



# DARK SKY NEWS

MØN | MØRKET | MÆLKEVEJEN

Nordens første  
International  
Dark Sky Park og  
International Dark  
Sky Community

[darkskeyparksmon.dk](http://darkskeyparksmon.dk)

## Nordens første Dark Sky Park LIGGER PÅ MØN

Organisationen International Dark Sky Association, IDA, udnævnte i 2017 Møn og Nyord som Nordens første International Dark Sky Park og International Dark Sky Community. Førstnævnte ovenikøbet med udmærkelsen Guld.

Udnævnelsen bekræfter, at Møn og Nyord er et af de bedste steder i verden til at se på stjerner, og er samtidig en anerkendelse af det store lokale arbejde med at undgå forstyrrende lys og bevare den mørke nattehimmel.

En Dark Sky Park er et område med ekstraordinære stjerneklare nætter og et natligt miljø, der er specielt beskyttet for sin videnskabelige, naturlige, uddannelsesmæssige og kulturelle arv, og hvortil der er offentlig adgang. Dark Sky Parker findes 112 steder i verden, heraf kun knapt 20 andre steder i Europa. Møn og Nyord er det første område i verden, som er blevet udnævnt både som Dark Sky Community og Dark Sky Park. Parkdelen er på det østligste Møn og dele af Nyord på statsejede arealer.



### INTERNATIONAL DARK SKY COMMUNITIES

er byområder, der har bekendtgørelser om udendørsbelysning af høj kvalitet, og som gør en indsats for at oplyse indbyggerne om vigtigheden af - og mulighederne for at beskytte mørket.

### INTERNATIONAL DARK SKY PARKS

er et offentligt eller privat, naturbeskyttet område, hvor mørket er intakt, som implementerer mørkevenlig udendørs belysning og som har Dark Sky-tilbud til besøgende.



INTERNATIONAL DARK-SKY ASSOCIATION



DARK SKY MØN

## Fascination af MØRKET OG UNIVERSET

Hvis man lægger sig i græsset om natten på Møn og lader sig omslutte af mørket, vil man opleve, at stjernehimlen langsomt bliver mere og mere mangfoldig og flere og flere stjerner og planeter træder frem. På Møn er mørket nemlig særligt tæt. Faktisk så tæt, at det er et af de steder i Danmark med mindst lysforurening. Det uspolerede mørke er noget, man værner om på øen, og i 2017 fik Møn status som Dark Sky Park og blev en del af det fællesskab af steder i verden, hvor mørket er tættest og stjernehimlen rigest. Den første af sin slags i Skandinavien.

Overalt på Møn kærer man sig om mørket og fx på Camp Møns Klint kæler de for mørket ved at skærme al oplysning mod himlen og i stedet vende den mod jorden.

Himmellegemernes tydelige lys betyder enormt meget i det mønske mørke. På de fleste skyfri nætter ser man tydeligt Mælkevejen, og i stjernebilledet Orion ser man en mælket klat. Det er Andromeda-galaksen, som er den galakse, der ligger nærmest Mælkevejen.

Lyset fra stjernerne har rejst titusindvis af år, før det rammer vores planet og vores øjne. De fjerneste stjerner i vores solsystem ligger 100.000 lysår væk, mens lyset fra Andromeda-galaksen har rejst 2,5 millioner år, før det når os og Møn. Det er ufattelige mængder af tid, som trænger ind i os, og når den kendsgjerning går op for én, føler man sig både meget lille og meget taknemmelig. Det er utroligt, at vi ser et billede af universet, som det så ud for hundredtusindvis, ja, for millioner af år siden, når vi betragter stjernehimlen. Det er dér, at vi kan finde svar på, hvordan universet, jorden og livet opstod. Vi ved bare endnu ikke, hvordan vi skal stille spørgsmålene. Det er en tanke værd.

