

Velkommen til Raknestunet!



På dei påfølgande sidene finn du viktig og nyttig informasjon rundt opphaldet på Raknestunet.



Raknestunet

Før ankomst

Grunna bestilling av matvarer, og krav i arbeidsmiljølova om at tilsette skal få opplyst vaktplan minimum 14 dagar før arbeidsstart, er vi nødt til å få ein del innleiande opplysningar frå dykk som leigetakar, seinast **14 dagar** før dagen for ankomst.

Dette er:

- Kor mange deltakarar de anslår at de vert (med endelig rapportering 1 veke før).
- Gjerne eit program for opphaldet, viss de har laga noko slikt, men minimum tidspunkt for alle måltida gjennom leigeopphaldet, og tidspunkt for ankomst og avreise.
- Oversikt over matallergiar.
- Konkrete ynskjer ift meny for dei ulike måltida, viss de har dette.

Det som er inkludert i døgnprisen er det som står under her. Ynskjer de fleire varme måltider enn dette kan de få det, men då mot eit lite pristillegg,

Dette er inkludert i døgnprisen:



Første dag/kveld: Kvelds (brødmatt).

Andre dag/heile dagar: Frukost (brødmatt) – middag (varmrett) – kaffimåltid/frukt – kvelds (brødmatt). Ein kan velje å ha ein litt lettare/enklare middag, og så få «noko godt» på kvelden, for eksempel pizza eller taco.

Søndag: Frukost (brødmatt) og middag (varmrett + dessert).

De kan velge tidspunkt for måltida sjølv, innanfor rammene under her:

Første kveld:

Kveldsmat seinast klokka 20.00

Heile dagar:

Frukost tidlegast klokka 8.00, og ikkje meir enn 11 timar frå første til siste måltid på dagen. Kveldsmat/middag seinast klokka 19.30.

Siste dag:

Frukost tidlegast klokka 8.

Middag seinast klokka 13.30, og ikkje meir enn 4 timar frå frukost til middag.

OBS: Viss ikkje de sender oss ønska tidspunkt for måltider innanfor fristen på 14 dagar før start på opphaldet, vil tidspunkta under bli sett som tidspunkt for måltida, og så må de tilpasse det andre programmet dykkar til dette. Som nevnt over er dette fordi dei tilsette på kjøkkenet har krav på å få tilsendt arbeidstidene for vaktene sine minst 14 dagar før jobbtidspunkt, og det er tidspunkta for måltidene som styrer start og sluttidspunkt for vaktene.

Første dag/kveld:

Kveldsmat kl. 19.00

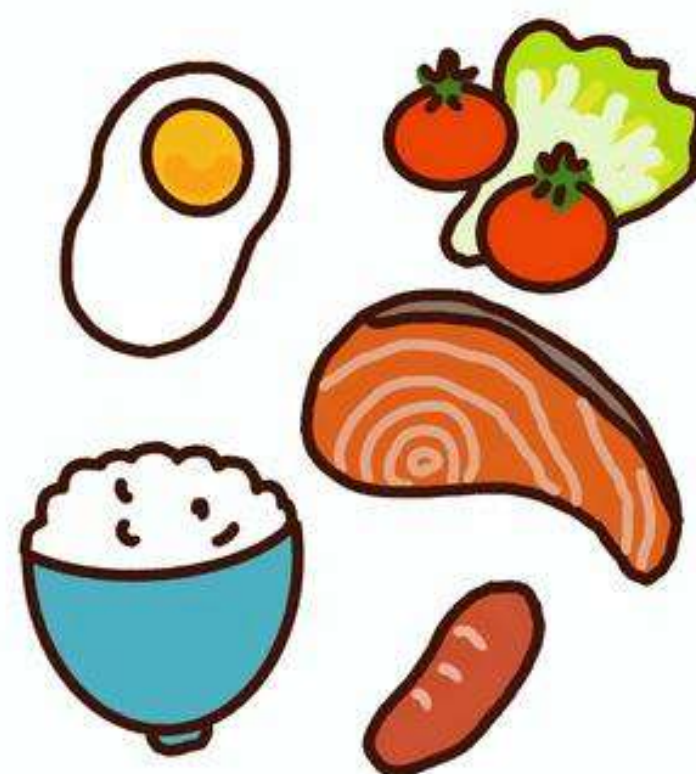
Andre dag/heile dagar:

