



Kyststiuken i Follo 2024

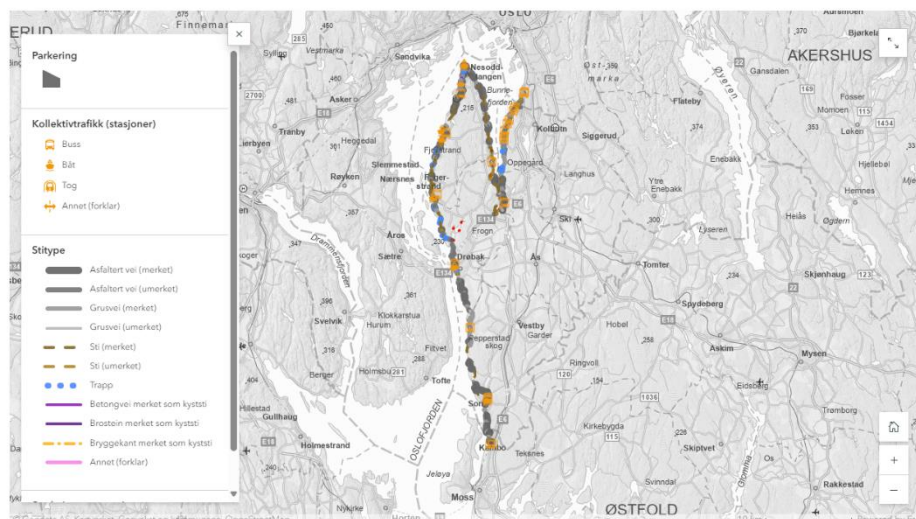
31. august - 8. september

Kyststiuken er vår lokale markering av Friluftslivets uke som arrangeres i hele landet i regi av Norsk Friluftsliv og deres medlemsorganisasjoner. Vi oppfordrer alle, både familier, organisasjoner, skoler, barnehager, enkeltpersoner og næringsliv til å bli med på dette. Kyststien i Follo strekker seg over 120 kilometer gjennom fem kommuner. Vi oppfordrer alle til å legge arrangementer, aktiviteter og turer til kyststien, slik at flest mulig blir kjent med hvilken unik kyst vi har, hvor unik og variert naturen er og ikke minst hvor mange spennende steder og severdigheter som ligger langs kyststien.

Som Norsk friluftsliv skriver på www.friluftslivetsuke.no:

«I Friluftslivets uke 31. august – 8. september 2024 feirer vi norsk natur og friluftsliv gjennom en hel uke. Vi inviterer hele Norge til å bli med ut på tur!».

Og det er akkurat dette vi ønsker å få til i Follo også, og da gjerne med ekstra fokus på Kyststien. Derfor kaller vi det for Kyststiuken i Follo.



Under Kyststivandringen i 2023 deltok også en forsker fra NMBU. Hun registrerte alt fra stityper og aktiviteter til severdigheter og spisesteder. Alt dette jobber vi for å få tilgjengeliggjort for alle brukere av Kyststien i Follo

Planlagte aktiviteter (med forbehold om endringer)

Lørdag 31. august

Under Natt i Naturen inviteres hele Norge til å sove en natt ute i det fri. Vi håper at du også vil være med lørdag 31. august. Dette er noe du kan gjøre helt selv, eller du kan delta på mer organiserte ting. Les mer [her](#).

Klokken	Hva og hvor	Verdt å merke seg
Kveld/ natt	Natt i naturen Alt du trenger å gjøre for å delta på Natt i naturen er å ta med deg en sovepose, et telt, ei hengekøye eller hva du måtte foretrekke å overnatte i, og legge deg til ute. Om du velger å ligge på terrassen, på fjellet, på en strand eller i nærskogen, er helt opp til deg. Om du sover alene eller med kjæresten, kona og ungene, en vennegjeng eller bestevenninna di, skal vi heller ikke blande oss borti.	
Hele dagen	Stolpejakt på ulike strekninger langs kyststien	Les mer her .
Hele dagen	Hva med å legge en gå- eller løpetur til kyststien? Eller spise middag eller kveldsmat under åpen himmel? Eller kanskje et «bli kjent arrangement» for en ny skoleklasse eller barnehagegruppe?	Flere aktiviteter kan komme. Følg med på aktivitetskalenderen på www.friluftslivetsuke.no !



