

## Välkomna till Familjesjölägren på Krokholmen 2018

**Precis som ifjor är det första lägret 6 dagar långt och det andra 8 dagar och deltagaravgiften skall sättas in på FSBU's bankgiro, se sid 3. Ny information om hur man tar sig till eller från Krokholmen under pågående läger finns på sid 3.**

Vill man bara vara med på en del av ett läger eller vara med på bägge två så går det mycket bra. Man väljer vilket läger man vill men läger 1 är ett bra val för familjer med yngre barn. Anmälan sker senast måndag 30/4, maila peter\_forkman@hotmail.com

**Lägertider:** Läger 1: fre 29/6 - tor 5/7      Läger 2: fre 6/7 - lör 14/7

På ankomstdagen hämtas deltagarna vid brofästet på Vrångholmen/Rökan (efter Nordön, vid 168 markeringen på kartan nedan) för båttransport till Krokholmen. Dessa hämtningar sker **18:36 fredagen 29/6 (läger 1)** och **18:36 fredagen 6/7 (läger 2)**. **Kom i god tid till färjan!**

Båtresan tar 20-30 min och väl framme på Krokholmen hjälps alla åt att transportera bagaget till rätt logement och sedan serveras det förstärkt kvällsmat (typ grillad korv m.m.).

Avresedagarna är torsdagen 5/7 (läger 1) och lördagen 14/7 (läger 2). Dessa dagar hjälps alla åt att städa upp efter lägret och det serveras en förstärkt frukost. Färjan går från Krokholmen till Vrångholmen/Rökan c:a 11:30 och turen tar c:a 20 min.

### **Målgrupp:**

Lägren vänder sig till synskadade barn och ungdomar upp till 18 års ålder och deras familjer. Ungdomar som väljer att resa utan sin familj får komma tillsammans med en kompis eller en ledsagare. Eftersom det är synskadan vi anpassar aktiviteter för riktar sig lägret främst till de barn och ungdomar som bara behöver hjälp med ledsagning på grund av synen.

### **Syfte:**

Det synskadade barnet ska under veckan segla i grupp med andra barn och ungdomar. Målet är att barnen och ungdomarna ska bli självständiga och klara sig själva både på land och i segelbåten men framför allt att ha roligt med kompisar.

### **Vägbeskrivning:**

**Bil:** Kör riksväg 168 från Kungälv mot Marstrand. Färjeläget ligger precis innan bron över Instö ränna.

Vid färjeläget finns betalparkering (SMS och kort, c:a 30:-/dygn) och restaurang.

**Buss:** Marstrand express, MEXP, från Göteborg, stannar nära färjeläget vid hållplatsen Rökan. Busstider finns på:

<http://www.vasttrafik.se>



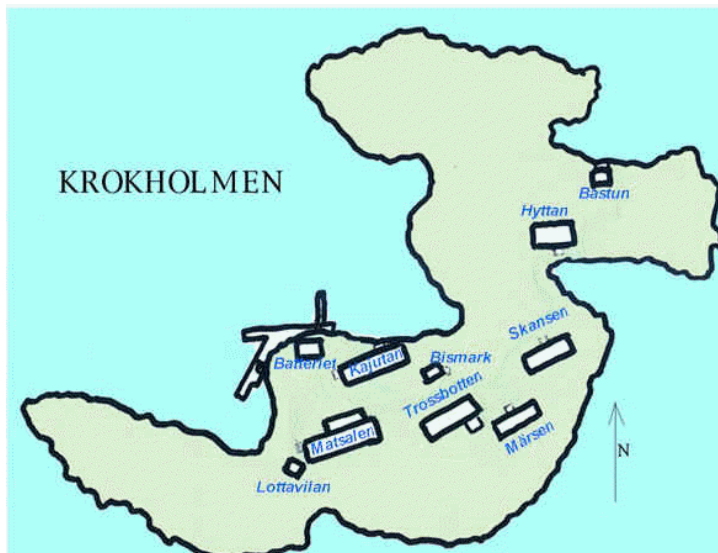
## **Boende:**

För kursdeltagarna, vuxna och barn, disponeras tre stora baracker. Barackerna kallas Trossbotten, Märsen och Skansen. På <http://www.krokholmen.com> finns bilder, kartor och sjökort.

I barackerna finns förvaringsutrymme och sängar med madrass och kudde (men inga lakan och täcken). Fördelning till baracker sker precis efter ankomsten till Krokholmen.

I anslutning till barackerna finns en tvättplats och en toalettanläggning.

På ön finns även en komfortabel bastu med varmt sötvatten och kallt saltvatten.



## **Schema:**

Nedanstående tider kan ändras om deltagarna önskar, t.ex. tidigarelägga middag och kvällsmål

Väckning	08.00
Frukost	08.30
Förmiddagsövningar	10.00-16.30
Middag	17.00
Eftermiddagsövningar	18.30-20.30
Kvällsmål	20.30

Övningarna sker både på land och i vatten ex. segling i olika former, rodd, navigation sjömanskap såsom knopslagning, simning och bad, fiske, studiebesök, långresor mm. Under förmiddagsövningen äter man medhavd lunch (smörgåspaket).

## **Utrustning att ta med:**

Sovsäck eller lakan och täcke  
Örngott (kudde finns)  
Badkläder och handduk  
Varma kläder  
Regnkappa och regnbyxor  
Stövlar  
Flytväst  
Termos  
Smörgåslåda  
Tålig dricksflaska  
Ficklampa

## **Båtar på ön:**

4/5 st. större segelbåtar  
c:a 12 st. mindre segelbåtar  
2 optimistjollar  
2-3 små rodd/segelbåtar  
1 motorsnipa  
1 öppen motorbåt  
En roddbåt för många



Föräldraföreningen för synskadade  
Barn och ungdomar, Väst

### Adress och telefon till Krokholmen:

Familjesjölägret  
Krokholmen  
440 66 Dyrön

Telefon 0304/ 6728 20 säkrast under måltiderna 08.30-10.00 samt 17.00-18.30.

### Ta sig till och från Krokholmen under pågående läger:

Färjeturena inför och efter varje läger ingår i deltagaravgiften. Behöver man åka till eller från ön under lägertiden så kan detta ordnas mot avgift. Mer information om detta kommer senare.

### Avgifter:

Vuxna	150 kronor/dag
Ungdomar (12 t.o.m. 17 år)	100 kronor/dag
Barn (6 t.o.m. 11 år)	75 kronor/dag

Hela läger 1 räknas som 6 dagar och hela läger 2 som 8 dagar. Är man med på mellandagen, torsdagen 5/7, räknas detta som en dag.

### Anmälan:

Anmälan sker senast måndag 30/4 genom att maila Peter (peter\_forkman@hotmail.com). Efter bekräftelse på deltagande från Peter så sätts avgiften in på **Bankgiro 274-7285 (FSBU)**. En deltagarförteckning kommer att skickas ut till alla under maj månad.

### Frågor:

Eposta Peter [peter\\_forkman@hotmail.com](mailto:peter_forkman@hotmail.com) eller ring 0735-342165

