

# Infobrev

## Mo i Rana 7. – 10.10.2019

---

### VÄLKOMMEN TILL MO I RANA!

Du har anmält dig till en resa till Norge som organiseras av det nordiska NaBS-projektet. Syftet med resan är att lära känna aktörer i olika länder vars tjänster är baserade på naturen. Dessutom kommer vi att titta på naturbaserade praxis i olika länder - med betoning på Inn på Tunet.

### TRANSPORT:

Vi avgår 7.10.2019 från Rovaniemi, Tornio, Oulu, Kokkola och Luleå och återvänder med samma rutt 10.10.2019. Det är också möjligt att kliva på bussen och/eller hoppa av efter vägen. Vi bjuder på mellanmål i bussen och har förberett ett trevligt program. *OBS! För er från Centrala Österbotten finns det möjlighet att åka till Uleåborg på söndag kl. 6.10 och övernatta i Uleåborg, för fortsatt färd mot Mo i Rana på måndag. Om ni är intresserad vänligen kontakta: Martta Ylilauri på [martta.ylilauri@univaasa.fi](mailto:martta.ylilauri@univaasa.fi) Vi undersöker möjligheterna till samåkning.*

### 7.10.2019 (lokal tid)

- 05.00 Kokkola: busstation (adress: Tehtaankatu 13, 67100 Kokkola)
- 08.00 Uleåborg: Busstation (adress: Ratakatu 6, 90100 Oulu)
- 08.00 Rovaniemi: Laplands universitet (adress: Jokiväylä 11, C 96300 Rovaniemi)
- 10.15 Tornio: University of Lapland / Minerva-Kampus (adress: Kauppakatu 58, 95400 Tornio)
- 13.00 Luleå: Teknikens Hus (adress: Teknikens Hus väg 2, 97754 Luleå)
- 21.00 - 22.00 Fjordgaarden, Mo i Rana (adress: Søndre gate 5,8624 Mo i Rana)

### 10.10.2019 (lokal tid)

- 08.00 Avgång från Fjordgaarden, Mo i Rana (adress: Søndre gate 5,8624 Mo i Rana)
- 17.00 Luleå: Luleå tekniska universitet (adress: Luleå tekniska universitet, 971 87 Luleå)
- 20.00 Tornio: Lapland Polytechnic / Minerva-Kampus (adress: Kauppakatu 58, 95400 Tornio)
- 21.30 Rovaniemi: University of Lapland (adress: Jokiväylä 11, C 96300 Rovaniemi)
- 22.00 Uleåborg: Busstation (adress: Ratakatu 6, 90100 Oulu)
- 2.00 Kokkola: busstation (adress: Tehtaankatu 13, 67100 Kokkola)

### **Kontaktuppgifter gällande resan:**

**Kokkola:** Martta Ylilauri +358 29 449 8241

**Rovaniemi / Tornio:** Leena Välimaa +358 40 053 9680

**Oulu:** Jarmo Kastikainen +358 40 141 5177

**Luleå / Mo i Rana:** Päivi Juuso +46 920 49 38 97



# Infobrev

## Mo i Rana 7. – 10.10.2019

---

### **BOENDE:**

Alla bokar sitt eget boende i Mo i Rana. Förslagsvis bokar ni på Fjordgaarden Hotell [www.fjordgaarden.no](http://www.fjordgaarden.no), där vi kommer att hålla föreläsningar och workshops. Bokningar görs via e-post [post@fjordgaarden.no](mailto:post@fjordgaarden.no). Det finns även andra boendialternativ i området.

### **MÅLTIDER:**

Under resan bjuder vi på snacks och dricka. Under tisdagen bekostar projektet lunch och eftermiddagskaffe för alla. Övriga måltider är till självkostnadspris. Tisdagen den 8 oktober 2019 har vi bokat Restaurang No: 3, i Mo i Rana, för en gemensam middag. Här kan du besöka restaurangens webbplats <https://www.no3.no/> Denna middag är till självkostnadspris och frivillig. Därför inbjuder vi dig att meddela oss senast 25 september 2019 om [ditt deltagande](#) och ditt val av huvudrätt, och om du väljer carpaccio av val (starter nr. 3)

#### STARTERS:

1. Norwegian fish soup - with today's selection, shrimps and butter cooked vegetables. Served with bread and aioli 115,-
2. Bruschetta - 3 types of this classic course 105,-
3. Carpaccio of whale from Lofoten 120,-

#### MAIN COURSES:

1. MEAT: Herb-marinated Liveche farm chicken, served with wild rice, oven + baked vegetables and mushroom sauce 255,-
2. FISH: Pan Fried Salmon from northern Norway served with wild rice, oven + baked vegetables, French beans and creamy estragon sauce. 275,-
3. VEGETABLE: House vegetarian lasagna, served with bread and aioli. 175,-

#### 4. DESSERT:

1. No3's chocolate fondant. Served with vanilla ice, coulis honey glazed hazelnuts and fresh berries. 125,-
2. Strawberry-panna cotta. Topped with lemon granite 115,-



# Infobrev

## Mo i Rana 7. – 10.10.2019

---

### **PROGRAM: (lokal tid)**

#### **Mån 7.10.2019      Resa till Mo I Rana**

- 05.00    Avresa från Kokkola - Uleåborg
- 08.00    Avesa från Uleåborg och Rovaniemi - Torneå
- 10.00    Kaffepaus vid University of Applied Sciences Campus Minerva i Torneå (självkostandspris)
- 10.15    Avresa från Torneå - Luleå
- 11.00    Lunch i Luleå (självkostnadspris) (svensk tid) [Centrum restaurangen](#)
- 13.00    Gemensam bussresa från Luleå - Mo I Rana
- 16.00    Kaffe eller matpaus i Sorsele (*självkostnadspris*)
- Program under bussresan: att bekanta sig med andra deltagare, företagspresentationer (*instruktioner enligt nedan*) och frågesport
- 21.00–22.00 Ankomst till Mo I Rana

