise eller har plads til i fryseren.

- Hvis vi genudsætter fisken, sørger vi for, at den lider mindst mulig overlast.
- Hvis vi fisker med garn, husker vi altid navn, telefonnummer og fisketegnnummer på garnet, og vi tjekker vores garn efter hvert højvande.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle, sæler og andre dyr unødigt.
- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager afsted.

Bestil dit fisketegn på fisketegn.dk.

HVEM OG HVAD MØDER DU

Vader og tidevandsrender: Ved lavvande: børsteorme, muslinger og snegle. Vadefugle, ænder, måger og gæs. Truede planter som ålegræs

Ved højvande: Fiskeyngel af fladfisk, multe, sild og hesterejer. Laks, havørred og lampretter og selvfølgelig sæler. For sæler, vadefugle og måger



▲ Foto: Thomas Høyrup Christensen, Frame & Work

Sådan kommer du ud

Når Vadehavet er et særligt naturområde er der også særlige regler for lystfiskeri, og dem finder du i Bekendtgørelse om særlige fiskeriregler og fredningsbælter i Vadehavet og i visse sydjyske vandløb: retsinformation.dk/eli/1ta/2013/1420.

Du kan også med fordel kontakte en af de mange lokale lystfiskeforeninger, fx gennem Dansk Sportsfisker Forbund sportsfiskeren.dk/lystfiskeri.

Danmarks Jægerforbund og Danmarks Sportsfiskerforbund har samarbejdet om undervisningsmateriale til børn og unge omkring jagt og fiskeri – informationer og materialerne finder du på bliv-naturligvis.dk.

APPS

[Fangstjournalen](#)

[Deeper](#)

[FCOO.dk](#)

er højsandene nogle af de vigtigste yngle- og rastesteder i Vadehavet.

På strandene: marehalm og sandhøjme, rastende sælunger – også kaldet hylere, måger, vadefugle, terner og strandtudser, samt strandskader og sandløbere.

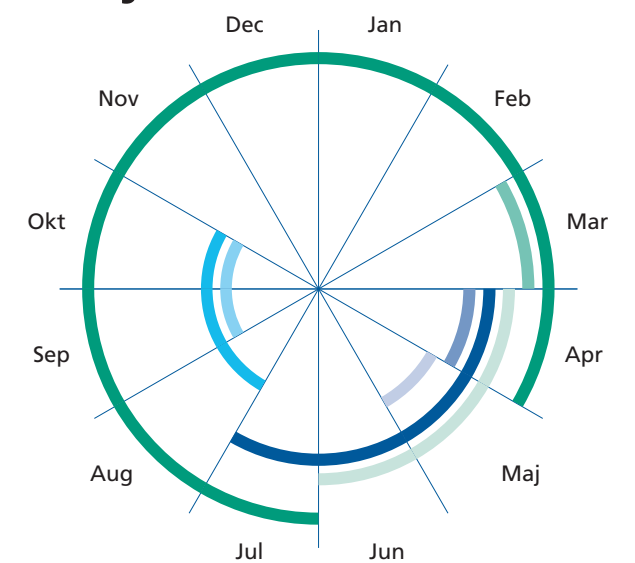
Varde Ådal: sjældne blå kærhøg, engsnarre og sydlige blåhalse. Trækfugle og svømmeænder, samt viber, rørdum, store kobbersnepper og gule vipstjerter. I åerne: truede plante- og dyrearter som snæbel, laks og flere arter af lampretter. Og nogle gange oddere.

Søerne i Tøndermarsken: sortternen. Rudbøl Sø: mange fiskearter. Lakolk Sø: vand- og sumpfugle som fx rørdum, gråstrubet lappedykker og skægmejse samt vadefugle som fx ryler, rødben og hvidklirer.

I klæggrave: gæs, ænder og vadefugle, og saltvandsfiskene hundestejler, kutlinger og ål.

I havet: sæler, marsvin og nogle gange øresvin. Svømme- og dykænderne som sortænder og eddefugle.

Årshjul



- Rastende fugle
- Indtrækket fra syd begynder
- Kolonirugende fugle
- Ynglende fugle på stranden
- Stort indtræk fra syd
- Trækfugle
- Spættede sæler yngler

Når vi vandrer på vaden og plukker østers



▲ Foto: WASABI Film

Vadehavet er et sandt spisekammer med tonsvis af stillehavsøsters. Østersbankerne tørlægges ved lavvande, og i perioden fra oktober til april kan man bogstaveligt talt plukke dem direkte fra havbunden.