Den samme undersøgelse og granskning kan vi foretage, selv når stjernerne er skjult af skyer. På samme måde som stjernerne træder frem, hvis man giver sig selv tid til at være i mørket længe nok, vil vores sanseindtryk forandre sig, når man opholder sig i mørket. Det er en stor oplevelse at gå tur i det begsorte mørke, hvor høre- og følesans skærpes. Man vil opleve hvordan hjernen modtager og bearbejder indtryk på en anderledes måde, når mørket bliver helt tæt. Til sidst vil man opleve, at man rent faktisk kan se mørket. Og der vil det pludselig gå op for én, at mørket og lyset ikke er hinandens modsætninger. Tværtimod, er det hinandens forudsætning. Kom til Møn og oplev, hvordan de største gåder vugger i det uudgrundelige mørke.



FN's organisation  
for uddannelse,  
videnskab,  
kultur og kommunikation  
og information



MØN  
UNESCO  
BIOSFÆREOMRÅDE

VORDINGBORG  
KOMMUNE





# Din guide til NATTEMØRKET

Der er mange måder at opleve mørket på Møn og Nyord. Uanset om du er her en enkelt overnatning eller har trukket flere nætter ud af kalenderen. Her får du et overblik over lokale guider, overnatningsmuligheder og særlige stjernespots.

## LOKALE DARK SKY GUIDER

- [Naturguidemoen.dk](http://Naturguidemoen.dk)
- [Darkskymoen.dk](http://Darkskymoen.dk)
- [Stillevandring.dk](http://Stillevandring.dk)
- [Oplev.darksdynord.dk](http://Oplev.darksdynord.dk)

## HER KAN DU BO

### Camping

Overnatning i Dark Sky Parkerne

- Dark Sky Camp, [darkskymoen.dk/da/darkskycamp](http://darkskymoen.dk/da/darkskycamp)
- Camp Møns Klint, [campmoensklint.dk](http://campmoensklint.dk)

### Shelterpladser

Overnatning i Dark Sky Parkerne

- Mandemarke Haver, Shelter 1 og 2 kan bookes
- Møns Klint Shelter 1, 2, 3 og 4 kan bookes
- Hyldevang Lejrplads, Nyord, Shelter 1, 2, 3 og 4 kan bookes

[naturstyrelsen.dk/naturoplevelser/overnatning/](http://naturstyrelsen.dk/naturoplevelser/overnatning/)

Overnatning på hele Møn

[udinaturen.dk/shelter/](http://udinaturen.dk/shelter/)

### B&B & hoteller

Med fokus på Dark Sky

- Strågården på Nyord, [nyordbed.dk](http://nyordbed.dk)
- Tiendegaarden, [tiendegaarden.dk](http://tiendegaarden.dk)
- Camønogaarden, [camoenogaarden.dk](http://camoenogaarden.dk)
- Villa Huno, [villahuno.com](http://villahuno.com)

Se flere på [sydkystdanmark.dk/moen](http://sydkystdanmark.dk/moen)

## DARK SKY STJERNESPOTS

- Hyldevang Naturcenter
- Nyord Fugletårn
- Liselund Slotspark
- Jydelejet
- Aborrebjerg
- Hunosøen
- Kongsbjerg
- Damsholte Observatorium

## LINKS og APPS

### Links

- [darkskeyparksmonen.dk](http://darkskeyparksmonen.dk)

Den officielle Dark Sky-hjemmeside for yderligere information

- [darksky.org](http://darksky.org)

IDA - International Dark Sky Association

### Andre relevante hjemmesider

- [grib-stjernerne.dk](http://grib-stjernerne.dk)
- [oplev.darksdynord.dk](http://oplev.darksdynord.dk)
- [darkskymoen.dk](http://darkskymoen.dk)

