

# ÖSTERGÅRDEN



Hej och välkommen till Östergården! Vi tycker att det ska bli superkul att få hänga med dig i sommar. Här kommer lite bra info att tänka på innan kollo börjar.

## Östergården

Östergården är ett kollo för ungdomar i åldrarna 12-15. Vi är ett traditionellt kollo – vi badar, åker båt, hajkar, har disco och många fler stora och små aktiviteter! För oss är kärnan i kollo att skapa nya vänskaper och ge dig som deltagare ett sammanhang där du kan slappna av och ha skoj. Kollo är till för deltagarna och vi blandar därför lugna med mer maxade aktiviteter så att alla ska få en oföglömlig period. Vi som jobbar på Östergården är ett gäng med varierande intressen där alla har stor erfarenhet av att jobba med ungdomar. Det vi har gemensamt är att vi älskar kollo och vill att du som kommer hit ska få 8 härliga sommardagar där du får vara den du är och träffa många nya vänner! Tillsammans med er skapar vi sommarens bästa dagar!!

Vi som är ansvariga på Östergården i sommar heter **Ella (Ekke)**, **Elsa (Pärlan)** och **Alva (Alven)**!

## Regler

För oss handlar regler om säkerhet. Vi har därför endast några få regler som är till för att vi ska kunna garantera alla deltagarnas säkerhet och välmående. Vi vill t.ex. att deltagarna stannar på gården och respekterar våra badregler. Vi vet att många ungdomar är vana vid mer personlig frihet än kollo erbjuder och lägger därför vikt vid att skapa en känsla av att kollo är något vi gör tillsammans och att reglerna möjliggör detta.



## Packning

I packlistan som du har fått finns förslag på vad du bör ha med dig till kollo. Ta även med dig en ryggsäck som du kan ha med på hajken, den ska rymma handduk, badkläder, varmare kläder och tandborste och eventuellt sovsäck om du har en. Tänk på att ta med oömma kläder, varma kläder och underkläder så att det räcker för hela kollovistelsen. På kollo har vi inte möjlighet att tvätta kläder om det inte är absolut nödvändigt. För att vara säker på att kläderna ska komma hem igen är det jättebra att märka kläderna med namn, exempelvis med vattenfast penna. Eftersom vi är ute i alla väder är det också viktigt att ta med regnkläder och stövlar, även om det inte är favoritkläderna i stan. Ta även med handduk, badkläder, örngott, lakan och påslakan. Täcke och kudde finns på gården. Andra saker som kan vara bra att ha med är vattenflaska, solkräm, keps eller solhatt, myggstift, ficklampa, engångskamera, tidning eller bok och färdigfrankerade kuvert eller kort om du vill skriva hem och berätta hur du har det.

## Lämna hemma

Det är viktigt att veta att kollo inte ersätter saker som kommer bort eller går sönder. Därför är det lika bra att lämna värdesaker hemma. Värdesaker och ömtåliga grejer som ändå tas med, tas med på egen risk. Vårt tips till dig som deltagare är att markera alla grejer som du tar med. Det underlättar i de fall när borttappade saker återfinns. Ifall du som deltagare har något du funderar på att ta med men känner dig osäker på, fråga oss först! Deltagare får inte ta med sig några nikotinprodukter till gården.

## Godis

Det kan vara lockande att lämna all packning hemma och fylla väskan med godis och snacks, men det är ingen bra idé på grund av risk för avundsjuka eller allergier. Skicka därför inte med godis eller dyl. på bussen, i packningen eller per post. Detta betyder däremot inte att kollo är en plats utan godsaker. För en godispeng får barnen godis och snacks en eller flera gånger per period. Det kan vara alltifrån chips och popcorn till godis och läsk etc. Eftersom kollogårdarna är kontantlösa, så tar vi endast emot godispengarna via swish till nummer: **123 371 57 52**, med meddelande "godispeng", barnets namn och kollogård. Belopp för snacks och godis på 8-dagars kollo är 60 kr.

## Mobiltelefon

Det går bra att ta med sig en mobiltelefon för bussresan till och från kollo. På gården samlas alla telefoner in och delas sedan ut igen inför avresan hem. Det kan kännas svårt att vara utan telefonen men vi lovar att den inte behövs på kollo. Den sociala värld som vi oftast har genom våra telefoner har vi istället på plats på kollo. Vi har dessutom upptäckt att sommarlovskänslan kommer snabbare och att kollo faktiskt blir roligare om du får vara utan mobilen ett tag. Ungdomarna får, om de vill, ringa hem från våra kollotelefoner under Östergårdens ringtid. Men det är inte alla ungdomar som vill ringa hem. Vi brukar säga att inga nyheter = goda nyheter. Du som vårdnadshavare är såklart välkommen att höra av dig till oss vid andra tidpunkter. Vi kollar telefonerna regelbundet. Om vi inte svarar är det för att vi gör något riktigt roligt, då får du gärna skicka iväg ett sms istället så ringer vi upp senare.



## Bad

Östergården ligger nära vattnet och har en egen brygga, vilket innebär att deltagarna har möjlighet att bada massor! För att få bada, paddla kanot eller paddla SUP behöver du som kolloledare klara ett simtest. Simtestet sker första eller andra dagen av perioden. Det är alltid minst en badvakt som har uppsikt när kolloledarna är i vattnet. När ungdomarna paddlar SUP eller kanot har vi alltid en fölgebåd och flytväst är ett krav.

