



LMF
Landsforeningen mot fordøyelsessykdommer



Avdeling Rogaland Rogaland@lmfnorge.no



Lei av do? Ta på joggesko

LMF avd. Rogaland, ønsker å invitere deg med på en tilrettelagt tur til Nordvikgården Turistforeningshytte på Utsira 20. – 22. april 2018

Bil, Buss, båt eller fly til Haugesund

Båt fra Haugesund (Garpaskjærskaien) til Utsira. Båten bruker ca. 1 time og 10 min.



Rutebåten går kl. 19.15 fredag 20. april og hjem søndag 22. april kl. 14.45. Vi tar ikke bil med ut, da det kun er noen hundre meter fra ankomst ferje opp til Nordvikgården. Parker bilen på ferjekaien i Haugesund.

Hytta har innlagt vann og strøm. Den er meget bra utstyrt med det du trenger for matlaging og opphold: stekeovn, nødvendig kjøkkenutstyr, oppvaskmaskin, kjøleskap, dekketøy, kluter, tørkehåndklær. Vedfyring og stearinlys gir ekstra god stemning. Som gjest ordner du selv med matlaging, oppvask, utvask og generell rydding. Vi må ta med lakenpose eller sengetøy (laken, dynetrekk og putetrekk) Ikke ta med sovepose. Hytta har flere vannklosett og dusjer.



Hund: Det er nå etablert et eget hunderom med 2 senger i hytta. Dette rommet har egen inngang fra utsiden. Husk å ta med egne matskåler til hunden din.

Det er muligheter for at vi kan bade i det kommunale bassenget så ta med badetøy.

Det kan anbefales å ha med seg både sykkel, skikkelig turtøy og fiskestang ved ett besøk.

Funksjonshemmede: Den nye hytta er spesielt tilrettelagt for funksjonshemmede. Et bad og et rom er spesielt tilrettelagt for rullestolbrukere, og man jobber med å tilrettelegge stien inn til hytta for rullestolbrukere.

Det er felles avreise fra Stavanger kl. 16.30 på 20. april. Hvordan transporten blir organisert kommer vi tilbake til senere. Hver enkelt må ta med mat på reisen - det blir ikke noe felles bespisning før til kvelds når du kommer frem. Det kan også være greit å smøre med seg litt mat når vi drar hjem på søndag for de som skal lengre en Haugesund. Mat til fredag kveld, lørdag og frokost søndag er inkludert. De som har eventuelle allergier /intoleranse i forhold til mat, må melde fra om dette ved påmeldingen.

Alle har felles ansvar for å bidra med alt i fra matlaging, oppvask og utvask av soverom og fellesområder på søndagen. Vi har reservert hytta.

De som har med små barn, vil ha fortrinnsrett til å få egne rom på hytta.

Bademulighetene og fiskemulighetene er gode. Det blir ellers brukerhistorier, sosialt samvær, spill og lek.



Det kreves ikke noe spesielt utstyr men gode sko som kan tåle litt fuktighet er å anbefale. Hvis det er regn, kan det være greit med gummistøvler hvis man ikke har fjellsko. En regnjakke/bukse kan det også være greit å ha i sekken.

Program:

Dag 1

Båten går fra Haugesund til Utsira kl. 19.15. Ankomst Utsira ca. kl. 20.30. Felles kvelds på Nordvikhgården om kvelden.

Dag 2

Dag to starter med felles frokost og forhåpentligvis et nydelig vårvær.

Vi utforsker deler av Utsira denne dagen. For de som kan bevege seg i terrenget, er det turstier i Aust- og Vestmarka. Det er flere ruter som er lagt opp i disse områdene. For de som benytter seg av rullestol, er det også nok av veier/stier å bevege seg rundt på. Hovedveien på Utsira går mellom de to fergekaiene, Norevågen og Søreågen.

Vi avslutter dagen med felles middag om kvelden.

Dag 3

Vi starter dagen med felles frokost og lager dagen litt ut i fra hvordan været er. Det er helt sikkert turer vi ikke rekker å utforske på dag 2, så vi bruker tiden så godt vi kan før utvask og Nordvikhgården og retur hjemover.

Er det noen som har spørsmål om selve turen og hytta, ta kontakt med Odd Erik Haugstulen,

tlf. 932 13 965 eller oe@lyse.net som vil være turlleder for turen. Han er også LMF-medlem.

Påmeldingsfrist 25. mars til rogaland@lmfnorge.no eller til leder LMF Rogaland, Anne Karin Sjørdal, tlf. 404 61 002

Pris:

Voksne kr. 200,- og barn inntil 16 år kr. 100,-

Styret Rogaland LMF