Arrangementet "Natt i naturen" handler rett og slett om å tilbringe natten ute i naturen. Alene eller sammen med andre (foto: Vestby kommune)

Søndag 1. september

Under den første søndagen i Friluftslivets uke, 1. september, arrangerer DNT [Kom deg ut-dagen](#). Dette er Norges nasjonale turdag, med arrangementer over hele landet.

Denne dagen er også «Soppens dag» i regi av [Norges Sopp og Nyttevekstforbund](#). På deres hjemmeside kan du se hvor de har «soppkontroll» og andre aktiviteter.

På Kyststien planlegger vi en familiedag på Breivoll og dette er også dagen da vi starter opp med vår seks-dagers vandretur fra hytte til hytte langs Kyststien.

Klokken	Hva og hvor	Verdt å merke seg
12-15	Familiedag på DNT Breivoll Gård – Kom deg ut dagen	Ås turlag og DNT Breivoll gård arrangerer «Kom deg ut dag» for hele familien. Du kan lese mer om arrangementet her .
11-15	Gjersjøelva natur og kulturpark, DNT og Oslofjordens Friluftsråd arrangerer «Historisk vandring i Hvervenbukta og langs Gjersjøelva»	Les mer om arrangementet her: Historisk vandring i Hvervenbukta og langs Gjersjøelva - Friluftslivetsuke
15-19	Vandring: Oppstart fra Hvitsten kl 15. Forventet ankomst Drøbak kl 19. De som skal være med flere dager kan overnatte på Kystledhytte på Bergholmen (Båt fra Drøbak). Underveis skal vi få litt info om Stolpejakten i regi av DFI Orientering som har fått økonomisk støtte fra Folloregionen.	Husk at det er et stykke å gå, så du bør være i ok form for å bli med. Les mer om turruten på www.ut.no . De som ønsker å være med på dette må sende en epost til ola.haave@folloreregionen.no for at vi skal vite antall etc. De som overnatter må betale en liten sum for mat. NB: Begrenset antall plasser
Hele dagen	Stolpejakt på ulike strekninger langs kyststien	Les mer her .
Hele dagen	Hva med å legge en gå- eller løpetur til kyststien? Eller spise middag eller kveldsmat under åpen himmel? Eller kanskje et «bli kjent arrangement» for en ny skoleklasse eller barnehagegruppe?	Flere aktiviteter kan komme. Følg med på aktivitetskalenderen på www.friluftslivetsuke.no !



Breivoll er en perle som absolutt fortjener et besøk (foto: DNT Breivoll)

Mandag 2. september

Det er så langt ikke planlagt noen store fellesaktiviteter denne dagen, men de som har anledning oppfordres til å komme seg ut en tur. Hva med å legge en gå- eller løpetur til kyststien? Eller spise middag eller kveldsmat under åpen himmel? Eller kanskje et «bli kjent arrangement» for en ny skoleklasse eller barnehagegruppe?

Vandringer fortsetter. Vi er spent på å se den nye ruten rundt Hallangspollen som Frognmarkas venner har etablert og merket, blant annet med støtte fra Folloregionen.

Klokken	Hva og hvor	Verdt å merke seg
8-18	Vandringen fortsetter: Vi starter med å ta båt tilbake til Drøbak for de som har overnattet. Ellers blir det felles avmarsj fra Vindfangerbukta kl 0900. Turen går på ny turrute rundt Hallangspollen og videre til Fagerstrand. Fra Fagerstrand blir det båt til Lågøya for overnatting for de som ønsker å bli med videre.	Husk at det er et godt stykke å gå, så du bør være i ok form for å bli med. Les mer om turruten på www.ut.no . De som ønsker å være med på dette må sende en epost til ola.haave@folloreregionen.no for at vi skal vite antall etc. De som overnatter må betale en liten sum for mat. NB: Begrenset antall plasser
Hele dagen	Stolpejakt på ulike strekninger langs kyststien	Les mer her .
Hele dagen	Hva med å legge en gå- eller løpetur til kyststien? Eller spise middag eller kveldsmat under åpen himmel? Eller kanskje et «bli kjent arrangement» for en ny skoleklasse eller barnehagegruppe?	Flere aktiviteter kan komme. Følg med på aktivitetskalenderen på www.friluftslivetsuke.no !



