

GUIDADE VANDRINGAR

2024



Väst kuststiftelsen



HÄNG MED OSS UT!

Välj bland alla våra vandringar och följ med oss ut! Vandringarna är för det mesta gratis och sker under kunnig ledning av en guide. Det krävs inga förkunskaper, men med skor och kläder anpassade efter väder samt matsäck och en stor portion nyfikenhet får du ut mest av vandringen. Så ta tillfället i akt och se ett nytt naturområde eller lär dig mer om ett du redan känner till. Vandringarna presenteras även på:
<https://vastkuststiftelsen.se/guidningar/>

I detta häfte finner du alla våra guidade vandringar 2024. Observera att det krävs föransmälan via hemsidan på vandringarna. Föranmäl dig i god tid. Om du behöver hjälp med att föranmäla dig, ring: 031-40 29 81. Detta häfte ges ut i mars 2024. Vi reserverar oss för eventuella felskrivningar. Ändringar av tider och platser kan förekomma och meddelas i första hand via hemsidan. Därför är det alltid bra att kontrollera den senaste informationen på hemsidan innan du beger dig till en vandring.

Deltagande på turerna sker på egen risk.



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1. Möt våren i Kalvöfjorden	8
2. Rådasjön runt	8
3. Nature for newbies	8
4. Marina fåglar och fågelflyttning	9
5. Grönstenar, blåsippor och bokskog	9
6. Vårvandring utmed Säveån	10
7. Fåglar och grodor vid Svarte mosse	10
8. Kustvandring med hänförande utsikt	11
9. Kvällspromenad genom Vitsippsdalen	11
10. Vandring till Mittvättorna och Björnsjön	12
11. Dalslands färgprakt på blåsippor	12
12. Fåglar, blommor och fjärilar	13
13. Botanisk vandring i Rya skog	13
14. Vårvandring i Rya skog	13
15. Vårvandring på vackra Klöverön	14
16. Båttur och guidad vandring på Kalvö	15
17. Gullvivorna på Härmanö	15
18. Morgonvandring med skogsbad	16
19. Fågelskådningens dag	16
20. Vårvandring vid Sundsby	17
21. Guidad kajaktur på trolsk skogssjö	17
22. Vårvandring i Högsböla ängar	17
23. Familjevandring i Vättlefjäll	18
24. Geologi och natur i småkuperat landskap	18
25. Naturvandring i Västra Tunhem	19
26. Hagar med åldriga ekar, svampar och lavar	19
27. Storskog och gullvivor	20

28. Fågelskådning vid Kollungeröds vatten	20
29. Kvällsvandring längs Säveån	21
31. Långvandring i vild och vacker miljö	21
32. Upperud, kanal, pilgrimsled och Forsbo	22
33. Fågelsång i Skärbos hagar och lundar	23
34. Natur-och kulturvandring på Valön	23
35. Genom urskog mot makalös utsikt	24
36. After Work i skogen – tyst vandring	24
37. Kroppefjäll – vandring på stigar från förr	25
38. Mäktig geologi och chans till rovfåglar	25
39. Skogsbad – Shirin Yoku	26
40. Natur och kultur i unik miljö	26
41. Vandring i ett hav av blommor	27
42. Träd och vackra skogar vid Rådasjön	27
43. Kungsvägen med lövskog i försommarskrud	28
44. Upptäck Bengtsfors med omnejd	29
45. Vandring i Ovandalen, Halleberg	29
46. Vandring i ett hav av blommor	29
47. Skaftökusten: Gröderhamn-Grundsund	30
48. Natur och geologi i Forentorpa ängar	30
49. Naturnatta – nattfjärilar och nattskärnor	31
50. Storskogens osannolika juvel	31
51. Kulturvandring på vackra Hållö	32
52. INSTÄLLD - I dalformationens marker	32
53. Koster: vandra i ett öparadis	33
54. Strövtåg på Bohusläns sockertopp	34
55. Örtrik lundmiljö i Ranebolund	34
56. Vandring i ett hav av blommor	34
57. Dalslands och Sveriges fem huvudnaturtyper	35
58. INSTÄLLD - I dalformationens marker	36

59. I orkidérika marker	36
60. Skogsbad – Shinrin Yoku	36
61. Pausa vardagen och smaka på naturen	37
62. Kroppefjäll – vandring på stigar från förr	38
63. Lindö i blomstertid	38
64. INSTÄLLD - Lövskog och flora i Baståsen	38
65. Vandring i blomsterrikt torplandskap	39
66. Gården Änga på Härön	39
67. Smula ås – botanisk vandring	40
68. Vilda blommornas dag på Kuröds skalbankar	40
69. Upperud, kanal, pilgrimsled och Forsbo	40
70. De Vilda Blommornas Dag på Härmanö	41
71. Sveriges största fastlandsalvar	42
72. Björnebergsängarnas blomsterprakt	42
73. Vättlefjäll i långsam takt och på plan stig	42
74. Orkidéparadiset Skogastorp	43
75. Midsommartur på Veddö	43
76. Botanisk vandring i Tuveslätt	44
77. Vildmarksupplevelse i stiglöst land	44
78. Flora, fjärilar och fåglar på Vargfjället	44
79. Vandring bland orkidéer i Nohlmarkens naturreservat	45
80. Sommarvandring vid hållar och havsstrand	45
81. Vättlefjäll i långsam takt och på plan stig	46
82. Upptäck Bengtsfors med omnejd	46
83. Stipakullarna i Näs – botanisk vandring	47
84. Granitklippor och klapper på Saltö	47
85. Storslagen och varierad natur	47
86. Vandring till Världens Ände	48
87. Njut av fantastiska skapelser	48
88. Storslagen och varierad natur	49

89. Bohusgranit – geologisk vandring	49
90. Hällristningar i Högsbyn	50
91. Längs Slereboån	50
92. Vättlefjäll i ett nötskal	50
93. Kynnefjäll – ett Norrland i miniatyr	51
94. Lättpromenerat i Tresticklan	51
95. Kroppefjälls vackra våtmark	52
96. Fåglar, blommor och fjärilar	53
97. Spännande granitstrukturer på Sandön	53
98. Strövtåg på Bohusläns sockertopp	54
99. Tjurpannan – en pärla bland naturreservaten	54
100. Kvällsutflykt till Välen	55
101. Vänerskärgård, flora och bronsåldersgrav	55
102. Bohusgranit – geologisk vandring	56
103. Kärlingesund – kustnära naturbeteslanskap	56
104. Genom urskog mot makalös utsikt	57
105. Ljungen blommar	57
106. Långtur på Ramsvikslandet	58
107. Kroppefjälls vackra våtmark	58
108. Arkeologisk vandring: Vattnets kraft	59
109. Vandring på Stora Amundön	60
110. Stora Kornö – idyllisk och unik ö	60
111. Geologi, blommor och fåglar	61
112. Den nyaste leden i Yttre Bodane	61
113. Höstvandring i kulturlandskap	62
114. Pausa vardagen och smaka på naturen	62
115. Vandring i gammal kulturbygd	63
116. Vänerskärgård, flora och bronsåldersgrav	63
117. Fågelskådning i Kalvöfjorden	64
118. Kvällsvandring med skogsbad	64

119. Upptäck vad kulturlandskapet berättar	65
120. Koön: Natur och kultur	65
121. Högkullen, flygmonumentet och Kungastenarna	66
122. Skogsbad – Shinrin Yoku	66
123. Geologi och natur i naturskogen Klyftamon	67
124. Möt skogen och svunna odlingsmarker	67
125. Lättvandrad tur runt Mörttjärn	68
126. Höstfåglar på Hållö	68
127. Vildmark med intressant historia	69
128. I fotspåren efter Oskar i Ljungås	69
129. Skogsbad – Shinrin Yoku med fullmåne	70
130. Svampvandring i Vättlefjäll	70
131. Kustvandring vid Nordre älvs mynning	71
132. Guidad kajaktur på trolsk skogssjö	71
133. Långvandring i vild och vacker miljö	72
134. Natur- och kulturvandring i gammelskog	72
135. Gränsbygd med Heidenstams stenar	72
136. Guidat besök vid laxtrappan	73
137. Guidat besök vid laxtrappan	74
138. Nattvandring i Änggårdsbergen	74
139. Guidat besök vid laxtrappan	75
140. Nighttime walk in Änggårdsbergen	76
141. Örnar i Kalvöfjorden	76
142. Ekharar och slott runt Sävelången	76
143. Glöggvandring i adventstid	77

1. Möt våren i Kalvöfjorden

Söndag 24 mars 2024

09:00 - 13:00

Stigfjorden, Orust

Möt våren och träffa rovfåglar, gäss, änder och vadare i Kalvöfjorden i Stigfjordens naturvårdsområde. I området möter vi de tidiga vårfåglarna och letar dessutom andra vårtecken i form av växter och insekter. Utflykten går i lätt terräng och är fyra timmar. Lite beroende på hur långt våren kommit och vad som finns rör vi oss runt och besöker flera lokaler.

Ta med matsäck!

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Busspendelparkeringen i Varekil (<https://goo.gl/maps/2KB3vhr4ZYgZ98yu9>). Därefter förflyttar vi oss med egen bil till de olika lokalerna.

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger på södra Orust vid korsningen väg 160/178

Närmsta hållplats: Varekil busstation, 30 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Insekter, Växter

Guide/r: Thomas Liebig (Telefon: 0706-466558)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/mot-varen-i-kalvofjorden/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 21 mars

Max antal deltagare: 30

2. Rådasjön runt

Söndag 24 mars 2024

09:50 - 15:40

Rådasjön, Härryda, Mölndal

Möt våren i en vandring runt Rådasjön! Vi spanar efter vårtecken, tittar på "knoppisar" och försöker artbestämma olika lövträd innan de slagit ut. Kanske finns det också tidiga vårfåglar runt sjön? Vi möter berg som bildades för 1,6 miljarder år sedan och jättegrytor från istiden. Dessutom ser vi ett slott, ett säteri och en fejkruin! Vandringen

går förbi Gunnebo slott och Råda Säteri, omväxlande på stigar och grusvägar i skogen och längs asfalterade cykelbanor i villaområden, hela tiden nära Rådasjöns skyddade stränder och vatten.

Tag med matsäck för en fikapaus under vandringen. Observera att det inte behövs någon bil till denna vandring. Starten är anpassad till ankomsttiden för buss 753 från Heden eller Mölndal till hållplats Gunnebo park. Det går också bra att ta bilen till parkeringen vid Rådasjöns utlopp. Observera att första halvan av vandringen är tillgänglig med barnvagn och kan avslutas med att ta bussen tillbaka från Mölnlycke. Andra halvan av vandringen går bitvis på ojämna småstigar.

Sträcka: 14 kilometer

Samlingsplats: Vid brovaktarstugan på John Halls väg vid Stensjöns parkering (<https://maps.app.goo.gl/ZqmRCmzhB9UQhWWCA>)

Vägbeskrivning/läge: Brovaktarstugan ligger strax öster om Mölndal, mellan Stensjön och Rådasjön

Närmsta hållplats: Gunnebo Park

Svårighetsgrad: Medel

Guide/r: Mikael Östblom (Telefon: 0708-425604)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/radasjon-runt/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 21 mars

Max antal deltagare: 20



3. Nature for newbies

Sunday 7 April 2024

12:00 - 16:00

Vättlefjäll, Göteborg

Come meet to get out of the city together! We will go on a hike of about 10 kilometres in mixed forest and past fine lakes where we enjoy nature with all senses. This walk is for those who want to get out into nature but maybe are unsure about where to go or what to bring. All are welcome,

including dogs and kids, but the terrain can be uneven and is not suitable for strollers.

Wear waterproof shoes and a raincoat with several layers underneath, depending on the weather forecast. Don't forget swimwear and a towel if you're brave enough to take a dip in a lake if we have fine weather. We will take a fika break after about half the walk, so pack your backpack with a water bottle, something hot to drink in a thermos and a sandwich or the like.

The hike starts and ends at the bus stop Rannebergen Centrum, in Angered. We will walk some parts in silence to be able to listen to nature. It is free of charge to participate. Welcome to the forest!

Distance: 10 kilometres

Gathering place: the bus stop Rannebergen Centrum, in Angered (<https://goo.gl/maps/1mWMVoVpBTC2>)

Itinerary: Rannebergen is located about 3 kilometres north east of Angered's Centrum

Closest tram/bus stop: Rannebergen Centrum

Difficulty: Moderate

Guide: Florina Lachmann (Phone: 0730-924664)

Book your spot here: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/nature-for-newbies/>

Last date for booking: Thursday 4 April

Max number of spots: 30

4. Marina fåglar och fågelflyttning

Söndag 14 april 2024

09:00 - 14:00

Havstensfjorden, Uddevalla

Vi kommer att uppleva både häckande marina fåglar och passerande flyttfåglar från fågeltornen kring naturreservatet och Natura 2000-området Havstensfjord. Ni får också information om vad den marinbiologiska kunskapen befinner sig, som förklarar de stora förändringar som äger rum i våra kusthav.

Det blir lättare promenader till våra utsiktsplatser, som passar barnfamiljer utan barnvagnar. Kläder efter väder och medhavd fika är viktigt!

Samarrangemang med Uddevalla Naturskyddsförening och Bohusläns ornitologiska förening.

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Bohusläns museum (vid flaggstängerna) för samåkning till Havstensfjorden (<https://goo.gl/maps/3FuJapMUDrH2KdQg6>)

Vägbeskrivning/läge: Havstensfjordens naturreservat ligger Väster om Uddevallabron

Närmsta hållplats: Kampenhof, ca 50-150 m från samlingsplatsen

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Kultur/historier, Familjevandring

Guide/r: Jan Uddén (Telefon: 0706-565401)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/marina-faglar-och-fagelflyttning/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 11 april

Max antal deltagare: 25

5. Grönstenar, blåsippor och bokskog

Söndag 14 april 2024

09:43 - 16:08

Bokedalen, Partille

Upplev tre naturreservat på samma vandring som nås smidigt med pendeltåget. Vi vandrar genom Bokedalens naturreservat med knoppande bokträd och tar oss till Björnareåsens naturreservat. Här ger berggrunden med så kallade grönstenar upphov till näringsrika jordar där blåsippor och andra näringskrävande växter trivs. Hur ser den geologiska historien ut som har skapat grönstenar just här?

Via Bohusleden och senare Gotaleden kommer vi tillbaka in i natursköna Bokedalen med många gamla lövträd och höga naturvärden. Fokus på dagens vandring är landskapets historia och varför det ser ut som det gör just här.

Vandringen avslutas med att vi går ned till Jonsereds strömmar och spanar efter våra fors fåglar i dagens tredje naturreservat. Vandringen går delvis på småstigar och i stiglös terräng och är ganska kuperad. Tag med matsäck för en fikapaus under vandringen.

Observera att det inte behövs någon bil till denna vandring. Starten är anpassad till ankomsttiden för pendeltågen från Göteborg och Alingsås och det finns gott om tåg som går från Jonsered vid vandringens slut.

Sträcka: 9 kilometer

Samlingsplats: Perrongen på Jonsereds station (<https://goo.gl/maps/TxxuG9eaYbzTYLpU9>)

Vägbeskrivning/läge: Jonsered ligger mellan Göteborg och Lerum

Närmsta hållplats: Jonsereds station

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Geologi

Guide/r: Mikael Östblom (Telefon: 0708-425604)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/gronstenar-blasippor-och-bokskog/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 11 april

Max antal deltagare: 20

6. Vårvandring utmed Säveån

Lördag 20 april 2024

09:40 – 13:00

Säveåns dalgång, Lerum

Ta tåget till skogen! Tillsammans upplever vi Säveåns natur och pratar om vad det är vi ser utmed stigen. Vi går bland sippor på slingrande stigar och bitvis på spänger. Barn är också välkomna. Vi kommer nog att få se vissa spår från bäverns aktivitet. Vandringen är cirka fyra kilometer lång och relativt lättgången, dock finns det trappor. Vi pausar vid ån så ta med matsäck/ fika. Det kan vara fuktigt så rejäla skor är bra.

Guidningen startar vid Floda station klockan

09:40 (söder om spåren) och avslutas vid Stenkullens station cirka klockan 13. Guide är Catharina Larsson. Begränsat antal platser.

Tåg till Floda station går från både Göteborgs centralstation och från Alingsås, för aktuella avgångs- och ankomsttider, se Västtrafiks webbplats.

Vandringen görs i samarbete med Naturskyddsföreningen i Göteborg.

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Floda station (söder om spåren) (<https://maps.app.goo.gl/YDDwPMRYvCk9PJhP6>)

Vägbeskrivning/läge: Floda ligger utmed E20, mellan Göteborg och Alingsås

Närmsta hållplats: Floda station

Svårighetsgrad: Medel

Guide/r: Catharina Larsson (Telefon: 0725-174339)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/varvandring-utmed-savean/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 18 april

Max antal deltagare: 30

7. Fåglar och grodor vid Svarte mosse

Lördag 20 april 2024

10:00 – 12:00

Fontin, Kungälv

Vandring för hela familjen i det tätortsnära naturreservatet uppe på Fontinberget i Kungälv. Nu spirar vårens första växter vid den lilla sjön Svarte Mosse och myrorna vaknar i sina stackar. Vi vandrar genom skogen, tittar var myrorna bor, spelar naturbingo och provar att tillsammans bygga ett fågelbo. Är vi lika duktiga som fåglarna tro? Några sånger ska vi också hinna med, och att håva i sjön. De vatteninsekter vi får upp studerar vi i baljor med vatten på stranden en liten stund. Om vi har tur kan vi få se ett vattenbi, en buksimmare eller en glupsk trollsländelarv.

Ta gärna med matsäck! Vi avslutar med fikastund i vårsolen vid sjön. Passar barn i åldrarna ca 5 – 9 år och deras föräldrar. Barnvagn går delvis bra.

Föränmälan: Boka en plats per barn som kommer delta. Medföljande vuxen behöver ej boka plats.

Samarrangör: Naturskyddsföreningen i Kungälv.

Sträcka: cirka 1,5 kilometer

Samlingsplats: Vid motionscentralen Kotten vid Svarte mosse i Fontins naturreservat (<https://goo.gl/maps/HV2Pvsxa6UNRskaz6>)

Vägbeskrivning/läge: Motionscentralen och Fontin ligger öster om Kungälv stadskärna. Skyltat från centrum mot Fontin.

Närmsta hållplats: Färdevägen, 500 meter

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Insekter, Familjevandring

Guide/r: Lena Smith (Telefon: 0733-450759), Alexander Frisborg

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/faglar-och-grodor-vid-svarte-mosse/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 18 april

Max antal deltagare: 15

8. Kustvandring med hänförande utsikt

Lördag 6 april 2024

10:00 – 15:00

Stångehuvud, Lysekil

Vi utforskar Lysekils kuststigar! Vi börjar med granitreservatet Stångehuvud, ett av regionens sju underverk, med fyrhus, vackert rosa granit samt intressant växtlighet och geologi. Vi vandrar vidare på Kuststigen, med utsikt ut över skärgården, förbi stenbrottens lämningar och in på Kronprinsessans stig. Vi får uppleva kulturmiljöer och småbåtshamnar, följt av bryggvandring i vackra miljöer och förbi fiskebåtar. Lunchen intas med havsutsikt. Längs rutten berättar guiden om kulturhistoria,

Lysekil och om Bohusläns storheter som granit, stenbrytning, sill m.m.

Vi är ute i 4-5 timmar, oftast på hållar och klippor, med en del höga kliv och en brant trappa. God balans och ork rekommenderas. Kopplade hundar är välkomna men vandringen är ej barnvagnsvänlig. Guiden är Lysekilsbo och Bohuslänguide.

Ta med matsäck för fika och lunch: Stadiga skor/kängor rekommenderas.

Sträcka: 8-9 km på mestadels slät mark

Samlingsplats: Parkeringen vid Pinnevik (<https://goo.gl/maps/4ixd9n6rLCx>). Parkeringsapp funkar. Brukar vara gratis så här års.

Vägbeskrivning/läge: Stångehuvuds naturreservat ligger väster om Lysekil

Närmsta hållplats: Havets hus, knappt 10 minuters promenad, 600 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia

Guide/r: Anette Bargel (Telefon: 0705-776422)

Föränmäl dig här: <https://bit.ly/36DsaKk>

9. Kvällspromenad genom Vitsippsdalen

Tisdag 23 april 2024

17:30 – 20:00

Änggårdsbergen, Göteborg

Vitsipporna borde vid denna tid blomma som bäst i Änggårdsbergen! Förhoppningsvis får vi även se gulsippa, hålnunneört, stor nunneört, skogsbingel, dårört, vätteros och lundvårlök i blom.

Sträcka: cirka 2 kilometer

Samlingsplats: Stolpboden i Botaniska trädgården (<https://maps.app.goo.gl/ZaEh8Q5F9wt9dAtW9>)

Vägbeskrivning/läge: Stolpboden ligger i Botaniska Trädgården, strax nordväst om Botaniska Paviljongen

Närmsta hållplats: Botaniska Trädgården

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Växter

Guide/r: Erik Ljungstrand (Telefon: 0708-559628)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/kvallspromenad-genom-vitsippsdalen/>

Sista anmälningsdag: Fredag 19 april

Max antal deltagare: 40

10. Vandring till Mittvättorna och Björnsjön

Lördag 27 april 2024

08:00 – 12:00

Svartedalen, Kungälv

Följ med på en vandring i sparvugglans rike från Lindesjön till Björnsjön! Vi passerar skogstjärnar och ett torphemman, några bergbranter och våtmarker. Vi fortsätter till Björnsjön där vi fikar och går på återvägen förbi den gamla fallna ramsågen vid forsen nedströms Lilla Mittevatten.

Terrängen är bitvis mycket fuktig och något brant på vissa ställen. Medelsvår vandring. Ta med matsäck och rejäla skor/kängor/stövlar samt gärna gång- eller vandringsstavar. Vandringen tar cirka fyra timmar.

Samarrangemang med Kungälvsv Naturskyddsförening och Kungälvsvornitologerna.

Sträcka: 7 kilometer

Samlingsplats: Lindesjöns parkering (<https://goo.gl/maps/eia4sJvgHeSrDGak8>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger strax nordost om Lindesjön

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia

Guide/r: Kåre Ström (Telefon: 0737-723204)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/>

[guidad-vandring/vandring-till-mittvattorna-och-bjornsjon/](https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vandring-till-mittvattorna-och-bjornsjon/)

Sista anmälningsdag: Torsdag 25 april

Max antal deltagare: 20

11. Dalslands färgprakt på blåsippor

Lördag 27 april 2024

10:00 – 14:00

Ranneberget, Mellerud



En vandring för nyfikna och vetgiriga i alla åldrar! Här har du chansen att lära dig lite mer om Dalslands geologi, växter, djur, fåglar och grottor. Vi njuter av blåsipporna, som ju här i Dalsland har många olika färger. Vi går uppför rasbranterna i den urskogslänkande terrängen medan vi spanar efter skogens hemligheter och invånare.

Vi letar bland annat efter den väldigt sällsynta ormbunken uddbräken som bara finns på några få platser i världen, varav de flesta i Dalsland. Vi söker också efter grottor som finns i området – hur många kan vi hitta och finns det kanske en kvarglömd trollskatt i någon av dem? Vi fikar uppe på Jättekullen innan vi går ner till Dalslands största grotta, He-grottan. Därefter tar vi den nya stigen tillbaka till parkeringen.

Vandringen är cirka fyra kilometer lång och går både på stigar och i obanad terräng i lugnt tempo, så att alla hinner med. Ta med vatten, sittunderlag, matsäck för en fikarast och frukt för en kortare fruktpaus. Skor som är täta i tån och har grov sula samt långbyxor är att föredra på denna vandring. För den som har och är intresserad kan även flora, fågelbok och kikare vara bra att ha med. En vandringsstav kan vara till god hjälp i de brantaste partierna. Detta är även en bra introduktionsvandring för dig som inte känner dig så hemma i naturen.

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Reservatets parkering vid södra änden av Köttsjön (<https://maps.app.goo.gl/M5ChRssmmnAdP8526>)

Vägbeskrivning/läge: Ranneberget ligger ca 10

km nordväst om Mellerud

Närmsta hållplats: Torgrinsbyn södra, 1,7 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter, Familjevandring

Guide/r: Helena SELLERING (Telefon: 0708-602913)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/dalslands-fargprakt-pa-blasippor/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 25 april

Max antal deltagare: 30

12. Fåglar, blommor och fjärilar

Lördag 27 april 2024

10:00 – 14:00

Ramsvikslandet, Sotenäs

På västsidan av naturreservatet Ramsvikslandet ligger den vackra platsen Haby bukt. Där tittar vi på nyanlända flyttfåglar, kanske gök, lövsångare, och ringtrast. Om solen är framme noterar vi fjärilar, till exempel tostebelvinge och grönsnabbvinge. På de kalkrika betade ängarna letar vi fram små sandviol, den rara stenkrassing och mandelblommor förstås. Den cirka fyra kilometer långa vandringen i medelsvår terräng tar ungefär tre timmar. Tag med matsäck och vattentäta skor.

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Haby bukt (<https://goo.gl/maps/hsph73Em3r42>)

Vägbeskrivning/läge: Infart till reservatet skyltat från vägen mellan Hunnebostrand och Kungshamn (väg 174). När man passerat bron över Sotekanalen tar man till vänster.

Närmsta hållplats: Ramsviksvägen, 2,1 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Insekter, Växter

Guide/r: Jan Artursson (Telefon: 0725-423099),

Peter Backman

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/faglar-blommor-och-fjarilar-april/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 25 april

Max antal deltagare: 30

13. Botanisk vandring i Rya skog

Måndag 29 april 2024

18:00 – 20:00

Rya skog, Göteborg

Vi vandrar runt i skogen och tittar på de vårblommor som har kommit upp. Förutom vanliga växter som vitsippa och svalört bör vi kunna få se desmeknopp, gullpudra och lundvårlök. Vi kan även hoppas att rödblåra och storrams har börjat blomma. Stövlar kan vara bra att ha om det har varit regnigt innan.

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Rya skog (<https://goo.gl/maps/CxFqz8ZBAkVwVyJP8>)

Vägbeskrivning/läge: Rya skog ligger på Hisingen, strax väster om Älvsborgsbron

Närmsta hållplats: Rya skog. Buss 32 (måste förbeställas!). Man kan också ta buss 99 och 30 till Ivarsbergsmotet och promenera cirka 10 minuter. Åk gärna kollektivt, parkeringsplatsen är liten.r

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Växter

Guide/r: Johan Grudemo (Telefon: 0725-032320)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/botanisk-vandring-i-rya-skog/>

Sista anmälningsdag: Fredag 26 april

Max antal deltagare: 20

14. Vårvandring i Rya skog

Onsdag 1 maj 2024

10:00 – 12:30

Rya skog, Göteborg

Möt våren i en av Göteborgs äldsta skogar. Trots sin litenhet bjuder Rya skog på varierad natur. Ett hav av vitsippor och svalört möter oss på vandringen. På en spång går vi genom alsumpskogen och vi vandrar också genom hassellunden. Naturguiderna Catharina Larsson och Lena Smith tar oss med på en tur i den spirande lövskogen. Vi pratar om områdets historia och om vad det är vi ser utmed stigen. Kanske får vi syn på desmeknoppen, gömd bland vitsipporna. I en av områdets ängar pausar vi och äter medhavd matsäck.