Frukost kl. 9.00

Lunsj kl. 13.00

Kaffimat kl. 16.00

Middag kl. 19.00



Siste dag/avreisedag:

Frukost kl. 9.00

Middag kl. 13.00

Val av meny

Viss ikkje det innanfor fristen på 14 dagar før oppstart av arrangement vert meldt inn konkrete ynskjer for menyen til dei ulike måltida, så velger Raknestunet ein meny som passar til det aktuelle arrangementet, utan noko tillegg.

Melder ein frå innan 14 dagar før arrangementet, kan ein gjere følgjande val:

Kvelds første kveld:

Dette måltidet kan byttast ut med pizza, taco eller hamburger mot eit pristillegg på 50,- kr. pr. person.

Lunsj andre dag:

Velger ein middagsrett her, vert det vanlig brødmatt til kvelds. Velger ein graut, pastasalat eller brødmatt her, kan ein få eit av middagsalternativa under til kveldsmatt.

Alternativer for varmrett middag:

Taco, pizza, hamburger, hot kyllinggryte, kjøttkaker, lasagne.

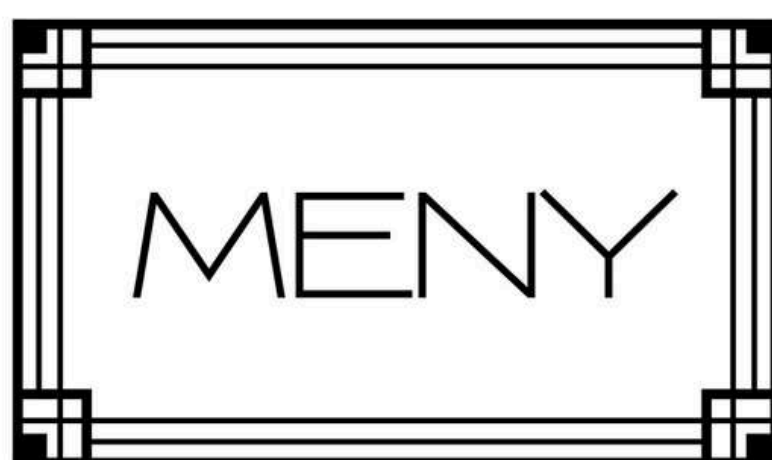
Alternativer kaffimatt:

Bollar eller enkle platekaker.

Dette kan byttast ut med oppskjært frukt.

Kaffi, te og saft inngår alltid.

Ynskjer ein kaffi og te på kveldstid, dvs. etter siste måltidet den aktuelle dagen, kan kjøkkenet trakte kaffi etter siste måltidet, og sette dette ut på disken i foajeen. Dette må i så fall dei på kjøkkenet få beskjed om i god tid.



Dagen for ankomst

Når de kjem til Raknestunet vil det vere ein **vert** som tek imot dykk, og hjelper dykk å installere folk på romma, går gjennom rutinar for brann og evakuering og gjev opplæring i teknisk utstyr.

Gje beskjed til Raknestunet kva klokkeslett den første personen kjem til Raknestunet, slik at de ikkje kjem til låst dør. De har gjerne eit tidspunkt på programmet der gjestane skal ankomme, men ofte er det nokre personar som kjem tidlegare enn dette, for å ordne og førebu litt ymse før storinnrykket kjem, og det er dette tidspunktet vi treng å få vite.

