



Hvolsskóli Skólaferðalag 10. bekkjar Hvolsskóla til Kaupmannahafnar 25. – 28. maí 2009

Dagskrá

Markmið ferðarinnar skal miðast við
að vera hvort tveggja í senn fræðandi og skemmtilegt.

Mánudagur 25. maí

03:30	Brottför frá Hvolsskóla
05:30	Komum í flugstöð Leifs Eiríkssonar á Keflavíkur flugvelli - snæðum morgunverð í flughöfninni
07:45	Flogið til Kaupmannahafnar flugnr. FI204
12:45	Lent í Kaupmannahöfn. Tökum lest af flugvellingum á aðalbrautarstöðina í Kbh. gengið frá brautarstöðinni á gistiheimilið. Koma sér fyrir á gistiheimilinu Danhostel Copenhagen City, H.C. Andersens Boulevard 50, 1553 København V Phone: +45 3318 8332/+45 3311 8585 Fax: +45 3311 8588, http://www.danhostel.dk/content/dk/hostel_details?HostelId=144&Type=Detail&RegionAbb=K
14 :15	Hittum Ann-Sofie í andyri gistiheimilisins
14:30	Tökum strætó nr. 15 frá Glyptoteket að Parken
15:00	Skoðunarferð um Parken
16:?	Förum með strætó til baka á Aðaljárnbrautarstöðina
17:00	Borðum saman á „All you can eat“ Pizza við Aðaljárnbrautarstöðina – ferðasjóður borgar þennan mat.
17:30	Bekkjarmyndur – Ann Sofie fer yfir helstu atriði sem við þurfum að hafa í huga
18:00	Tívoli – Keyptur pakkamiði (turpas)– aðgangur í öll tæki innifalinn. Nemendur fara um skemmtigarðinn í litlum hópum, ákveðinn staður þar sem allir eiga að skila sér að á ákveðnum tímum.
???	Farið heim
23:00	Ró – <u>alla daga - ath – meðfylgjandi reglur hótelsins.</u>

Þriðjudagur 26. maí

7:30	Vakna, fara á fætur og borða morgunmat.
8:00	Morgunverður – alla dagana
8:30	Skoðunarferð um Christianiu – annað hvort farið gangandi eða í strætó
10:30	Farið í strætó í Dýragarðinn
11:00	Dýragarðurinn skoðaður – fáum okkur hádegishressingu í dýragarðinum – ath. hver og einn borgar matinn fyrir sig.
14:00	Tökum strætó að Kongens Nytorv.
15:00	Sigling um sundin
16:00	Göngutúr frá Nýhöfn um Gammel Strand, Stormbroen, að Ráðhústorgi. Borðum kvöldmat saman á veitingastað sem Ann-Sofie er búin að panta fyrir okkur. (ferðasjóður borgar matinn)
18:30	Sund í DGI byen
22:00	Allir í húsi
23:00	Ró

Miðvikudagur 27. maí

7:30	Vakna, fara á fætur.
8:00	Morgunmatur
9:00	Göngutúr að Kongens Have, (HC Andersens boulevard, Norre Voldgade, gegnum Botanisk Have)
10:00	Skoðunarferð um Rosenborgarhöll og Kongens Have
12:00	Borðum hádegishressingu á Sandwichbar í Gothersgade og tökum svo strætó í Experimentarium
13:00	Experimentarium – leikum okkur þar í 2 – 3 tíma
16:00	Rölt um Strikið – gefin kostur á að skoða söfn – t.d. Ripleys, Guinness, Toussaud
18:30	Borðum saman á veitingastað við ráðhústorgið (ferðasjóður borgar matinn)
19:00	Ferð í Jónshús
20:00	Kvöldinu óráðstafað – væntanlega verður hægt að horfa á leikinn M.United/ Barcelona á hótelinu.
22:00	Allir í húsi
23:00	Ró

Fimmtudagur 28. maí

8:00	Vakna, fara á fætur og borða morgunmat. Ganga frá herbergjum. Skila lyklum af herbergjum til fararstjóra í síðasta lagi kl. 10:00, fararstjórar yfirfara herbergin. Frjáls tími.
10:45	Brottför frá gistiheimilinu – göngum á brautarstöðina og tökum lest á flugvöllinn
12:00	Mæting á Kastrup –flugvelli – Borðaður hádegismatur á flugvöllinum (ferðasjóður borgar)
14:00	Farið í loftið í Danmörku. (flugnr. FI205)
15:10	Lent í Keflavík.
17:30	Áætluð heimkoma í Hvolsvöll

Fararstjórar eru: Halldóra Kr. Magnúsdóttir **gsm. 868-6895**
Ingveldur G. Sveinsdóttir **gsm. 659-0662**
Ólafur Elí Magnússon **gsm. 848-6196**
Björgvin Bjarnason **gsm. 861-1744**
Pála Kristín Buch **gsm. 847-7294**

Einnig verður eiginkona Ólafs Elí, Ásta Laufey Sigurðardóttir með í ferðinni. Gsm sími Ástu er **867- 0062**. Sími Ann-Sofie er **45-28973397**

Mikilvægt er að taka með sér góða skapið og tillitssemina og muna eftir:

- **vegabréfinu og e-miðanum**
- **Tryggingarkorti.**
- **Frelsiskort – virkja síma.**
- **Kort – ekki taka öll fyrirtæki kort og það gæti þurft að borga gjald fyrir það.**
- **sólarvörn**
- **sunddót**
- **góðum skóm – við göngum mikið**
- **Við erum að fara sem hópur.**

Reglur hótelsins um hópa.