### Apps

- Starwalk 2
- Oplev Møn

## FEM TIPS til en ★★★★★ oplevelse af natten

- 1 Tag termotøj på.** Det er ingen fornøjelse at opleve natten, hvis du fryser. Så pak dig ind, som er det 10 grader koldere, end det reelt er.
- 2 Giv dine øjne tid.** Når du har stået i mørket nogle minutter vil du begynde at kunne orientere dig. Efter ca. 20-30 minutter vil dit nattesyn være endnu bedre. Så giv dine øjne tid.
- 3 Slap af.** Du kan bedst nyde stjernehimlen, hvis du er afslappet. Så læg dig i en liggestol eller på et liggeunderlag, og undgå anstrengte stillinger og nakkesmerter.
- 4 Brug rødt lys.** Rødt lys ødelægger ikke dit nattesyn. Så brug for eksempel en baglygte fra cyklen, når du skal orientere dig.
- 5 Nyd trygt gysset.** I natten kan der være mange fremmede lyde, som virker uhyggelige. Men bare rolig, vi har ingen farlige dyr på Møn, så nyd gysset!







# Da Møn satte SPOT PÅ MØRKET

**Det er ekstraordinært mørkt på Møn. Det var der bare ikke mange, der var klar over, før de lokale i samarbejde med kommunen fik trukket mørket frem i lyset.**

Det har været der altid. Nattemørket. Den funklende stjernehimmel over Møn og Nyord. Måske netop derfor var mørket ikke noget, mønboerne talte om. Det var der bare. Det omsluttende, bælgravende mørke, der lægger sig over landskabet, når du forlader Stege og fortsætter østpå ad landevejen en kold vinteraften. Og havde det ikke være for en lokal amatørastonom, en gruppe af ildsjæle og en dedikeret kommune, så havde nattemørket nok aldrig fået en stjerne i bogen hos hverken International Dark Sky Association eller de lokale øboere.

## Fænomenet 'Dark Sky'

I dag har de fleste nok hørt om 'Dark Sky'. Det er et kvalitetsstempel, der fortæller historien om en målrettet indsats for at bevare og beskytte nattemørket på øerne Møn og Nyord.

"Vi opfører os, som om jorden er uendelig. Men hvis vi nu alle sammen gik ud og så op. Så at vi boede på et støvfnug, på en lillebitte støvkugle i et kæmpestort kosmos, så kunne det godt være, at vi ville passe lidt bedre på den, end vi gør," siger Tom Axelsen, amatørastonom. Det var

ham, der i sin tid fik øje på begrebet 'Dark Sky' i et amerikansk blad for amatørastonomer.

"Jeg læste, at en engelsk ø var blevet den første International Dark Sky Island, og så tænkte jeg: Dét kan vi sgu også gøre her på Møn!"

## En fælles indsats

Tom Axelsen slog sig sammen med en gruppe af lokale ildsjæle, og de bankede på døren til Vordingborg Kommune. Deres plan var at vende op og ned på øboernes forhold til belysning og samtidig sætte spot på Møns nattemørke.

"Det går ikke bare ud på at slukke lyset, men på at få det rigtige lys i området og bevare nattemørket, for det er blevet meget sjældent i Danmark," forklarer Tom Axelsen.

De formede koordinationsgruppen Dark Sky Møn sammen med Vordingborg Kommune, og i de følgende år blev der sat skub i en række initiativer. Dels handlede det om at få de lokale borgere og virksomheder til skifte udendørslamper til belysning, der ikke forstyrrer nattemørket. Og dels handlede det om at skabe opmærksomhed på mørket.

"Det var jo et fantastisk samarbejde. Det er et rigtigt skoleeksempel på, hvordan folk med fuldstændig forskellige kompetencer kan lægge dem sammen og med respekt for

hinanden udvikle noget stort," siger Susanne Nøhr, der driver overnatningsstedet Tiendegaarden B&B og er en del af koordinationsgruppen.

## Certifikat på stjernehimlen

I marts 2017 skete det! Møn blev udnævnt til Dark Sky Community, mens særligt mørke dele af Østmøn og Nyord som det første sted i Norden kunne kalde sig certificeret Dark Sky Park. Området trådte dermed ind i en eksklusiv liga, der blandt andre tæller den verdenskendte nationalpark Grand Canyon i USA.