Den bedste østerstur får du sammen med en lokal naturvejleder eller guide. De har nemlig både styr på forhold og sikkerhed, og hvor de bedste østersbanker findes. Du kan dog starte med vores liste med tips til, hvordan vi får den bedst mulige østerstur og samtidig tager vare på naturen:

- Vi går kun ud på faldende vand - til lige efter lavvande. Hvis vi er i tvivl, går vi kun ud med en lokal guide.
- Vi er altid klædt på efter forholdene – vinden kan være kold og udmattende, og østers kan nemt skære hul i poser, tøj og sko.
- Vi har altid en opladt mobiltelefon med på turen – og vi ringer til en ven eller familiemedlem før og efter, vi tager ud på vaden.
- Vi går aldrig ud alene, og vi går ikke længere, end at vi er i stand til at komme tilbage.
- Vi plukker kun det, vi selv kan spise og fylder højt, hvad der svarer til en hat eller bærepose.
- Vi opbevarer plukkede østers køligt og uden vand – og aldrig i ferskvand. Vi lugter altid til den oplukkede østers, inden vi spiser den. Lugter den ikke af frisk havvand, smides den ud.

- Vi går aldrig ud i tåge, og vi har altid kompas og mobiltelefon på os, så vi kan finde vej i tilfælde af pludselig eller uventet havgus eller tåge.
- Hvis vi er på en længere tur og har brug for at tisse, så undlader vi at gøre det på østers. De er nemlig mestre i filtrering og optager det, der lander på dem.
- Vi undlader at gå på digerne, medmindre det er tilladt ved skiltning. Færdsel på diget nedbryder dets konstruktion og kan medføre katastrofale oversvømmelser ved stormfloder.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle, sæler og andre dyr unødigt.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget, og især hvis vi finder det på havbunden.
- Vi er helt med på, at det er vinden og tidevandet, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI, inden vi tager afsted.

Når vi skal ud og opleve sort sol



▲ Foto: Lars Krucov Dettler

Sort sol er navnet på et naturfænomen, som kan ses i Nationalpark Vadehavet om foråret og efteråret. Det har fået sit navn, fordi de største flokke at stære ligefrem kan formørke den lave aftensol.

Den bedste oplevelse får du med en lokal naturvejleder eller guide, som har tjek på, hvor man finder de største flokke – og så har de en masse spændende viden om stærene. Du kan dog starte med vores tips til, hvordan vi både tager hensyn til naturen og få en god sort sol-oplevelse:

- Vi undlader helt at tage billeder med blitz.
- Vi skræmmer aldrig fuglene på vingerne. Det koster dem vigtig energi og kan betyde forskellen mellem liv og død.
- Vi undlader at støje og nyder oplevelsen, hvad enten det er en af de helt store danse, eller blot et stille godnat fra stærene.
- Vi undlader at færdes eller gøre ophold på dyrkede marker.
- Vi respekterer altid privat ejendom og de lokales behov for at bruge vejene. Derfor parkerer vi med omhu og flytter bilen, hvis vi bliver bedt om det.
- Vi undlader at gå på digerne, medmindre det er tilladt ved skiltning. Færdsel på diget nedbryder dets konstruktion og kan medføre katastrofale oversvømmelser ved stormfloder.

- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle, sæler og andre dyr unødigt.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.

Når vi skal ud på sælsafari



▲ Foto: John Frikke

Vadehavet er ikke blot et spisekammer for sælerne. Det er også stedet, hvor de kommer til kræfter og føder unger. Det gør Vadehavet til et oplagt sted at opleve Danmarks største rovdyr.

