

INVITASJON TIL:**Turgruppe – «ADHD på Tur»**

Vi har i 2019 ønske om å starte turgruppe i forbindelse med Inderøy-turer og toppturer i Verdal og Levanger under lagnavnet «ADHD på Tur».

Vi legger opp til fellesturer som er av de enkleste turene slik at de skal være tilgjengelige og gjennomførbare for de aller fleste.

Målgruppe: Alle medlemmer av lokallaget.
Egenandel: Gratis

Verdal

Ti på topp har åpning fredag 10. mai kl 18:00 med oppmøte på parkeringsplassen i Yssedalen, infotavle ved Hestgreivollen. Turen går til Syrstamn der det vil bli åpning av Ti på Topp Verdal. Vi vil kombinere turer i Verdal fra Ti på topp / Tur for alle.

Inderøy

InderøyTur har åpning søndag 12. mai med oppmøte på Sakshaug kirke kl 10:00. Det går skyttelbuss fra kirka til Hjulstadholmen hvor turen går derifra til Jægtvolden fjordhotell. Det blir underholdning i tilknytning til åpningen. Arrangementet avsluttes kl 13:00.

Levanger

Ti på topp Levanger har hatt åpning og der setter vi opp første tur til Gapahuken Staupsmarka 18. mai kl 12:00. Parkering på nedsiden av Staup barnehage.

Vi har datofestet de fleste turene, men ikke fastsatt hvor turen går. Hvor turen går og klokkeslett kommer vi tilbake til. Datoene for fellesturene er:

Uke 22: 28.05.2019 Inderøy	Uke 32: 10.08.2019 Levanger
Uke 24: 11.06.2019 Levanger	Uke 34: 25.08.2019 Verdal
Uke 26: 27.06.2019 Verdal	Uke 36: 05.09.2019 Inderøy
Uke 28: 08.07.2019 Inderøy	Uke 37: 09.09.2019 Inderøy
Uke 29: 16.07.2019 Levanger	Uke 39: 23.09.2019 Levanger
Uke 31: 30.07.2019 Verdal	Uke 40: 30.09.2019 Verdal

I tillegg kan det bli noen impulsturer. De blir publisert på facebook og instagram. Muligens også SMS til alle som har meldt seg på.

Praktisk info: Til alle turene må dere ha med sekk med mat og drikke og ha på / ha med klær etter været. Ta med godt humør og bli med på en trivelig tur ☺

Påmelding: For at vi skal få registrert lag og gjort det praktiske trenger vi påmelding. Påmelding gjøres til adhdverdal.sekr@gmail.com evt. Til kontaktpersonene

Inderøy:	Helle Bergersen Aas	tlf / sms: 41609025
Verdal / Levanger:	Lars Morten Lersveen	tlf / sms: 41223616

GAMLE OG NYE MEDLEMMER ER HJERTELIG VELKOMMEN!!

Er noe uklart eller du har spørsmål Ikke nøl med å ta kontakt.

Med vennlig hilsen

Styret i ADHD NORGE, Verdal Omegn lokallag