Vi går cirka två kilometer, lätt vandring i lugnt tempo. Bitvis kan det vara fuktigt så rejäla skor är bra.

Samling vid reservatets parkeringsplats. Buss 32 (måste förbeställas!), hållplats Rya skog. Man kan också ta buss 19, 30 eller 99 till Ivarsbergsmotet och promenera cirka 10 minuter. Åk gärna kollektivt, parkeringsplatsen är liten.

Vandringen görs i samarbete med Naturskyddsföreningen i Göteborg.

Sträcka: cirka 2 kilometer

Samlingsplats: Reservatets parkering (<https://goo.gl/maps/sjWzZ7roSMEHRTbQ9>)

Vägbeskrivning/läge: Rya skog ligger på Hisingen, strax väster om Älvsborgsbron

Närmsta hållplats: Rya skog. Buss 32 (måste förbeställas!). Man kan också ta buss 99 och 30 till Ivarsbergsmotet och promenera cirka 10 minuter. Åk gärna kollektivt, p-platsen är liten.

Svårighetsgrad: Lätt

Guide/r: Catharina Larsson (Telefon: 0725-174339), Lena Smith (Telefon: 0733-450759)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/varvandring-i-rya-skog/>

Sista anmälningdag: Måndag 29 april

Max antal deltagare: 60

15. Vårvandring på vackra Klöverön

Lördag 4 maj 2024

08:00 – 12:00

Klåverön, Kungälv

Vårvandring på Klöverön, en natur- och kulturpärla vid Marstrand! Vi vandrar längs öns ängar och hagmarker till skalgrusbänkarna vid "Utkäften", där vi fikar. Vi hoppas på spirande växter och vårfåglar som "majnyckel", "tjeld" och ringtrast. Medtag matsäck och rejäla skor eller kängor.

Samling vid "Marstrandskajaker" som ligger på vänster sida om Marstrandsvägen, cirka 500 meter innan färjeläget (färjan till Marstrand). Därefter gemensam båttransport från kajen vid "Marstrandskajaker" till Klöverön (avgift cirka 100 kronor, som betalas på plats).

Samarrangemang med Kungälv Naturskyddsförening och Kungälvornitologerna.

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Vid "Marstrandskajaker" (<https://maps.app.goo.gl/iJQ8SvwDstCai26BA>)

Vägbeskrivning/läge: Marstrand ligger cirka 25 kilometer väster om Kungälv

Närmsta hållplats: Marstrandsexpressen från Göteborg eller buss 302 från Kungälv resecentrum till Marstrands färjeläge

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Kåre Ström (Telefon: 0737-723204), Ragnhild Crawford (Telefon: 0766-22 61 23)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/varvandring-pa-vackra-kloveron/>

Sista anmälningdag: Torsdag 2 maj

Max antal deltagare: 24



16. Båttur och guidad vandring på Kalvö

Lördag 4 maj 2024

10:00 – 17:00

Kalvö skärgård, Mariestad

Följ med på en båttur till Kalvö skärgård, ett av Vänerns finaste naturreservat! Här finns goda chanser att se både fiskgjuse och havsörn. Kalvö bjuder på slipade stenhällar och månghundraåriga tallar formade som martallar. I området finns också flera fina sandstränder. För ett par år sedan utfördes här en stor naturvårdsbränning.

Vi träffas i hamnen i Mariestad för en gemensam båttur ut till Kalvöarna. Du kan vara inomhus ombord och det finns toalett.

Vandringen går längs stigar som är relativt torra och lätta att gå. Öarna har en kulturhistoria med en liten gård som idag arrenderas som fritidshus. Dessutom besöker vi Kronstrands badvik uppkallad efter Mariestad-konstnären Bror Kronstrand.

- Tag med egen matsäck för hela dagen
- Flytvästar finns ombord
- Du behöver ha normal kondition för att vandra runt Kalvöarna
- Båtturen kostar 200 kr/person

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Hamnen i Mariestad. Efter anmälan får du en bekräftelse med en nål på Google maps var båten ligger förtöjd i Mariestad.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia

Guide/r: Peter van der Tol (Telefon: 0735-818282)

Föränmäl dig här: info@vanernoutdoor.se eller via telefon: 0735-81 82 82

17. Gullvivorna på Härmanö

Lördag 4 maj 2024

10:40 – 16:00

Härmanö, Orust

Kortare turen: 10:40 – 16:00

Längre turen: 10:40 – 18:00

Naturreservatet Härmanö vid Gullholmen är stort! Här finns den karga, exponerade västsidans gnejsklippor genomskurna av diabasgångar och den leende, bördiga östsidans skalgrusrika jordar.

På denna vandring kan du välja mellan en längre eller en kortare tur till Härmanö Huvud. Det längre alternativet tar cirka sju timmar och den kortare drygt fem timmar och då via ängarna till Härmanös västsida. Safsalokaler finns på bägge alternativen.

På turen till Härmanö Huvud berättas om natur och kultur. Här syns också resultatet av ljungränning och röjning inom GRACE-projektet.

Turen till västsidan bjuder på rik blomning, fågelsång, till synes kala strandklippor och bäverdammar.

Första delen av bägge turerna är lämplig för rullstol eller barnvagn medan andra avsnitt är krävande. Se till att ha bra skor och att ta med riklig matsäck samt dryck.

Personfärja 381 avgår från färjeläget Tuvesvik mot Gullholmen Hamnen klockan 10:30 och resan tar cirka fem minuter. Kontrollera avgångstid med Västtrafik. Parkering finns cirka 200 meter innan färjeläget. Betala med parkeringsapp.

Sträcka: 8 respektive 12 kilometer

Samlingsplats: På torget invid färjeläget Gullholmen Hamnen (<https://goo.gl/maps/yj38m7ihpHcrog3w6>).

Vägbeskrivning/läge: Gullholmen med naturreservatet Härmanö ligger väster om Orust. Färjeläget Tuvesvik är skyltat från väg 178 mellan Rålanda och Ellös.

Närmsta hållplats: Gullholmen Hamnen

Svårighetsgrad: Medel

Guide/r: Gunilla Olander (Telefon: 0730-224798), Berth Kullholm (Telefon: 0703-33 61 14)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/gullvivorna-pa-harmano/>

Sista anmälningdag: Torsdag 2 maj

Max antal deltagare: 30

18. Morgonvandring med skogsbad

Söndag 5 maj 2024

08:00 – 09:30

Rådasjön, Härryda

Välkommen på ett guidat skogsbad, där du genom enkla övningar öppnar dina sinnen och upplever naturen på ett nytt vis. När du skogsbadar så "badar" du med dina sinnen. Studier på skogsbad som gjorts på olika håll i världen har kunnat påvisa avsevärt minskade nivåer av stress, ett stärkt immunförsvar, sänkt blodtryck, förbättrad kognitiv förmåga, minskade nivåer av ångest och depression samt ett ökat psykiskt och fysiskt välbefinnande.

Vi går med långsamma steg in i den vackra skogen i Rådasjöns naturreservat. Där saktar vi in ytterligare och du blir guidad att ta in naturen runt dig med ett sinne i taget.

Vi vandrar 1-2 kilometer i lugnt tempo, på stigar och i delvis kuperad terräng. Ta med dig ett sittunderlag och en extra tröja, då vi kommer att vara mycket i stillhet. Vill du så ta också gärna med dig lite fika att avnjuta efter turen.

Sträcka: 1-2 kilometer

Samlingsplats: Vid naturreservatstavlan vid parkeringen på Råda säteri (<https://goo.gl/maps/vJSx6qJmeHTyHhck7>)

Vägbeskrivning/läge: Råda säteri ligger strax väster om Mölnlycke. Kollektivtrafik: X4 från Göteborg till Mölnlyckemotet, gå cirka 1 kilometer till Råda säteri.

Närmsta hållplats: Råda säteri, 300 meter

Svårighetsgrad: Lätt

Guide/r: Lotta Rolandson (Telefon: 0703-068850)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/morgonvandring-med-skogsbad/>

Sista anmälningdag: Torsdag 2 maj

Max antal deltagare: 15

19. Fågelskådningens dag

Söndag 5 maj 2024

08:00 – 14:00

Gustavsbergsområdet, Uddevalla

Vi vandrar genom Gustafsbergs park och bokskog. Vi spanar sedan över Bodelebukten och Byfjorden efter rastande och häckande sjöfåglar. Därefter vandrar vi längs Bodeleåns meanderlandskap och lyssnar till sjungande fåglar och njuter av vitsippsmattorna och spirande strutbräken. Vi passerar vattenfallet och kanske får vi en glimt av strömstaren. Vi följer sedan grusvägen förbi Christineberg och Christerninska kyrkogården för att återkomma till Gustafsberg.

Medarrangörer: Bohusläns ornitologiska förening, Uddevalla naturskyddsförening

Sträcka: cirka 3 kilometer

Samlingsplats: Gustafsberg, parkeringsplats vid gamla skolhuset (<https://goo.gl/maps/de28YgibCpU9Lcs28>)

Vägbeskrivning/läge: Gustavsbergs naturvårdsområde ligger strax söder om Uddevalla och nås via väg 668/Göteborgsvägen

Närmsta hållplats: Bodele 750 meter eller Landbadet 550 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia, Växtterr, Familjevandring

Guide/r: Jan Uddén (Telefon: 0706-565401)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/fagelskadningens-dag/>

Sista anmälningdag: Torsdag 2 maj

Max antal deltagare: 20

20. Vårvandring vid Sundsby

Söndag 5 maj 2024

09:00 – 13:00

Stigfjorden, Tjörn

Följ med på en vårvandring vid det vackra Sundsby i Stigfjordens naturvårdsområde! Turen går i den östra delen av området där vi tittar på vårblommor, gammelekar samt avnjuter sjungande vårfåglar och tidiga fjärilar. Vi går cirka fem kilometer i relativt lätt terräng. Ta med matsäck och kikare.

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Sundsby parkering sydväst om säteriet och dammen (<https://goo.gl/maps/kJhPLjBFqGM2>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger på norra Tjörn. Från väg 160 sväng mot Sundsby säteri, fortsatt cirka 1 kilometer tills du har parkeringen på höger sida.

Närmsta hållplats: Mjölkeviken, 800 meter, eller Sundsby korsväg, 1,1 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Insekter, Växter

Guide/r: Thomas Liebig (Telefon: 0706-466558)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/varvandring-vid-sundsby/>

Sista anmälningdag: Torsdag 2 maj

Max antal deltagare: 30

21. Guidad kajaktur på trolsk skogssjö

Söndag 5 maj 2024

10:00 – 14:00

Vristulven, Mariestad

Följ med på kajakpaddling och upplev Vristulven – en trolsk skogssjö med otaliga öar, holmar och vikar. I sjön finns aktiva bäverhyddor och ett rikt fågelliv. Här finns goda chanser att se bland annat fiskgjuse, häger och storlom. Den här turen är lämplig som en familjeaktivitet.

Vi paddlar i lugnt tempo och gör stopp för att fika,

vila och kanske för att ta ett dopp. Turen går nära land och här blir det inga höga vågor så även nybörjare och barnfamiljer kan delta. För familjer finns antingen möjlighet att paddla en vuxen och ett barn i en tandemkajak eller två vuxna och ett stort/två små barn i en kajak med en extra sittbrunn i mitten.

Paddlingen sker vid två tillfällen, den 5 maj och den 29 september.

- Tag med egen matsäck
- Tag med ett fullt ombyte kläder
- Du behöver inte ha paddlat tidigare
- Kajak ingår inte: Om du inte har en egen kajak eller kanot så kan du hyra en fullt utrustad kajak för 200 kronor per person

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Efter anmälan får du en bekräftelse med en nål på Google maps. Då kan du enkelt få en vägbeskrivning till startplatsen.

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglarr, Familjevandring

Guide/r: Peter van der Tol (Telefon: 0735-818282)

Föränmäl dig här: info@vanernoutdoor.se eller via telefon: 0735-81 82 82

22. Vårvandring i Högsböla ängar

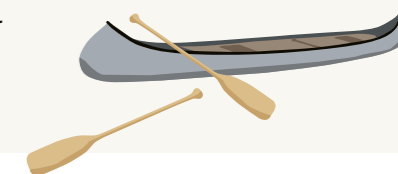
Söndag 5 maj 2024

10:00 – 12:30

Högsböla ängar, Skövde

Välkommen på en tur i Högsböla ängars naturreservat! Vid denna tid på året får vi se massor med ramslök och svalört i de fuktiga delarna av reservatet. I väster är det torrare och vi vandrar i Billingens enda alvarmarker. Här blommar nu massor med gullvivor och Sankt Pers nycklar och många andra ängsväxter. På kalkhällar kan vi finna många små arter såsom backtimjan, duvnäva och grusbräcka.

Sträcka: 2,5 kilometer



Samlingsplats: Högsböla ängars reservatsparkering, 1 kilometer norr om Bergs kyrka (<https://maps.app.goo.gl/RFaJKVSgSS65wCrw9>)

Vägbeskrivning/läge: Reservatet ligger cirka 20 kilometer nordväst om Skövde

Närmsta hållplats: Kamsgården

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Geologi, Växter

Guide/r: Kurt-Anders Johansson (Telefon: 0706-301736), Rolf-Göran Carlsson

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/varvandring-i-hogsbola-angar/>

Sista anmälningdag: Torsdag 2 maj

Max antal deltagare: 40

23. Familjevandring i Vättlefjäll

Lördag 11 maj 2024

10:00 – 11:30

Vättlefjäll, Göteborg

Under denna familjevandring kommer vi tillsammans leta efter djur som gömt sig i skogen. Djuren har något att berätta för oss och ger oss ledtrådar till en hemlig skatt...

Vårt äventyr tar cirka 30 minuter och följer en stig som går att promenera med barnvagn/rullstol. Vi avslutar äventyret med att bjuda på krabbelurer över öppen eld, saft och kokkaffe.

Äventyret passar bäst för barn mellan 5-10 år, men alla är såklart hjärtligt välkomna.

Det går bra att ha med sig kopplad hund.

Vandringen arrangeras tillsammans med Skog och Ungdom Väst.

Sträcka: 1 kilometer

Samlingsplats: Reservatsparkeringen vid Kryddnejlikegatan 140. Parkering betalas med parkeringsapp (<https://maps.app.goo.gl/D3xEyzZDjD8izrG59>)

Vägbeskrivning/läge: Med kollektivtrafik från centrala Göteborg tar du dig enklast till Vättlefjäll med spårvagn 4 eller 9 till Angered centrum. Ta sedan buss 75 från Angered centrum till hållplats Kryddnejlikegatan. Därifrån är det cirka 7 minuters promenad till samlingsplatsen.

Närmsta hållplats: Kryddnejlikegatan, därifrån en cirka 7 minuter lång promenad till vår samlingsplats

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Familjevandring

Guide/r: Siri Hartmann (Telefon: 0721-762787)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/familjevandring-i-vattlefjall/>

Sista anmälningdag: Torsdag 9 maj

Max antal deltagare: 15

24. Geologi och natur i småkuperat landskap

Söndag 12 maj 2024

10:00 – 13:00

Lycke-Lilla Höjen, Skövde

Under denna vandring möts natur och geologi. I Valle härad gjorde istiden halt i tusen års tid och skapade ett unikt landskap. Torbjörn Persson, geolog, guidar om landskapet och Peter om botanik. Vi tar en fikapaus bland gullvivorna och njuter av körsbärsträdens blomning. Medtag fika!

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Lerdala kyrkas parkeringsplats (<https://maps.app.goo.gl/JX2vHQbimdWZ3jLJ6>). Därefter åker vi i samlad trupp till Karstorps gård där vandringen börjar.

Vägbeskrivning/läge: Lerdala ligger nordväst om Skövde. Skyltat från väg 49, mellan Skövde och Skara, och från väg 26 mellan Skövde och Mariestad.

Närmsta hållplats: Lerdala kyrka

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Peter Stofkoper (Telefon: 0706-827678)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/geologi-och-natur-i-smakuperat-landskap/>

Sista anmälningdag: Torsdag 9 maj

Max antal deltagare: 30

25. Naturvandring i Västra Tunhem

Söndag 12 maj 2024

11:00 – 13:30

Tunhems ekhagar, Vänersborg

Välkommen på en fyra kilometer lång vandring som går runt Västra Tunhems naturreservat längs den så kallade Tunhemsstigen. Fokus blir på att studera de blommor vi hittar längs stigen och de flera hundra år gamla ekarna. Har vi tur hittar vi också blåsippor längs stigen.

Du bör ha stadiga promenadskor/stövlar vid blött väder. Det kan vara lerigt bitvis, men vandringen går delvis på spångar så det är ändå ganska lättgången terräng. Ta med dig egen matsäck som avnjuts på altanen; en hög klippta på Hunneberg med vacker utsikt över Hullsjön. Stigen är inte barnvagnsvänlig och har du hund med så ska den vara kopplad.

Alla som kan gå 4 kilometer är välkomna att gå med men stigningen upp på altanen kan vara lite extra krävande och pulshöjande så du bör ha normal kondition.

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Västra Tunhems kyrka (<https://maps.app.goo.gl/Rk4CmMoD5ZamHdJX7>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger cirka 10 kilometer nordost om Trollhättan

Närmsta hållplats: Det finns en busshållplats vid Forstena gård/Forstena. Men då det är svårt att åka kollektivt dit, så är det lämpligast att ta sig till parkeringen vid Västra Tunhems kyrka med bil.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Växter

Guide/r: Anna Samuelsson- Jiremalm (Telefon: 0706-534992)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/naturvandring-i-vastra-tunhem/>

Sista anmälningdag: Torsdag 9 maj

Max antal deltagare: 15

26. Hagar med åldriga ekar, svampar och lavar

Söndag 12 maj 2024

11:00 – 14:00

Gamleriket, Götene

Gamleriket ligger på västsidan av Kinnekulle, mellan Hjälsäters egendom och "Kinnekullebanan". Det är beläget på alunskifferlagret och består till största delen av öppna ekhagar. I väster finns även ett område bestående av sluten sumpskog. Inom reservatet står några av Kinnekulles äldsta och grövsta ekar med en mycket rik flora och fauna. Många av arterna är knutna till död ved: Lavfloran på de gamla ekarna utgör ett av reservatets viktigaste naturvärden. Exempel på arter som indikerar naturvärden är gulpudrad spiklav, brun nållav och sotlav. I och omkring Hjälsäters egendom finns ett drygt hundratal ekar med en diameter över en meter. Bland insekterna har den sällsynta och rödlistade läderbaggen hittats och bland fåglar, skogsduvan. Sumpskogen i väster utgörs till stor del av ask, alm och klibbal.

Parkera vid det gamla magasinet vid Hjälsäter där guiderna möter upp inför vandringen i Gamleriket med de stora ekarna.

Inte lämpligt med barnvagn. Tag med fikakorg och grova skor men låt vovven stanna hemma. Får med lamm kan finnas, även hjortkalvar.

Vandringen är ett samarbete med Götene-Kinnekulle Naturskyddsförening.

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Det gamla magasinet vid Hjälmstätens egendom (<https://maps.app.goo.gl/5SYpDn4JRDkqcbg18>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger drygt 16 kilometer nordväst om Götene

Närmsta hållplats: Trolmen station

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Insekter, Kultur/historia, Växter, Familjevandring

Guide/r: Robert Roffey (Telefon: 0510-62920)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/hagar-med-aldriga-ekar-svampar-och-lavar/>

Sista anmälningdag: Torsdag 9 maj

Max antal deltagare: 30

27. Storskog och gullvivor

Tisdag 14 maj 2024

18:00 – 21:00

Näverkärr, Lysekil

Vi vandrar vid en unik släktgård, som nu är i Väst kuststiftelsens ägo, och går genom en av Bohusläns vackraste kustädellövskogar i ett pastoralt landskap då gullvivorna blommar. I den unika storskogen med flera hundra år gamla almar lyssnar vi till det rika fågellivet. Kanske hörs göken gala i väster. Ta gärna med kvällsfika som vi intar i natursköna Karlsvik, där vi också ser närmare på havsstrandens växtlighet.

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Reservatets parkeringsplats (<https://maps.app.goo.gl/h2Rb496ooX7vexyV7>)

Vägbeskrivning/läge: Näverkärr ligger längst ut på Härnäs i Lysekils kommun. Från E6 vid Gläborg tag väg 162 mot Lysekil. Tag höger vid Brodalen, fortsätt nästan 11 kilometer mot Slävik. Cirka 300 meter innan vändplanen vid Slävik finns en iordninggjord reservatparkeringsplats. Du kan även anlända via väg 161 och färjan Gullmarsleden mot Lysekil.

Närmsta hållplats: Bolagshusen, 270 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Thomas Andersson (Telefon: 0707-554363)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/storskog-och-gullvivor/>

Sista anmälningdag: Fredag 10 maj

Max antal deltagare: 30

28. Fågelskådning vid Kollungeröds vatten

Onsdag 15 maj 2024

18:00 – 21:00

Kollungeröd vatten, Orust

Välkommen på en kvällstur till fågelsjön Kollungeröds vatten! Sjön är en av Bohusläns finaste fågelsjöar och vi kommer att ha fokus på vårsjungande småfåglar. Har vi turen med oss får vi dessutom höra rördrom och se brun kärnhök samt trana. Vi rör oss i relativt lätt terräng, cirka 5 kilometer. Ta med matsäck och kikare!

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Naturreservatparkeringsplats på norra sjösidan (<https://goo.gl/maps/2bgNnMScGrUmdY4q7>)

Vägbeskrivning/läge: Området ligger på östra Orust, cirka 6 kilometer nordväst om Svanesund

Närmsta hållplats: Västra Kollungeröd, 700 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Insekter, Växter

Guide/r: Thomas Liebig (Telefon: 0706-466558)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/fagelskadning-vid-kollungerods-vatten/>

Sista anmälningdag: Måndag 13 maj

Max antal deltagare: 30

29. Kvällsvandring längs Sävån

Torsdag 16 maj 2024

18:00 – 21:00

Sävåns dalgång, Lerum

Häng med på en lätt vandring i lugnt tempo, med inriktning på fågellivet längs Sävån! Vi hoppas få chansen att se strömstare, forsärla, kungsfiskare och bäver. Medelsvår terräng, mestadels på spänger, men trappor förekommer. Ta med fika för en rast och skodon efter väder!

Samling vid Floda station närmast sjön och avslut vid Stenkullen station. Där man kan ta tåget tillbaka mot Floda eller Göteborg.

Sträcka: cirka 3 kilometer

Samlingsplats: Samling vid Floda station närmast sjön (<https://goo.gl/maps/YwrWocmHFQH2>) och avslut vid Stenkullen station. Där man kan ta tåget tillbaka till Floda eller Göteborg.

Vägbeskrivning/läge: Floda ligger utmed E20, mellan Göteborg och Alingsås

Närmsta hållplats: Floda station

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar,

Guide/r: Hasse Österman (Telefon: 0702-918171)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/kvallsvandring-langs-savean/>

Sista anmälningdag: Tisdag 14 maj

Max antal deltagare: 20

30. Vandring på Faledreven i gammal kulturbygd

Onsdag 16 maj 2024

18:00 – 21:00

Ruskela källa, Falköping

Välkommen på en vandring i gammal kulturbygd i Segerstad Faledreven! Den här platsen är en symbol för en kort men viktig period i vår historia då landets jordlösa befolkning ökade kraftigt. Från och med 1700-talet blev de jordlösa allt fler

och fick då bygga små torp och backstugor på den mark som var allmänning i byn, längs bytån och fägatan. Med tiden uppstod ett vimmel av hus och gator genom vilka boskapen leddes till och från fägatan och vidare till de gemensamma betesmarkerna uppe på Segerstadsfalan. Under vandringen stannar vi och fikar medhavd fika.

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Segerstads församlingshem, Falköpings kommun (<https://goo.gl/maps/pYH7VtHt9HbVVpZ88>)

Vägbeskrivning/läge: Segerstad ligger cirka 15 kilometer norr om Falköping. Faledreven är skyltad från riksväg 46.

Närmsta hållplats: Torstensgården, Falköping, 1,8 kilometer

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Fritiof Andersson (Telefon: 0737-8208877)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vandring-pa-faledreven-i-gammal-kulturbygd/>

Sista anmälningdag: Måndag 13 maj

Max antal deltagare: 30

31. Långvandring i vild och vacker miljö

Fredag 17 maj 2024

09:15 – 16:30

Risvedenområdet, Ale

Denna vandring går genom hela fem naturreservat, där flertalet av dem ligger i det stora och vilda naturområdet Risveden. Här kommer vi uppleva djupa dalgångar, porlande bäckar, höga klippor, charmiga sjöar, några vattenfall och en massa olika skogstyper – för att nämna bara några upplevelser.

Vi kommer att vandra en väldigt kuperad rundslinga (start/mål på samma plats) på cirka 19 kilometer och hålla ett tempo något

högre än normaltempo, alltså på runt fyra kilometer i timmen. Det är med andra ord en krävande vandring, som varken är rullstols- eller barnvagnsanpassad.

Ta med matsäck, vatten, kängor, överdragskläder, snacks och pigga ben. Samlingsplatsen/starten ligger långt från närmsta busshållplats. Bil är med andra ord att föredra.

Sträcka: 19 kilometer

Samlingsplats: Parkering till naturreservatet Slereboåns dalgång (<https://maps.app.goo.gl/DEtKh7hpTMFMFRtu5>)

Vägbeskrivning/läge: Slereboåns naturreservat ligger i det vidsträckta Risvedenområdet, cirka 6 kilometer öster om Skepplanda

Närmsta hållplats: Röserna, 900 meter

Svårighetsgrad: Krävande

Guide/r: Fredrik Schenholm (Telefon: 0731-586163)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/langvandring-i-vild-och-vacker-miljo-maj/>

Sista anmälningsdag: Onsdag 15 maj

Max antal deltagare: 15

32. Upperud, kanal, pilgrimsled och Forsbo

Lördag 18 maj 2024

10:30 – 14:30

Forsbo, Mellerud

Upperudsområdet är beläget mellan två sjöar, vid Dalslands kanal och slussar. Området är fasaden till Forsbo naturreservat, och Mjölkudden. Där gör vi en cirka 4 km lång guidad vandring i lugn takt, först något vid stranden med frodig växtlighet, har vi tur i maj månad så har gullvivor slagit ut och kanske även orkidén Sankte Pers nycklar. Vi går också upp på bergsslutningen och passerar Sveriges olika naturtyper, med flera olika bergarter och ner igen på skogsväg. Vi går på Forsboleden, och Pilgrimsleden, men inte hela

vägen till Trondheim! Vi passerar en forntida grav som i tankarna flyttar oss flera tusen år bakåt i tiden. Den guidade vandringen går från stränder av lerskiffer med växter, till berget med en hel del hård berggrund och skog här och var. Vi befinner oss i Dalformationens område som har en ovanlig berggrund för att vara i Sverige och den skapades för en miljard år sedan. Variationen inom området är påtaglig. I juni finns eventuellt boskap som studerar oss i någon hage.