Brannvern og evakuering under opphaldet

Det vil vere tilsette på Raknestunet på jobb mesteparten av tida de er på Raknestunet, men stundom er de ingen tilsette der på nattestid, og ofte er ikkje verten til stades meir enn deler av dagen.

Dette gjer at de som leigetakarar må ha det formelle ansvaret viss brannalarmen går, ved å sjekke alarm og evakuere deltakarane frå huset. Dette får de opplæring i den første dagen de kjem til Raknestunet.





Trådløst nettverk



Raknestunet har trådløst nettverk som dekker heile huset, utanom nede i gymsalen. Ynskjer de at samtlige gjestar skal få tilgang til trådløst nettverk, kan vi henge koden opp på veggen.

Elles vert koden opplyst til dei ansvarlege for arrangementet, og så vert det opp til dei om gjestane skal få denne koden.

4G-nettet er ganske dårlig i området på Raknes, så skal de for eksempel bruke Kahoot, eller anna som krev stabil hastighet på nett, så bør nok alle kople seg på trådløst nettverk.

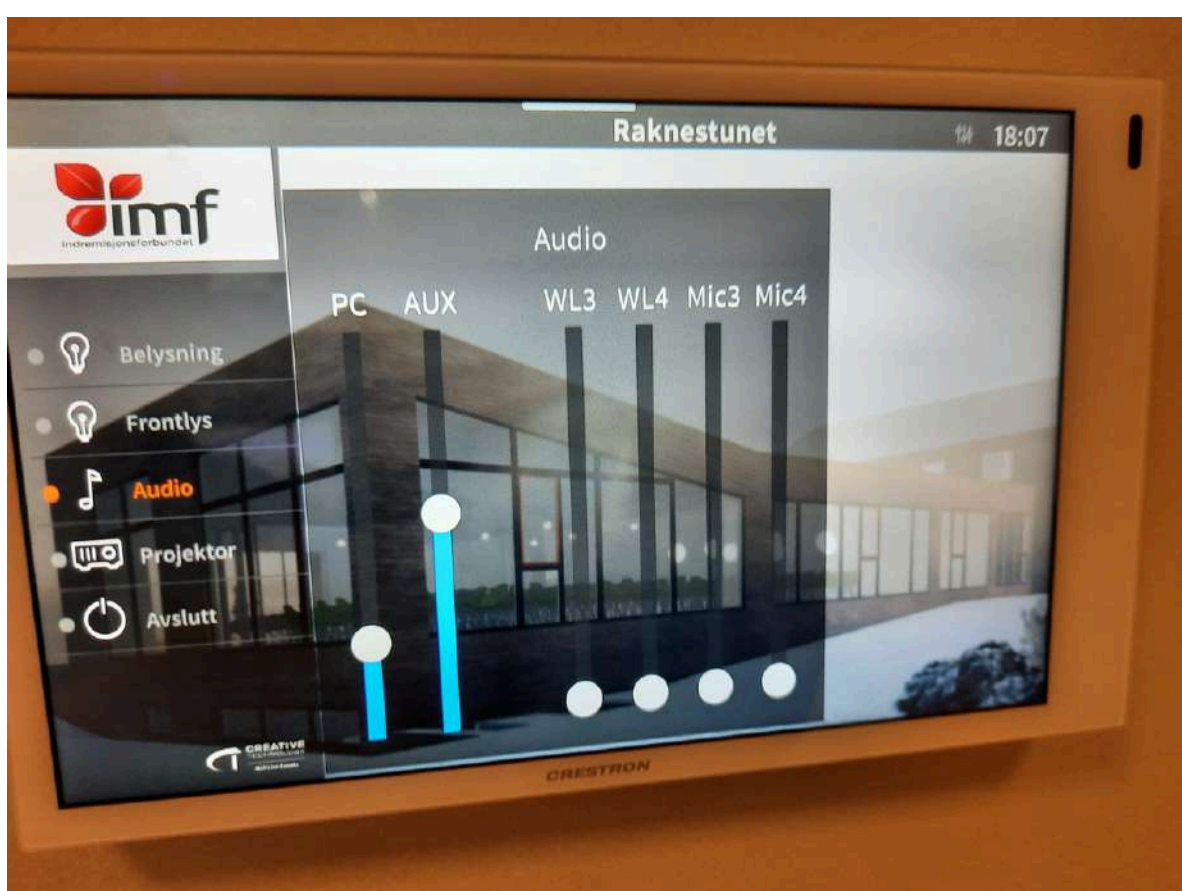
Teknisk utstyr

Raknestunet har nytt og moderne anlegg for lyd og bilete, basert på touch-skjerm, som de vil få opplæring i å bruke når de kjem til Raknestunet.

Vi har tilgang til både lyd og prosjektør i 3 forskjellige rom: møtesalen, peisestova og møterommet (grupperom). Vi har miksepult og ein del utstyr knytta til denne.

Ta kontakt med Raknestunet på førehand viss de har spesielle behov når det gjeld lyd, så kan de få meir informasjon om kva vi har.

Raknestunet har PC som står i møtesalen, som leigetakarar kan bruke. Denne er kopla til det trådlause nettverket, og har Spotify, PowerPoint og det meste som trengs.



Skrivar og kopimaskin

På kontoret i 2.etg. er det kopimaskin som kan brukast. Her kan ein og printe ut ved å sette USB-minnepenn i maskina.



Måltider

Underveis i opphaldet er det viktig at kjøkkenet får beskjed viss ein skulle bli forsinka til eit måltid, eller viss antalet gjestar endrar seg underveis. Spesielt viss personar som har meldt inn matallergiar uteblir, er det viktig at kjøkkenet blir informert.

