



Feriekolonien på Fanø ligger helt ud til vadehavet.

## Velkommen på koloni

**G**iv dit barn en god oplevelse, og lad det komme på feriekoloni! I denne folder kan du læse om, hvad et koloniophold går ud på.

Foreningen Opad driver kolonier i Sønderho på Fanø samt i Hasmark og Jørgensø på Nordfyn.



På koloni er alle holdene mix-hold med både drenge og piger. Fælles for alle er de positive oplevelser, det varme fællesskab og de nye venskaber, der opstår.

Foreningen Opad er stiftet af skolelærere i Odense og har eksisteret siden 1904 med det formål at skabe koloniophold for børn med behov for det.

## ■ DAGENS GANG

### Alle er med til det hele

Kl. 7.15: Vækning.

Kl. 8.00: Morgenmad. Derefter oprydning på værelserne.

Kl. 9.00: Formiddagsaktiviteter.

Kl. 11.30: Frokost.

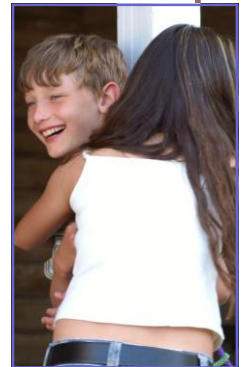
Kl. 13.00: Eftermiddagsaktiviteter.

Kl. 17.30: Aftensmad.

Kl. 20.00: Aftenaktiviteter, f. eks. underholdning.

Kl. 22.00: Alle børn skal være på deres værelse.  
De kan besøge hinanden, læse, høre musik og lignende.

Kl. 22.30: Der skal være ro på værelserne.



## ■ LEDERNE

### Vi er med, fordi det er sjovt

Lederne er typisk lærere ansat ved Odense Kommune. De fleste har mange års erfaring med koloni, og lederne bruger egen ferie på opholdet.

De har som regel ægtefælle og egne børn med.



## ■ LOMMEPENGE

### Ikke for mange - ikke for få

I virkeligheden er der ikke ret meget at bruge penge på, når man er på koloni. Alt det vigtige er jo med i opholdet.

Alligevel har de fleste børn lomme penge med. Et passende beløb til 14 dages ophold er 200-300 kroner. Lederne opretter en "bank" til pengene.

## ■ AKTIVITETER

### Ud at røre sig i det fri

Vi er meget udendørs - næsten uanset vejret - og børnene skal være indstillet på at røre sig og få frisk luft.

Vi går for eksempel ofte på stranden og laver meget sport.

Flere gange om ugen spadserer vi ind til Sønderho, hvor der er mulighed for at handle.

Det sker også, at vi arrangerer tur til Esbjerg.

Indendørs er der mulighed for mange forskellige spil og hobbyaktiviteter. Kolonien har også et stort bibliotek.



## ■ KOLONIENS INDRETNING

### Fællesskab og små grupper

De allerfleste værelser er indrettet til fire personer. Lederne fordeler børnene på værelserne, men tager selvfølgelig hensyn til børnenes ønsker. Man bor på samme værelse under hele opholdet.

Badning foregår i fælles baderum med kabiner. Alle bader hver dag.

## MAD

### God varieret kost

På kolonien er ansat en økonoma samt andet køkkenpersonale, som laver mad og står for rengøring.

Morgenmaden består af havregryn, rugfras, müsli og lign., ylette, magert yoghurt, havregrød, øllebrød, lunt franskbrød, rugbrød, ost og marmelade. Dertil vand, mælk og te. Om søndagen tillige lune boller, æg, juice og pålægschokolade.

Frokosten består af buffet med mange slags pålæg og tilbehør, frisk grønt samt lun ret.

Aftensmaden består af en varm ret. Nogle gange i løbet af ugen, dessert.

Om eftermiddagen serveres kolde drikke og snack.

Om aftenen er der te og snack/kage.

Forældrene bedes give besked før afgang, hvis der er særlige forhold vedrørende kosten, som kolonien skal være opmærksom på. For eksempel hvis barnet er vegetar, har allergi eller ikke spiser svinekød eller ønsker halalslagt kød.



## MEDICIN & LÆGE

### Vigtigt at lederne ved besked på forhånd

Hvis jeres barn har brug for medicin under opholdet, skal I tale med lederne om det på forhånd.

Lederne vil også gerne opbevare medicinen og hjælpe barnet med at huske den.

Hvis der bliver brug for det, er den nærmeste læge i Nordby.

Yderligere oplysninger: [www.foreningen-opad.dk](http://www.foreningen-opad.dk) eller hos forretningsfører Kim Nielsen, tlf. 66 12 96 39, mandag og torsdag kl. 17-19.