Samling klockan 10:30 utanför Hotell Upperud 9:9 strax invid den långa bron mellan sjöarna. Vi kör med bilarna en kort väg till parkeringen vid Forsbo naturreservat. Vi beräknas vara åter vid parkeringen cirka klockan 15:00. Ta gärna med sittunderlag, egen matsäck och dryck så gör vi en mat/fikapaus i skogen bland mossorna. Tåliga, gärna vattentäta kängor är bra, särskilt i maj. Vandringen är inte barnvagnsvänlig. Eftersom det kan finnas boskap i hagarna måste hund vara kopplad. Välkomna!

Sträcka: drygt 4 kilometer

Samlingsplats: Utanför Hotell Upperud 9:9, Upperud 9 (<https://goo.gl/maps/Zy6YEU3QSoATfys86>) strax invid den långa bron mellan sjöarna

Vägbeskrivning/läge: Upperud ligger cirka 14 kilometer norr om Mellerud. Från E45, följ skyltning mot Håverud och sedan Upperud.

Närmsta hållplats: Dalslands museum, 350 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Margareta Hansson (Telefon: 0704-156500)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/upperud-kanal-pilgrimsled-och-forsbo-maj/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 16 maj

Max antal deltagare: 20

33. Fågelsång i Skärbos hagar och lundar

Söndag 19 maj 2024

08:00 – 11:00

Skärbo, Bengtsfors

I naturreservatet Skärbo möter vi både skogens och hagmarkens fåglar! Faktum är att hela 111 olika fågelarter har observerats här. En del av dessa planerar vi att få lyssna till denna härliga vårmorgon och vi ska då försöka skilja på trädgårdssångarens och svarthättans trudeluttr. Vi samlar på oss så många arter som möjligt under promenaden. Samtidigt spanar vi in Sankt Pers nycklar och andra vårbloster. Vi vandrar i maklig takt omkring fyra kilometer i lättgången terräng. Ta med matsäck och kikare om sådan finns.

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen (<https://goo.gl/maps/gJ3yMqoP3vgmoSMG7>)

Vägbeskrivning/läge: Reservatparkeringen är belägen cirka 10 kilometer nordost om Dals Långed. Omkring 2,5 kilometer efter Södra Fjäll i riktning mot Åmål (om man kommer från Långed) leder en mindre väg till reservatet.

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia, Växter, Biologiska mångfaldens dag

Guide/r: Kolbjörn Waern (Telefon: 0704-834626)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/fagelsang-i-skarbos-hagar-och-lundar/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 16 maj

Max antal deltagare: 20

34. Natur-och kulturvandring på Valön

Söndag 19 maj 2024

10:00 – 13:30

Valön, Tanum

Valön bjuder på utsikter, kala klippor och blommande strandängar med massvis av gullvivor. Förutom naturen ser vi också spår efter människans verksamheter som bronsålderns rösen, 1700-talets trankokerier och 1800-talets vattenkvarnar. Vandringens längd är cirka fem kilometer. Relativt lättgången men några svårare passager. Medtag matsäck!

Samling på naturreservatets parkering, skyltat från vägen mellan Hamburgsund och Gerlesborg.

Vandringen är ett samarrangemang med Svenneby Hembygdsförening.

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Naturreservatets parkering, skyltat från allmänna vägen mellan Hamburgsund och Gerlesborg (<https://maps.app.goo.gl/EGVACnBrQQWe47wcA>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger cirka 8 kilometer söder om Hamburgsund

Närmsta hållplats: Svenneby

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Gunnel Turpeinen (Telefon: 0702-446709)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/natur-och-kulturvandring-pa-valon/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 16 maj

Max antal deltagare: 30



35. Genom urskog mot makalös utsikt

Söndag 19 maj 2024

10:00 – 14:00

Halle-Vagnaren, Strömstad

Halle Vagnaren bjuder på en varierande natur, men främst en urskogslig tallskog med över 300 år gamla tallar och en hänförande utsikt över skärgården. På väg upp till toppen går vi genom en skog som hösten 2019 besöktes av en tromb och här ser vi resultatet av naturens krafter! Från toppen, belägen 120 meter över havet, kan man vid klart väder se topparna på Lifjäll och Gausta i Norge. Vi ser även ut över två marina nationalparker, Kosterhavets nationalpark och Ytre Hvaler nationalpark.

När vi går vidare och vänder blicken in över land ser vi även där över till Norge och Bohusläns högsta topp Björnerödspiggan på Löveråsfjället. Vandringen fortsätter ner mot den vackra Vagnsjön i sin dal med lövskog och kulturhistoriska spår.

Vandringen är i bitvis krävande terräng, men vi tar det försiktigt och anpassar hastigheten efter gruppen. Vandringen tar 3-4 timmar. Ta med matsäck så tar vi en paus när vi kommer upp på toppen. Under vandringen kommer vi att berätta om traktens kulturhistoria och den intressanta mät punkt som finns uppe på toppen och som ingår i ett mätsystem av höga punkter. Vi ser också på växter och djur som vi träffar på.

Sträcka: 4-5 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen (<https://maps.app.goo.gl/hXvcB3KEEfyfnqfp9>)

Vägbeskrivning/läge: Halle-Vagnaren ligger så långt norrut du kan komma i Bohuslän, inte långt från norska gränsen. Cirka 25 kilometer norr om Strömstad.

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Kultur/historia, Biologiska mångfaldens dag

Guide/r: Ingela Skärström (Telefon: 0705-815723)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/genom-urskog-mot-makalos-utsikt-maj/>

Sista anmälningdag: Torsdag 16 maj

Max antal deltagare: 15

36. After Work i skogen – tyst vandring

Tisdag 21 maj 2024

18:00 – 20:30

Änggårdsbergen, Göteborg

Vi vandrar mestadels i tystnad, gör några närvaro-övningar och upplever naturen med våra sinnen. Stigen leder oss i kuperad terräng genom skog och förbi mossarnas öppna vattenspeglar. Från den högt belägna ljungheden är utsikten vidsträckt. Totalt går vi cirka fem kilometer.

Vandringen görs i samarbete med Naturskyddsföreningen i Göteborg.

Sträcka: Cirka 5 kilometer

Samlingsplats: Botaniska trädgårdens entré, innanför grindarna (<https://maps.app.goo.gl/pfQ4qv3v3SXFT14s5>)

Vägbeskrivning/läge: Botaniska trädgården ligger centralt i Göteborg, nära Slottsskogen och Sahlgrenska sjukhuset

Närmsta hållplats: Botaniska Trädgården, spårvagn 1, 2, 7 och 8

Svårighetsgrad: Medel

Guide/r: Catharina Larsson (Telefon: 0725-174339), Rebecka Arman

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/after-work-i-skogen-tyst-vandring/>

Sista anmälningdag: Fredag 17 maj

Max antal deltagare: 60

37. Kroppefjäll – vandring på stigar från förr

Onsdag 22 maj 2024

10:00 – 16:00

Kroppefjäll, Färgelanda, Mellerud

Vi vandrar på högplatån i Kroppefjälls naturreservat med gammal skog, blockmarker och förbi sjöar. Naturreservatet Kroppefjäll ligger sydväst om Mellerud och området är Västsveriges största naturreservat. Stigarna i reservatet följer till viss del gamla stigar från förr och vi kommer se kvarlämningar på olika ställen. Här bjuds på en mer krävande vandring på cirka 10 kilometer.

Ha stövlar eller kängor på fötterna då det är ofta blött i markerna. Ta med matsäck för en fika och en lunchrast.

Sträcka: 12 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Lunnanetjärnet (<https://maps.app.goo.gl/xbnYuFFmcG9KZpvy6>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger ungefär mitt emellan Mellerud och Färgelanda och nås via småvägar över Kroppefjäll

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Krävande

Guide/r: Andrea Schulz (Telefon: 0765-593328)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/kroppefjall-vandring-pa-stigar-fran-forr-maj/>

Sista anmälningdag: Måndag 20 maj

Max antal deltagare: 20

38. Mäktig geologi och chans till rovfåglar

Onsdag 22 maj 2024

18:00 – 21:00

Brobacka, Alingsås

Vi samlas vid entrén och får en intressant information om geologin i Brobackaområdet. Sedan vandrar vi genom ekhagen och slätterängarna fram till Brobackastugan med sin utställning om natur och kultur. Därefter går vi till de stora jättegrytorna och tar de branta trapporna upp till Räkneberget med utsikt ut över Mjörn. Där brukar det passa bra med att plocka fram det medtagna fiket och samtidigt kolla efter fåglar. Vi fortsätter vidare upp på Lärkeskogsplatån och vandrar på stigar och drivningsvägar till gården Högstorp, därifrån tillbaka till utgångspunkten vid parkeringsplatsen.

Sträcka: 2,5 kilometer

Samlingsplats: Naturreservatets parkeringsplats vid busshållplatsen Brobacka vägska (<https://maps.app.goo.gl/QeAc2FuHiLLaVXK56>)

Vägbeskrivning/läge: Brobacka ligger cirka 10 kilometer nordväst om Alingsås, vid korsningen väg 180 och väg 190

Närmsta hållplats: Brobacka vägska

Svårighetsgrad: Medel

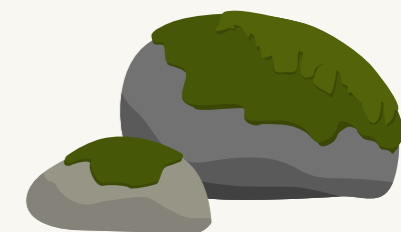
Tema/n: Fåglar, Geologi, Kultur/historia, Biologiska mångfaldens dag

Guide/r: Stellan Andersson (Telefon: 0706-076247)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/maktig-geologi-och-chans-till-rovfaglar/>

Sista anmälningdag: Måndag 20 maj

Max antal deltagare: 12



39. Skogsbad – Shirin Yoku

Torsdag 23 maj 2024

18:00 – 21:00

Änggårdsbergen, Mölndal

Låt en certifierad guide leda dig för att uppleva naturkontakt på ett nytt sätt och få möjligheter till ökad närvaro, större avkoppling, mer energi och glädje. Under ledning av Laurence kommer vi att gå cirka 2-3 kilometer i väldigt lugnt tempo och öppna våra sinnen med hjälp av naturen omkring på ett enkelt och kreativt sätt. Vi använder oss av lukt, hörsel, syn, känsel och smak, men även särskilda för natur- och skogsbad unika koncept.

Bra skor för att gå i skogen och kläder anpassade till vädret. Eftersom vi kommer att gå långsamt och ibland stanna längre tid på samma ställe kan man känna sig kall lättare än vanligt, därför rekommenderar vi att ta med extrakläder. Ta gärna med vatten att dricka och ett sittunderlag (om du har ett).

Sträcka: 2-3 kilometer

Samlingsplats: Grusparkeringen Västra Eklanda höjd (<https://goo.gl/maps/EzrenRMyiUNdBiEG7>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger i södra Änggårdsbergen, mellan Frölunda och Mölndal

Närmsta hållplats: Eklanda skola, cirka 850 meter

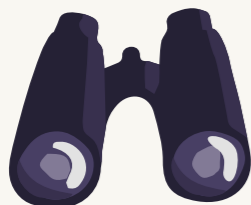
Svårighetsgrad: Lätt

Guide/r: Laurence Nachin (Telefon: 0793-392959)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/skogsbad-shirin-yoku/>

Sista anmälningsdag: Måndag 20 maj

Max antal deltagare: 16



40. Natur och kultur i unik miljö

Lördag 25 maj 2024

13:00 – 16:00

Marstrand, Kungälv

Denna vandring på Marstrandsön är en kombination av kulturhistoria och natur! Från Rådhuset ner mot Badhusplan får vi lyssna till spännande historie-berättelser om Marstrand och även bese två av karaktärväxterna bland Marstrandsöns bebyggelse: gul nunneört och murreva.

På vägen upp mot Nålsögat njuter vi av utsikten mot Hakefjorden och för höra historien av världens enda minsprängda hus. Under den fortsatta vandringen kommer förhoppningsvis några av öns fåglar visa sig och låta sig höras. I Sankt Eriks park har S:t Erik-sällskapet planterat ett 20-tal buskar och träd. Här beskådas även almsjukans härjningar och bekämpningen av den invasiva växten parkslide. Efter det att skrönorna om S:t Eriks grottor har avdramatiserats blir det rast vid S:t Eriks källa.

Under vår vandring kommer vi att träffa på flera av kustlandskapets vilda växter och även en del trädgårdsflyktingar som alla kommer att uppmärksammas. Vi passerar den för detta lotsutkiken och njuter där av den mäktiga utsikten mot Pater Noster och omgivande skärgård.

Vandringen går sedan vidare genom Marstrandsöns enda bokskog och där avlivas myten om den kända Offerstenen. Nu har vi kommit till Carlstens fästning med en mycket spännande historia och några kalkgynnade växter mellan fästningsmurens stenar. Vandringen avslutas med ett besök på Hembygdsföreningens museum vid Rådhuset.

OBS! Räkna med god tid för ev. parkering på Koön och för färjeresan till Marstrandsön. En tur- och returbiljett kan köpas med Swish här: <https://www.marstrandsfarja.se/kop-biljett/enkelbiljett>

De flesta av Västtrafiks biljetter gäller inte på färjan, men vissa dygns- och periodbiljetter är giltiga, för priser se: <https://www.vasttrafik.se/reseplanering/reseplaneraren/> (ange hållplats Marstrands färjeläge och Marstrandsön).

Sträcka: 2,5 kilometer

Samlingsplats: Rådhusgatan 17, Rådhuset vid Torget, Marstrandsön (<https://goo.gl/maps/rod5MDRSVsA7NAJ9>)

Vägbeskrivning/läge: Marstrand ligger ca 25 km väster om Kungälv. För att komma till Marstrandsön behöver du ta färjan. Parkering finns i närheten av färjeläget. Se information ovan.

Närmsta hållplats: Marstrandsön, cirka 400 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia, Växter, Biologiska mångfaldens dag

Guide/r: Göran Kristensson (Telefon: 0707-954502), Pelle Dalberg (Telefon: 0705-129273)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/natur-och-kultur-i-unik-miljo/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 23 maj

Max antal deltagare: 30

41. Vandring i ett hav av blommor

Söndag 26 maj 2024

10:00 – 14:00

Ramsön, Stenungsund

Vi vandrar i ett kulturlandskap skapat av bondens arbete och betesdjur: Jag berättar historier från förr om människorna och deras arbete på ön. Vi går genom utmarker och ängar fulla med blommor i ett överflöd som är svårt att hitta i det moderna jordbrukslandskapet. Vandringen tar cirka 4 timmar med rast hos oss. Relativt lätt vandring men ta med oömma skor och matsäck. Barn- och hundvänligt, men glöm inte att koppla hunden.

Kort båtresa i öppen båt, lätt vandring med grova skor eller stövlar och matsäck.

Vi möts vid Timmerviks brygga, Jörlanda kl 10:00 för kort överfart i öppen båt. Parkering och hållplats finns på cirka 2 minuter gångavstånd från startplatsen.

Sträcka: Cirka 4 kilometer

Samlingsplats: Jörlanda, Timmerviks brygga (<https://goo.gl/maps/KE3RtWooKwe2UvWr5>)

Vägbeskrivning/läge: Timmervik och Ramsön ligger mellan Kungälv och Stenungsund

Närmsta hållplats: Timmervik, Stenungsund, 230 meter. (Trafikeras endast vardagar). Eller Jörlanda, 4 kilometer.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia, Växter, Familjevandring, Biologiska mångfaldens dag

Guide/r: Ole Aasheim (Telefon: 0706-805144)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vandring-i-ett-hav-av-blommor-1/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 23 maj

Max antal deltagare: 30

42. Träd och vackra skogar vid Rådasjön

Söndag 26 maj 2024

10:00 – 13:00

Rådasjön, Härryda

På halvön Labbera i Rådasjön växer frodiga och vackra lövskogar. Vissa av ekarna, lindarna och bokarna är gamla och grova. Under vandringen bekantar vi oss med halvöns biologiska mångfald och dess naturtyper samt lär känna några av de utmärkande trädslagen. Vi är starkt beroende av träd och skogar och under vår historia har träd betytt mycket mer än bara ved och byggnadsmaterial. Vi rör oss stundtals bakåt i historien och berättar kort om hur träden vandrade in i landet och om människors förhållande och syn på vissa träd genom tiderna. Berättande, sång och musik är en del av turen genom de fantastiska ädellövskogarna.

Vi vandrar cirka 2,2 kilometer på promenadvägar och lättgångna stigar men en kort, brant stigning förekommer ungefär i mitten av turen.

Ta gärna med fika!

Sträcka: 2,2 kilometer

Samlingsplats: Vid reservatstavlan vid parkeringen på Råda säteri (<https://maps.app.goo.gl/gvR6CRswc4AEDu9k6>)

Vägbeskrivning/läge: Råda säteri ligger strax väster om Mölnlycke

Närmsta hållplats: Buss 516 till hållplats Råda säteri, gå cirka 300 meter. Alternativt buss X4 från Göteborg till hållplats Mölnlyckemotet, gå cirka 1 kilometer till Råda säteri.

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Kultur/historia, Växter, Biologiska mångfaldens dag

Guide/r: Lena Smith (Telefon: 0733-450759), Alexander Frisborg

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/trad-och-vackra-skogar-vid-radasjon/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 23 maj

Max antal deltagare: 30

43. Kungsvägen med lövskog i försommarskrud

Söndag 26 maj 2024

10:01 – 15:11

Färgensjöarna, Alingsås

Bland skira lövskogssalar skymtar Stora Färgens vattenblänk mellan trädstammar av ek, lind och andra ädellöv. Färgensjöarna är ett naturreservat i ett kuperat sprickdalslandskap med värdefulla lövskogar längs stränderna. Vi läser landskapet och funderar på varför det ser ut som det gör just här. Hur ser Färgens geologiska historia ut och vad är en ishavsrelikt? Hur länge har människor bott här och var hittades den unika bronsåldersskatten 2021? Vad finns det för djur och växter i lövskogarna och i sjön som också är dricksvattentäkt för Alingsås?

Vi går också en bit längs den historiska "Kungsvägen" – den viktiga färdleden mellan Västerhavet och de centrala delarna av

Västergötland. Tag med matsäck för en fikapaus vid ett vindskydd på en udde med utsikt över sjön. Vandringen sker väster om Stora Färgen vid Slävik.

Observera att antalet parkeringsplatser i naturreservatet är begränsade, varför vi samlas vid Norsesunds stations parkering för samåkning. Det går därför bra att vara med på vandringen även utan bil genom att ta pendeltåget till Norsesund från Göteborg eller Alingsås. Vandringen är totalt cirka 6 kilometer lång omväxlande på stigar, grusvägar och i stiglös terräng.

Ange gärna i anmälan om du har bil eller kommer med tåget. Skriv det till exempel efter ditt namn.

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Norsesunds station (vid den röda byggnaden Magasin Norsesund) (<https://goo.gl/maps/aotdNTSh2qCkvkYs5>)

Vägbeskrivning/läge: Norsesund ligger mellan Göteborg och Alingsås

Närmsta hållplats: Norsesunds station

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Biologiska mångfaldens dag

Guide/r: Mikael Östblom (Telefon: 0708-425604)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/kungsvagen-med-lovskog-i-forsommarskrud/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 23 maj

Max antal deltagare: 20



44. Upptäck Bengtsfors med omnejd

Onsdag 29 maj 2024

10:00 – 15:00

Höljerudsforsarna, Bengtsfors

Välkommen till denna fina vandring genom Dalslands skog och stadsmiljö med gammal historia! Denna vandring på 10 kilometer är dels kuperad, genom skog, dels lättgången på vägen tillbaka. Vägen tar oss genom industriområdet söderut och vi njuter av fina utsikter över samhället och Bengtsbrohöjlen. Dalslands kanal korsar vi över vid tjugonde slussen och hör om dess över 150 år långa historia. Vacker och lättgången grusväg längs sjön tillbaka till Bengtsfors.

Ta med fika för en paus. Ej lämplig för barnvagn.

Sträcka: 10 kilometer

Samlingsplats: På parkeringen vid Vandrahemmet nedanför Gammelgården (<https://maps.app.goo.gl/kW7FZwr5jyu64zZW6>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger knappt 1 kilometer syd-sydost om Bengtsfors station

Närmsta hållplats: Bengtsfors Majbergsdal

Svårighetsgrad: Medel

Guide/r: Andrea Schulz (Telefon: 0765-593328)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/upptack-bengtsfors-med-omnejd-maj/>

Sista anmälningsdag: Måndag 27 maj

Max antal deltagare: 20

45. Vandring i Ovandalen, Halleberg

Lördag 01 juni 2024

10:00 – 14:00

Halleberg, Vänersborg

Vi vandrar på en stig genom Ovandalen bland gamla granar och ädellövskog ner mot Väners strand. Stigen är lättgången och fuktig, men mot slutet stenig och brant. Vid tiden blommar ramlöken rikligt och annan intressant lundflora.

Bra skor rekommenderas! Medtag egen matsäck/fika.

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen längst ut på Halleberg (<https://maps.app.goo.gl/CoUEtRqKY9obTZ8AA>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger cirka 13 kilometer nordost om Vänersborg

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Växter

Guide/r: Birgitta Lindqvist (Telefon: 0701-736214)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vandring-i-ovandalen-halleberg/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 30 maj

Max antal deltagare: 15

46. Vandring i ett hav av blommor

Söndag 2 juni 2024

10:00 – 14:00

Ramsön, Stenungsund

Vi vandrar i ett kulturlandskap skapat av bondens arbete och betesdjur. Jag berättar historier från förr om människorna och deras arbete på ön. Vi går genom utmarker och ängar fulla med blommor i ett överflöd som är svårt att hitta i det moderna jordbrukslandskapet. Vandringen tar cirka 4 timmar med rast hos oss. Relativt lätt vandring men ta med oömma skor och matsäck. Barn- och hundvänligt, men glöm inte att koppla hunden.

Kort båtresa i öppen båt, lätt vandring med grova skor eller stövlar och matsäck.

Vi möts vid Timmerviks brygga, Jörlanda kl 10:00 för kort överfart i öppen båt. Parkering och hållplats finns på cirka 2 minuter gångavstånd från startplatsen.

Sträcka: Cirka 4 kilometer

Samlingsplats: Jörlanda, Timmerviks brygga

(<https://goo.gl/maps/KE3RtWookKwe2UvWr5>)

Vägbeskrivning/läge: Timmervik och Ramsön ligger mellan Kungälv och Stenungssund

Närmsta hållplats: Timmervik, Stenungssund, 230 meter (trafikeras endast vardagar). Eller Jörlanda, 4 kilometer.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: FKultur/historia, Växtterr, Familjevandring

Guide/r: Ole Aasheim (Telefon: 0706-805144)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vandring-i-ett-hav-av-blommor-2/>

Sista anmälningdag: Torsdag 30 maj

Max antal deltagare: 30

47. Skaftökusten: Gröderhamn-Grundsund

Söndag 2 juni 2024

10:00 – 14:00

Gröderhamn, Lysekil

Vi vandrar den vackra sträckan med omväxlande natur från Gröderhamn till Grundsund! Vi upplever martallar, strandområde, bryggvandring i intressant berg, fjord med utsikt och lövskog. Även skutsamhälle och genuina fiskeorten Grundsund. Guiden berättar om området under vandringen. Vi börjar vandringen med naturreservatet Gröderhamn och den äventyrliga brant-leden Korpelia (eller via väg för den som vill). Vi går dels på vandringsgrusväg, dels på naturstig längs Munkeviksleden där det också är kuperade partier ner till fjorden. Retur via en smidig cykelväg genom lövskog. Totalt vandrar vi cirka 8,5 kilometer.

Vandringskängor eller stadiga skor rekommenderas. Vandringen funkar bra även för ganska nya vandrare och familjer med barn från 10 år. Kopplade hundar är välkomna. Ej lämpligt för barnvagn.

Ta med matsäck och termos för lunchstoppet, sittlapp, vatten, kamera, vindtät jacka och en

förstärkningströja. Även mössa och buff är bra att packa med. Chans till dopp!

Parkering: I första hand hamnplan längst ner vid vattnet i Stockevik. Räcker inte den går det bra att låna några hyrplatser på asfalterade parkeringen i och med lågsäsong.

Sträcka: 8,5 kilometer

Samlingsplats: Hamnplan i Stockevik, Skaftö. Kör ända fram till vattnet för gratis parkering (<https://goo.gl/maps/33PgbVDwifvwKoDy9>)

Vägbeskrivning/läge: Stockevik ligger på nordvästra Skaftö, väster om Fiskebäckskil

Närmsta hållplats: Stockeviksvägen, 2 kilometer

Tema/n: Familjevandring

Guide/r: Anette Bargel (Telefon: 0705-776422)

Föränmäl dig här: <https://bit.ly/36DFfmKß>

48. Natur och geologi i Forentorpa ängar

Söndag 2 juni 2024

10:00 – 13:00

Forentorpa ängar, Falköping

Under denna vandring möts natur och geologi! Forentorpa ängar var en gång skådeplats för tappningen av Åsleissjöns väldiga vattenmassor. Torbjörn Persson, geolog, guidar om landskapet och Peter Stofkoper om botanik. Anna Johansson pratar om träden och dess användning.

Medtag fika!

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplatsen vid Forentorpa ängar (<https://maps.app.goo.gl/5QuPwsSg3RxSLUa37>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger cirka 9 kilometer norr om Falköping, längs väg 184

Närmsta hållplats: Lyckorna

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Peter Stofkoper (Telefon: 0706-827678)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/natur-och-geologi-i-forentorpa-angar/>

Sista anmälningdag: Torsdag 30 maj

Max antal deltagare: 30

49. Naturnatta – nattfjärilar och nattskärror

Onsdag 5 juni – torsdag 6 juni 2024

22:00 – 02:00

Bäveån nedre, Uddevalla

Vi gör som 1000-tals andra naturintresserade och kurar skymning vid våtmarkerna kring Porsen, för att avnjuta nattskärror och enkelbeckasiners spel. Vi får lära oss lite historia om denna plats, där världens största skalbankar fanns. Vi ägnar sedan en stor del av natten åt att spana in svärmare, spinnare, nattflyn, mätare m.fl. insekter på lakanen och fjärilslamporna.

Viktigt ta med myggstift, fika och kläder efter väder. Vid regn och blåst ställs aktiviteten in.

Samarrangemang med Uddevalla Naturskyddsförening.

Sträcka: 1 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplats vid naturreservatet (<https://goo.gl/maps/T81bEzqhX7pCJkK19>)

Vägbeskrivning/läge: Från väg 44 sväng av vid Ramserödsmotet mot Groröd. Fortsätt cirka 1,7 kilometer och ta vänster vid skylten "Asfaltsverk". Fortsätt cirka 1,5 kilometer tills du har parkeringen på höger sida.