Gjestar har ikkje adgang til å gå inn på eller bruke hovedkjøkkenet, der må ein nytte te-kjøkkenet viss det er behov for å tilberede mat.

Matallergiar

Kjøkkenet tilbereder allergitilpassa mat så langt det lar seg gjere. Til brødmåltid og andre måltid der det er mange ulike smårettar på borda, er maten merka med merkepliktige allergen. Andre allergen, som ikkje er merkepliktige, blir ikkje nødvendigvis merka.

Dersom matallergien ikkje blir meldt frå om innan fristen kan ein heller ikkje forvente å få allergivennleg alternativ. Merk at det kostar kjøkkener både tid og pengar ekstra for å tilberede allergivennleg mat. Det er difor viktig at det **KUN** blir meldt frå om allergiar der det er eit reelt behov for tilpasning.

Møtelokaler

Vi har to rom som egner seg til å ha møter og fellessamlingar i.

Dette er **møtesalen**, der det er plass til ca. 80 personar, og **peisestova** der det er plass til ca. 70 personar. I tillegg har vi eit grupperom der det er plass til ca. 15 personar.

Alle desse romma har både prosjektør og lydtilkobling.

Rom og romplassering

Vi har **20** rom med til saman **85** sengeplassar til overnatting.

I forkant av leigeopphaldet får de tilsendt oversikt over romplanen, slik at de sjølv kan fordele folk på romma slik de ynskjer.

Informasjon om romma som de kan ha i bakhovudet når de plasserer folk på rom:

- Rom 230-238 er ein del større enn dei andre romma, så det er lurt å bruke desse romma viss ein må fylle nokre rom heilt opp, medan andre rom har ledige senger.
- Rom 230 og 232 er tilrettelagt for rullestol.
- Rom 116-118 ligg i 1.etg. og litt for seg sjølv, og passar for dei som evt. har behov for å ha det litt rolegare.
- Rom 222 og 227 har kun etasjesenger, ikkje rammemadrasser. Dette er eit hakk under når det gjeld liggecomfort, så viss de ikkje treng bruke alle romma, kan det vere greit å la desse to romma vere ubrukt.