"Vi nåede i mål med noget, der har været udfordrende lige fra start. I dansk turisme har man ikke haft fantasi til at se, at mørket kunne bruges til noget positivt. Men pludselig kunne alle se, at mørket er så stor en del af vores liv, at det skal bevares," siger et andet medlem af koordinationsgruppen, manager på Camp Møns Klint Ole Eskling.

## Dark Sky – en del af biosfæren

I dag er arbejdet med at beskytte nattemørket i høj grad smeltet sammen med indsatsen for at passe på områdets helt unikke natur og dyreliv i Møn UNESCO Biosfære-området.

"Dark Sky støtter i høj grad op om mennesker og dyrs naturlige processer, og dermed beskytter det også biodiversiteten. Og det er en helt cen-

tral del af det, vi arbejder med inden for biosfæren," siger Katrine Ohm Dietrich, biosfærekoordinator i Vordingborg Kommune.

Langs de kommunale veje er 95 % af det offentlige gadelys blevet udskiftet til Dark Sky-rigtig belysning, og i nye lokalplaner for Dark Sky-områderne indskrives et hensyn til at bevare og beskytte nattemørket. Derudover står kommunen for at overvåge kvaliteten af mørket i Dark Sky-parkerne med kontinuerlige mørkemålinger og for at vejlede borgere og virksomheder i at mindske lysforurening.

## Mørket som modreaktion

Dark Sky har åbnet for et helt nyt kapitel i Møns historie som turistdestination, og spændende nye initiativer, som Dark Sky-koncerter, mørkefestival og mørkevandringer, er dukket op i turismelandskabet.

"I stedet for kun at vækste i turismen om sommeren, kan vi nu se på, hvad kan vi lave i vinterhalvåret," siger Ole Eskling og peger på, at et generelt fokus på at skrue ned for tempoet og finde tilbage til naturen har været en gave til mørket.

"Og potentialet er endnu større! Det skridt, vi er foran på Møn med Dark Sky og Biosfære, har skabt en ramme for, at vi i fremtiden kan have endnu mere fokus på at udvikle bæredygtig kvalitetsturisme på Møn."

## BLIV VEN MED MØRKET

**Det er tid til at gøre op med mørkeræden, hvis du vil være god ved dig selv**

Dag og nat. Lys og mørke. Det er som historien om Yin og Yang. Det ene kan ikke eksistere uden det andet, og man har brug for begge dele for at trives. Alligevel forbinder vi mennesker lys med livskvalitet. Og det vækker en

spirende glæde i de fleste af os, når vi hvert år mærker de første forårsstråler ramme os. Mørket derimod kan gøre os utrygge. Men faktisk er mørket helt essentielt for vores velvære.

### Hils mørkets hormonboost velkommen

Når man slukker lyset og lægger hovedet på puden i bælgravende mørke, sætter det gang i hjernen. Man begynder at producere en række hormoner, der er med til at holde kroppen sund og rask.

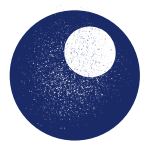
For eksempel stiger mæthedshormonet leptin. Det er det hormon, der sørger for, man ikke bliver sulten i nattens løb og står op og tømmer køleskabet. Melatonin – også kendt som kroppens naturlige sovemiddel – hjælper med at styre døgnrytmen, så vi får den søvn, vi behøver. Hormonet bliver dannet, når det bliver mørkt. Sollys og det lys, der kommer fra skærme som tv og smartphones, holder os til gengæld vågne og aktive, og forskning viser, at man ikke får den samme

mængde melatonin, hvis man sover, når der er lys. Vi danner også væksthormon, når vi døser hen. Et hormon, der sørger for at genopbygge muskler og knogler.

Sover man ikke nok, går kroppen glip af de naturlige sunde stoffer, vi har brug for, og risikoen for, at man rammes af fedme, sukkersyge og andre livsstilssygdomme stiger. Så det er faktisk ret enkelt: Pas på dig selv, sluk lyset og se mørket som en ven.