Närmsta hållplats: Groröd, 1,5 kilometer

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Insekter, Kultur/historia

Guide/r: Jan Uddén (Telefon: 0706-565401)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/naturnatta-nattfjarilar-och-nattskarror/>

Sista anmälningdag: Måndag 03 juni

Max antal deltagare: 20

50. Storskogens osannolika juvel

Torsdag 6 juni 2024

10:00 – 14:00

Skärbo, Bengtsfors

Vi tränger djupt in i Skärboskogen där vi finner den ståtliga orkidén guckusko som förhoppningsvis blommar praktfullt i dunklet under granarna. Vi reflekterar över varför den växer just här och inte på några andra ställen i Dalsland-Bohuslän. På vägen tillbaka strövar vi genom Skärbos restaurerade ängar och hagar samt spanar efter andra botaniska rariteter som trivs på dalformationens kalkrika berggrund. Med hjälp av gamla kartor över denna lilla skogsgård funderar vi på hur landskapet och växtligheten har utvecklats under århundradena. Vi hör berättelsen om den lilla gårdens skiftande öden från 1500-talet fram till idag.

Det blir en cirka 6 kilometer lång vandring genom betesmarker och på skogsstigar. Ta med matsäck!

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen (<https://goo.gl/maps/gJ3yMqoP3vgmoSMG7>)

Vägbeskrivning/läge: Reservatparkeringen är belägen cirka 10 kilometer nordost om Dals Långed. Omkring 2,5 kilometer efter Södra Fjäll i riktning mot Åmål (om man kommer från Långed) leder en mindre väg till reservatet

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Kolbjörn Waern (Telefon: 0704-834626)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/storskogens-osannolika-juvel/>

Sista anmälningdag: Tisdag 4 juni

Max antal deltagare: 30

51. Kulturvandring på vackra Hållö

Torsdag 6 juni 2024

11:45 – 17:15

Hållöarkipelagen, Sotenäs

Populär kulturvandring på vackra Hållö utanför Smögen med Bohuslänguiden Anette Bargel! Hör om fyrfolket, Taube, dramatiska händelser, natur och livet på ön, som är naturreservat. Här finns otroligt fina bad från klippor och Bohusläns äldsta fyr. Ön har storslagen natur och ornitologerna flockas här vår och höst. Spännande geologi och jättegrytor, öppen horisont i väst som måste upplevas.

Kortare vandring med guidning under 2,5 timme i snäll graniterräng med några höjdliv. Totalt vandrar vi cirka tre kilometer med en gemensam paus, inklusive tid till bad på lunchstoppet. Sist lite egen tid för dopp och fågelspan för de som vill innan hembåten. De som vill strövar med guiden.

Kom i tid! Vi hyr egen båt från Kungshamn. Gratis parkering vid idrottshallen på Parkvägen, 10 minuter promenad till färjan. Finns man på Hållö samlas vi vid båtbyggnad klockan 12:15.

Det går bra att ta med sig kopplad hund på turen. Familjevandring från 8 år.

Ta med: din biljett (i telefon/ utskrift, visas för guiden vid ombordstigning), vindtät jacka, matsäck inkl: dryck, vatten, sittlapp, en extra tröja för rast, badkläder, kikare för fågelspaning, kamera, vandringsskor/ skor med bra stöd. Toalettpapper, solglasögon och solkräm är också bra saker att ha med. Toalett finns på ön.

Färjepris tur och retur: 160 kr/person vuxen, barn 0-12 år 75 kronor. Betalas vid bokningen, med kort. Båten är bokad endast för oss. Den rymmer 55 och vi blir max 35. Med reservation för något ändrat båtpreis.

Max 35 deltagare och turen brukar bli fullbokad. Du kan avboka dina biljetter t.o.m. 29 maj, mot 2% avbokningsavgift.

Sträcka: 3,5 kilometer

Samlingsplats: Bäckevisstorgets brygga, Kungshamn (<https://goo.gl/maps/>

[XP3dncYJhcJhQHHG8](https://maps.app.goo.gl/XP3dncYJhcJhQHHG8)). Var på plats senast 11:45 för ombordstigning. Båtagång kl 12:00, åter iland cirka 17:00.

Vägbeskrivning/läge: Hållö ligger cirka 3,5 kilometer sydväst om Kungshamn och nås endast med båt

Närmsta hållplats: Kungshamn busstation (på torget), 50 meter

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Familjevandring

Guide/r: Anette Bargel (Telefon: 0705-776422)

Föranmäl dig här: <https://bit.ly/2MvDYaH>

52. INSTÄLLD - I dalformationens marker

Torsdag 6 juni 2024

17:00 – 20:30

Buterud, Mellerud

Buteruds naturreservat i dalformationens berggrund och floran är rik som på andra platser med samma geologi. Myskmadra, skogsknipprot och sårläka förekommer. I den norra delen är förekomsten av idegran hög. Vid Glyckshult har de gamla odlings- och betesmarkerna restaurerats och här kan Sankt Pers nycklar påträffas. Ärtvickern har en förekomst i området i den norra delen. Lövskogarna har skyddats och utvecklats för att gynna hackspettar och då främst vitryggig hackspett. Ej så troligt att träffa på den, men andra hackspettarter förekommer också. Vi kommer att titta på växter, geologi och praktisk restaurering av reservatet.

I början är det brant, men vi går i sansat tempo med vila. Är det torrt går låga kängor bra annars stövlar.

Tag med matsäck för kvällen!

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid reservatet vid järnvägsövergången (<https://maps.app.goo.gl/Askcb9EjrH7dsSHHA>)

Vägbeskrivning/läge: Buteruds naturreservat sträcker sig från Håverud och norrut, längs sjön Åklångs östsida. Vi träffas strax intill där järnvägsspåret korsar vägen.

Närmsta hållplats: Håverud paviljong, 2,3 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Växter

53. Koster: vandra i ett öparadis

Lördag 8 juni 2024

09:45 – 17:45

Nordkoster, Strömstad

Kosteröarna ligger mitt i Kosterhavet och är Sveriges enda marina nationalpark! Vi vandrar på Nordkoster i växlande natur, allt från blommande ängar till hedar och strand. Vi besöker klapperstensfält och utsiktsplatsen vid de båda fyrarna, och blickar ut över Koster vackra skärgård. Vi ser också "Hin håles harvedrag".

Packa badkläderna och följ med och upptäck denna övärld. Vi vandrar cirka 7 kilometer, på blandat underlag. Guiden Anette är auktoriserad Bohuslänguide och paddlar regelbundet i Kosterkärgården. Vi får till livs berättelser om öarna och hur det varit och är att leva här ute. Koster är också en av Sveriges soligaste platser.

Ta med: Fika och lunchmat till 2 pauser, badkläder, keps och solskydd, gott om vatten, vindtät tunn jacka.

Praktiskt: Vandringen är gratis. Vi ses ombord på Kosterfärjan från Strömstad. Var och en går ombord på egen hand och betalar färjebiljett på plats. Man kan inte förboka biljett till Kosterbåtarna utan får köa på plats, så ha gärna lite tidsmarginal. Ombord samlas vi som grupp och går av gemensamt. Alla anmälda får mail inför turen med resetips och hur guiden hittas ombord osv. Färjan avgår 10:05. Resan tar cirka 40 minuter.

Biljettpris för färja: 72 kr per väg för vuxen i Västtrafiks app "ToGo". Biljett kan även köpas

ombord. Guiden meddelar rederiet att vi kommer. Åtterresa till Strömstad 16:45-17:35.

Färjans hållplats: Norra Hamnen Läge B. Det finns café och wc ombord. Finns man redan på Kosteröarna ses vi vid Västra bryggan, Nordkoster.

Sträcka: 7 kilometer

Samlingsplats: Kosterbåtarna (<https://maps.app.goo.gl/ZtEgyXapHwX48Jxp6>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger vid Norra Hamnen i Strömstad

Närmsta hållplats: Strömstad station eller Strömstad torg

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia

Guide/r: Anette Bargel (Telefon: 0705-776422)

Föranmäl dig här: <https://bit.ly/48JiMCs>



54. Strövtåg på Bohusläns sockertopp

Lördag 08 juni 2024

10:00 – 17:00

Älgön, Kungälv

Följ med Hans Årebäck och Martin Fahlén på en fantastisk heldag där den bitvis krävande vandringen fokuserar på Älgöns och Brattöns spännande geologi men även intressanta växtlighet och kulturhistoria.

Vandringen är cirka 7 kilometer lång. Ta med kläder efter väder och matsäck för hela dagen. Hund kan ej medtagas på grund av kohagar.

Samling vid bryggan Rörtångens hållplats (cirka 15 minuters promenad från parkering) före färjans troliga avgång klockan 09:05. Kontrollera tidtabellen på <https://vasttrafik.se> eller Gunnars Båtturer <https://gunnarsbatturer.com>

Chartrad färja går tillbaka klockan 16:40 från Älgön (kostnad för att ta sig till och från Älgön: Tur: enkelbiljett med Västtrafik, retur: gratis med chartrad färja).

[Här kan du läsa boken om Älgön.](#)

Sträcka: 8 kilometer

Samlingsplats: Vid hållplats Rörtången bryggan (<https://goo.gl/maps/7iMnDVfXSXxAwfrJ6>).

Finns man redan på Älgön så möts vi vid färjebryggan på Älgön (<https://goo.gl/maps/pu5ntXuky89iypV6>).

Vägbeskrivning/läge: Rörtången ligger cirka 18 kilometer nordväst om Kungälv

Närmsta hållplats: Rörtången bryggan

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Geologi, Kultur/historia

Guide/r: Martin Fahlén (Telefon: 0703-705430)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/strovtag-pa-bohuslans-sockertopp-juni/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 6 juni

Max antal deltagare: 25

55. Örtrik lundmiljö i Ranebolund

Söndag 9 juni 2024

10:00 – 14:00

Ranebolund, Stenungsund

Ranebolund i Svartedalens sydligaste del bjuder på en, för Bohuslän, unik lundflora samt ett spännande fågelliv. Vi kommer bland annat att stifta bekantskap med ramslök, kransrams, storrams, tvåblad och, med lite tur, nästrot.

Turen går i relativt svår terräng och är cirka sju kilometer lång. Skiner solen kommer vandringen att avslutas med fjärilsstudier. Ta med matsäck och kikare!

Sträcka: 7 kilometer

Samlingsplats: Naturreservatparkering Ranebo (<https://goo.gl/maps/UwZMKNRiLXwWZHhC8>)

Vägbeskrivning/läge: Ranebo ligger cirka 7 kilometer öster om Jörlanda. Från E6 (norrgående) ta avfart 89 Jörlandamotet och sväng höger mot Svartedalen. Fortsätt ca 6 km tills du har parkeringen på vänster sida.

Närmsta hållplats: Ranebogård

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Fåglar, Insekter, Växter

Guide/r: Thomas Liebig (Telefon: 0706-466558)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/ortrik-lundmiljo-i-ranebolund/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 6 juni

Max antal deltagare: 30

56. Vandring i ett hav av blommor

Söndag 9 juni 2024

10:00 – 14:00

Ramsön, Stenungsund

Vi vandrar i ett kulturlandskap skapat av bondens arbete och betesdjur. Jag berättar historier från förr om människorna och deras arbete på ön. Vi går genom utmarker och ängar fulla med blommor i ett överflöd som är svårt att hitta i det moderna jordbrukslandskapet. Vandringen

tar cirka 4 timmar med rast hos oss. Relativt lätt vandring men ta med oömma skor och matsäck. Barn- och hundvänligt, men glöm inte att koppla hunden.

Kort båtresa i öppen båt, lätt vandring med grova skor eller stövlar och matsäck.

Vi möts vid Timmerviks brygga, Jörlanda kl 10:00 för kort överfart i öppen båt. Parkering och hållplats finns på cirka 2 minuter gångavstånd från startplatsen.

Sträcka: Cirka 4 kilometer

Samlingsplats: Jörlanda, Timmerviks brygga (<https://goo.gl/maps/KE3RtWooKwe2UvWr5>)

Vägbeskrivning/läge: Timmervik och Ramsön ligger mellan Kungälv och Stenungsund:

Närmsta hållplats: Timmervik, Stenungsund, 230 meter (trafikerad endast vardagar). Eller Jörlanda, 4 kilometer.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia, Växter, Familjevandring

Guide/r: Ole Aasheim (Telefon: 0706-805144)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vandring-i-ett-hav-av-blommor-3/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 6 juni

Max antal deltagare: 30

57. Dalslands och Sveriges fem huvudnaturtyper

Söndag 9 juni 2024

10:00 – 14:00

Forsbo, Mellerud

I detta relativt nya reservat visar och berättar guiden om vad vi ser under vandringen på ett enkelt och lekfullt sätt. Vi passerar genom de fem vanligaste naturtyperna i Dalsland såväl som i Sverige, då Dalsland är ett Sverige i miniatyr.

Vid denna tid på året bör blomsterprakten vara som störst, så en del tid kommer att läggas på

att se på blommorna. Vi tittar tillsammans och tar reda på vilka växter vi hittar.

Vandringen går i lugn takt för att hinna se och lära om det vi ser och är cirka fem kilometer lång. Alla kommer att lära sig något nytt och vi kommer att komma ihåg mycket av det ni lärt oss även efteråt.

Vandring som passar för hela familjen.

Ta med mat för en matrast, sittunderlag, vatten och kläder efter väder. De som har får även gärna ta med sig flora och fågelbok, eventuellt även kikare.

Vi samlas vid parkeringen vid Upperrudds sluss klockan 10:00 för vidare transport till reservatets lilla parkering, vi behöver eventuellt ställa några bilar ute vid slussen. Kom i god tid!

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Vid parkeringen vid Upperrudds sluss (<https://maps.app.goo.gl/aPdtWoMRMw7NhhVg8>)

Vägbeskrivning/läge: Upperrud ligger cirka 14 kilometer norr om Mellerud. Från E45, följ skyltning mot Häverud och sedan Upperrud.

Närmsta hållplats: Upperrud slussen

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växtter, Familjevandring

Guide/r: Helena Sellering (Telefon: 0708-602913)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/dalslands-och-sveriges-fem-huvudnaturtyper/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 6 juni

Max antal deltagare: 30



58. **INSTÄLLD** - I dalformationens marker

Måndag 10 juni 2024

17:00 – 20:30

Buterud, Mellerud

Buteruds naturreservat i dalformationens berggrund och floran är rik som på andra platser med samma geologi. Myskmadra, skogsknipprot och såråka förekommer. I den norra delen är förekomsten av idegran hög. Vid Glyckshult har de gamla odlings- och betesmarkerna restaurerats och här kan Sankt Pers nycklar påträffas. Ärtvickern har en förekomst i området i den norra delen. Lövskogarna har skyddats och utvecklats för att gynna hackspettar och då främst vittryggig hackspett. Ej så troligt att träffa på den, men andra hackspettarter förekommer också. Vi kommer att titta på växter, geologi och praktisk restaurering av reservatet.

I början är det brant, men vi går i sansat tempo med vila. Är det torrt går låga kängor bra annars stövlar. Tag med matsäck för kvällen!

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid reservatet vid järnvägsövergången (<https://maps.app.goo.gl/Askcb9EjrH7dsSHHA>)

Vägbeskrivning/läge: Buteruds naturreservat sträcker sig från Håverud och norrut, längs sjön Åklångs östsida. Vi träffas strax intill där järnvägsspåret korsar vägen.

Närmsta hållplats: Håverud paviljong, 2,3 kilometerr

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Växter



59. I orkidérika marker

Tisdag 11 juni 2024

18:30 – 21:30

Gröderhamn Gåsevik, Lysekil

När orkidéerna börjar blomma i rikkärret vid Gröderhamn på Skaftö gör vi denna vandring i frodiga och kalkrika marker med stor artrikedom. På väg till Gröderhamn tittar vi även på flora och havsstrandsvegetation i Gåsevik. Ta gärna med kvällsfika!

OBS! det kan vara blött i kärret, gummistövlar/kängor kan vara bra.

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: På parkeringen cirka 200 meter söder om Kristineberg Center (<https://goo.gl/maps/KGYHqPb9gYo>)

Vägbeskrivning/läge: Området ligger strax väster om Fiskebäckskil, Skaftö

Närmsta hållplats: Fiskebäckskil, 1 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Växter

Guide/r: Thomas Andersson (Telefon: 0707-554363)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/i-orkiderika-marker/>

Sista anmälningsdag: Fredag 07 juni

Max antal deltagare: 30

60. Skogsbad – Shinrin Yoku

Onsdag 12 Juni 2024

18:00 – 21:00

Stora Amundön, Göteborg

Låt en certifierad guide leda dig för att uppleva naturkontakt på ett nytt sätt och få möjligheter till ökad närvaro, större avkoppling, mer energi och glädje!

Under ledning av Laurence kommer vi att gå cirka två kilometer i väldigt lugnt tempo och öppna våra sinnen med hjälp av naturen omkring

på ett enkelt och kreativt sätt. Vi använder oss av lukt, hörsel, syn, känsel och smak, men även särskilda för natur- och skogsbad unika koncept.

Bra skor för att gå i skogen och kläder anpassade till vädret. Eftersom vi kommer att gå långsamt och ibland stanna längre tid på samma ställe kan man känna sig kall lättare än vanligt, därför rekommenderar vi att ta med extrakläder. Ta gärna med vatten att dricka och ett sittunderlag (om du har ett).

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Stora Amundö, cykelparkeringen vid naturreservatets entré (<https://maps.app.goo.gl/pCLuvbTpAoZpFUWSA>)

Vägbeskrivning/läge: Stora Amundön ligger väster om Hovås, strax söder om Göteborg

Närmsta hållplats: Lillövägen

Svårighetsgrad: Lätt

Guide/r: Laurence Nachin (Telefon: 0793-392959)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/skogsbad-shinrin-yoku-juni/>

Sista anmälningsdag: Måndag 10 juni

Max antal deltagare: 16

61. Pausa vardagen och smaka på naturen

Onsdag 12 juni 2024

18:00 – 21:00

Lärjeåns dalgång, Göteborg

Välkommen till en växtvandring längs Lärjeån! Traska med Anne från Tikitut längs den kontrastfyllda Lärjeån till Linnarhult och Eco Agroforestry Recreation Center. Under denna naturupplevelse smakar vi på vilda ätliga växter, pausar vardagen och upptäcker vad naturen ger just nu i början av sommaren. Plocka själv några växter för att använda hemma!

Under vandringen får vi också provsmaka på Annes goda pesto och annat spännande som

hon lagat med naturens vilda ingredienser. Vandringen ger inblick i hur vi kan dra nytta av naturens skafferi och ta ansvar för hur och av vad mat görs. Väl framme träffar vi på de som driver Eco Agroforestry Recreation Center och har möjlighet att ställa frågor medan vi fikar. Anne är utbildad inom Agroforestry och har studerat kurs i Botanisk kännedom på Göteborgs universitet.

Vägens tillgänglighet: Vi går på grusvägar, leder, men också kuperad skogsterräng. Några branta backar förekommer.

Måste: Skor och bekväma kläder anpassade efter väder:

Annat: Ha gärna med egen fika och en påse till eventuella växter

OBS! Vandringen avslutas vid Eco Agroforestry Center. Kommer du med bil behöver du planera för att ta dig tillbaka från Eco Agroforestry Center till startpunkten i Bergsjön (gå tillbaka samma väg eller ta buss från Linnarhult till Bergsjön). Kommer du med buss till startpunkten kan du ta bussen från Linnarhult dit du ska – titta gärna så att förbindelserna passar.

Sträcka: 4,5 kilometer

Samlingsplats: Skogsvägen vid korsningen Stjärnbildsgatan/Ljusårvägen (<https://goo.gl/maps/FNhNHWKgcTGk2JYm9>) i Bergsjön

Vägbeskrivning/läge: Startplatsen ligger i östra Göteborg och nås enklast med kollektivtrafik

Närmsta hållplats: Vid vandringens start: Mercuriusgatan. Vid vandringens slut: Linnarhultsvägen.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Växter

Guide/r: Ulla Gawlik (Telefon: 0762-977643), Anne Franze-Jordanov

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/pausa-vardagen-och-smaka-pa-naturen-juni/>

Sista anmälningsdag: Måndag 10 juni

Max antal deltagare: 15

62. Kroppefjäll – vandring på stigar från förr

Torsdag 13 juni 2024

10:00 – 16:00

Kroppefjäll, Färgelanda, Mellerud

Vi vandrar på högplatån i Kroppefjälls naturreservat med gammal skog, blockmarker och förbi sjöar. Naturreservatet Kroppefjäll ligger sydväst om Mellerud och området är Västsveriges största naturreservat. Stigarna i reservatet följer till viss del gamla stigar från förr och vi kommer se kvarlämningar på olika ställen. Här bjuds på en mer krävande vandring på cirka 10 kilometer.

Ha stövlar eller kängor på fötterna då det är ofta blött i markerna. Ta med matsäck för en fika och en lunchrast.

Sträcka: 12 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Lunnetjärnet (<https://maps.app.goo.gl/xbnYuFFmcG9KZpvy6>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger ungefär mitt emellan Mellerud och Färgelanda och nås via småvägar över Kroppefjäll

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Krävande

Guide/r: Andrea Schulz (Telefon: 0765-593328)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/kroppefjall-vandring-pa-stigar-fran-forr-juni/>

Sista anmälningdag: Tisdag 11 juni

Max antal deltagare: 20

63. Lindö i blomstertid

Torsdag 13 juni 2024

16:45 – 21:00

Trossö-Kalvö-Lindö, Tanum

Vi njuter av Lindö i full blomsterprakt och lär oss om Kosterhavets marina mångfald. Ökedjan har ett omväxlande storslaget landskap med en lugn och frodig innerskärgård och en karg utsatt västsida.

Ta gärna med fika. Begränsat antal platser, först till kvarn! Kort båtfärd (avgift 200 kronor, betalas kontant eller med Swish). Båten avgår klockan 16:45.

Sträcka: 6-10 kilometer

Samlingsplats: Resö-entrén till Kosterhavets nationalpark (<https://maps.app.goo.gl/bBWKoMb9Wg8gBAnZ9>)

Vägbeskrivning/läge: Resö och Trossö-Kalvö-Lindö ligger nordväst om Tanumshede. Från E6 ta avfart 108 mot Resö.

Närmsta hållplats: Lönntågsvägen Resö

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia, Växter

Guide/r: Christin Appelqvist (Telefon: 0766-229668), Sara Philipson

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/lindo-i-blomstertid/>

Sista anmälningdag: Tisdag 11 juni

Max antal deltagare: 24

64. **INSTÄLLD** - Lövskog och flora i Baståsen

Torsdag 13 juni 2024

17:00 – 20:30

Baståsen, Åmål

En vandring för dig som vill uppleva en skog med lång kontinuitet av trädbevuxenhet och, i detta fall, lövskog i brant terräng. Skogen är varsamt brukad och har karaktären av en urskog eller en naturligt varierad uppkommen lövskog. Geologin är av dalformationstyp och floran är rik med exempelvis sårläka, blåsippa, ormbär med mera. Terrängen är krävande, men vi går i sansat tempo med vilopausar.

Stabila kängor är att föredra. Medtag matsäck!

Sträcka: 5,5 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen Sörknatten Baståsen naturreservat, norra (<https://maps.app.goo.gl/82PkAqyeKj3T3WrZ7>)

[goo.gl/82PkAqyeKj3T3WrZ7](https://maps.app.goo.gl/82PkAqyeKj3T3WrZ7))

Vägbeskrivning/läge: Baståsen ligger cirka 25 kilometer syd-sydväst om Åmål

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Geologi, Växter

65. Vandring i blomsterrikt torplandskap

Lördag 15 juni 2024

10:00 – 13:00

Yxnås, Vårgårda

Vi går igenom småskaligt torplandskap med stark slätterhävd som har en rik flora i stark sydslutning. Vi fikar med matsäck vid en backstuga. Vi ser jungfrulin, hästfibbla, sötvädel, blodnäva, knärot, trollsmultron, bergglim på hållmarkerna och stora ytor med slättergubbe. Med lite tur hittar vi även andra arter. Sådana här typer av slättermiljöer finns det få kvar av.

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Vid naturreservatets parkering (<https://maps.app.goo.gl/cRXLFWcUvfwcWXL7>)

Vägbeskrivning/läge: Yxnås ligger cirka 13 kilometer öster om Alingsås och cirka 16 kilometer sydväst om Vårgårda

Närmsta hållplats: Kärtared 1,2 kilometer eller Storsjön 2 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia, Växter, Familjevandring

Guide/r: Åke Carlsson (Telefon: 0729-618806), Anna Johansson (Telefon: 0702-20 24 16), Bertil Källsmyr (Telefon: 0736-84 53 29)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vandring-i-blomsterrikt-torplandskap/>

Sista anmälningdag: Torsdag 13 juni

Max antal deltagare: 30

66. Gården Änga på Härön

Lördag 15 juni 2024

10:20 – 15:20

Härön, Tjörn

Vandringen går över ön med dess fina kulturmarker och med nedslag i historia såväl som natur. Framme vid Änga får vi uppleva en storslagen flora på välskötta slätterängar, och se odlingar av utrotningshotade grödor och ogräs. Under vandringen går vi cirka fem kilometer genom en natur som bjuder på stor variation mellan berg och över ängar i kuperad terräng.

Ta med matsäck och vattenflaska. Färjan avgår klockan 10:25, avgift betalas ombord (enkelbiljett med Västtrafik, zon B). Parkering finns på cirka 10 minuters gångavstånd.

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Kyrkesunds brygga (<https://maps.app.goo.gl/8bJYjHAyr5SEUb5b7>)

Vägbeskrivning/läge: Härön ligger strax väster om Tjörn. Kyrkesund är skyltat från väg 169 mellan Stenungsund och Klädesholmen.

Närmsta hållplats: Kyrkesunds brygga

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Kultur/historia, Växter

Guide/r: Helena Bladh (Telefon: 0708-770216)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/garden-anga-pa-haron/>

Sista anmälningdag: Torsdag 13 juni

Max antal deltagare: 20

67. Smula ås – botanisk vandring

Söndag 16 juni 2024

10:00 – 13:00

Smula ås, Falköping

Smula ås utgör en, i terrängen, väl markerad ås på kalkrik grund belägen i ett mosaikartat och välhävdad beteslandskap. Här finns en representativ och artrik flora med arter som trollsmultron, smalbladig lungört, färgmåra, backsmultron, klasefibbla, sommarfibbla, småfingerört och vårfingerört. Månåsbräken, slättegubbe och drakblomma är också arter vi hoppas att få se.

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: På parkeringen (<https://maps.app.goo.gl/iEwUt7tkkgHZN2159>)

Vägbeskrivning/läge: Smula ås når man från vägen mellan Åsarp och Vartofta. Efter drygt 3 kilometer från Åsarp finns en liten avtagsväg till höger skyltad Smula ås naturreservat. Kör in där och parkera.

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: De vilda blommornas dag, Fåglar, Insekter, Växter

Guide/r: Lennart Sundh (Telefon: 0709-667959)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/smula-as-botanisk-vandring/>

Sista anmälningdag: Torsdag 13 juni

Max antal deltagare: 25

68. Vilda blommornas dag på Kuröds skalbankar

Söndag 16 juni 2024

10:00 – 14:00

Kuröds skalbankar, Uddevalla

Vi botaniserar bland skalbankarnas kalkpåverkade flora, där vi bland annat får se grådådra, vitstjälksmöja, trollsmultron, duvnäva, blodnäva, slätterfibbla och en rad andra vanligare örter och gräs. Naturvården och skötseln i området

kommer också att omnämnas.