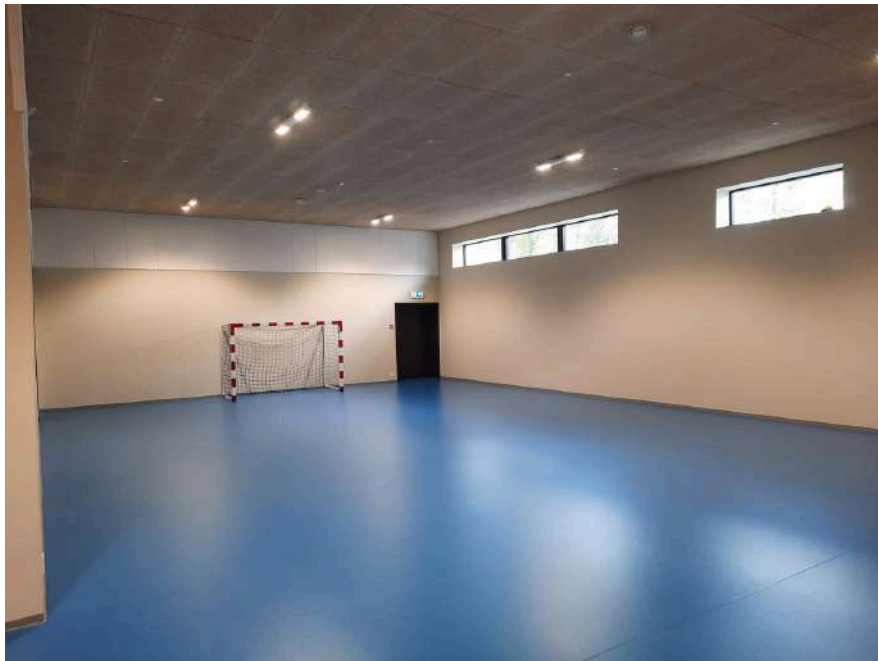
Treng ein fleire overnattingsplassar på eit rom enn det er senger, så har vi madrasser som kan leggst inn på romma. I så fall er det best å bruke romma 230-238, på dei andre romma vert det trangt med ekstra madrass.



Bruk av utstyr innandørs

Gymsal

Vi har gymsal i kjellaren, der vi har alle type ballar, samt ein buldrevegg.



Aktivitetsrom

I «gamle» gymsalen har vi no eit bordtennisbord, to airhockeybord, eit biljardbord og eit fotballspel.



Brettspel

I skapet i peisestova har vi ein del brettspel som kan lånast. Desse må pakkast saman igjen med rett utstyr i rett spel før de reiser heim att.