## Kollomaten

Alla kollogårdar har superduktiga kollokockar som lagar god och varierad mat varje dag. Förutom frukost, lunch och middag äter vi mellis minst två gånger om dagen. Var noga med att ange allergier och specialkost i hälsodeklarationen så att kocken kan förbereda menyn.

## Hälsodeklarationen

Kollo blir allra bäst när vi kan anpassa det efter varje individs behov och förutsättningar. Därför är det viktigt att ni fyller i vår hälsodeklaration så utförligt som möjligt och i god tid innan kollovistelsen, gärna tre veckor innan kolloperioden drar igång. Hälsodeklarationen fyller ni i digitalt på vår hemsida. Fyll bara i hälsodeklarationen en gång per deltagare, <https://form.barnenso.se/halsodeklaration/>

## Sjukdom

Om deltagaren blir sjuk och inte kan följa med på bussresan till kollo ska du kontakta oss. Ofta går det att ordna så att hen kan komma ut till Barnens Ö när hen har tillfrisknat. Om sjukdomen hindrar hela eller delar av kollovistelsen går det att få pengarna tillbaka mot uppvisande av läkarintyg.

## Medicin

Om ni har med medicin till kollo ska den lämnas in till faddern vid upppackning, det gäller även receptfria läkemedel. Det är väldigt viktigt att medicinen är tydligt märkt med namn. Fyll noggrant i hur den ska doseras och när medicinen ska tas i hälsodeklarationen. Lägg gärna medicinen i en dosett, då blir medicinutdelningen lättare och säkrare. All medicin förvaras och delas ut av personal, även om en vanligtvis tar sin medicin själv.

## Extra stöd på kollo

Behövs extra stöd för att få en så rolig kolloperiod som möjligt? Det fixar vi! På kollo slipper du många av de krav som kommer med skolan, men det kan fortfarande vara utmanande att komma till ett nytt sammanhang, med nya rutiner och nya människor. Vi anpassar alltid verksamheten efter deltagarens förutsättningar och behov, det blir lättare ju mer vi vet om deltagaren innan de kommer till oss.

Extra stöd har tidigare visat sig hjälpsamt för deltagare som har sociala svårigheter, funktionsvariationer eller vårdbehov på grund av sjukdomar så som diabetes. Hör av dig till oss på **08-508 43 900** eller [kollo@stbd.se](mailto:kollo@stbd.se) för mer information eller för att diskutera lösningar.



## Avbruten vistelse

De allra flesta stannar hos oss hela kolloperioden och åker hem med minnen för livet, nya upplevelser, erfarenheter och massa nya kompisar. Men det händer att deltagare behöver avbryta sin vistelse i förtid. Om en väljer att avsluta sin vistelse i förtid på grund av t.ex. hemlängtan eller att en ska på ett annat läger/resa, är det inte möjligt att få pengarna tillbaka. På kollo har vi regler som är till för allas trivsel och säkerhet. Kollopersonalen går igenom reglerna under första dagen. Om en deltagare inte klarar av att följa reglerna kan det leda till att kollovistelsen måste avslutas i förtid. Då kontaktas hemmet och hen får åka hem. I dessa fall är det inte heller möjligt att få pengarna tillbaka.

## Kontakt Östergården

Vi kommer att ringa er dagen innan kollo för att stämma av och peppa inför resan. Inför samtalet vill vi gärna att ni pratar hemma och funderar över era förväntningar på den kommande kolloperioden. Om du ringer oss under kolloperioden kan det hända att vi är mitt uppe i någon rolig kollolek och inte kan svara, skicka då ett sms så ringer vi tillbaka senare!

**Kollomobil:** 076 12 43 979

**Mejl:** ostergarden@stbd.se

**Adress:** Östergården, Simpnevägen 408, 764 92 Väddö.

**Instagram:** @ostergardens\_kollo

På vår Instagram lägger vi upp snuttar från våra dagar på kollo, och i hälsodeklarationen markerar ni om vi har er tillåtelse att lägga upp bilder på ert barn. På så sätt kan ni även följa vad vi hittar på för kul!

## Kontakt Barnens Ö

Har du allmänna frågor om kollo är du välkommen att kontakta kollokontoret.

**Telefon till kollokontoret:** 08-508 43 900

**Mejl:** kollo@stbd.se.

## Försäkringar under kollovistelsen

Alla barn som åker till oss på Barnens Ö är försäkrade.

**Kolloplatser via Stockholm Stad:** S:t Eriks Försäkring, telefon: 08-508 29 926.

**Kolloplatser via Nacka kommun:** Stockholmsregionens Försäkring AB SRF, telefon: 08-412 97 40.

**Övriga platser:** försäkras av Stiftelsen Barnens Dag genom Länsförsäkringar.

## Om Stiftelsen Barnens Dag

Kollo på Barnens Ö arrangeras av Stiftelsen Barnens Dag på uppdrag av Stockholm stad och Nacka kommun. Vår uppgift är att skapa meningsfull fritid för barn och unga, samt äga och förvalta fastigheterna på Barnens Ö och Fiskeboda i Julita. Verksamheten stöds av föreningen ICA-butiker tillsammans för Barnens Ö, ICA Stiftelsen och Gålöstiftelsen.

**Vi kan knappt vänta tills vi ses i sommar!**

*/ Vi på Östergården*