Ta gärna med flora och lupp/handkikare!

Medarrangörer: Föreningen Bohusläns flora, Uddevalla naturskyddsförening

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Skalbanksmuseets parkeringsplats (<https://goo.gl/maps/UF3LcZm5rSUufNHR6>)

Vägbeskrivning/läge: Skalbanksmuseet ligger i östra Uddevalla. Från väg 44, Kurödsmotet, kör mot Bengtsfors. Ta första vägen till höger, mot Skalbanksmuseet. Så ligger museet och parkering på vänster sida.

Närmsta hållplats: Nordverk, cirka 100 meter från samlingsplatsen

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: De vilda blommornas dag, Växter

Guide/r: Jan Uddén (Telefon: 0706-565401)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vilda-blommornas-dag-pa-kurods-skalbankar/>

Sista anmälningdag: Torsdag 13 juni

Max antal deltagare: 30

69. Upperud, kanal, pilgrimsled och Forsbo

Söndag 16 juni 2024

10:30 – 14:30

Forsbo, Mellerud

Upperudsområdet är beläget mellan två sjöar, vid Dalslands kanal och slussar. Området är fasaden till Forsbo naturreservat, och Mjölkudden. Där gör vi en cirka 4 km lång guidad vandring i lugn takt, först något vid stranden med frodig växtlighet, har vi tur i maj månad så har gullvivor slagit ut och kanske även orkidén Sankte Pers nycklar. Vi går också upp på bergsslutningen och passerar Sveriges olika naturtyper, med flera olika bergarter och ner igen på skogsväg. Vi går på Forsboleden, och Pilgrimsleden, men inte hela

vägen till Trondheim! Vi passerar en forntida grav som i tankarna flyttar oss flera tusen år bakåt i tiden. Den guidade vandringen går från stränder av lerskiffer med växter, till berget med en hel del hård berggrund och skog här och var. Vi befinner oss i Dalformationens område som har en ovanlig berggrund för att vara i Sverige och den skapades för en miljard år sedan. Variationen inom området är påtaglig. I juni finns eventuellt boskap som studerar oss i någon hage.

Samling klockan 10:30 utanför Hotell Upperud 9:9 strax invid den långa bron mellan sjöarna. Vi kör med bilarna en kort väg till parkeringen vid Forsbo naturreservat. Vi beräknas vara åter vid parkeringen cirka klockan 15:00. Ta gärna med sittunderlag, egen matsäck och dryck så gör vi en mat/fikapaus i skogen bland mossorna. Tåliga, gärna vattentäta kängor är bra, särskilt i maj. Vandringen är inte barnvagnsvänlig. Eftersom det kan finnas boskap i hagarna måste hund vara kopplad. Välkomna!

Sträcka: drygt 4 kilometer

Samlingsplats: Utanför Hotell Upperud 9:9, Upperud 9 (<https://goo.gl/maps/Zy6YEU3QSoATfys86>) strax invid den långa bron mellan sjöarna

Vägbeskrivning/läge: Upperud ligger cirka 14 kilometer norr om Mellerud. Från E45, följ skyltning mot Håverud och sedan Upperud.

Närmsta hållplats: Dalslands museum, 350 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: De vilda blommornas dag, Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Margareta Hansson (Telefon: 0704-156500)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/upperud-kanal-pilgrimsled-och-forsbo-juni/>

Sista anmälningdag: Torsdag 13 juni

Max antal deltagare: 20

70. De Vilda Blommornas Dag på Härmanö

Söndag 16 juni 2024

10:40 – 16:00

Härmanö, Orust

Naturreservatet Härmanö vid Gullholmen är stort! Här finns den karga, exponerade västsidans gnejsklippor genomskurna av diabasgångar och den leende, bördiga östsidans skalgrusrika jordar. Vi går söderut över ängarna till Härmanös västsida, drygt fem timmar. Första delen är lämplig för rullstol eller barnvagn. Vår vandring bjuder på mycket rik försommarblomning, fågelsång, till synes kala strandklippor vid Långekilen, lokal med safsan och bäverdammar.

Bitvis krävande terräng, se till att ha bra skor och riklig matsäck samt dryck.

Personfärja 381 avgår runt klockan 10:30 från färjeläget Tuvesvik och ankommer till Gullholmen Hamnen fem minuter senare, runt klockan 10:35. Kontrollera avgångstid med Västtrafik. Parkering på gästparkeringen cirka 200 meter före färjeläget. Betala med parkeringsapp.

Avslut cirka klockan 15:50. Returfärja avgår kl 16:20 från Gullholmen Hamnen alternativt 18:00 från Gullholmen Piren. En senare färja avgår 19:05 från Gullholmen Hamnen.

Sträcka: 8 kilometer

Samlingsplats: På torget invid färjeläget Gullholmen Hamnen (<https://goo.gl/maps/yj38m7ihpHcrog3w6>). Klockslagen för start- och sluttid är ungefärliga och anpassas till färjans tidtabell.

Vägbeskrivning/läge: Gullholmen med naturreservatet Härmanö ligger väster om Orust. Färjeläget Tuvesvik är skyltat från väg 178 mellan Rålanda och Ellös.

Närmsta hållplats: Gullholmen Hamnen

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: De vilda blommornas dag, Geologi, Växter

Guide/r: Gunilla Olander (Telefon: 0730-224798)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/de-vilda-blommornas-dag-pa-harmano/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 13 juni

Max antal deltagare: 25

71. Sveriges största fastlandsalvar

Söndag 16 juni 2024

15:15 – 17:15

Österplana hed och vall, Götene

Blomstervandring på Österplana hed där ett dussintal orkidéer som guckusko, honungsblomster, flugblomster, Sankt Pers nycklar och blodnycklar växer tillsammans med mycket annat. Andra rariteter är ormtunga, krutbrännare och inte minst kalknarven som är unik för Kinnekulle och Gotland.

Vandringen är cirka 1,5 kilometer lång och ganska lätt i omväxlande torr och blöt terräng.

Vandringen föregås av en friluftsgudstjänst vid Österplana kyrka klockan 14:00, för den som vill.

Sträcka: 1,5 kilometer

Samlingsplats: Österplana kyrkas parkering (<https://goo.gl/maps/KCnpCCGMt3x>)

Vägbeskrivning/läge: Österplana ligger på östra Kinnekulle, cirka 10 kilometer norr om Götene

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: De vilda blommornas dag, Växter

Guide/r: Olof Jansson (Telefon: 0705-690386)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/sveriges-storsta-fastlandsalvar/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 13 juni

Max antal deltagare: 30



72. Björnebergsängarnas blomsterprakt

Söndag 16 juni 2024

18:00 – 20:30

Österplana hed och vall, Götene

Följ med på en blomstervandring genom nyrestaurerade betesmarker till Björnebergsängarna där bland annat honungsblomster, flugblomster, kärrknipprot och ormtunga växer! På vägen dit ser vi rika bestånd av kalkbräken och luddjohannesört.

Vandringen är cirka 3–4 kilometer lång och mestadels lättgången, men i Björnebergsängarna kan det vara rejält blött.

Sträcka: Cirka 3-4 kilometer

Samlingsplats: Österplana kyrkas parkering (<https://goo.gl/maps/KCnpCCGMt3x>)

Vägbeskrivning/läge: Österplana ligger på östra Kinnekulle, cirka 10 kilometer norr om Götene

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: De vilda blommornas dag, Växter

Guide/r: Olof Jansson (Telefon: 0705-690386)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/bjornebergsangarnas-blomsterprakt/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 13 juni

Max antal deltagare: 30

73. Vättlefjäll i långsam takt och på plan stig

Onsdag 19 juni 2024

18:00 – 20:30

Vättlefjäll, Göteborg

För dig som tar dig fram i rullstol, rullator, i sällskap med barnvagn eller går långsamt. Tillsammans med Ulla från Tikitut och Marica från Nyresurs promenerar eller rullar du på plan stig mellan Vättlestugan och Surtesjön. Medan vi njuter av den vackra naturen får vi höra om

Vättlefjäll och upptäcka säsongens natur. En tillgänglig promenad som ger möjlighet att uppleva naturen med flera sinnen.

Vägens tillgänglighet. Vägen är en plan grusväg och vi kommer att stanna upp på flera ställen.

Måste: Kläder efter väder

Fika: Ta gärna fika med dig! Vi avslutar turen vid kanotbryggan med gemensam prat- och fikastund för den som vill.

Sträcka: 1 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplatsen vid slutet av Kryddnejlikegatan, Lövgärdet, Angered (<https://goo.gl/maps/NFeQpXc6X6JivxTY6>). För den bilburne finns bilparkering.

Vägbeskrivning/läge: Skogastorp ligger strax norr om Högstena kyrka, 3 kilometer söder om Stenstorp

Närmsta hållplats: Kryddnejlikegatan (buss 75). Observera att avståndet från busshållplatsen till vår mötesplats är cirka 700 meter. Gatan har både en lång nerförs- och uppförsbacke.

Svårighetsgrad: Lätt

Guide/r: Ulla Gawlik (Telefon: 0762-977643), Marica Hall

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vattlefjall-i-langsam-takt-och-pa-plan-stig-1/>

Sista anmälningsdag: Måndag 17 juni

Max antal deltagare: 12

74. Orkidéparadiset Skogastorp

Onsdag 19 juni 2024

18:00 – 21:00

Skogastorp, Falköping

Skogastorpskärrer är ett extremrikkärr som ligger på Plantabergets sluttning. Reservatet genomkorsas av flera bäckar och källor med kalkhaltigt vatten. Bland karaktärsväxterna märks axag och flera orkidéarter, till exempel den sällsynta luktsporren.

Sträcka: Mindre än 1 kilometer

Samlingsplats: På parkeringen till reservatet (<https://maps.app.goo.gl/B87YynNAZ5gpbGDa7>)

Vägbeskrivning/läge: Skogastorp ligger strax norr om Högstena kyrka, 3 kilometer söder om Stenstorp

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Åke Abrahamsson (Telefon: 0706-602453), Lennart Friggeråker

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/orkideparadiset-skogastorp/>

Sista anmälningsdag: Måndag 17 juni

Max antal deltagare: 20

75. Midsommartur på Veddö

Lördag 22 juni 2024

13:00 – 16:00

Veddö, Tanum

Vi vandrar runt den natursköna Veddöhalvön. Blomsterängar med orkidéer, klippor, grusstränder och vidsträckta utsikter över Fjällbacka skärgård är något av det vi får uppleva. Vi går på stigar i delvis kuperad terräng, cirka fyra kilometer. Ta med matsäck!

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Reservatets nedre parkering (<https://goo.gl/maps/4EVQRZK1qhungGHk7>)

Vägbeskrivning/läge: Reservatets nedre parkering, infart från vägen mellan Fjällbacka och Grebbestad, cirka 3 kilometer norr om Fjällbacka

Närmsta hållplats: Veddövägen

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Gunnel Turpeinen (Telefon: 0702-446709), Kjell Nordberg (Telefon: 0704-97 55 88)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/midsommartur-pa-veddo/>

Sista anmälningdag: Lördag 22 juni

Max antal deltagare: 30

76. Botanisk vandring i Tuveslätt

Söndag 23 juni 2024

10:00 – 14:00

Tuveslätt, Tjörn

Tuveslätt är ett kommunalt naturreservat och området sköts med slätter och betesdrift. Inslaget av skalgrus är stort vilket påverkar floran. I reservatet finns också många fornlämningar och kulturhistoriska spår. Arter som vi kan få se är kattfot, darrgräs, granspira, fjällkåpa och slätterfibbla.

Sträcka: Cirka 2 kilometer vandring i lätt terräng

Samlingsplats: Parkeringen vid idrottsplatsen i Tuveslätt (<https://maps.app.goo.gl/86XmWa2BMS7S5cBL8>)

Vägbeskrivning/läge: Från Tjörnbroarna: kör väg 169 mot Rönnäng. Efter drygt 2 mil, i Kuballe, sväng vänster mot Bäcke Vik. Kör cirka 3 kilometer och sväng höger mot Tuveslätt, skyltat med idrottsplats och vandringsled. Parkera på idrottsplatsens parkering.

Närmsta hållplats: Bäcke Vik, cirka 1 kilometer

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Växter

Guide/r: Lasse Johnson (Telefon: 0767-668220)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/botanisk-vandring-i-tuveslatt/>

Sista anmälningdag: Torsdag 20 juni

Max antal deltagare: 20



77. Vildmarksupplevelse i stiglöst land

Söndag 23 juni 2024

10:00 – 15:00

Kvarnsjöarna, Ale

Vi vandrar i orörd naturskog på lavklädda åsar, genom mossar och förbi flera sjöar och gölar. En botaniskt intressant vandring!

Grova skor eller stövlar. Medtag matsäck! 5,5 kilometer vandring med bitvis stark kupering.

Sträcka: 5,5 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Råvasjön (<https://goo.gl/maps/5UsfHLncWPRNPsy9>)

Vägbeskrivning/läge: Kvarnsjöarnas naturreservat ligger i det vidsträckta Risvedenområdet, mellan Älvängen och Alingsås

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Foto, Svampar/lavar/mossor, Växter, Familjevandring

Guide/r: Pelle Dalberg (Telefon: 0705-129273)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vildmarksupplevelse-i-stiglost-land/>

Sista anmälningdag: Torsdag 20 juni

Max antal deltagare: 25

78. Flora, fjärilar och fåglar på Vargfjället

Söndag 23 juni 2024

10:00 – 15:00

Bredfjället, Uddevalla

Vi har fokus på fjärilar och fåglar då vi först vandrar kring gården Vargfjället. Vandringen fokuserar också på gårdens historia, markanvändningen och floran. Vi fortsätter vår promenad till Håleresjön, Bjurvattenshålan och via Flågfjället går vi på Bohusleden tillbaka till Vargfjället.

Kläder efter väder och tänk på att ta med

vattenflaska och fika. Ta gärna med fjärilshåv (finns även att låna) och kikare.

Samarrangör: Uddevalla Naturskyddsförening

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Ljungskile järnvägstation (<https://goo.gl/maps/NZ5wPNFkqboZ6K3bA>) för vidare färd till Vargfjället i bil

Vägbeskrivning/läge: Reservatet nås från Ljungskile eller Hjærtum via mindre grusvägar

Närmsta hållplats: Ljungskile station

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Fåglar, Insekter, Kultur/historia, Familjevandring

Guide/r: Jan Uddén (Telefon: 0706-565401)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/flora-fjarilar-och-faglar-pa-vargfjallet/>

Sista anmälningdag: Torsdag 20 juni

Max antal deltagare: 20

79. Vandring bland orkidéer i Nohlmarens naturreservat

Måndag 24 juni 2024

18:30 – 20:30

Nohlmaren, Skövde

Vid tidpunkten för denna vandring kan man i detta orkidéparadis troligen få se 10 olika orkidéarter: Har vi tur så kanske några brudsporrar, kärrknipprötter och/eller skogsknipprötter har börjat blomma. Vi kommer även att få se många andra växter som kärrspira, slätterfibbla, sommarfibbla och stallört. Fortfarande kanske några smörbollor blommar.

Sträcka: 1,5 kilometer

Samlingsplats: Nohlmarens parkering på Loringavägen, strax söder om Skultorp (<https://goo.gl/maps/HuapUXgu92UUJyzC8>)

Vägbeskrivning/läge: Reservatet ligger söder om Skövde och Skultorp

Närmsta hållplats: Solvägen, 1,3 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Kurt-Anders Johansson (Telefon: 0706-301736), Rolf-Göran Carlsson

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vandring-bland-orkideer-i-nohlmarens-naturreservat/>

Sista anmälningdag: Fredag 21 juni

Max antal deltagare: 60

80. Sommarvandring vid hällar och havsstrand

Tisdag 25 juni 2024

18:30 – 21:30

Stångehuvud, Lysekil

Vi gör en vandring upp till utsiktspunkten Vindarnas "grotta" där "Stångehuvuds räddare" Calla Curman på sin tid satt och njöt av solnedgången. Sedan går vi nedåt, förbi Valhall med de flata hällarna och stora klippblocken med pegmatitränder. Dammar och våtmarker med insektsfångande växter studeras också. Det blir även ett besök i ett av Västra Götalands sju underverk, Stångehuvuds gamla fyrhus, samt som avslutning en vandring på västsidan bland rara blomster på blockstranden. Ta gärna med kvällsfika!

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Parkering vid Pinnevik intill Gullmarsvallen, Lysekil (<https://goo.gl/maps/4ixd9n6rLCx>)

Vägbeskrivning/läge: Stångehuvuds naturreservat ligger i västra delen av Lysekil

Närmsta hållplats: Havets hus eller Dona

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Thomas Andersson (Telefon: 0707-554363)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/sommarvandring-vid-hallar-och-havsstrand/>

Sista anmälningsdag: Fredag 21 juni

Max antal deltagare: 30

81. Vättlefjäll i långsam takt och på plan stig

Onsdag 26 juni 2024

18:00 – 20:30

Vättlefjäll, Göteborg

För dig som tar dig fram i rullstol, rullator, i sällskap med barnvagn eller går långsamt. Tillsammans med Ulla från Tikitut och Marica från RBU promenerar eller rullar du på plan stig mellan Vättlestugan och Surtesjön. Medan vi njuter av den vackra naturen får vi höra om Vättlefjäll och upptäcka säsongens natur. En tillgänglig promenad som ger möjlighet att uppleva naturen med flera sinnen.

Vägens tillgänglighet. Vägen är en plan grusväg och vi kommer att stanna upp på flera ställen.

Måste: Kläder efter väder

Fika: Ta gärna fika med dig! Vi avsluta turen vid kanotbryggan med gemensam prat- och fikastund för den som vill.

Sträcka: 1 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplatsen vid slutet av Kryddnejlikegatan, Lövgärdet, Angered (<https://goo.gl/maps/NFeQpXc6X6JivxTY6>). För den bilburne finns bilparkering.

Vägbeskrivning/läge: Skogastorp ligger strax norr om Högstena kyrka, 3 kilometer söder om Stenstorp

Närmsta hållplats: Kryddnejlikegatan (buss 75). Observera att avståndet från busshållplatsen till vår mötesplats är cirka 700 meter. Gatan har både en lång nerförs- och uppförsbacke.

Svårighetsgrad: Lätt

Guide/r: Ulla Gawlik (Telefon: 0762-977643),

Marica Hall

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vattlefjall-i-langsam-takt-och-pa-plan-stig-2/>

Sista anmälningsdag: Måndag 24 juni

Max antal deltagare: 12

82. Upptäck Bengtsfors med omnejd

Torsdag 27 juni 2024

10:00 – 15:00

Höjlerudsforsarna, Bengtsfors

Välkommen till denna fina vandring genom Dalslands skog och stadsmiljö med gammal historia! Denna vandring på 10 kilometer är dels kuperad, genom skog, dels lättgången på vägen tillbaka. Vägen tar oss genom industriområdet söderut och vi njuter av fina utsikter över samhället och Bengtsbrohöjlen. Dalslands kanal korsar vi över vid tjugonde slussen och hör om dess över 150 år långa historia. Vacker och lättgången grusväg längs sjön tillbaka till Bengtsfors.

Ta med fika för en paus. Vandringen är ej lämplig för barnvagn.

Sträcka: 10 kilometer

Samlingsplats: På parkeringen vid Vandrahemmet nedanför Gammelgården (<https://maps.app.goo.gl/kW7FZwr5jyu64zZW6>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger knappt 1 kilometer syd-sydost om Bengtsfors station

Närmsta hållplats: Bengtsfors Majbergsdal

Svårighetsgrad: Medel

Guide/r: Andrea Schulz (Telefon: 0765-593328)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/upptack-bengtsfors-med-omnejd-juni/>

Sista anmälningsdag: Tisdag 25 juni

Max antal deltagare: 20

83. Stipakullarna i Näs – botanisk vandring

Torsdag 27 juni 2024

18:00 – 21:00

Nolgården Näs, Falköping

Här blommar fjädergräset praktfullt under högsommaren. Detta ståtliga gräs finns bara här och på två platser till i Sverige. Andra typiska arter är krissla, drakblomma, praktbrunört samt brudsporre och rött oxbär. Åsarna består till stor del av kalkhaltigt material av olika slag. Naturtypen kallas stäppartad torräng.

Ta med fika!

Sträcka: Mindre än 1 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen (<https://goo.gl/maps/omrG1RaycDwhwxzc6>)

Vägbeskrivning/läge: Från väg 47, ta av mot Kättilstorp, tag därefter av mot Tyskagården. Följ sedan vägen tills det kommer en skylt naturreservat och parkering.

Närmsta hållplats: Området ligger cirka 16 kilometer sydost om Falköping

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Geologi, Växter

Guide/r: Åke Abrahamsson (Telefon: 0706-602453), Lennart Friggeråker

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/stipakullarna-i-nas-botanisk-vandring/>

Sista anmälningsdag: Tisdag 25 juni

Max antal deltagare: 20

84. Granitklippor och klapper på Saltö

Onsdag 03 juli 2024

10:00 – 13:00

Saltö, Strömstad

Vandring genom kusttallskog och vidare ut på de exponerade klipporna av Bohusgranit som stupar brant ner mot Kosterfjordens djupränna. Här ser vi den sällsynta bergarten

rombporfyr, stora klapperfält och grottformade vittringsformer. I väster ser vi Kosterkärgården där gnejsberggrunden är 600 miljoner år äldre än Bohusgraniten på Saltö.

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: På parkeringen (<https://maps.app.goo.gl/XuCCChFY2wVAGRreQ6>)

Vägbeskrivning/läge: Reservatet är skyltat från väg 176 mellan Vik och Strömstad

Närmsta hållplats: Tjärnölaboratoriet

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Geologi

Guide/r: Thomas Eliasson (Telefon: 0730-597466)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/granitklippor-och-klapper-pa-salto/>

Sista anmälningsdag: Måndag 01 juli

Max antal deltagare: 25

85. Storslagen och varierad natur

Onsdag 03 juli 2024

15:00 – 21:00

Trossö-Kalvö-Lindö, Tanum

Vi njuter av reservatets vackra vyer, med dess fantastiska mångfald över och under ytan. Ökedjan har ett omväxlande storslaget landskap med en lugn och frodig innerskärgård och en karg utsatt västsida. Vi gör även stopp längs stränderna och upptäcker livet under ytan vid Kosterhavets nationalpark.

Ta gärna med matsäck! Begränsat antal platser. Kort båtfärd (avgift 200 kronor, betalas kontant eller med Swish).

Sträcka: 10-15 kilometer

Samlingsplats: Resö vid Kosterhavsentrén (<https://goo.gl/maps/HEdVYFn9xB3nYWYr7>)

Vägbeskrivning/läge: Resö och Trossö-Kalvö-Lindö ligger nordväst om Tanumshede. Från E6 ta avfart 108 mot Resö.

Närmsta hållplats: Lönntågsvägen Resö, 750 meter

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Kultur/historia, Växter

Guide/r: Christin Appelqvist (Telefon: 0766-229668), Sara Philipson

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/storslagen-och-varierad-natur-1/>

Sista anmälningdag: Måndag 01 juli

Max antal deltagare: 24

86. Vandring till Världens Ände

Torsdag 11 juli 2024

10:00 – 13:30

Baldersnäs, Bengtsfors

Välkommen till en vandring på halvön Baldersnäs! Vandringen är cirka 6 kilometer lång och vi kan se rester av den storslagna parkanläggningen och hör om halvöns historia. Stigen går vid vattenkanten intill Laxsjön. Vålsskött väg med mindre backar, rötter och stenar vid tillfällen. Det blir rast vid världens ände.

Ta med matsäck! Mellanhöga vandringsskor är bra, kan vara blött beroende på vädret. Ej lämplig för barnvagn. Kopplade hundar välkomna!

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Reservatsparkeringen (<https://maps.app.goo.gl/CRWN5iwyf3nhWtyp9>)

Vägbeskrivning/läge: Baldersnäs ligger cirka 5 kilometer norr om Dals Långed

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Kultur/historia, Växter

Guide/r: Andrea Schulz (Telefon: 0765-593328)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vandring-till-varldens-ande/>

Sista anmälningdag: Tisdag 09 juli

Max antal deltagare: 20

87. Njut av fantastiska skapelser

Söndag 14 juli 2024

10:00 – 14:30

Mörttjärn, Mellerud

På denna vandring i lugnt tempo kan hela familjen njuta av några av de fantastiska skapelser som finns i detta område. Några är gjorda av människor och naturen tillsammans, och några har naturen skapat själv. I Mörttjärns naturreservat, som vi passerar på vägen till Svarvaretorp, ser vi på några spektakulära skapelser som ingår i "Doktor Sædéns runda".

I Svarvaretorpets naturreservat ser vi bland annat på ängsgranskogen och den för terrängen typiska kvartskalkskiffern. Inom området växer Sveriges största bestånd av ormbunken Uddbräken. Ormbunken är mycket sällsynt i landet och anses utrotningshotad.

Vandringen går i huvudsak på vägar och leder och är 4-6 kilometer lång beroende på vilken väg vi tar. Vägen bestäms av de minsta eller de som har svårast att gå, för att alla ska kunna följa med.

En vandring för den nyfikne och njutningslystne!

Ta med fika för minst två raster. Saker som kan vara bra att ha med, om man har, är: faktaböcker för växter och djur, kikare och lupp. Glöm inte vatten samt något att sitta på!

Sträcka: 4-6 kilometer

Samlingsplats: På parkeringen vid OK Kroppefjälls OK-stuga (<https://maps.app.goo.gl/KwAgoQMqEWDT8Wai7>)

Vägbeskrivning/läge: Från Dals Rostocks södra ände följ skyltning mot OK-stugan (samt Kroppefjälls hotell)

Närmsta hållplats: Buss 700 till hållplats Rostocks vägskäl, gå sedan mot Rostock och Kroppefjälls hotell och OK-stugan cirka 3,5 kilometer. Ring guiden i förväg om ni vill ha skjuts mellan hållplats och samlingsplatsen.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växterr, Familjevandring

Guide/r: Helena SELLERING (Telefon: 0708-602913)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/njut-av-fantastiska-skapelser/>

Sista anmälningdag: Torsdag 11 juli

Max antal deltagare: 30

88. Storslagen och varierad natur

Onsdag 17 juli 2024

15:00 – 21:00

Trossö-Kalvö-Lindö, Tanum

Vi njuter av reservatets vackra vyer, med dess fantastiska mångfald över och under ytan. Ökedjan har ett omväxlande storslaget landskap med en lugn och frodig innerskärgård och en karg utsatt västsida. Vi gör även stopp längs stränderna och upptäcker livet under ytan vid Kosterhavets nationalpark.

Ta gärna med matsäck! Begränsat antal platser. Kort båtferd (avgift 200 kr, betalas kontant eller med Swish).

Sträcka: 10-15 kilometer

Samlingsplats: Resö vid Kosterhavsentrén (<https://goo.gl/maps/HEdVYFn9xB3nYWYr7>)

Vägbeskrivning/läge: Resö och Trossö-Kalvö-Lindö ligger nordväst om Tanumshede. Från E6 ta avfart 108 mot Resö.