Den bedste måde at se sælerne på er i selskab med en lokal naturvejleder eller guide. De har nemlig styr på tidevandet, stor viden om området, og kan sørge for, at dyrene ikke forstyrres. Du kan starte med vores tips herunder, som sørger for, at din sælsafari bliver en god oplevelse for både dig og sælerne:

- Sæler (og marsvin) nyder vi på afstand – helst 50 meter eller mere, hvis vi er på en båd, og 150 meter, hvis vi er på stranden.
- Vi undgår helt at interagere med, fodre eller forstyrre sælerne.
- Hvis sælerne udviser forstyrrelsesadfærd, forlader vi stille og roligt stedet. Denne type adfærd er beskrevet overfor. Hvis sælen bliver stresset, kan dens adfærd blive både uforudsigelig og aggressiv.
- Vi forsøger at begrænse den tid, vi bruger ved dyrene, til højst 30 minutter. Er der flere både tæt ved sælerne samtidig, skal tiden minimeres.
- Vi undlader at komme tæt på efterladte sælunger. Det er nemlig helt normalt, at moderen efterlader dem på stranden eller højsandet, mens den søger føde. I stedet forlader vi stille

og roligt stedet, og undgår dermed, at moderen sælen føler sig truet.

- Vi tager aldrig selfies med sæler. Selvom den ser nuttet og Instagram-venlig ud, er sælen Danmarks største rovdyr, med meget stærke kæber og et ordentligt gebis.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle, sæler og andre dyr unødigt.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.



1. Flygtende sæl

Hvis sælerne løfter deres hoveder i flok eller begynder at gå i vandet, er du for tæt på. Gå langsomt væk.



2. Aggressive sæler

Sæler kan være aggressive – er du for tæt på, kan de finde på at bide efter dig. Hold altid god afstand til sæler.

Når vi skal opleve mørket og stjernehimlen



▲ Foto: Lars Roed

Hvornår så du sidst Mælkevejen med egne øjne? Det kræver som regel en virkelig mørk nat at opleve stjerner og konstellationer, og dem er der heldigvis rigeligt af i Dark Sky Park Mandø. Mandø er nemlig et af Danmarks mindst lysforurenede steder, og Dark Sky-certificeringen beskytter den stjerneklare nattehimmel – til gavn for både dyre- og planteliv, og for dig og dine muligheder for at få virkelig specielle oplevelser i naturen.

For at vi sammen kan passe bedst muligt på vores natur, også om natten, har vi lavet nogle enkle råd til dig, så du er klar til smuk og rolig tur ud i mørket:

- Vi forbereder os på turen med kort, guide og andre relevante informationer.
- Når vi er ude i mørket, bruger vi kun rødt lys – fx en cykelbaglygte – og vi slukker mobiltelefonen eller medbringer en rød skærm til den (det tager 40 minutter for øjet at vænne sig til mørket igen, hvis du tænder for skærmen på din telefon).
- Vi holder os til stier og veje, så vi undgår at snuble i mørket.
- Vi er altid klædt på efter vejrforholdene, og vi har noget varmt at drikke med.
- Vi har nok i naturens egne lyde. Derfor skruer vi ned for larmen og bevæger os langsomt og forsigtigt, når vi færdes i mørket.

- Vi respekterer, at visse områder kan være afspærrede i forbindelse med fuglenes yngletid.
- Vi færdes som udgangspunkt i grupper eller sammen med en naturvejleder. Det er både mere sikkert og sjovere.
- Hvis vi færdes i grupper, er vi særlig opmærksomme på at undgå forstyrrelser, og vi forbliver samlet frem for at spredes.
- Vi husker på, at vi er gæster i naturen, og undgår derfor at forstyrre fugle og andre dyr unødigt. De har også brug for hvile, og de nataktive dyr har brug for ro til at jage.
- Vi samler det affald op, vi finder, og tager det med – også selvom det ikke er vores eget.
- Vi er helt med på, at det er vind og vejr, der bestemmer ved Vadehavet, og derfor tjekker vi altid DMI og månekalenderen, inden vi tager afsted.

mitvadehav

Vil du vide mere?

Ønsker du at lære mere om Vadehavet, kulturen, landskabet og dyrelivet kan du på nationalparkens undervisningsportal www.mitvadehav.dk gå på opdagelse i en masse spændende opgaver, faktaark, plakater mv. Her finder du også smukke bestemmelsesark af de mest hyppige fugle, bunddyr og planter i Vadehavet, til gratis brug.



Friluftsrådet

Støttet med udlodningsmidler til friluftsliv

Nationalpark Vadehavet, Havnebyvej 30, DK-6792 Rømø, tlf. +45 72 54 36 34
www.nationalparkvadehavet.dk, vadehavet@danmarksnationalparker.dk



Esbjerg
Kommune



Fanø
Kommune



TØNDER KOMMUNE



Varde
Kommune