

Øen rundt



Kirsten Hansen og Dorit Grumsen er gåværdere.

Gåture med fokus på de demensramte

NORDBY – Onsdag den 31. maj starter et gåfællesskab på Fanø, der skal sætte fokus på demens, idet Fanø Kommune sætter fokus på dette for borgere med begyndende og let demens.

Det er noget, DGI har igangsat, og det handler om at få demensramte borgere og deres pårørende til at røre sig sammen med andre. Projektet er afprøvet i nogle kommuner på Sjælland med stor succes. Mennesker med demenssygdom og deres pårørende har oplevet mindre irritabilitet, uro og rastløshed, bedre muskelstyrke, bedre hukommelse og en højere livskvalitet. Kirsten Hansen og Dorit Grumsen har gennem Fanø Kommune været på et DGI-kursus om det at være gåværdere for demensramte. De starter et gåfællesskab onsdage klokken 10 fra Fanøhallen, første gang den 31. maj. Der er ingen tilmelding, man skal bare møde op.

På kurset er Kirsten og Dorit blevet uddannet til at inddrage naturens mange elementer i en bred vifte af naturaktiviteter, der har det sociale samvær i centrum. Nogle aktiviteter vil have fokus på at få pulsen op, og at der kommer smil på læben, andre med fokus på at skabe ro i sindet. Man behøver ikke have tegn på demenssygdom eller være pårørende til en borger med tegn på demenssygdom for at tage imod tilbudet.

Hvis du er meget alene eller føler dig lidt ensom, holder af at bevæge dig i naturen, har lyst til samvær med andre og lidt hjerne-gymnastik, hvor vi træner koncentration og hukommelse, er du meget velkommen. Der kræves kun, at du kan gå en times tid i varieret terræn med indlagte pauser.

Tag med på Pinsevandring 2. pinsedag

FANØ – "Morgen i maj når det grønnes". Det er maj og Danmark er på sit smukkeste. Kom med på gågudstjenester 2. pinsedag i Fanøs smukke natur, lyder det fra præst Miriam Flórez. Vandringen på Fanø indledes med udsendelsesandagt i Nordby Kirke klokken 10 og vil være en vandring på omtrent 10 kilometer, forbi blandt andet Grådyb Batteri og Kikkejbjerg – og slutter i Nordby kirke med nadverandagt klokken 13.30. Fanø menighedsråd er vært ved en sandwich undervejs på vandringen samt en kop kaffe og kage efter vandringen. En del af vandringerne vil være stillevandring. Der er pauser undervejs til indtagelse af frokost, eksempelvis.



Fanø kan forvente mange flere vandrere, da Fanø nu er en del af én lang Ø-camino

VANDREFUGLE – Fanø vil se flere og flere vandrere de kommende år, spår det nyt firma oehigh5.dk.

"Søger du nye trampestier, så byder de fem øer Fanø, Læsø, Samsø, Ærø og Langeland i nu på en helt ny vandredfordring. Nu kan du nemlig give dig i kast med øernes samlede 407 km lange vandrerute kaldet Ø-caminoen. Undervejs er du sikret storslåede naturomgivelser og ægte ø-idyl," lyder det fra Anne Fredskild, der er Fanø-guiden. De andre er Mads Hansen, Langeland, Tom Andersson, Læsø, Mie Petri Lind, Samsø og Lea Storm, Ærø.

Øer har meget tilfælles

Fælles for øerne er unik natur, hyggelige købstæder og landsbyer, spændende kulturhistorie og masser af kystlinje. Og det er netop dét, man nu kan opleve i sin fulde form helt tæt på øernes kystlinje på den ny vandrerute, som består af i alt fem ø-ruter. Undervejs kan man opleve alt fra det

brusende hav over stille bøgskove til lyngheder, dark sky-områder og enestående

kulturhistoriske seværdigheder. På øerne kan man udstyre sig med et Ø-cami-

no-kort for hver rute trykt på vejrbestandigt stenpapir. Kortene kommer med forslag til etaper og hjælper vandrerne til steder, hvor de kan sove, spise og besøge det lille hus undervejs.

Derudover findes beskrivelser af udvalgte oplevelser. Kortene giver også direkte adgang til en GPX-fil for hver rute, som man kan downloade på sin elektriske enhed.

De fem ruter spænder i længde fra Fanøs 44 til Langelands 142 kilometer. Flere af øerne har allerede velbeskrevne og populære vandreruter, men der er noget særligt ved den udfordring og oplevelse, som ligger i at gå hele vejen rundt, mener manuskriptforfatteren og vandreren Ina Bruhn, der selv gæst Læsø-ruten.

"Der er en helt særlig glæde ved at gennemføre så lang en samlet rute, også selvom det tager flere år. På Ø-caminoen kommer man virkelig igennem alt, hvad den danske natur har at byde på", siger hun.

-fina



Legepladsen ved Realen renoveres

Fanø Kommune og Fanø Skovlegeplads' Støtteforening går sammen om opgaven

LEG – Det gamle legetårn med rutsjebane ved Realen er af sikkerhedsmæs-

sige grunde blevet fjernet på grund af råd, og nu vil kommunen og Fanø Skovlegeplads' Støtteforening renovere den populære plads.

Kommunen vil stå for planering og beplantning, og vi vil skaffe pengene til de nye Kompan-legered-

skaber, fortæller støtteforeningens formand Ove Gejl Christensen.

"Den eksisterende gynge, legehuset og guitaren bliver bevaret. Vi håber, området igen kan blive et attraktivt sted at opholde sig. Kommunen og Jensen & Jensen vil opsætte et nyt hegn med låge fra p-pladsen ved Realen-byggeriet.

Vi håber, det har fleres interesse, at området igen bliver attraktivt og gennem et økonomisk bidrag vil hjælpe med til at realisere projektet," siger formanden.

Bidrag indbetales til konto 9684-6520517977 eller via MobilePay 71485. Oplys gerne navn. Støttemedlemskab tegnes via fanoskovlegeplads.mono.net.

-fina



Må vi udleje dit sommerhus? Vi er 100% danske og støtter lokalt

Per Christiansen fortæller om sommerhusudlejning hos Sol og Strand på vores hjemmeside. Her kan du også bestille en uforpligtende udlejningsvurdering.

Kontakt os på udlej@sologstrand.dk eller ring på + 45 99 44 44 40

SOL OG STRAND
- ferie med det gode hjerte