Närmsta hållplats: Lönntågsvägen Resö, 750 meter

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Kultur/historia, Växter

Guide/r: Christin Appelqvist (Telefon: 0766-229668), Sara Philipson

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/storslagen-och-varierad-natur-2/>

Sista anmälningdag: Måndag 15 juli

Max antal deltagare: 24

89. Bohusgranit – geologisk vandring

Torsdag 18 juli 2024

10:00 – 13:10

Hällöarkipelagen, Sotenäs

Hällö 1,5 kilometer sydväst om Smögen är en klippö av Bohusgranit som är synnerligen rik på spår av inlandsisen. Här finns gott om jättegyttor och polerade hällar med isräfflor. Slätte Hälla och blockramlet i en intilliggande klyfta är spektakulära. Vi kikar också på den tunna gången med en svart bergart som skär igenom graniten. Vandringen är cirka tre kilometer och går över granithällar.

Ta gärna med matsäck!

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Hällöfärjans (avgift 120 kronor t.o.r.) tilläggsplats vid Smögenbryggan (<https://maps.app.goo.gl/1kYYYGebHY9d81sw8>). Finns man på Hällö så samlas vi klockan 10:15 vid färjans tilläggsplats nordost om Sjöfartsverkets fyrbostäder.

Vägbeskrivning/läge: Från E6 följ skyltning mot Kungshamn och Smögen

Närmsta hållplats: Smögens torg, 450 meter

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Geologi, Kultur/historia

Guide/r: Thomas Eliasson (Telefon: 0730-597466)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/bohusgranit-geologisk-vandring-juli/>

Sista anmälningdag: Tisdag 16 juli

Max antal deltagare: 30



90. Hällristningar i Högsbyn

Torsdag 18 juli 2024

10:30 – 12:00

Tisselskog Högsbyn, Bengtsfors

Vi guidas i det unika hällristningsområdet, en udde som ligger i sjön Råvarpen som är en del av Dalslands Kanal. Vandringen är 1,8 kilometer lång och vi ser vacker natur, men framförallt tittar vi närmare på bronsålderns hällristningar. Vi går längs en underhållen vandringsled.

Låga eller mellanhöga vandrings skor är bra.

Bil krävs för att komma fram till parkeringen, där vi börjar och avslutar utan paus.

Lättgången vandring – men ej lämplig för barnvagn. Kopplade hundar välkomna!

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: På reservatparkeringen (<https://maps.app.goo.gl/dcwqoQzH3ftmc4pT9>)

Vägbeskrivning/läge: Hällristningsområdet är skyltat från vägen mellan Håverud och Dals Långed

Närmsta hållplats: Tisselskog vägskäl, 2,7 kilometer

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Kultur/historia

Guide/r: Andrea Schulz (Telefon: 0765-593328)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/hallristningar-i-hogsbyn/>

Sista anmälningsdag: Tisdag 16 juli

Max antal deltagare: 30

91. Längs Slereboån

Lördag 20 juli 2024

10:00 – 15:00

Slereboåns dalgång, Ale

Vi vandrar i lugnt tempo utmed Slereboån till torpruinen Svedjan och därefter tillbaka genom gammelskog längs norra reservatsgränsen. Vi upptäcker flera gamla halvågar, en slätteräng,

fångstgropar, unik växtlighet, ett litet vattenfall och gammal naturskog. Vi vandrar fem kilometer, varav hälften i obanad terräng.

Grova skor rekommenderas. Ta med matsäck!

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Naturreservatets parkering Rösarna (<https://maps.app.goo.gl/VjXv5syag7qPxPPMA>)

Vägbeskrivning/läge: Slereboåns naturreservat ligger i det vidsträckta Risvedenområdet, cirka 6 kilometer öster om Skepplanda

Närmsta hållplats: Rösarna, 900 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia, Svampar/lavar/mossor, Växterr, Familjevandring

Guide/r: Pelle Dalberg (Telefon: 0705-129273)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/langs-slereboan/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 18 juli

Max antal deltagare: 25

92. Vättlefjäll i ett nötskal

Söndag 21 juli 2024

10:00 – 15:00

Vättlefjäll, Ale, Göteborg

Vi passerar sjöar, bäckar, diken, dämmen, kvarnlämningar, kvarnstenar och jättegrytor – sådant som minner om vattnets stora betydelse i gången tid. Vi kommer även att se spåren av en historisk idrottsplats, en spännande linbana, trallebanor och torvbrytning. Förhoppningsvis blommar klockgentiana, klockljung och myrlilja, vilka är några av Vättlefjälls karaktärsväxter.

Vandringen är sex kilometer och går till största delen på stigar.

Grova skor rekommenderas. Ta med matsäck!

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Fågeldammarna, Surte (<https://maps.app.goo.gl/MvjVQn5GXrhVNGbP6>)

Vägbeskrivning/läge: Parkeringen ligger utmed Fågeldammsvägen i Surte. Skyltat mot Surtesjöns badplats som ligger längre in på vägen.

Närmsta hållplats: Surte kyrka, 1,6 kilometer, eller Idrottsvägen, 1,6 kilometer

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Kultur/historia, Svampar/lavar/mossor, Växterr, Familjevandring

Guide/r: Pelle Dalberg (Telefon: 0705-129273)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vattlefjall-i-ett-notskal/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 18 juli

Max antal deltagare: 25

93. Kynnefjäll – ett Norrland i miniatyr

Söndag 21 juli 2024

10:00 – 15:00

Kynnefjäll, Munkedal

Kynnefjäll, känt för kärnkraftsmotstånd och vargrevir, har mycket mer att erbjuda! Tänk dig en utlöpare av Norrlandsterrängen ända nere i Bohuslän med myrar, skogar och klara sjöar. Här finns också en intressant historia med bland annat stora skogsplanteringsprojekt i början på 1900-talet: Kynnefjäll är även känt för motståndet mot att lagra utbränt kärnbränsle här. Vi gör en vandring längs stigar och småvägar där vi passerar den nyrenoverade raststugan på Vaktarekullen och vindskyddet vid Stora Holmevattnet. Vandringens längd är cirka 8-9 kilometer.

Medtag matsäck för två raster! Möjlighet till bad i insjö.

OBS! Det finns två Kasebo på Kynnefjäll och söker man med GPS på Kasebo, Kynnefjäll blir man hänvisad till FEL Kasebo. GPS-adressen till rätt Kasebo är Krokstads Borgen 13. Om man ändå vill använda GPS är koordinaterna till P-platsen 58.727615, 11.729229 för att komma till RÄTT Kasebo.

Sträcka: 8-9 kilometer

Samlingsplats: Naturreservatets parkeringsplats vid Kasebo (<https://maps.app.goo.gl/6uzj9sLrzZihtPQ7>)

Vägbeskrivning/läge: Infart vid Söbbön på vägen mellan Hedekas och Töftedal, 7 kilometer norr om Hedekas. Från allmänna vägen är det cirka 4 kilometer smal grusväg.

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Gunnel Turpeinen (Telefon: 0702-446709)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/kynnefjall-ett-norrland-i-miniatyr/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 18 juli

Max antal deltagare: 30

94. Lättpromenerat i Tresticklan

Söndag 21 juli 2024

11:00 – 13:00

Tresticklans nationalpark, Dals-Ed

Följ med på en vandring runt den nya tillgänglighetsanpassade rundslingan i Tresticklans nationalpark! Till hösten 2021 gjordes en ny parkering och ramp runt en mosse i anslutning till parkeringen som stod klar vid återinvigningen av Nationalparken hösten 2021. Det var då 25 år sedan parken invigdes första gången.

Nu kommer en chans att se lite närmare på vad som döljer sig i och runt omkring denna nya slinga. För vid återinvigningen var det rätt sönderkört runt slingan på grund av bygget, men detta har nu i princip återhämtat sig sedan dess. Vi kommer att hålla oss på rampen, utom möjligen guiden, och tittar närmare på växter och djur som går att finna i området. Promenaden från parkeringen och runt slingan och tillbaka till parkeringen är cirka 600 meter så vi går inte långt, och absolut inte snabbt. Vi tar tid på oss för att kunna upptäcka även de riktigt små undren i

naturen. Vid denna tid bör vi bland annat kunna få se klockljung, myrlilja, hjortron och tranbär.

Det går lätt att ta sig fram med rollator, rullstol och barnvagn på denna promenad och siktet snarare är inställt på att lära oss nya saker än på att gå.

Glöm inte att ta med fika, för maten smakar ju alltid extra gott ute i naturen!

Samling på den inre parkeringen vid Råbocken. Det står skyltat till reservatet från Eds centrum.

Sträcka: 1 kilometer

Samlingsplats: Den inre parkeringsplatsen vid Råbocken (<https://maps.app.goo.gl/6i9hg6dKhjVcVijc9>)

Vägbeskrivning/läge: Infart (skylt) från vägen mellan Dals Ed och Nössemark, 18 kilometer norr om Dals Ed och 14 kilometer söder om Nössemark på västra sidan om Stora Le

Närmsta hållplats: Rävmarken, 3,9 kilometer

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Helena SELLERING (Telefon: 0708-602913)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/lattpromenerat-i-tresticklan/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 18 juli

Max antal deltagare: 30

95. Kroppefjälls vackra våtmark

Tisdag 23 juli 2024

10:00 – 16:00

Kroppefjälls norra våtmarker, Färgelanda, Mellerud

Välkommen till en vandring på Kroppefjälls vildmarksområde, Dalslands tak, i det nya naturreservatet från 2022 som kallas "Kroppefjälls norra våtmarker". Leden som vi går är en liten del av den nyligen invigda Kroppefjällsleden, som är över 50 kilometer lång.

Vår vandring går genom ett fascinerande och

omväxlande naturområde med vackra tjärnar, bäckar, gles blandskog, lövsumpskogar och mossar. Kanske finner vi några karakteristiska växter som exempelvis myrlilja, silesår, vattenklöver, pors, klockljung, tuvsäv, borsttåg. Vi befinner oss mitt inne på "fjället", på högplatån, i ett tyst, obebott, väglöst land och vandrar mestadels på slingrande stigar, och över berghällar av Kroppefjällsgranit.

Vi gör en rundvandring i lugnt tempo, delvis på kulturhistoriska Karolinerleden. Den var en genväg till Norge för Karl XII och hans män samt även för tidigare resenärer. Geologi, kulturhistoria, folkliv tar vi upp och hur återrestaureringen av naturreservatet ska ske de närmaste åren. Syftet är att återställa artrikedomen i framtiden.

Vi samlas klockan 10 vid Ragneruds vandringsdestinations camping (utanför receptionen), norr om Högsäter, (väg 172+ O 2120). Därifrån kör vi bil en bit på slingrig grusväg in över Kroppefjäll till Hallesjöarna, där vår rundvandring i lugn takt först börjar. Vandringen avslutas vid parkeringen vid Hallesjöarna cirka klockan 16:00. Därefter kör de flesta av oss tillbaka till Ragneruds vandringsdestination.

Leden är inte barnvagnsvänlig och hundar måste hållas kopplade. Spångar finns över våtmarksområden, men ändrad spångläggning kan pågå. Vandringen betecknas medelsvår, någon liten bit svår, men går i lugnt tempo. Sträckan vi vandrar är 5 – 6 kilometer.

Ta med vatten, lunchmatsäck och fika för 1-2 raster som vi tar vid någon sjö, gärna sittunderlag, långbyxor och tåliga, gärna vattentäta kängor.

Sträcka: 5-6 kilometer

Samlingsplats: Samling utanför receptionen på Ragneruds vandringsdestinations camping i Jolsäter nära Kroppefjäll, klockan 10 (<https://goo.gl/maps/jTYTFUWfH2s6wSF6>), för vidare färd. Alternativt möts vi på parkeringen vid Hallesjöarna klockan 10:45 (<https://goo.gl/maps/959rLerNixmMca1a8>).

Vägbeskrivning/läge: Kroppefjäll och Ragnerudssjön är skyltade strax norr om

Högsäter när vi följer väg 172 mellan Uddevalla och Bäckeåkers.

Det går även att köra in på "fjällets" högplatå från östra sidan av Kroppefjäll, infart skyltat från Brålanda och Västra Bleken (väg O 2134 eller O 2127), där grusvägen upp på Kroppefjälls vildmarksområde börjar. Därifrån kan man köra till naturreservatets parkering vid Hallesjöarna, i så fall möts vi där kl 10:45 och vår vandring börjar därifrån.

Närmsta hållplats: Tängelanda 3,1 km från Ragnerudssjöns camping på Kroppefjälls västra sida, norr om Högsäter.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Margareta Hansson (Telefon: 0704-156500)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/kroppefjalls-vackra-vatmark/>

Sista anmälningsdag: Fredag 19 juli

Max antal deltagare: 20

96. Fåglar, blommor och fjärilar

Lördag 27 juli 2024

10:00 – 14:00

Ramsvikslandet, Sotenäs

Vid stigen mot Haby Bukts bugar vi för den rödlistade bohusfetknoppen (engelsk fetknopp), och ormtungans delikata små ljusa blad intill. Med kikare ser vi sjöfåglar i bukten. Likaså Långetångens rastande fåglar bredvid.

På Ramsvikslandets naturreservat festar högsommarens fjärilar och prickiga bastarder på blommande rödklint och vädd. Snygga orkidéer växer i Hällingdalen som leder oss mot fikaten vid Soteskogs myr. Över dammen bredvid väntar Trollsländorna på vår identifikation.

Den cirka fyra kilometer långa vandringen i medelsvår bergig terräng tar ungefär tre timmar. Tag med matsäck, täta skor. Badkläder den som vill!

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Haby bukt (<https://goo.gl/maps/hsph73Em3r42>)

Vägbeskrivning/läge: Infart till reservatet skyltat från vägen mellan Hunnebostrand och Kungshamn (väg 174). När man passerat bron över Sotekanalerna tar man till vänster.

Närmsta hållplats: Ramsviksvägen

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Insekter, Växter

Guide/r: Jan Artursson (Telefon: 0725-423099)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/faglar-blommor-och-fjarilar-juli/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 25 juli

Max antal deltagare: 30

97. Spännande granitstrukturer på Sandön

Lördag 27 juli 2024

10:00 – 12:00

Sandön, Sotenäs

Sandön är en bågformig, drygt 1,5 kilometer lång bergsrygg, som till stor del omsluter Sandöfjorden. Ön ligger mellan Smögenön och Hasselön. Klipporna av Bohusgranit på Sandöns västsida är spektakulära visar spännande strukturer från granitens bildning och inlandsisars nötande.

Sträcka: 2,6 kilometer

Samlingsplats: Vid reservatparkeringen intill badplatsen (<https://maps.app.goo.gl/GpbAxx84WzpWVw2W6>)

Vägbeskrivning/läge: Sandön ligger mellan Smögenön och Hasselön, nordväst om Kungshamn

Närmsta hållplats: Hasselön

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Geologi

Guide/r: Thomas Eliasson (Telefon: 0730-597466)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/spannande-granitstrukturer-pa-sandon/>

Sista anmälningdag: Torsdag 25 juli

Max antal deltagare: 30

98. Strövtåg på Bohusläns sockertopp

Söndag 28 juli 2024

10:00 – 17:00

Älgön, Kungälv

Följ med Hans Årebäck och Martin Fahlén på en fantastisk heldag där den bitvis krävande vandringen fokuserar på Älgöns och Brattöns spännande geologi men även intressanta växtlighet och kulturhistoria.

Vandringen är cirka 7 kilometer lång. Ta med kläder efter väder och matsäck för hela dagen. Hund kan ej medtagas på grund av kohagar.

Samling vid bryggan Rörtångens hållplats (cirka 15 minuters promenad från parkering) före färjans troliga avgång klockan 09:05. Kontrollera tidtabellen på <https://vasttrafik.se> eller Gunnars Båtturer <https://gunnarsbatturer.com>

Chartrad färja går tillbaka klockan 16:40 från Älgön (kostnad för att ta sig till och från Älgön: Tur: enkelbiljett med Västtrafik, retur: gratis med chartrad färja).

[Här kan du läsa boken om Älgön.](#)

Sträcka: 8 kilometer

Samlingsplats: Vid hållplats Rörtången bryggan (<https://goo.gl/maps/7iMnDVfXSXxAwfrJ6>).

Finns man redan på Älgön så möts vi vid färjebryggan på Älgön (<https://goo.gl/maps/pu5ntXuky89iypV6>).

Vägbeskrivning/läge: Rörtången ligger cirka 18 kilometer nordväst om Kungälv

Närmsta hållplats: Rörtången bryggan

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Geologi, Kultur/historia

Guide/r: Martin Fahlén (Telefon: 0703-705430)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/strovtag-pa-bohuslans-sockertopp-juli/>

Sista anmälningdag: Torsdag 25 juli

Max antal deltagare: 25

99. Tjurpannan – en pärla bland naturreservaten

Söndag 28 juli 2024

11:00 – 15:00

Tjurpannan, Tanum

Vi vandrar i exponerad skärgård med vidsträckta utsikter, intressant flora, fauna och geologi. Tjurpannan har ingått i GRACE-projektet som bland annat innebär att man försöker återskapa gamla tiders ljunghedar.

Vandringen är cirka åtta kilometer lång och går delvis på nyanlagda vandringsleder i södra delen av reservatet. En del passager är kuperade. Medtag matsäck!

Sträcka: 8 kilometer

Samlingsplats: Tjurpannans reservatsparkering, skyltat längs vägen mellan Grebbestad och Havstensund (<https://maps.app.goo.gl/DgxEGCqj6Yg3kMuy8>)

Vägbeskrivning/läge: Tjurpannan ligger ca 6 km norr om Grebbestad. Reservatet är skyltat längst vägen mellan Grebbestad och Havstensund.

Närmsta hållplats: Saltviks camping, 600 meter och Skäggeröd, 2 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Gunnel Turpeinen (Telefon: 0702-446709)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/tjurpannan-en-parla-bland-naturreservaten/>

Sista anmälningdag: Torsdag 25 juli

Max antal deltagare: 30

100. Kvällsutflykt till Välen

Tisdag 30 juli 2024

18:00 – 20:00

Välen, Göteborg

Välkommen på en kvällsutflykt till naturreservatet Välen i Västra Frölunda! Vi tar en 2,5 kilometer lång promenad på gångvägar i västra delen. Arter vi hoppas kunna se innefattar svartbräken, glesstarr, sötvedel, korskovall, vippärt, solvända och strandmolke. I dagvattensbäcken nära fågeltornet letar vi bland annat efter källfräne.

Stövlar behövs inte men ta gärna med fika!

Sträcka: 2,5 kilometer

Samlingsplats: Vid reservatsparkeringen intill busshållplatsen Kannebäck (linje 92, 93) på Näsetvägen (<https://maps.app.goo.gl/wPjf8kr1tyhbS87h6>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger i västre Göteborg, söder om Frölunda Torg

Närmsta hållplats: Kannebäck

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Växter

Guide/r: Uno Unger (Telefon: 0704-821211)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/kvallsutflykt-till-valen/>

Sista anmälningdag: Fredag 26 juli

Max antal deltagare: 20



101. Vänerskärgård, flora och bronsåldersgrav

Torsdag 1 augusti 2024

11:00 – 15:30

Yttre Bodane, Mellerud, Åmål

Visste du att Vänern har Europas största sötvattensskärgård? Denna varierade vandring i en del av Väners nordvästra skärgård har kala eller tallskogsbevuxna hållmarker och låga slipade hållar som skjuter ut i Vänern, omväxlande med höga branta klippstränder. På ett fuktigt område kan vi kanske få se den doftande skvattribusken i blom och dekorativa ormbunkar i bergsspringor och på de flesta områden mycket kråkris. Vi påminns om vildmark när vi ser stigarnas slingrande trädrötter. Vid vattnet finns på sina håll vidsträckta fascinerande vassbälten och vita näckrosor mellan öarna och fastlandet. Långa spångar leder genom vassen och från de stora hållarnas rika lavtäckte med exempelvis tuschlav och islandslav. Vid strändernas vågskvalp kan finnas vacker blomsterprakt som strandlysing eller en "köttätande" växt!. Har vi tur ser vi även fåglar typiska för området.

Vi studerar ett par större gravrösen som är bortåt 3500 år gamla eller mer. Vid riktigt klart väder kan vi skymta Kinnekulle genom trädskronorna. Mitt på Nötön, den största ön, finns skorstensruinen efter Nötötorpet, ett fiskar- och jordbrukstorp där en familj bodde fram till 1920-talet. Här finns också ett litet utemuseum under tak, vilket beskriver flora och fauna här.

Vi vandrar i lugn takt, ta gärna med sittunderlag, vatten och matsäck för två pauser. Hundar måste hållas kopplade och bitvis är stigarna smala. Vandringssträckan är ungefär 5 kilometer lång.

Yttre Bodanes naturreservat ligger cirka 27 kilometer söder om Åmål, skyltning från riksväg 45 och cirka 7 kilometer nordost om Köpmannebro. Från riksväg 45 leder småvägar till parkeringsplatsen vid Yttre Bodanes skogsbeklädda del av naturreservat. Vi möts klockan 11 och är tillbaka cirka klockan 15:30. Vid parkeringsplatsen finns ett enkelt utedass.

Sträcka: Cirka 5 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen (<https://maps.app.goo.gl/MPpUVLbqooCoVPY4A>)

Vägbeskrivning/läge: Reservatet är skyltat från E45 mellan Mellerud och Åmål

Närmsta hållplats: Årbol, 3,7 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växterr, Familjevandring

Guide/r: Margareta Hansson (Telefon: 0704-156500)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vanerskargard-flora-och-bronsaldersgrav/>

Sista anmälningsdag: Tisdag 30 juli

Max antal deltagare: 25

102. Bohusgranit – geologisk vandring Lördag 3 augusti 2024

10:00 – 13:10

Hällöarkipelagen, Sotenäs

Hällö 1,5 kilometer sydväst om Smögen är en klippö av Bohusgranit som är synnerligen rik på spår av inlandsisen. Här finns gott om jättegrytor och polerade hällar med isräfflor. Slätte Hälla och blockramlet i en intilliggande klyfta är spektakulära. Vi kikar också på den tunna gången med en svart bergart som skär igenom graniten. Vandringen är cirka tre kilometer och går över granithällar.

Ta gärna med matsäck!

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Hällöfärjans (avgift 120 kr t.o.r.) tilläggsplats vid Smögenbryggan (<https://maps.app.goo.gl/1kYYYGebHY9d81sw8>). Finns man på Hällö så samlas vi klockan 10:15 vid färjans tilläggsplats nordost om Sjöfartsverkets fyrbostäder.

Vägbeskrivning/läge: Från E6 följ skyltning mot Kungshamn och Smögen

Närmsta hållplats: Smögens torg, 450 meter

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Geologi, Kultur/historia, Västerhavsveckan

Guide/r: Thomas Eliasson (Telefon: 0730-597466)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/bohusgranit-geologisk-vandring-augusti/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 01 augusti

Max antal deltagare: 30

103. Kärlingesund – kustnära naturbeteslanskap Söndag 4 augusti 2024

10:00 – 14:00

Kärlingesund, Uddevalla

Under denna familjevandring fokuserar vi på områdets kustnära och intressanta insektsfauna! Med hjälp av fjärilshåvar hoppas vi komma i närtkontakt med blåvingad gräshoppa, grå vårtbitare, blå kejsartrollslända, silversmygare, eksnabbvingar och eldsnabbvingar.

Tag gärna med fjärilshåv om du har, annars har vi några till utlån. Välj kläder efter väder och ta med fika!

Samarrangör: Uddevalla Naturskyddsförening

Sträcka: Cirka 3 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplats Kärlingesund (samma som till Bassholmen) (<https://maps.app.goo.gl/xksNxb1TC6GSXPX18>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger cirka 3,5 mil sydväst om Uddevalla

Närmsta hållplats: Källviken

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Insekter, Kultur/historier, Familjevandring, Västerhavsveckan

Guide/r: Jan Uddén (Telefon: 0706-565401)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/karlingesund-kustnara-naturbeteslanskap/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 1 augusti

Max antal deltagare: 25

104. Genom urskog mot makalös utsikt Söndag 4 augusti 2024

10:00 – 14:00

Halle-Vagnaren, Strömstad

Halle Vagnaren bjuder på en varierande natur, men främst en urskogsläk tallskog med över 300 år gamla tallar och en hänförande utsikt över skärgården. På väg upp till toppen går vi genom en skog som hösten 2019 besöktes av en tromb och här ser vi resultatet av naturens krafter! Från toppen, belägen 120 meter över havet, kan man vid klart väder se topparna på Lifjäll och Gausta i Norge. Vi ser även ut över två marina nationalparker, Kosterhavets nationalpark och Ytre Hvaler nationalpark.

När vi går vidare och vänder blicken in över land ser vi även där över till Norge och Bohusläns högsta topp Björnerödspiggen på Löveråsfjället. Vandringen fortsätter ner mot den vackra Vagnsjön i sin dal med lövskog och kulturhistoriska spår.

Vandringen är i bitvis krävande terräng, men vi tar det försiktigt och anpassar hastigheten efter gruppen. Vandringen tar 3-4 timmar. Ta med matsäck så tar vi en paus när vi kommer upp på toppen. Under vandringen kommer vi att berätta om traktens kulturhistoria och den intressanta mätpunkt som finns uppe på toppen och som ingår i ett mätsystem av höga punkter. Vi ser också på växter och djur som vi träffar på.

Sträcka: 4-5 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen (<https://maps.app.goo.gl/hXvcB3KEEfyfnqfp9>)

Vägbeskrivning/läge: Halle-Vagnaren ligger så långt norrut du kan komma i Bohuslän, inte långt från norska gränsen. Cirka 25 kilometer norr om Strömstad.

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Kultur/historia, Västerhavsveckan

Guide/r: Ingela Skärström (Telefon: 0705-815723)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/genom-urskog-mot-makalos-utsikt-augusti/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 1 augusti

Max antal deltagare: 15

105. Ljungen blommar Söndag 4 augusti 2024

10:50 – 16:00

Härmanö, Orust

Naturreseptatet Härmanö vid Gullholmen är stort. Här finns den karga, exponerade västsidas gnejsklippor genomskurna av diabasgångar och den leende östsidas skalgrusrika, bördiga jordar.

På den här vandringen har du två alternativ! Du kan välja mellan en tur på östsidan av Härmanö på cirka sju timmar eller en kortare tur över ängarna och klipporna till Härmanös västsida på drygt fem timmar. På båda turerna är första sträckan lämplig för rullstol eller barnvagn. Andra sträckor erbjuder bitvis krävande terräng, så se till att ha bra skor och ta med riklig dryck och matsäck.

Härmanös östsidan har präglats av småskaligt jordbruk i många generationer och fortfarande finns stor artrikedom. Vi passerar bland annat en jätteek, ett bestånd av havtorn och strandmalört. På turen berättas om natur och kultur och i Svinegiljan syns resultatet av röjning inom GRACE-projektet.

Turen till västsidan bjuder varierad blomning på kalkrika marker med jordtistel som exempel. Vi kommer till stranden med klippor som har oväntad artrikedom, vi passerar en lokal med safsan samt bäverdammar med vattenbläddra.