Under kyststivandringen i 2021 tok vi båt over Hallangspollen. Nå er det etablert sti som gjør det mulig å gå rundt!

Tirsdag 3. september

Denne dagen blir det seminar og debatt i regi av Forum for Natur og Friluftsliv i badeparken i Drøbak. Det blir også vandring i Drøbak før konferansen og over Håøya etter konferansen!

Klokken	Hva og hvor	Verdt å merke seg
8-9	Overfart med båt fra Lågøya til Drøbak for de som har overnattet.	
9-10	Vandringen fortsetter: Vi møtes ved Jacobinestaturen og går første del av Jacobineruten til badeparken.	Se ruten på Jacobineruta – Historisk vandrerute
10-14	Seminar og debatt i regi av Forum for Natur og Friluftsliv (FNF) med tema « Grenseløst friluftsliv » i Badeparken	Husk påmeldingsfrist 28. august!
14-19	Vandringen fortsetter: Alle som ønsker av deltakerne på seminaret, samt øvrige turgjengere, inviteres med i båt til Håøya (Ormeleina), hvor vi går over Håøyas søndre del til Håøya naturverksted. Der får vi høre litt om stedet og mulighet til å smake på lokale spesialiteter. Deretter blir det båt tilbake til Drøbak for de som ønsker det, eller overnatting i Kystledhytte for de som vil være med videre på vandringen neste dag.	Husk at det er et godt stykke å gå, så du bør være i ok form for å bli med. Les mer om turruten på www.ut.no . De som ønsker å være med på dette må sende en epost til ola.haave@folloreregionen.no for at vi skal vite antall etc. De som overnatter må betale en liten sum for mat. NB: Begrenset antall plasser
Hele dagen	Stolpejakt på ulike strekninger langs kyststien	Les mer her .
Hele dagen	Hva med å legge en gå- eller løpetur til kyststien? Eller spise middag eller kveldsmat under åpen himmel? Eller kanskje et «bli kjent arrangement» for en ny skoleklasse eller barnehagegruppe?	Flere aktiviteter kan komme. Følg med på aktivitetskalenderen på www.friluftslivetsuke.no !



Tirsdag starter ved Jacobinestaturen i Drøbak og avsluttes på Håøya Naturpark (Foto: Mari Bareksten)

Onsdag 4. september

Onsdag planlegger vi å arrangere en sykkel dag, som en aktivitet under årets Kyststiuke. Vi starter på Fagerstrand og sykler rundt Nesodden med innlagte stopp på lånte sykler. Endestopp for turen blir i Kirkevik på Nesodden, der vi overnatter på eiendommen til Juvente.

Denne dagen er det også [«Turmat fra hele verden-dagen»](#)



Store deler av kyststien egner seg svært godt for sykling

Klokken	Hva og hvor	Verdt å merke seg
8-9	Båt fra Håøya til Fagerstrand for de som har overnattet.	
9-16	Sykkel fra Fagerstrand rundt Nesodden. Innlagte stopp og severdigheter/aktiviteter. Dagens etappe avsluttes i Kirkevik , der vi overnatter til påfølgende dag.	Vi prøver å få lånt sykler til de som ikke har egen! Husk at det er et godt stykke å sykle, så du bør være i ok form for å bli med. De som ønsker å være med på dette må sende en epost til ola.haave@folloreregionen.no for at vi skal vite antall etc. De som overnatter må betale en liten sum for mat. NB: Begrenset antall plasser
Hele dagen	«Turmat fra hele verden-dagen» . Dette er dagen for å komme seg ut på tur og nyte mat fra ulike kulturer. Vi oppfordrer alle som vil, både organisasjoner, skoler, barnehager, familier, nabolag og vennegjenger, til å være med på feiringen. Hva med å invitere familie og venner på en spennende utemiddag, eller nabolaget til en internasjonal kveldsmat i naturen? Kanskje kjenner du noen med en annen matkultur enn din egen? Tenk så fint det ville være å dele og lære av hverandre.	Alle oppfordres til å selv ta initiativ. Men vi håper det også kan bli noen lokale arrangementer som er åpne for flere.
Hele dagen	Stolpejakt på ulike strekninger langs kyststien	Les mer her .
Hele dagen	Hva med å legge en gå- eller løpetur til kyststien? Eller spise middag eller kveldsmat under åpen himmel? Eller kanskje et «bli kjent arrangement» for en ny skoleklasse eller barnehagegruppe?	Flere aktiviteter kan komme. Følg med på aktivitetskalenderen på www.friluftslivetsuke.no !