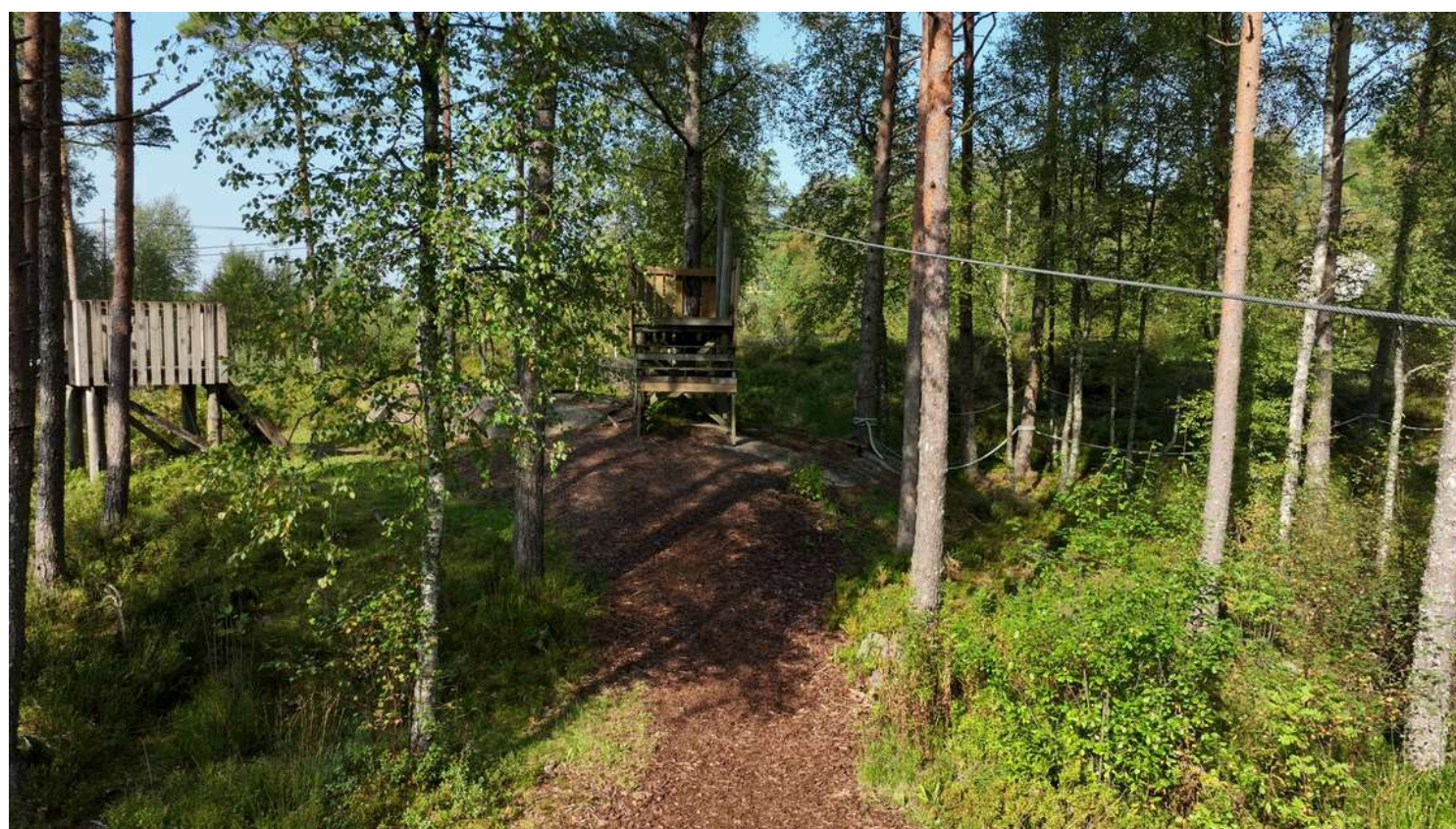
Bruk av utstyr og uteområde

Tarzanløype

Denne finn de i skogen på oppsida av asfaltplassen (trapp opp).

Her er det zip-line, sklie og diverse balansetau.

Zip-line er så lav at ein ikkje treng hjelm eller anna sikkerhetsutstyr, men vi tilrår at det er vaksne som har tilsyn, i hvert fall viss det er born som nyttar zip-line.



Leikeutstyr til utebruk

I boden som står på asfaltplassen nedanfor tarzanløypa, finn de ein god del utstyr som de kan låne, for eksempel fotballar, badminton, frisbee, kubbspel, hoppetau, ringspel, boccia og litt ymse anna.

Viss denne boden skulle vere låst, finn de nøkkelen til denne i nøkkelskapet ved branntavla på kontoret i 2.etg, merka «Utebod».

Vi har òg volleyballnett med stativ til utandørsbruk. Dette er for tungt til å kunne stå i uteboden, og vil nok stå på litt ulike plassar på området, alt etter kvar det vart brukt sist.