# Hvad betyder MØRKET?



**OLE ESKLING**  
Manager, Camp Møns Klint

*"There is more to the picture, than meets the eyes of a man and his horse"*

## Mørket og stjernehimlen har altid været min ven

At vokse op og bo herude på kanten af Møns Klint har været et stadig et privilegium af oplevelser, der både dag og nat er fyldt af storhed, drama og ro. Himlen over Møns Klint skaber længsler mod fjerne horisonter, der som et gammelt sagn fra Abildgaards Fald fortæller om den fortryllende have, hvor æbletræerne blomstrer om vinteren, og den klareste mælkevej med millioner af stjerner lyser fra oven.

Derfor har Møns Klint, stjernerne og mørket altid været min dør til drømme, nye horisonter og det eksistentielle i livet. For himmelhvælvingen er som et kirkerum, et åndeligt rum med plads til spiritualitet og tid til fordybelse i søgen efter en mening med livet.

Mørket, månen - tankernes ven og de funkulende stjerner venter på at slippe dig fri i natten, hvis du tør. De første gange jeg lod mig omfavne af mørket, på havet under Mælkevejen omgivet af morild eller midt om natten for lange tøjler på min hest i fuld galop over en mark, oplevede jeg en momentan lykke fyldt af æresfrygt og ro, for måske bankede den sjette sans på, i det uendelige rum kaldet universet.



**CARL SOPHUS SCAVENIUS**  
10 år, født og opvokset på Møns Klint

Mørket har sine egne lyde. Rådyr og ugler. Dem kan jeg kende. Jeg er ikke bange for mørket, slet ikke. Jeg tror jo ikke på varulve!

Jeg er født i Vædderen, og i første klasse kunne jeg rækkefølgen af planterne udenad, da vi havde haft om det i skolen. Det kan jeg ikke længere. Men jeg kan finde Store Bjørn og Lille Bjørn.

Jeg så engang syv stjerneskud, en aften min mor havde puttet os udenfor for at falde i søvn. Jeg lå bare og kikkede op i himlen på alle stjernerne. Og ønskede. Men jeg havde ikke ønsker nok til dem alle sammen.



**PER RASMUSSEN**  
Fotograf; reportage, portrætter og naturfotografi

Da Dark Sky kom rullende ind over Møn, blev mørket for alvor min ven. Jeg har haft de mest utrolige oplevelser i den mønske nat. Nætter under Mælkevejens stjerner, nætter med stjerneskud, nætter med torden og lyn – og nætter i fuldmånens skær.

Som fotograf har jeg omsat mine egne oplevelser til fotografi (udgivet i bogen Dark Sky Møn & Nyord). Når man fotografierer, er det lyset i mørket, der sætter scenen. Det er stjerner og planeter, det er månen i alle dens faser, det er det sidste lys, man kan vride ud af dagen, der går på hæld – og det allerførste lys af morgenen, der gryr.

*En del af Per Rasmussens fotografier 'Dark Sky', kan ses i denne avis.*



**ELISABETH KNOX-SEITH**  
Pilgrims- og turistpræst, Møn

## Lyset og mørket:

*"Når jeg ser din himmel, dine fingres værk, månen og stjernerne, som du satte der, hvad er da et menneske, at du husker på det, et menneskebarn, at du tager dig af det?" (Salmernes Bog, kap. 8.)*

Bibelen er fuld af referencer til det overvældende univers, som vi er en del af – og når man kigger op på stjernehimlen, og hele det kosmiske hvælv, som lyser over os, ja, så kan man virkelig føle sig lille. At få den bævende oplevelse, som salmisten her udtrykker, ændrer noget grundlæggende ved vores opfattelse af os selv som mennesker.

For at kunne se det himmelhvælv, som lyser over os, må vi kunne gå i mørket. Mørket er, paradoksalt nok, baggrunden for, at vi kan se lyset og storheden. Mørket er det urdyb, hvori vi blev til.