Torsdag 5. september

Torsdag fortsetter vandringen langs vestsiden av Bunnefjorden med endestopp for dagen på [Breivoll gård](#).

Klokken	Hva og hvor	Verdt å merke seg
9-16	Vandringen fortsetter fra Kirkevik , langs stier og veier på vestsiden av Bunnefjorden til Bonn og deretter på øststiden av fjorden til Nesset, før vi avslutter dagen på Breivoll. Overnatting på DNT Breivoll Gård (den enkelte må selv bestille og betale for dette). Bestilling kan gjøres her .	Husk at det er et godt stykke å gå, så du bør være i ok form for å bli med. Les mer om turruten på www.ut.no . De som ønsker å være med på dette må sende en epost til ola.haave@folloreregionen.no for at vi skal vite antall etc. De som overnatter må selv betale for mat og overnatting. NB: Begrenset antall plasser
Hele dagen	Stolpejakt på ulike strekninger langs kyststien	Les mer her .
Hele dagen	Hva med å legge en gå- eller løpetur til kyststien? Eller spise middag eller kveldsmat under åpen himmel? Eller kanskje et «bli kjent arrangement» for en ny skoleklasse eller barnehagegruppe?	Flere aktiviteter kan komme. Følg med på aktivitetskalenderen på www.friluftslivetsuke.no !



Under seniordagen vil det bli organisert ulike turer av ulik lengde, som alle ender på Breivoll. For ordens skyld bør nevnes at ikke alle på bildene er i kategorien "senior" riktig enda...

Fredag 6. september

Dette blir den siste dagen under vandringen. Turen går fra Breivoll til Fiskevollen.

Denne dagen er også den første dagen av «[Tur med mening](#)», som rett og slett er et initiativ for å rydde litt søppel når man er på tur..!

Klokken	Hva og hvor	Verdt å merke seg
9-16	Vandringen fortsetter: Vi går fra Breivoll langs kyststien nordover mot Svartskog og videre til Hvervenbukta og tilslutt Fiskevollen. Underveis skal vi innom Bålerud brygge, Roald Amundsens hjem og ikke minst: Vi skal plukke med oss noen av stolpene i Stolpejakten som Folloregionen har vært med på å finansiere.	
Hele dagen	« Tur med mening » Gå en tur ut i naturen i løpet av helga 6. – 8. september, og plukk med deg søppel du finner på din vei. Alt man trenger for å delta er noe å samle søppel i. Søppelet tar man med hjem, og kaster i egen søppeldunk.	
Hele dagen	Stolpejakt på ulike strekninger langs kyststien	Les mer her .
Hele dagen	Hva med å legge en gå- eller løpetur til kyststien? Eller spise middag eller kveldsmat under åpen himmel? Eller kanskje et «bli kjent arrangement» for en ny skoleklasse eller barnehagegruppe?	Flere aktiviteter kan komme. Følg med på aktivitetskalenderen på www.friluftslivetsuke.no !



Fjorårets kyststivandring startet på Fiskevollen. I år blir dette avslutningen på turen

Lørdag 7. september

Det er så langt ikke lagt opp til noen felles aktiviteter denne dagen. Men følg med i aktivitetskalenderen på www.friluftslivetsuke.no , så kan det godt hende at det dukker opp noe spennende dere har lyst til å delta på. Ellers er jo både Kyststien og naturen for øvrig tilgjengelig for alle, hver dag, hele døgnet!