Personfärja 381 avgår från färjeläget Tuvesvik mot Gullholmen Piren klockan 10:30 och resan

tar cirka fem minuter. Kontrollera avgångstid med Västtrafik. Parkering finns cirka 200 meter innan färjeläget. Betala med parkeringsapp.

Avslut cirka klockan 15:50 respektive 17:30. Returfärja avgår kl 16:20 från Gullholmen Hamnen alternativt 18:00 från Gullholmen Piren. En senare färja avgår 19:05 från Gullholmen Hamnen.

Sträcka: 12 respektive 8 kilometer

Samlingsplats: Färjeläget Gullholmen Piren (<https://goo.gl/maps/yj38m7ihpHcrog3w6>), Klockslagen för start- och sluttid är ungefärliga och anpassas till färjans tidtabell.

Vägbeskrivning/läge: Gullholmen med naturreservatet Härmanö ligger väster om Orust. Färjeläget Tuvesvik är skyltat från väg 178 mellan Rålanda och Ellös.

Närmsta hållplats: Gullholmen Piren

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter, Västerhavsveckan

Guide/r: Gunilla Olander (Telefon: 0730-224798), Berth Kullholm (Telefon: 0703-33 61 14)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/ljungen-blommar/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 1 augusti

Max antal deltagare: 35

106. Långtur på Ramsvikslandet

Söndag 4 augusti 2024

11:00 – 15:00

Ramsvikslandet, Sotenäs

Vi vandrar från Haby Bukten till Sotehuvud och vidare väster om Sote Bonde till Fykan, därifrån åter till Haby via Hällingedalen. Naturen är varierad med exponerad kust, jättegrytor, hållskulpturer, rik blomsterprakt och gammal genuin skärgårdsbebyggelse.

Det är relativt lättgången men det finns några besvärligare passager. Vandringens längd är cirka 8-9 kilometer. Ta med dig matsäck!

Sträcka: 9 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen vid Haby bukt (<https://maps.app.goo.gl/xjUZsVfGid1EDrKm9>)

Vägbeskrivning/läge: Infart från vägen mellan Hunnebostrand och Kungshamn. När man passerat bron över Sotekanalerna tar man till vänster.

Närmsta hållplats: Ramsviksvägen

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter, Västerhavsveckan

Guide/r: Gunnel Turpeinen (Telefon: 0702-446709)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/langtur-pa-ramsvikslandet/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 1 augusti

Max antal deltagare: 30

107. Kroppefjälls vackra våtmark

Tisdag 6 augusti 2024

10:00 – 16:00

Kroppefjälls norra våtmarker, Färgelanda, Mellerud

Välkommen till en vandring på Kroppefjälls vildmarksområde, Dalslands tak, i det nya naturreservatet från 2022 som kallas "Kroppefjälls norra våtmarker". Leden som vi går är en liten del av den nyligen invigda Kroppefjällsleden, som är över 50 kilometer lång.

Vår vandring går genom ett fascinerande och omväxlande naturområde med vackra tjärnar, bäckar, gles blandskog, lövsumpskogar och mossar. Kanske finner vi några karakteristiska växter som exempelvis myrtilja, silesår, vattenklöver, pors, klocklång, tuvsäv, borsttåg. Vi befinner oss mitt inne på "fjället", på högplatån, i ett tyst, obebott, väglöst land och vandrar mestadels på slingrande stigar, och över berghällar av Kroppefjällsgranit.

Vi gör en rundvandring i lugnt tempo, delvis

på kulturhistoriska Karolinerleden. Den var en genväg till Norge för Karl XII och hans män samt även för tidigare resenärer. Geologi, kulturhistoria, folkliv tar vi upp och hur återrestaureringen av naturreservatet ska ske de närmaste åren. Syftet är att återställa artrikedomen i framtiden.

Vi samlas klockan 10 vid Ragneruds vandringsdestinations camping (utanför receptionen), norr om Högsäter, (väg 172+ O 2120). Därifrån kör vi bil en bit på slingrig grusväg in över Kroppefjäll till Hallesjöarna, där vår rundvandring i lugn takt först börjar. Vandringen avslutas vid parkeringen vid Hallesjöarna cirka klockan 16:00. Därefter kör de flesta av oss tillbaka till Ragneruds vandringsdestination.

Leden är inte barnvagnsvänlig och hundar måste hållas kopplade. Spångar finns över våtmarksområden, men ändrad spångläggning kan pågå. Vandringen betecknas medelsvår, någon liten bit svår, men går i lugnt tempo. Sträckan vi vandrar är 5 – 6 kilometer.

Ta med vatten, lunchmatsäck och fika för 1-2 raster som vi tar vid någon sjö, gärna sittunderlag, långbyxor och tåliga, gärna vattentäta kängor.

Sträcka: 5-6 kilometer

Samlingsplats: Samling utanför receptionen på Ragneruds vandringsdestinations camping i Jolsäter nära Kroppefjäll, klockan 10 (<https://goo.gl/maps/jTYTFUWfH2s6wSF6>), för vidare färd. Alternativt möts vi på parkeringen vid Hallesjöarna klockan 10:45 (<https://goo.gl/maps/959rLerNixmMca1a8>).

Vägbeskrivning/läge: Kroppefjäll och Ragnerudssjön är skyltade strax norr om Högsäter när vi följer väg 172 mellan Uddevalla och Bäckefors.

Det går även att köra in på "fjällets" högplatå från östra sidan av Kroppefjäll, infart skyltat från Brålanda och Västra Bleken (väg O 2134 eller O 2127), där grusvägen upp på Kroppefjälls vildmarksområde börjar. Därifrån kan man köra till naturreservatets parkering vid Hallesjöarna, i så fall möts vi där kl 10:45 och vår vandring börjar därifrån.

Närmsta hållplats: Tångelanda 3,1 km från Ragnerudssjöns camping på Kroppefjälls västra sida, norr om Högsäter.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Margareta Hansson (Telefon: 0704-156500)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/kroppefjalls-vackra-vatmark-2/>

Sista anmälningsdag: Fredag 2 augusti

Max antal deltagare: 20

108. Arkeologisk vandring: Vattnets kraft

Onsdag 7 augusti 2024

18:00 – 20:00

Vättlefjäll, Ale, Göteborg

Lär dig om vattnets kraft och reglering i Vättlefjäll! Vi vandrar längs vägar och stigar som bär spår av äldre tiders bruk i form av tidig industri, kvarnverksamhet och vattenreglering. Med en fallhöjd på nästan 100 meter ner till Surte har denna del av Vättlefjäll spelat en särskilt viktig roll som plats för verksamhet som varit beroende av vattenkraft. Spåren finns kvar att se än idag och på vandringen upptäcker vi dem tillsammans.

Vandringen är cirka 4 kilometer och vi går på smala stigar i skogsterräng och över stenhällar i kuperad terräng. Du behöver kunna röra dig säkert och vara oberoende av gångstavar.

Måste: Bekväma kläder och skor anpassade efter väder.

Fika: Ta gärna med egen fika. Vandringen avslutas med gemensam fikastund!

Sträcka: Cirka 4 kilometer

Samlingsplats: Fågeldammen i Surte (<https://goo.gl/maps/sXhfKDYcShnASgBn6>)

Vägbeskrivning/läge: Utmed Fågeldammsvägen i Surte. Skyltat mot Surtesjöns badplats som ligger längre in på vägen.

Närmsta hållplats: Surte kyrka, 1,6 kilometer, eller Idrottsvägen, 1,6 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia

Guide/r: Ulla Gawlik (Telefon: 0762-977643), Andreas Antelid (Telefon: 0739-72 89 48)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/ärkeologisk-vandring-vattnets-kraft/>

Sista anmälningdag: Måndag 5 augusti

Max antal deltagare: 15

109. Vandring på Stora Amundön

Onsdag 7 augusti 2024

18:30 – 20:00

Stora Amundön, Göteborg

Vandring med inriktning på vanligare växter vid västkuststrand och vilken betydelse naturtypen har för vilka växter som växer där. Vi får se betesmark, en av våra få kvarvarade slåtterängar, havsstrand både med och utan sten, lövskog med fragment av ädellövskog med mera. Bland lite ovanligare växter kan nämnas engelsk fetknopp, rödsäv, stallört, kärrtörel, kattfot, strandloka, strandmalört och några vanliga mossor. Vissa arter varierar mellan åren. Vi får också med oss lite kulturhistoria.

Badmöjligheter! Ta gärna med fika som vi intar vid havet.

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Amundön (<https://goo.gl/maps/Ta56pQHLBQ3RxC3E9>)

Vägbeskrivning/läge: Stora Amundön ligger väster om Hovås, strax söder om Göteborg

Närmsta hållplats: Lillövägen

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Växter, Västerhavsveckan

Guide/r: Aimon Niklasson (Telefon: 0736-254461)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vandring-pa-stora-amundon/>

Sista anmälningdag: Måndag 05 augusti

Max antal deltagare: 20

110. Stora Kornö – idyllisk och unik ö

Lördag 10 augusti 2024

09:15 – 16:15

Stora Kornö (Kalven på Kornö), Lysekil

Upplevelsedag och vandring på Stora Kornö i Lysekils skärgård under Västerhavsveckan! Stora Kornö är en ö av riksintresse, ägd av öborna. Här kan man uppleva ett genuint ösamhälle, ett marint kulturlandskap och intressant geologi. Vi får en guidad promenad i samhället och vandrar sedan på ön. Vi passar även på att besöka Klingkyrka, en intressant grotta bildad av havet. Vi ser vackra vyer ut mot skärgård och horisont, och upplever lummig grönska, flora och skärgårdshus. Vi gör också ett badstopp!

Guiden är uppvuxen i Lysekil, är hemtam på ön och auktoriserad Bohuslänguide. Vi vandrar 3-4 kilometer totalt, i mestadels lätt terräng. Vi ska över rullstenar på ett ställe.

Kom i tid, vi har hyrt passagerarbåt för vår utflykt. Båten rymmer 80 personer och vi blir max 50. Vi ber er att tänka bindande bokning och främst avboka vid sjukdom, så vi kan planera för båten.

Boka i tid! Senast 1 augusti. Bindande anmälan.

Pris: 420 kr/biljett för hela dagen:

Alla anmälda får bekräftelsemail, inkl. parkeringstips m.m.

Ta med matsäck med lunch och dryck, vatten, kamera och en vindtät jacka. Gärna badkläder (vi gör ett badstopp), badkläder, keps och solglasögon. Vandringskängor/skor med bra stöd. Kopplade hundar välkomna, med föränmälan. Ej barnvagnsvänligt tyvärr.

Sträcka: 3-4 kilometer

Samlingsplats: Ångbåtskajen, Södra Hamngatan

i Lysekil. Kom i tid! (<https://maps.app.goo.gl/CxLnwNEqBPnJ1wxs9>)

Vägbeskrivning/läge: Stora Kornö är en ö ligger nordväst om Lysekil

Närmsta hållplats: Lysekil Södra Hamnen

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia, Västerhavsveckan

Guide/r: Anette Bargel (Telefon: 0705-776422)

Föränmäl dig här: Endast föränmälan. Boka genom att köpa din biljett här: <https://saltaguiden.se/guidning/stora-korno-guidad-dag-i-vasterhavsveckan/>

Sista anmälningdag: Torsdag 1 augusti

111. Geologi, blommor och fåglar

Lördag 10 augusti 2024

10:00 – 13:30

Ramsvikslandet, Sotenäs

Välkommen på en sommarvandring vid Grosshamn, över ängsmarker och granithällar! Ramsvikslandet har kallats "Klippornas rike". Äldre tiders kustjordbruk präglar landskapet. Vandringen går i lätt till ganska brant terräng och strandängen kan vara lite blöt.

Ta med matsäck så fikar vi vid den ovanliga bergarten romborfyr, som skär genom historien och graniten.

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Stora parkeringen vid Fykan (<https://goo.gl/maps/oCPPiXSRCw42>)

Vägbeskrivning/läge: Infart till reservatet skyltat från vägen mellan Hunnebostrand och Kungshamn (väg 174). När man passerat bron över Sotekanalen tar man till höger. Sedan vänster mot Fykan och Fågelstation.

Närmsta hållplats: Ramsviksvägen, 4,5 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Geologi, Växter, Västerhavsveckan

Guide/r: Jan Artursson (Telefon: 0725-423099), Thomas Eliasson (Telefon: 0730-597466)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/geologi-blommor-och-faglar/>

Sista anmälningdag: Torsdag 8 augusti

Max antal deltagare: 30

112. Den nyaste leden i Yttre Bodane

Söndag 11 augusti 2024

10:00 – 13:00

Yttre Bodane, Åmål

Följ med på en långsam promenad i reservatets nyaste rundtur på Tångens udde. Vi tittar på det vi går förbi och guiden svarar på de frågor ni har om vad vi ser på vägen. Skvatram har en östlig utbredning och klockljung en västlig; båda finns i Yttre Bodane. Det finns även chans att se fiskgjuse!

Rundturen på Tångenleden är cirka två kilometer, men efter det kan vi gå till Naturmuseet på Nötön om någon vill följa med dit, vilket ger ytterligare cirka 2 kilometer vandring.

Kamera och kikare är bra att ha samt matsäck för en till två matraster beroende om du vill gå båda eller bara en tur. Ta även med badkläder om du vill bada! Turen är inte barnvagnsvänlig.

Sträcka: 2 eller cirka 4 kilometer

Samlingsplats: Reservatets parkering norr om Köpmannebro (<https://maps.app.goo.gl/bQb5pwcR99CPMqBFA>)

Vägbeskrivning/läge: Reservatet är skyltat från E45 mellan Mellerud och Åmål

Närmsta hållplats: Årbol vid 45:an, som trafikeras av linje 721. Kontakta guiden för skjuts då det är 3,6 kilometer ner till reservatet.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Geologi, Växter, Västerhavsveckan

Guide/r: Helena SELLERING (Telefon: 0708-602913)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/den-nyaste-leden-i-yttre-bodane/>

Sista anmälningdag: Torsdag 8 augusti

Max antal deltagare: 30

113. Höstvandring i kulturlandskap

Söndag 11 augusti 2024

10:00 – 14:00

Ramsön, Stenungsund

Vi vandrar i ett kulturlandskap skapat av bondens arbete och betesdjur. Guiden berättar historier från förr om människorna och deras arbete på ön. Vi går genom utmarker och ängar fulla med blommor i ett överflöd som är svårt att hitta i det moderna jordbrukslandskapet. Vandringen tar cirka 4 timmar med rast. Relativt lätt vandring men ta med oömma skor och matsäck. Barn- och hundvänligt, men glöm inte att koppla hunden.

Kort båtresa i öppen båt, lätt vandring med grova skor eller stövlar och matsäck.

Vi möts vid Timmerviks brygga, Jörlanda kl 10:00 för kort överfart i öppen båt. Parkering och hållplats finns på cirka 2 minuters gångavstånd från startplatsen.

Sträcka: Cirka 4 kilometer

Samlingsplats: Jörlanda, Timmerviks brygga (<https://goo.gl/maps/KE3RtWooKwe2UvWr5>)

Vägbeskrivning/läge: Timmervik och Ramsön ligger mellan Kungälv och Stenungssund

Närmsta hållplats: Timmervik, Stenungsund, 230 meter (trafikerad endast vardagar). Eller Jörlanda, 4 kilometer.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia, Växtterr, Familjevandring, Västerhavsveckan

Guide/r: Ole Aasheim (Telefon: 0706-805144)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/hostvandring-i-kulturlandskap/>

Sista anmälningdag: Torsdag 8 augusti

Max antal deltagare: 30

114. Pausa vardagen och smaka på naturen

Onsdag 14 augusti 2024

18:00 – 21:00

Lärjeåns dalgång, Göteborg

Välkommen till en växtvandring längs Lärjeån! Traska med Anne från Tikitut längs den kontrastfyllda Lärjeån till Linnarhult och Eco Agroforestry Recreation Center. Under denna naturupplevelse smakar vi på vilda ätliga växter, pausar vardagen och upptäcker vad naturen ger just nu. Plocka själv några växter för att använda hemma!

Under vandringen får vi också provsmaka på Annes goda pesto och annat spännande som hon lagat med naturens vilda ingredienser. Vandringen ger inblick i hur vi kan dra nytta av naturens skafferier och ta ansvar för hur och av vad mat görs. Väl framme träffar vi på de som driver Eco Agroforestry Recreation Center och har möjlighet att ställa frågor medan vi fikar. Anne är utbildad inom bland annat Agroforestry och har studerat kurs i Botanisk kännedom på Göteborgs universitet.

Vägens tillgänglighet: Vi går på grusvägar, leder, men också kuperad skogsterräng. Några branta backar förekommer.

Måste: Skor och bekväma kläder anpassade efter väder.

Annat: Ha gärna med egen fika och en påse till eventuella växter.

OBS! Vandringen avslutas vid Eco Agroforestry Center. Om du kommer med bil behöver du planera in tid för att ta dig tillbaka från Eco Agroforestry Center till startpunkten i Bergsjön (gå tillbaka samma väg vi gick eller ta en buss från Linnarhult till Bergsjön). Kommer du med buss till startpunkten kan du ta bussen från Linnarhult dit du ska – men titta gärna innan att förbindelserna passar dig.

Sträcka: 4,5 kilometer

Samlingsplats: Vid skogsvägen vid korsningen Stjärnbildsgatan/Ljusårvägen (<https://goo.gl/maps/FNhNHWKgcTGk2JYm9>) i Bergsjön

Vägbeskrivning/läge: Startplatsen ligger i östra Göteborg och nås enklast med kollektivtrafik

Närmsta hållplats: Vid vandringens start: Mercuriusgatan. Vid vandringens slut: Linnarhultsvägen.

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Växter

Guide/r: Ulla Gawlik (Telefon: 0762-977643), Anne Franze-Jordanov

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/pausa-vardagen-och-smaka-pa-naturen-augusti/>

Sista anmälningdag: Måndag 12 augusti

Max antal deltagare: 15

115. Vandring i gammal kulturbygd

Lördag 17 augusti 2024

10:00 – 13:00

Ruskela källa, Falköping

Välkommen på en vandring i gammal kulturbygd i Segerstad Faledreven! Den här platsen är en symbol för en kort men viktig period i vår historia då landets jordlösa befolkning ökade kraftigt. Från och med 1700-talet blev de jordlösa allt fler och fick då bygga små torp och backstugor på den mark som var allmänning i byn, längs bytån och fägatan. Med tiden uppstod ett vimmel av hus och gator genom vilka boskapen leddes till och från fägatan och vidare till de gemensamma betesmarkerna uppe på Segerstadsfalan. Under vandringen stannar vi och fikar medhavd fika.

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Segerstads församlingshem, Falköpings kommun (<https://goo.gl/maps/pYH7VtHt9HbVVPz88>)

Vägbeskrivning/läge: Segerstad ligger ca 15

km norr om Falköping. Faledreven är skyltad från riksväg 46.

Närmsta hållplats: Torstensgården, Falköping, 1,8 kilometer

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Fritiof Andersson (Telefon: 0737-8208877)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vandring-i-gammal-kulturbygd/>

Sista anmälningdag: Torsdag 15 augusti

Max antal deltagare: 30

116. Vänerskärgård, flora och bronsåldersgrav

Lördag 17 augusti 2024

11:00 – 15:30

Yttre Bodane, Mellerud, Åmål

Visste du att Vänern har Europas största sötvattensskärgård? Denna varierade vandring i en del av Väterns nordvästra skärgård har kala eller tallskogsbevuxna hållmarker och låga slipade hällar som skjuter ut i Vänern, omväxlande med höga branta klippstränder. På ett fuktigt område kan vi kanske få se den doftande skvattribusken i blom och dekorativa ormbunkar i bergsspringor och på de flesta områden mycket kråkris. Vi påminns om vildmark när vi ser stigarnas slingrande trädrötter. Vid vattnet finns på sina håll vidsträckt fascinerande vassbälten och vita näckrosor mellan öarna och fastlandet. Långa spångar leder genom vassen och från de stora hållarnas rika lavtäckte med exempelvis tuschlav och islandslav. Vid strändernas vågskvalp kan finnas vacker blomsterprakt som strandlysing eller en "köttätande" växt!. Har vi tur ser vi även fåglar typiska för området.

Vi studerar ett par större gravrösen som är bortåt 3500 år gamla eller mer. Vid riktigt klart väder kan vi skymta Kinnekulle genom trädkronorna. Mitt på Nötön, den största ön, finns skorstensruinen efter

Nötötorpet, ett fiskar- och jordbrukstorp där en familj bodde fram till 1920-talet. Här finns också ett litet utemuseum under tak, vilket beskriver flora och fauna här.

Vi vandrar i lugn takt, ta gärna med sittunderlag, vatten och matsäck för två pauser. Hundar måste hållas kopplade och bitvis är stigarna smala. Vandringsträckan är ungefär 5 kilometer lång.

Yttre Bodanes naturreservat ligger cirka 27 kilometer söder om Åmål, skyltning från riksväg 45 och cirka 7 kilometer nordost om Köpmannebro. Från riksväg 45 leder småvägar till parkeringsplatsen vid Yttre Bodanes skogsbeklädda del av naturreservat. Vi möts klockan 11 och är tillbaka cirka klockan 15:30. Vid parkeringsplatsen finns ett enkelt utedass.

Sträcka: Cirka 5 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen (<https://maps.app.goo.gl/MPpUVLbqooCoVPY4A>)

Vägbeskrivning/läge: Reservatet är skyltat från E45 mellan Mellerud och Åmål

Närmsta hållplats: Årbol, 3,7 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växterr, Familjevandring

Guide/r: Margareta Hansson (Telefon: 0704-156500)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vanerskargard-flora-och-bronsaldersgrav-2/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 15 augusti

Max antal deltagare: 25

117. Fågelskådning i Kalvöfjorden

Söndag 18 augusti 2024

10:00 – 14:00

Stigfjorden, Orust

Området är en av västkustens förnämsta rastlokaler för doppingar, svanar, gäss och änder så här i skiftet mellan augusti och september.

Med lite tur har vi chans att se svarthakedopping, gråhakedopping, svarthalsad dopping samt skäggdopping! Utöver fåglarna utlovas den sällsynta saltmållan och om vädret vill ett tiotal arter av dagfjärilar.

Ta med matsäck, kikare och skodon som tål väta. Vi kommer att röra oss i medelsvår terräng, cirka sju kilometer.

Sträcka: 7 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen till Rossö naturreservat (<https://goo.gl/maps/k4J4zc2V1fpjZRTw8>)

Vägbeskrivning/läge: Rossö ligger på södra Orust. Skyltat från väg 178 väster om Varekil.

Närmsta hållplats: Rossövägen, cirka 3 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Insekter, Växter

Guide/r: Thomas Liebig (Telefon: 0706-466558)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/fagelskadning-i-kalvofjorden/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 15 augusti

Max antal deltagare: 30

118. Kvällsvandring med skogsbad

Onsdag 21 augusti 2024

18:00 – 19:30

Rådasjön, Härryda

Välkommen på ett guidat skogsbad, där du genom enkla övningar öppnar dina sinnen och upplever naturen på ett nytt vis. När du skogsbadar så "badar" du med dina sinnen. Studier på skogsbad som gjorts på olika håll i världen har kunnat påvisa avsevärt minskade nivåer av stress, ett stärkt immunförsvar, sänkt blodtryck, förbättrad kognitiv förmåga, minskade nivåer av ångest och depression samt ett ökat psykiskt och fysiskt välbefinnande.

Vi går med långsamma steg in i den vackra skogen i Rådasjöns naturreservat. Där saktar vi in ytterligare och du blir guidad att ta in naturen runt

dig med ett sinne i taget.

Vi vandrar 1-2 kilometer i lugnt tempo, på stigar och i delvis kuperad terräng. Ta med dig ett sittunderlag och en extra tröja, då vi kommer att vara mycket i stillhet. Vill du så ta också gärna med dig lite fika att avnjuta efter turen.

Sträcka: 1-2 kilometer

Samlingsplats: Vid naturreservatstavlan vid parkeringen på Råda säteri (<https://goo.gl/maps/vJSx6qJmeHTyHhcK7>)

Vägbeskrivning/läge: Råda säteri ligger strax väster om Mölnlycke. Kollektivtrafik: X4 från Göteborg till Mölnlyckemotet, gå cirka 1 kilometer till Råda säteri.

Närmsta hållplats: Råda säteri, 300 meter

Svårighetsgrad: Lätt

Guide/r: Lotta Rolandson (Telefon: 0703-068850)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/kvallsvandring-med-skogsbad/>

Sista anmälningsdag: Måndag 19 augusti

Max antal deltagare: 15

119. Upptäck vad kulturlandskapet berättar

Torsdag 22 augusti 2024

18:00 – 20:15

Stora Mollungen, Herrljunga

Naturreservatet Stora Mollungen i Od är känt för de stora bokbestånden men här finns också gott om blandad ädellövskog. Nere vid sjön Sandsken möter vi ett omväxlande kulturlandskap med hagmarker och små ängar. Följ med på en cirka två timmar lång vandring för att upptäcka vad kulturlandskapet berättar; om stora gods och enkla sommargårdar samt de omfattande förändringarna efter digerdöden. Om jordbrukets utveckling under medeltiden och fram till våra dagar. Arkeolog Lars Bägerfeldt guidar och berättar.

Ta med fika!

Samarrangörer: Crea Diem Bokcafé & Turistinfo, i samarbete med Od-Alboga Byalag.

Sträcka: 2-3 kilometer

Samlingsplats: Stora Mollungens Naturreservat, parkeringen (<https://maps.app.goo.gl/YFNcja88rJ5dw6Zu5>)

Vägbeskrivning/läge: Området ligger cirka 30 kilometer norr om Borås, 45 minuter från Alingsås, 35 minuter från Falköping, 25 kilometer Ulricehamn. Skyltat utefter vägen Od – Borgstena.

Närmsta hållplats: Od, 4:9 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia

Guide/r: Gerd Ljungqvist Persson / Lars Bägerfeldt (Telefon: 0705-78 56 34)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/upptack-vad-kulturlandskapet-berattar/>

Sista anmälningsdag: Tisdag 20 augusti

Max antal deltagare: 50

120. Koön: Natur och kultur

Lördag 24 augusti 2024

11:00 – 15:00

Marstrand, Kungälv

Här får fantasin vingar och själen ro! Vi ser havet ut till Pater Noster, vyer mot Marstrand och vassruggar vid mossen. Vi går längs kustvikar och hör sjöfågel. Vi upplever soldatfort och Vargklyftan. Vi vandrar över gnejsklippor och spångar och går i trappor – allt med bedårande utsikt. Här lever historien nära, med fästningsfångar, kustkrig, fiske och hansahandel, liksom badturism och regattor. Marstrand blev stad redan på 1200-talet och har en spännande historia!

Vandringen är cirka sex kilometer och rejält kuperad, längs märkta stigar. Se en försmak här: <https://www.youtube.com/watch?v=FbPgdZjszA>

Vandringskängor rekommenderas. Ta med matsäck, sittlapp, vatten, kamera och vindtät jacka. Badkläder om du vill ta ett dopp på lunchstoppet!