Da vi var fostre, lå vi i mørket – og blev passet på. Der er derfor noget forunderligt trygt ved mørket. Det skærmer os og beskytter os – som et frø, der er på vej til at spire og gro.



**BENTE SCAVENIUS**  
Kunsthistoriker, kunstkritiker og forfatter

## Stjernehimlen - et hav af lys

Det var først, da jeg var flyttet indenfor voldene i København, at det gik op for mig, at jeg kunne savne nattehimmelen med alle dens stjerner. Jeg havde aldrig tænkt over det før, at det var noget særligt at have den klare stjernehimlen over sig. For når man er vokset op på det yderste Østmøn, med en dagligdag fuld af lys og en nattehimmel fuld af klare stjerner, så er det svært at skulle nøjes med byens lys. Jeg kom simpelt hen til at savne naturens lys og ikke mindst den lysende stjernehimlen på klare nætter.

Som det bymenneske jeg nu er, er jeg derfor kommet til at sætte endnu mere pris på nattehimmelen, især når jeg om aftenen står i min mønske have og stirrer ud i universet. Særligt i august måned er den mørke nattehimmel med alle dens lysende stjernebilleder helt utrolig. Også måneskinnet kan lyse så stærkt, at man ikke behøver lommelygte. Til gengæld kan stjernerne blegne i lyset fra en fuldmåne. Men den stjernetætte Mælkevej er nu altid til at finde.



**ELIZA JARL ESTRUP**  
Scientific writer and editor; UNESCO ansøgning - Møns Klint til verdensarv

Da jeg flyttede til Møn, boede jeg først helt ude i randen af Klinteskov. Selvom jeg kom direkte fra storbyens lyshav, troede jeg, at jeg kendte mørket fra min opvækst i provinsen.

Men det mønske mørke viste sig hurtigt at være altopslugende, på en måde jeg tror de færreste moderne mennesker har oplevet. En aften udnyttede jeg fuldmånens skær til at besøge Svantestenen dybt inde i Klinteskov.

Det var virkelig eksotisk at opleve, hvordan andre sanser måtte tage over, når en sky gik ind foran månen, og stien og hele den synlige verden fuldstændig forsvandt!



**OLE KNUDSEN**  
Forfatter, redaktør, Gyldendal

Som barn var jeg bange. Mørkeræd hed det, men det beskriver ikke min tilstand. Jeg var skræmt fra vid og sans. Jeg voksede op i et hus med en stor sort kælder for enden af en stejl trappe, fuldstændig som man ser det i amerikanske tv-serier og Stephen King-filmatiseringer. Når jeg om aftenen blev sendt ned efter en pose ærter fra fryseren, skulle jeg simpelthen tage mig så meget sammen og tage så mange tilløb, at min mor flere gange opgav og selv gik ned efter dem.

Men jeg har lært mig selv i mit hus på Østmøn uden problemer at gå ud og studere den helt og aldeles uudgrundelige stjernehimlen. Selvom jeg undertiden bliver bange for min egen skygge.

## TAK

**TAK** til koordinationsgruppen bag Dark Sky-indsatsen; Susanne Nøhr, Kenneth Lau Rentius, Morten Pihl, Ole Ørsted, Ole Eskling, Susanne Rosenild, Nils Natorp, Katrine Ohm Dietrich og Jette Lykke.

**TAK** til Tom Axelsen, som i sin tid så mørket og muligheden – og gik målrettet efter Dark Sky-certificeringen.

**TAK** til fotograf Per Rasmussen for at stille sine Dark Sky-fotografier til rådighed; fra Fotobogen "Dark Sky, Møn og Nyord", [www.per-rasmussen.com](http://www.per-rasmussen.com)

**TAK** til Vordingborg Kommune for både finansiering, arbejdsindsats og moralsk opbakning til avisen - og meget andet!

**TAK** til alle, der har bidraget stort og småt i de seneste 5 år.