Klokken	Hva og hvor	Verdt å merke seg
Hele dagen	«Tur med mening» Gå en tur ut i naturen i løpet av helga 6. – 8. september, og plukk med deg søppel du finner på din vei. Alt man trenger for å delta er noe å samle søppel i. Søppelet tar man med hjem, og kaster i egen søppeldunk.	
Hele dagen	Stolpejakt på ulike strekninger langs kyststien	Les mer her .
Hele dagen	Hva med å legge en gå- eller løpetur til kyststien? Eller spise middag eller kveldsmat under åpen himmel? Eller kanskje et «bli kjent arrangement» for en ny skoleklasse eller barnehagegruppe?	Flere aktiviteter kan komme. Følg med på aktivitetskalenderen på www.friluftslivetsuke.no !



På lørdagen er det så langt ikke planlagt noen fellesaktiviteter, men følg med på aktivitetskalenderen. Ellers kan det anbefales å ta en tur på kyststien på egenhånd, eller kanskje prøve seg på Stolpejakten?

Søndag 8. september

Dette er siste dag av Kyststiuken. I samarbeid med Ås kommune og DNT arrangerer vi en egen seniordag denne dagen. Alle seniorer inviteres til å delta på vandringer med ulik lengde avhengig av egen form og motivasjon. Alle turene ender på [Breivoll gård](#), hvor det er gratis saft og kake, samt mulighet til å kjøpe kaffe og andre godsaker.

Denne dagen arrangerer også Frognmarkas venner «[Frogn på Langs](#)» og ellers så er det jo bare å følge med i aktivitetskalenderen på www.friluftslivetsuke.no, så kan det godt hende at det dukker opp noe spennende dere har lyst til å delta på.

Ellers er jo både Kyststien og naturen for øvrig tilgjengelig for alle, hver dag, hele døgnet!

Takk for i år! Husk at i 2025 er det friluftslivets år!

Klokken	Hva og hvor	Verdt å merke seg
9-15	Frogn på langs En kulturell turmarsj og skogsløp, for hele familien. Ulike startsteder og løypelengder.	
Hele dagen	« Tur med mening » Gå en tur ut i naturen i løpet av helga 6. – 8. september, og plukk med deg søppel du finner på din vei. Alt man trenger for å delta er noe å samle søppel i. Søppelet tar man med hjem, og kaster i egen søppeldunk.	
10-15	Seniordag på kyststien! Alle seniorer oppfordres til å møte opp på ulike startpunkter langs kyststien for felles vandring med turleder til Breivoll . Alle startpunktene er tilgjengelig med buss og har ulik avstand til Breivoll avhengig av den enkeltes ønsker/ fysiske form. Ved «målgang» serveres det gratis saft og kake, samt at kiosken/kafeen er åpen.	Egen info om dette arrangementet kommer. Distribueres via seniorsentrene og ulike lag og foreninger. Egen invitasjon vil bli distribuert.
Hele dagen	Stolpejakt på ulike strekninger langs kyststien	Les mer her .
Hele dagen	Hva med å legge en gå- eller løpetur til kyststien? Eller spise middag eller kveldsmat under åpen himmel? Eller kanskje et «bli kjent arrangement» for en ny skoleklasse eller barnehagegruppe?	Flere aktiviteter kan komme. Følg med på aktivitetskalenderen på www.friluftslivetsuke.no !



Den siste søndagen i Kyststiuken er det både et eget seniorarrangement og Frognmarkas Venner arrangerer "Frogn på Langs". Ellers er det også en god idé å ta med seg en søppelpose og gjøre en god gjerning under "Tur med mening"



Kyststivandringen i 2023 var en opplevelse for de som deltok. Vi håper Kyststiukken i 2024 blir like vellykket og at enda flere tar turen på Kyststien i Follo

Alle arrangementer vil bli markedsført på www.friluftslivetsuke.no og på kyststiens egen facebookside: <https://www.facebook.com/kyststien.follo/>. Mange av arrangementene blir også markedsført gjennom de lokale turlagenes informasjonskanaler.

Hvis det er noe du lurer på, eller du har lyst til å delta på en eller flere etapper av vandringen vår, så nøl ikke med å kontakte meg på telefon eller epost. Jeg håper vi sammen kan skape en super uke på Kyststien og bidra til at enda flere blir glad i å være ute i naturen!

Kontaktinformasjon:

Ola Haave

Daglig leder i Folloregionen IPR

E-post: ola.haave@folloreregionen.no

Tlf: 97 02 68 71

