

HELGETUR TIL VANGSHAUGEN

3. august 2019

For alle betalende medlemmer i Mental Helse Sunndal.

Påmeldingsfrist: 13. juli



Er Dere klare for en helg med påfyll av positive opplevelser?

Vi vil gjerne ha med alle dere medlemmer på en tur til fjells, med god mat, frisk fjelluft, litt trim i form av en gåtur eller to for den som lyster :)

Vi starter turen på Øran Aktivitetshus den 3. august klokken 11:30.

Vi kjører opp i Grødalen til Vangshaugen hvor vi har bestilt oss rom. (foreløpig 20 rom, men vi får se hvor mange vi blir)

Lunsj blir det etter hvert.

Etter lunsjen var det tenkt å gå en runde rundt vannet for den som vil, men dette er valgfritt.

Middag blir det kl. 19:00 (Spekemat og rømmegrøt)

Etter middagen er det ikke lagt opp til noe mere felles gjøremål.

Da kan vi kose oss med sosialt samvær, eller gjøre hva man selv behager.

Etter at vi (dagen derpå) har våknet friske og opplagte av den friske fjellufta blir det frokost. litt usikker på når den er, men det finner vi ut etter hvert.

etter frokosten nyter vi omgivelsene en stund før vi setter nesen innover mot Stortæla.

Der har vi tenkt å grille lunsj ved en gapahuk. Det blir innkjøpt enkel grillmat (Pølser, brød og lomper pluss annet stæsj.)

Den som er fysen på et litt mer avansert måltid kan ta med noe selv :)

Vi setter turen hjemover når vi er mette og fornøyde.

senest kl 15:00 eller 16:00-ish

PRISER:

500,- pr. pers. (250,- for den som stiller med bil og kan ta med seg passasjerer)

150,- ekstra for den som velger å ikke ta med seg eget sengetrekk... eller sovepose

TRANSPORT:

Vi leier ikke buss denne gangen. vi satser på at noen kan stille med bil og ta med seg noen ekstra passasjerer. (- 250 på egenandel)

ALKOHOLFRI TUR

Det blir som vanlig alkoholfritt.

PÅMELDING:

Ring til Terje (400 57 636) eller Gjertrud (412 49 171) sunndal@mentalhelse.no