#### **Tis 8.10.2019      Inn På Tunet - vad är det?**

- 08.30    Dagens start och projektinfo, Leena Välimaa och Arja Jääskeläinen, Nordic NaBS
- 09.00    Vad är Inn På Tunet? Hege Lindström, Inn På Tunet, Norge
- 10.00    Entreprenörens uttalande (*meddelas senare*)
- 10.30    Paus och diskussion om Inn På Tunet-aktiviteter i små grupper och därefter gemensamt
- 12.00    Lunch serveras på hotellet
- 13.00    Naturbaserade aktiviteter i olika länder - rapport. Olli Voutilainen och Martta Ylilauri, Nordic NaBS
- 14.15    Kaffe och posterpresentation/promenader (*Instruktioner till posters finner ni nedan*)
- 16.30    Dagens avslutande ord
- 17.00    Möjlighet att åka på studiebesök till företag, plats bekräftas senare
- 19.00–21.00 Gemensam middag på Restaurang nr. 3  
(*till självkostnadspris, deltagarinformation samlas på förhand, se nästa sidor*)



# Infobrev

## Mo i Rana 7. – 10.10.2019

---

### **Ons 9.10.2019 Inn på Tunet: introduktion till aktiviteter och skådespelare**

08.30 Avresa från hotellet

Besök på Inn på Tunet (plats meddelas senare)

Lunch och kaffe (självkostnadspris)

Besök på Inn på Tunet (plats meddelas senare)

17.00-19.00 Återvänder till hotellet.

Under kvällen har ni möjlighet till egna aktiviteter såsom att utforska Mo i Rana-stad och dess omgivningar.

### **Tors 10.10.2019 Hemresa**

08.00 Avresa från Mo i Rana

Under bussresan utbyter vi idéer och perspektiv. Vi erbjuder också övrigt gemensamt program.

11.00 Ca en timmes lunchpaus (självkostnadspris)

16.00 Ankomst till Luleå, middag (självkostnadspris, plats meddelas senare?)

17.00 Avgång från Luleå

20.00 Torneå (finsk tid), kaffepaus

20.30 Avgång från Torneå till Rovaniemi / Uleåborg-Kokkola

22:00 Ankomst till Rovaniemi

22:00 Ankomst till Uleåborg

02.00 Ankomst till Kokkola



# Infobrev

## Mo i Rana 7. – 10.10.2019

---

### **INSTRUKTIONER FÖR POSTER OCH ANNAT INFORMATIONSMATERIAL:**

#### **Instruktioner för 10 min busspresentanter:**

- ✓ När du/ni presenterar er är det bra att beskriva följande: din bakgrund, vilken typ av aktiviteter och tjänster du är involverad i, vilka är viktiga kundgrupper för dig/ert företag och vilka önskemål du har för ditt besök i Norge.

#### **Instruktioner för Poster och Poster rundan:**

- ✓ På tisdagen uppmanas alla deltagare att presentera sina aktiviteter med poster, affisch eller liknande
- ✓ Du kan skapa en väggaffisch / poster (minsta storlek A3) för att beskriva dina egna aktiviteter (t.ex. tjänster, aktiviteter, viktiga kundgrupper, plats, kontakter, bilder av aktiviteten eller miljön)
- ✓ Det vore bra att skriva posters/broschyrer på engelska, projektkoordinatören kan hjälpa till med översättningar
- ✓ Vi önskar att presentationerna hålls på engelska, om bara möjligt
- ✓ Du kan ta med dig broschyrer för distribution
- ✓ Du kan också inkludera annat presentationsmaterial (mappar, visitkort, fotokollager, publikationer etc.)
- ✓ Om du behöver hjälp med att till exempel skriva ut en A3-affisch, kontakta kontaktpersonen/ledaren i ditt område enligt nedan:

Lappi: Leena Välimaa, [leena.valimaa@lapinamk.fi](mailto:leena.valimaa@lapinamk.fi), +358 40 053 9680

Keski-Pohjanmaa: Martta Ylilauri, [martta.ylilauri@univaasa.fi](mailto:martta.ylilauri@univaasa.fi), +358 29 449 8241

Pohjois-Pohjanmaa: Satu Välijärvi, [satu.valijarvi@oamk.fi](mailto:satu.valijarvi@oamk.fi), +358 40 486 3577

Västerbotten och Norrbotten: Päivi Juuso, [paivi.juuso@ltu.se](mailto:paivi.juuso@ltu.se), +46 920 49 38 97

### **ÖVRIGT OM RESAN:**

- ✓ Det är en god idé för alla resenärer att kontrollera att deras reseförsäkring är giltig
- ✓ Det är bra att göra en resemeddelande när du reser utomlands:  
[https://matkustusilmoitus.fi/public\\_html?command=browse](https://matkustusilmoitus.fi/public_html?command=browse)
- ✓ Tips på gratis kvällsaktiviteter: Topp 10 destinationer i Mo i Rana: [https://www.tripadvisor.fi/Attractions-g190471-Activities-Mo\\_i\\_Rana\\_Rana\\_Municipality\\_Nordland\\_Northern\\_Norway.html](https://www.tripadvisor.fi/Attractions-g190471-Activities-Mo_i_Rana_Rana_Municipality_Nordland_Northern_Norway.html)
- ✓ Vi skickar mer information om föreläsare och andra detaljer närmare resan

*Vi i det Nordiska NaBS-projektet önskar dig en trevlig resa 😊*