Kanoar

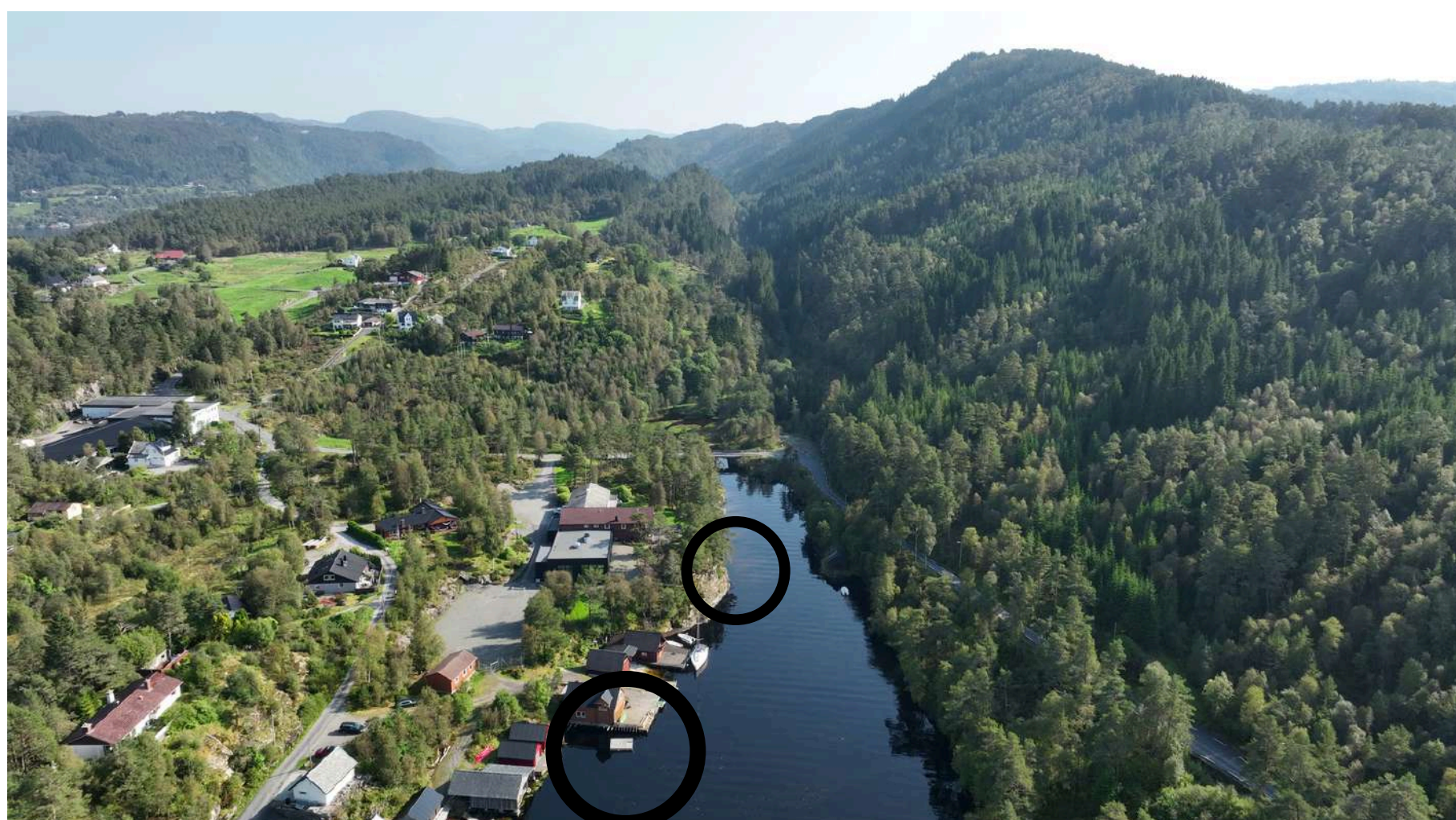
Vi har 7 kanoar som de kan bruke, og vi har redningsvestar i alle vektklassar. Nøkkelen til naustet heng i nøkkelskapet på kontoret i 2.etg., merka «Naust». Her låser ein seg inn på baksida av naustet, nede, og så tek ein vekk bommen og opnar opp den store porten frå innsida.