Rules for groups

Important information

Smoking

Please note that Danhostel Copenhagen City is a non-smoking hostel. Smoking is only permitted outside. If this is not upheld, you will receive a service charge for extra cleaning of 500 DKK.

Hostelling International membership card

Regarding groups, minimum one leader must have a National Group Leader Membership Card from their own country, or a "Hostelling International Group Membership Card".

If you do not have a National Group Leader Membership Card, we will issue one when you arrive at the hostel. The price is DKK 200 and the card is valid for 1 year.

Check in

Keys are jointly handed over to the leader on arrival, together with a rooming list and the number of persons to be accommodated in each room.

Upon arrival we ask that one or two group leaders approach the reception for further information and check-in. We ask that the rest of the group either wait in the restaurant area behind the reception or outside the main entrance, while the leaders check-in.

Check-out

Check out time is **10.00** and the leader must collect the keys and deliver them to reception. Prices are including final cleaning, however we expect the rooms to be left like they were found.

Rented sheets must be brought back to the reception before departure.

The rooms

The rooms must be left in reasonable condition upon departure. The teacher/group leader must check all the rooms before departure to ensure that nothing is missing or broken. This is to ensure that the group is aware of any problems that might have occurred, and that a bill will be sent to the group if anything is broken or if the rooms are extraordinarily dirty. Sheets and towels should be put in the linnen plastic bag and left at the reception. Garbage bags should be disposed of in the garbage room in the reception area. New bags can be obtained in the reception. If this is not upheld there will be an additional charge for extra cleaning for each started hour.

Food and beverage

It is not allowed to bring alcohol onto our premises. Food and beverages are not allowed in the rooms. The staff will confiscate any alcohol brought in from outside, and you will receive corkage of DKK 500. You can buy candy, beer and sodas in the vending machines, or in the bar next to the lobby.

Service

Breakfast

Breakfast cost 69 DKK per person pr day. Children under 12 years old, can eat breakfast for 34.50 DKK per child per day. Breakfast needs to be pre ordered at cphcitybooking@danhostel.dk, latest two weeks before arrival. You need to book breakfast in half-hour intervals between 07:00 and 09:30. The restaurant fits 220 people.

Lunchboxes

We can offer lunchboxes for a price of 65 DKK pr person and do it yourself lunchboxes for 50 DKK pr person.

Quiet please

From 11pm to 7am guest are expected to keep quiet out of consideration for the other guests.

Electricity

The electricity in the rooms is 220 volt.

Currency exchange

The reception will exchange your currency and travellers cheques to Danish Kroner (small amounts). Ask the reception for the current exchange rate.

Valuables

Locks for the closets in the rooms can be bought or rented at the reception. Danhostel Copenhagen City is not responsible for any valuables kept in the rooms.

IT/Telephone

There are computers with Internet Access and pay phones in the lounge.

Guest kitchen

Our guest kitchen can not be used by groups.

Luggage storage

We unfortunately have no luggage storage.

Fimm leiðir til að forðast flensuna



1 Þvoðu þér um hendurnar

Haltu fyrir munn og nef með bréfpurrku þegar þú hnerrar eða hóstar. Það kemur í veg fyrir að inflúensuveirur frá þér dreifist og smíti þá sem eru nálægt þér.



2 Notaðu alltaf bréfpurrkur þegar þú hnerrar og hóstar

Veirurnar sem valda flensu geta borist á hendurnar ef þú hefur komið við mengað yfirborð eða tekið í hönd á smítuðum einstaklingi. Þær geta lifað á höndunum í stutta stund. Ef þú þværð þér vandlega um hendurnar drepast veirurnar. Einnig er mjög mikilvægt að þvo sér um hendur fyrir máltíðir.



3 Hentu notuðum bréfpurrkum beint í ruslið

Hentu notuðum bréfpurrkum beint í ruslið. Þannig tryggir þú að veirurnar sem eru í bréfpurrkunum berist ekki til annarra.



4 Haltu fyrir vitin ef bréfpurrkur eru ekki til taks

Þegar bréfpurrkur eru ekki við hendina skaltu halda fyrir munn og nef og þvo hendurnar strax á eftir eða hnerra á handlegginn eða í olbogabótina. Með því móti kemurðu í veg fyrir að veirurnar dreifist.



5 Vertu heima ef þú færð flensu

Flensan er mest smítandi í byrjun þegar sjúkdómseinkennin eru að koma fram. Vertu heima meðan veikindin ganga yfir til að smita ekki aðra. Ef veikindin dragast á langinn og þér batnar ekki, skaltu leita til læknis.



Hvað er inflúensa?

Inflúensa – í daglegu tali kölluð flensa – er árilegur faraldur. Hún stafar af inflúensuveirum sem sýkja öndunarfærin (nef, háls, berkjur og stundum lungun). Flensa smitast frá manni til manns með úðadropum sem berast úr öndunarærum smitaðra þegar þeir hósta og hnerra eða með snertingu þegar veirurnar eru á höndunum. Sjúkdómurinn getur staðið yfir í meir en viku með tiltölulega vægum einkennum en hann getur líka valdið alvarlegum veikindum.

Einkenni: Skyndilegur sóthiti, beinværkir, höfuðverkur og almenn vanlíðan. Einnig geta komið fram einkenni eins og þreyta, hósti, hnenni, nefstífla og erting í nefi, augum, hálsi og eyrum.



LANDLÆKNISEMBÆTTIÐ
Sóttvarnalæknir

Austurströnd 5 • 170 Seltjarnarnes • Sími 5101900 • www.influensa.is • www.landlaeknir.is



Nánari upplýsingar á influensa.is