Det er òg ein robåt som kan nyttast viss ein vil ha kanovakt, eller til fiske i vågen.



Bading

Dette kan ein gjere på kaien, eller ein kan bade lenger inne i vika, der det er sandstrand. På sandstranda kan ein ikkje bade viss det er for mykje fjære, for då er vika nesten utan vatn. Ein går ned til stranda frå grasplenen på baksida av huset.



Grilling

Vi har to store grillar som kan brukast. Viss de gjev beskjed på førehand kan vi ha klart grillkull og tennvæske til griling.

Kiosk

Raknestunet har ein kiosk som sel brus, is og diverse godteri. Denne kiosken er det personalet på Raknestunet som må betjene, grunna krav om bruk av kassasystem, så viss de ynskjer å bruke kiosken, må tidspunkt for dette avtalast på førehand, eller ved å spørre verten underveis om han/ho har tid til å opne kiosken.

Alt som skal selgast i kiosken må gå via kassasystemet, så ein må ikkje vippse til kiosk-nummeret utan at det står ein person med terminal og slår inn varen samtidig.

I kiosken kan ein betale med både vipps, kort og kontant. Vi ynskjer minst mogleg kontantar i omløp, så betal gjerne med kort eller vipps viss det er mulig for dykk.



Bruk av te-kjøkken

I enden av gangen nede i 1.etg. har vi eit te-kjøkken som leigetakarar fritt kan nytte under opphaldet. Her er det kjøleskap med frys, så viss ein for eksempel har med seg kaker som ein skal ha på kveldstid, så er det i dette kjøleskapet dei må lagrast.

Her kan ein òg trekke seg kaffi på kveldstid, eller tilberede andre ting.

Dette kjøkkenet må de sjølv rydde opp og vaske opp etter før de reiser.

Dagen for avreise

Vi har eit eige skriv med oversikt over kva de som leigetakarar må gjere før de forlater området. Dette skrivet får de når de kjem til Raknestunet.

Kort oppsummert så må leigetakarar koste/støvsuge rommet sitt og sette i ny bosspose på badet. Elles skal ingen av fellesområda gjerast noko med, anna enn at ein må **rydde opp etter seg**, dvs. plukke opp boss og brusflasker som evt. ligg og sleng, og rydde på plass utstyr ein har brukt, både ute og inne.



Etter opphaldet

Fakturering

I løpet av dei første dagane etter opphaldet må Raknestunet få tilbakemelding på kor mange gjestar som var til stades på arrangementet, viss dette ikkje er identisk med det som vart rapportert inn på førehand (noko det sjeldan er).

Så lenge dette talet ikkje avviker veldig mykje frå det som vart rapportert inn på førehand, så er vi ganske rause ift at de kun må betale for dei som faktisk var til stades under arrangementet.



Gjengløymt

Det vert jevnt over gløymt att mykje klede og andre gjenstander etter arrangement på Raknestunet. Det er difor flott viss dei siste som reiser avreisedagen tek med seg det som eventuelt står igjen i yttergongen av klede og sko, for då vert det lettare seinare for dei som har gløymt noko. Fordi det vert gløymt att ganske mykje på Raknestunet, så har vi dessverre ikkje mulighet til å bruke tid og ressursar på å frakte og bringe gjengløymt til andrre lokasjonar, eller sende noko i posten. Gjengløymte gjenstander må hentast på Raknestunet, eller vi kan ta dei med til kontoret vårt på Frekhaug, så kan dei hentast der (kun tysdag mellom kl. 10 og 14).

Diverse vedlegg

- **Branninstruks**
- **Romkart**
- **Info om rydding før avreise**