Parkering på Koön vid färjeläget. Läs noga när du parkerat så du inte ställt dig på hotellets parkeringsplatser, det är lätt gjort och ger böter.

Sträcka: 6,5 kilometer

Samlingsplats: Intill Fredrik Bagges gata 12, på Koön. Den öppna platsen framför segelsällskapets lokal (<https://goo.gl/maps/m8iSMmw5mSn7PNdf7>)

Vägbeskrivning/läge: Marstrand ligger cirka 25 kilometer väster om Kungälv. Från färjeläget är det några minuters promenad norrut till samlingsplatsen.

Närmsta hållplats: Marstrands färjeläge, 400 meter

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Kultur/historia

Guide/r: Anette Bargel (Telefon: 0705-776422)

Föränmäl dig här: <https://bit.ly/3cAbG9x>

121. Högkullen, flygmonumentet och Kungastenarna

Söndag 25 augusti 2024

11:00 – 14:00

Kinneulle, Götene

Välkommen på en omväxlande kultur- och naturvandring! Vandring uppför trappor vid Vindarnas tempel, en informationstavla över naturreservaten och utsikten mot Kinnekulles östra delar, slättlandskapet och dess kyrkor. Vid utsiktstornet, 307 meter över havet, får vi en berättelse om dess tillkomst, samt om Flygarmonumentet och olyckan i dimman 1944.

Många svenska regenter har besökt Kinnekulles topp o då skrivit sina namn i diabas berget. Senast kronprinsessan Viktoria. Vandringen fortsätter söderut utefter kleven med en magnifik utsikt över Väneren. Vidare ner till "Stora Salen"

med berättelse om hur namnet kommit till. Stora lövträd kantar vandringsleden fram till alunskifferbranten. Där tar vi oss uppåt igen till utsiktstornet och vandrar tillbaka till våra bilar.

Vandringen medelsvår, grova skor rekommendera. Ej lämpligt med barnvagn. Ta med fika! Ta ej med hund i naturreservat.

Samarrangemang med Götene-Kinneulle Naturskyddsförening.

Kinneulle ingår i ett stort nätverk av värdefulla naturområden inom EU. Stora delar av berget är också naturreservat.

Sträcka: Drygt 3 kilometer

Samlingsplats: Samling vid Högkullen, Kinneulle restaurangens parkeringplats (<https://maps.app.goo.gl/XKZfSRZSKegWTwXT6>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger på Kinneulle, ca 5 km syd-sydväst om Hällekis

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Robert Roffey (Telefon: 0510-62920), Tom Roffey

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/hogkullen-flygmonumentet-och-kungastenarna/>

Sista anmälningdag: Torsdag 22 augusti

Max antal deltagare: 30

122. Skogsbad – Shinrin Yoku

Onsdag 28 augusti 2024

17:30 – 20:30

Stora Amundön, Göteborg

Låt en certifierad guide leda dig för att uppleva naturkontakt på ett nytt sätt och få möjligheter till ökad närvaro, större avkoppling, mer energi och glädje!

Under ledning av Laurence kommer vi att gå cirka två kilometer i väldigt lugnt tempo och

öppna våra sinnen med hjälp av naturen omkring på ett enkelt och kreativt sätt. Vi använder oss av lukt, hörsel, syn, känsel och smak, men även särskilda för natur- och skogsbad unika koncept.

Bra skor för att gå i skogen och kläder anpassade till vädret. Eftersom vi kommer att gå långsamt och ibland stanna längre tid på samma ställe kan man känna sig kall lättare än vanligt, därför rekommenderar vi att ta med extrakläder. Ta gärna med vatten att dricka och ett sittunderlag.

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Stora Amundö, cykelparkeringen vid naturreservatets entré (<https://maps.app.goo.gl/pCLuvbTpAoZpFUWSA>)

Vägbeskrivning/läge: Stora Amundön ligger väster om Hovås, strax söder om Göteborg

Närmsta hållplats: Lillövägen

Svårighetsgrad: Lätt

Guide/r: Laurence Nachin (Telefon: 0793-392959)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/skogsbad-shinrin-augusti/>

Sista anmälningdag: Måndag 26 augusti

Max antal deltagare: 16

123. Geologi och natur i naturskogen Klyftamon

Söndag 8 september 2024

10:00 – 13:00

Klyftamon, Skövde

Under denna vandring möts natur och geologi. Klyftamons natur står i skarp kontrast till omgivande landskap. Orsaken till detta beror på den gigantiska tappningen av den Baltiska issjön. Nästan all jord försvann och kvar ligger en karg och bergig natur. Torbjörn Persson, geolog, målar på plats upp händelseförloppet för denna naturkatastrof som avslutar den kyliga period som benämns Yngre Dryas. Peter Stofkoper guidar om botanik.

Medtag fika!

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Lerdala kyrkas parkeringsplats (<https://maps.app.goo.gl/JX2vHQbimdWZ3jLJ6>). Därefter åker vi i samlad trupp till Klyftamon där vandringen börjar.

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger cirka 18 kilometer nord-nordväst om Skövde

Närmsta hållplats: Lerdala Kyrka

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Peter Stofkoper (Telefon: 0706-827678)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/geologi-och-natur-i-naturskogen-klyftamon/>

Sista anmälningdag: Torsdag 5 september

Max antal deltagare: 30

124. Möt skogen och svunna odlingsmarker

Söndag 8 september 2024

11:00 – 14:00

Svartedalen, Kungälv

Svartedalen är ett stort skogsklätt vildmarksområde rikt på sjöar och våtmarker, långt från motorvägar och städer. Vi vandrar till Bokedalen med de gamla torpruinerna, där strävsamma människor levde sina liv förr. Turen fortsätter sedan mot det gamla torpstället Rävklämman och hemmanet Långevatten, också de med spännande kulturhistoria. Skogen andas sensommar och vi bekantar oss med barrskogsarter och ser fina lövträdsdungar vid de gamla boställena. Vi passerar sjöarna Aborratten och Tvängern där vi stannar till vid den sistnämnda och fikar med fin utsikt. En rikedom av sensommarblommor, och kanske fjärilar, möter oss längs grusvägen tillbaka mot parkeringen vid Mörtevatten.

Relativt lättgången terräng, rejäla kängor/stövlar rekommenderas dock. Ta gärna med matsäck!

Samarrangemang med Naturskyddsföreningen i Kungälv.

Sträcka: Cirka 4 kilometer

Samlingsplats: Samling vid parkeringsplatserna vid sjön Mörtevatten (<https://maps.app.goo.gl/kccgakNL2oV69oTA8>). För samåkning kom till Kungälvsparken klockan 10:30 eller till trevägskorsningen i Grandalen (vid kartan/tavlan) klockan 10:50. Buss X4 går från Göteborg till Kungälv centrum (Västra Parken), sedan 5 min promenad till Kungälvsparken.

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger cirka 16 kilometer norr om Kungälv

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia, Svampar/lavar/mossor, Växter

Guide/r: Lena Smith (Telefon: 0733-450759)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/mot-skogen-och-svunna-odlingsmarker/>

Sista anmälningdag: Torsdag 5 september

Max antal deltagare: 20

125. Lättvandrad tur runt Mörttjärn

Söndag 8 september 2024

11:00 – 13:00

Mörttjärn, Mellerud

Följ med på en tillgänglighetsanpassad vandring på Kroppefjäll i Dals Rostock! Vi går runt Mörttjärn och delar av dr Saedens runda. Guiden kommer att berätta lite om området runt Mörttjärn, men även om Dals Rostocks historia som hälsoort genom tiderna. Men även om vad vi ser längs vägen.

Vi går på vägar och mortionsspår så det är lätt att ta sig fram, även med barnvagn, rollator och rullstol. Vi går max två kilometer i lugnt tempo och stannar mycket och tittar på saker.

Ta med fika för en rast för vi gör ett matstopp på vägen!

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vi OK Kroppefjälls OK-stuga (<https://maps.app.goo.gl/SS6qrws6Qngccr6p9>)

Vägbeskrivning/läge: OK-stugan ligger ca 2 km väster om Dals Rostock. Från Dals Rostocks södra ände följ skyltning mot OK-stugan (samt Kroppefjälls B&B).

Närmsta hållplats: Kroppefjäll

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Kultur/historia, Växter

Guide/r: Helena SELLERING (Telefon: 0708-602913)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/lattvandrad-tur-runt-morttjarn/>

Sista anmälningdag: Torsdag 5 september

Max antal deltagare: 30

126. Höstfåglar på Hållö

Lördag 14 september 2024

09:00 – 14:00

Hållöarkipelagen, Sotenäs

Fågelskådning på Hållö är ofta givande eftersom ön ligger i yttersta kustbandet. Vi är där när fåglarnas höststräck kulminerar. Vi börjar med att leta efter rastande småfåglar i buskarna vid fyrträdgården, sedan går vi vidare till vindskyddet och spanar efter rastande vadare och havsfåglar. Kanske ser vi en lira eller labb!

Det blir en ganska plan vandring över berghällarna. Ta med kikare och matsäck!

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Hållöfärjans (avgift 120 kr t.o.r.) tilläggsplats vid Smögenbryggan (<https://goo.gl/maps/gfPZLiLkJUoZKRm37>)

Vägbeskrivning/läge: Från E6 följ skyltning mot Kungshamn och Smögen

Närmsta hållplats: Smögens torg, 450 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Geologi, Växter, Vandringens dag

Guide/r: Jan Artursson (Telefon: 0725-423099),

Thomas Eliasson (Telefon: 0730-597466)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/hostfaglar-pa-hallo/>

Sista anmälningdag: Torsdag 12 september

Max antal deltagare: 30

127. Vildmark med intressant historia

Söndag 15 september 2024

10:00 – 16:30

Tresticklans nationalpark, Dals-Ed

Möt våren och träffa rovfåglar, gäss, änder Tresticklans Nationalpark har både särpräglad natur och spännande historia! Vi vandrar i ett av södra Sveriges ödsligaste områden. Hallevägen och Orshöjdsleden för oss till ruinerna av gården Oltjärnsbråtarna. I trakten har levtt intressanta människor som den läkekunnige smeden Orrebryngel, historiesamlaren Stampare-Jan, tjuven och mördaren Tomte-Elias och kvinnorna på Karelös. Flera kurirleder till och från Norge gick också genom området under andra världskriget.

Ta med matsäck för två raster!

Vandringen är ett arrangemang under Dals-Eds kulturvecka.

Sträcka: 12 kilometer

Samlingsplats: Nationalparkens parkering vid Råbåcken (<https://maps.app.goo.gl/reSKcSz4rPC4CV5Y9>)

Vägbeskrivning/läge: Skyltat från vägen mellan Dals-Ed och Nössemark. 18 kilometer norr om Dals-Ed. Det pågår vägarbete längs vägen som kan vara hindrande så åk i god tid!

Närmsta hållplats: Rävmarken, 3,9 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Guide/r: Gunnel Turpeinen (Telefon: 0702-446709)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/vildmark-med-intressant-historia/>

Sista anmälningdag: Torsdag 12 september

Max antal deltagare: 30

128. I fotspåren efter Oskar i Ljungås

Söndag 15 september 2024

10:00 – 15:00

Ljungås, Vårgårda

Oskar i Ljungås brukade sin gård fram till 1990 utan att använda sig av moderna åker- eller skogsbruksmetoder. Resultatet blev ett välbevarat skogsbondehemman från 1800-talet som, tack vare Oskars systems barnbarn, blev naturreservat med restaurerade byggnader, ängar, hagar och skog som nu vårdas med slätter och bete.

Vi vandrar längs med de markerade vandringslederna i reservatet för att uppleva de olika naturtyperna, från de öppna inägorna till den betade skogen, från Kroksjöns stränder till de branta granklädda sluttningarna ned mot Störtaredån. Vi ser också ruiner och spår efter torpare som bebott markerna i Skogsbygden och får höra berättelsen om hur Ljungås blev bevarat som naturreservat.

Tag med matsäck för en fikapaus under vandringen!

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Ljungås naturreservats parkering (<https://maps.app.goo.gl/n6YQvFb2SLrrixRv6>)

Vägbeskrivning/läge: Ljungås ligger cirka 16 kilometer sydost om Alingsås

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Medel

Guide/r: Mikael Östblom (Telefon: 0708-425604)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/i-fotsparen-efter-oskar-i-ljungas/>

Sista anmälningdag: Torsdag 12 september

Max antal deltagare: 20

129. Skogsbad – Shinrin Yoku med fullmåne

Onsdag 18 september 2024

17:30 – 20:30

Änggårdsbergen, Mölndal

Låt en certifierad guide leda dig för att uppleva naturkontakt på ett nytt sätt och få möjligheter till ökad närvaro, större avkoppling, mer energi och glädje. Under ledning av Laurence kommer vi att gå cirka 2-3 km i väldigt lugnt tempo och öppna våra sinnen med hjälp av naturen omkring på ett enkelt och kreativt sätt. Vi använder oss av lukt, hörsel, syn, känsel och smak, men även särskilda för natur- och skogsbad unika koncept.

Bra skor för att gå i skogen och kläder anpassade till vädret. Eftersom vi kommer att gå långsamt och ibland stanna längre tid på samma ställe kan man känna sig kall lättare än vanligt, därför rekommenderar vi att ta med extrakläder. Ta gärna med vatten att dricka och ett sittunderlag.

Sträcka: 2-3 kilometer

Samlingsplats: Grusparkeringen, Västra Eklanda höjd (<https://goo.gl/maps/EzrenRMyiUNdBiEG7>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger i södra Änggårdsbergen, mellan Frölunda och Mölndal

Närmsta hållplats: Eklanda skog

Svårighetsgrad: Lätt

Guide/r: Laurence Nachin (Telefon: 0793-392959)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/skogsbad-shinrin-yoku-med-fullmane/>

Sista anmälningdag: Måndag 16 september

Max antal deltagare: 16

130. Svampvandring i Vättlefjäll

Onsdag 18 september 2024

18:00 – 20:30

Vättlefjäll, Göteborg



Välkommen på svampvandring i Vättlefjäll med mykolog Mikael! Kantareller och karljohan är några av de ätliga svamparna som finns i våra skogar, men det finns många andra svampar som inte är ätliga men ändå intressanta och fascinerande. Följ med på en skogsvandring i Vättlefjäll där vi tittar på de svampar som finns och lär oss lite om hur de ser ut och hur de lever. Förhoppningsvis hittar vi även ätliga svampar som kan tas hem till köket!

Guiden Mikael Jeppson är mykolog, svampexpert och det är väldigt spännande att höra om allt vi inte vet om svampar.

Längd och vägens tillgänglighet: Det kan blir en kortare eller längre tur beroende på var vi hittar svamp. Vi går på smala stigar i skogsterräng och över stenhällar i kuperad terräng.

Måste: Bekväma kläder och skor anpassade efter väder.

Fika: Ha gärna med fika och egen korg för eventuella matsvampfynd.

Sträcka: –

Samlingsplats: Parkeringsplatsen vid slutet av Kryddnejlikegatan, Lövgärdet, Angered (<https://goo.gl/maps/NFeQpXc6X6JivxTY6>)

Vägbeskrivning/läge: Med kollektivtrafik från centrala Göteborg tar du dig enklast till Vättlefjäll med spårvagn 4 eller 9 till Angered centrum. Ta sedan buss 75 från Angered centrum till hållplats Kryddnejlikegatan.

Närmsta hållplats: Kryddnejlikegatan, cirka 700 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Svampar/lavar/mossor

Guide/r: Ulla Gawlik (Telefon: 0762-977643), Mikael Jeppson

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/svampvandring-i-vattlefjall/>

Sista anmälningdag: Måndag 16 september

Max antal deltagare: 25

131. Kustvandring vid Nordre älvs mynning

Lördag 21 september 2024

09:00 – 13:00

Nordre älvs estuarium, Kungälv

Välkommen på en vandring vid strandängar och lövkullar på Lilla Överön och Karholmen och där Nordre älv möter skärgården och havet! Vi spanar efter rastande och sträckande sjöfåglar samt även några rovfåglar, kanske en sträckande fjällvråk eller havsörn. Vi passerar ängslador och tidigare vasstäktsmarker: Fika längst ut på Karholmen.

Terrängen är bitvis mycket fuktig och något brant på vissa ställen. Ta med matsäck och rejäla skor/kängor/stövlar samt gärna gång- eller vandringsstavar.

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplats vid Lilla Överön (<https://goo.gl/maps/3LVY6WgaaHcLBm8u9>)

Vägbeskrivning/läge: Överön ligger ca 20 km sydväst om Kungälv. Från vägen mellan Kärna och Kornhall sväng mot Överön 7 kilometer. Fortsätt följa vägvisning mot Överön, tills du har den grusade parkeringen med reservatsskylt på vänster sida.

Närmsta hållplats: Överön, fortsätt därifrån cirka 400-500 meter mot sydväst

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia

Guide/r: Kåre Ström (Telefon: 0737-723204)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/kustvandring-vid-nordre-alvs-mynning/>

Sista anmälningdag: Torsdag 19 september

Max antal deltagare: 20

132. Guidad kajaktur på trolsk skogssjö

Söndag 29 september 2024

10:00 – 14:00

Vristulven, Mariestad

Följ med på kajakpaddling och upplev Vristulven – en trolsk skogssjö med otaliga öar, holmar och vikar. I sjön finns aktiva bäverhyddor och ett rikt fågelliv. Här finns goda chanser att se bland annat fiskgjuse, häger och storlom. Den här turen är lämplig som en familjeaktivitet.

Vi paddlar i lugnt tempo och gör stopp för att fika, vila och kanske för att ta ett dopp. Turen går nära land och här blir det inga höga vågor så även nybörjare och barnfamiljer kan delta. För familjer finns antingen möjlighet att paddla en vuxen och ett barn i en tandemkajak eller två vuxna och ett stort/två små barn i en kajak med en extra sittbrunn i mitten.

- Tag med egen matsäck
- Tag med ett fullt ombyte kläder
- Du behöver inte ha paddlat tidigare
- Kajak ingår inte. Om du inte har en egen kajak eller kanot så kan du hyra en fullt utrustad kajak för 200 kronor per person.

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Efter anmälan får du en bekräftelse med en nål på Google maps. Då kan du enkelt få en vägbeskrivning till startplatsen.

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Fåglar, Familjevandring

Guide/r: Peter van der Tol (Telefon: 0735-818282)

Föränmäl dig här: info@vanernoutdoor.se eller via telefon: 0735-81 82 82

133. Långvandring i vild och vacker miljö

Fredag 4 oktober 2024

09:15 – 16:30

Risvedenområdet, Ale

Denna vandring går genom hela fem naturreservat, där flertalet av dem ligger i det stora och vilda naturområdet Risveden. Här kommer vi uppleva djupa dalgångar, porlande bäckar, höga klippor, charmiga sjöar, några vattenfall och en massa olika skogstyper – för att nämna bara några upplevelser.

Vi kommer att vandra en väldigt kuperad rundslinga (start/mål på samma plats) på cirka 19 kilometer och hålla ett tempo något högre än normaltempo, alltså på runt fyra kilometer i timmen. Det är med andra ord en krävande vandring, som varken är rullstols- eller barnvagnsanpassad.

Ta med matsäck, vatten, kängor, överdragskläder, snacks och pigga ben. Samlingsplatsen/starten ligger långt från närmsta busshållplats. Bil är med andra ord att föredra.

Sträcka: 19 kilometer

Samlingsplats: Parkering till naturreservatet Slereboåns dalgång (<https://maps.app.goo.gl/DEtKh7hpTMFMFRtu5>)

Vägbeskrivning/läge: Slereboåns naturreservat ligger i det vidsträckta Risvedenområdet, cirka 6 kilometer öster om Skepplanda

Närmsta hållplats: –

Svårighetsgrad: Krävande

Guide/r: Fredrik Schenholm (Telefon: 0731-586163)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/langvandring-i-vild-och-vacker-miljo-oktober/>

Sista anmälningdag: Onsdag 02 oktober

Max antal deltagare: 15

134. Natur- och kulturvandring i gammelskog

Söndag 13 oktober 2024

10:00 – 13:00

Vristulven, Mariestad

Under denna vandring möts natur och kultur! Vi går till gammelskogen Lindbergska ytan sedan vandrar vi ut mot Brantehall. Under vandringen passerar vi en gammal orörd barrskog med 200-åriga tallar med huggspår i.

Ta med fika, som vi äter ute på klipporna vid Halvön Brantehall ute i sjön Vristulven.

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Timmersdala kyrka (<https://maps.app.goo.gl/qLtoyyzGRYnQajBo9>)

Vägbeskrivning/läge: Timmersdala ligger norr om Skövde. Skyltat från väg 26 mellan Skövde och Mariestad.

Närmsta hållplats: Timmersdala skola, 230 meter

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Kultur/historia, Växter

Guide/r: Peter Stofkoper (Telefon: 0706-827678), Anna Johansson (Telefon: 0702-20 24 16), Anders Wiborg

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/natur-och-kulturvandring-i-gammelskog/>

Sista anmälningdag: Torsdag 10 oktober

Max antal deltagare: 30

135. Gränsbygd med Heidenstams stenar

Söndag 13 oktober 2024

10:09 – 15:50

Sandsjöbacka, Mölndal

Sandsjöbacka är ett stort naturreservat i sex socknar, tre kommuner och två landskap. Det är ett varierande landskap med klippor, ljunghedar, lövskogar, sjöar och våtmarker. I gränsbygden

mellan Västergötland och Halland och nära gamla riksgränsen till Danmark, vandrar vi i Sandsjöbackas kuperade sprickdalslandskap.

Vi går en runda på cirka 8 kilometer längs spårade stigar och läser landskapet och funderar på Sandsjöbackas geologiska historia och innebörden i Verner von Heidenstams diktrad: "jag längtar stenarna där barn jag lekt".

Tag med matsäck för fikapaus vid Svarttjärn!

Observera att det inte behövs någon bil till denna vandring. Starten är anpassad till ankomsttiden för buss 755 från Mölndal och Källered. Vid vandringens slut går det bussar tillbaka varje halvtimme från hållplatsen Källeredsgården. Om du hellre tar bilen så passerar vi parkeringen vid naturreservatets gräns i Labacka cirka 10 minuter efter bussens ankomst.

Sträcka: 8 kilometer

Samlingsplats: Hållplats Källeredsgården (<https://maps.app.goo.gl/JQ3VwaG8nJs6ou3z9>), eller naturreservatets parkering vid Labacka 10 minuter senare (<https://maps.app.goo.gl/NuitmWj4H5p1YKMT8>)

Vägbeskrivning/läge: Samlingsplatsen ligger i Källered, cirka 7 kilometer söder om Mölndal

Närmsta hållplats: Källeredsgården

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Geologi

Guide/r: Mikael Östblom (Telefon: 0708-425604)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/gransbygd-med-heidenstams-stenar/>

Sista anmälningdag: Torsdag 10 oktober

Max antal deltagare: 20

136. Guidat besök vid laxtrappan

Lördag 19 oktober 2024

10:00 – 11:30

Gullspångsälven, Gullspång

Ett guidat besök vid laxtrappan med möjlighet att se lekande fiskar. Lär dig mer om den unika Gullspångslaxen och Gullspångsöringen, två arter som bara leker naturligt på ett ställe i världen. Guide är Jan Hassel eller Brita Augustinsson som gärna delar med sig av sina kunskaper och berättar om arbetet med att rädda Gullspångslaxen. I oktober och november leker laxen samt öringen i Gullspångsälven. Båda arterna har utvecklats sedan istiden och överlevt många hinder såsom kraftverksutbyggnaden.

Ett tips är att ta med dig varma kläder då det inte är så mycket gående och gärna polariserande solglasögon, det underlättar för att få syn på fiskarna i vattnet samt ha gärna lite tålamod med dig.

Från samlingsplatsen och laxtrappan blir det en gemensam promenad upp via laxstigen till lekplatsen. Det går bra med att ta med sig barnvagn men en liten del av stigen är brant. Hunden är också välkommen om den är kopplad. För funktionshindrade finns en parkeringsplats på Kraftverksgatan norr om laxtrappan. Vid lekplatsen finns fikabord.

Kostnad: 20 kronor per person, som går till Laxfond Vänern för utsättning av lax och öring. Betalning sker på samlingsplatsen, antingen via Swish eller kontant med jämna pengar.

Sträcka: 800 meter (fram och tillbaka)

Samlingsplats: Vi samlas strax söder om den gamla järnvägsbron vid parkeringsplatsen på Brogatan och bredvid vattenkraftverksområdet (<https://maps.app.goo.gl/mCqvbfGBhXNu8k8eA>)

Vägbeskrivning/läge: Sväng in till Gullspångs centrum från Inlandsvägen 26 (mellan Mariestad-Kristinehamn). Passera centrumkärnan, följ Storgatan och parkera på anvisad plats på Brogatan vid den gamla järnvägsbron och bredvid Gullspångs vattenkraftverk.

Närmsta hållplats: Gullspångs busstation på

cirka 600 m gångavstånd

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Kultur/historia

Guide/r: Jan Hassel (Telefon: 0705-336290), Brita Augustinson (Telefon: 0702-093025)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/guidat-besok-vid-laxtrappan/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 17 oktober

Max antal deltagare: 30

137. Guidat besök vid laxtrappan

Lördag 26 oktober 2024

10:00 – 11:30

Gullspångsälven, Gullspång

Ett guidat besök vid laxtrappan med möjlighet att se lekande fiskar. Lär dig mer om den unika Gullspångslaxen och Gullspångsöringen, två arter som bara leker naturligt på ett ställe i världen. Guide är Jan Hassel eller Brita Augustinson som gärna delar med sig av sina kunskaper och berättar om arbetet med att rädda Gullspångslaxen. I oktober och november leker laxen samt öringen i Gullspångsälven. Båda arterna har utvecklats sedan istiden och överlevt många hinder såsom kraftverksutbyggnaden.

Ett tips är att ta med dig varma kläder då det inte är så mycket gående och gärna polariserande solglasögon, det underlättar för att få syn på fiskarna i vattnet samt ha gärna lite tålamod med dig.

Från samlingsplatsen och laxtrappan blir det en gemensam promenad upp via laxstigen till lekplatsen. Det går bra med att ta med sig barnvagn men en liten del av stigen är brant. Hunden är också välkommen om den är kopplad. För funktionshindrade finns en parkeringsplats på Kraftverksgatan norr om laxtrappan. Vid lekplatsen finns fikabord.

Kostnad: 20 kronor per person, som går till Laxfond Vänern för utsättning av lax och öring. Betalning sker på samlingsplatsen, antingen via Swish eller kontant med jämna pengar.

Sträcka: 800 meter (fram och tillbaka)

Samlingsplats: Vi samlas strax söder om den gamla järnvägsbron vid parkeringsplatsen på Brogatan och bredvid vattenkraftverksområdet (<https://maps.app.goo.gl/mCqvbfGBhXNu8k8eA>)

Vägbeskrivning/läge: Sväng in till Gullspångs centrum från Inlandsvägen 26 (mellan Mariestad-Kristinehamn). Passera centrumkärnan, följ Storgatan och parkera på anvisad plats på Brogatan vid den gamla järnvägsbron och bredvid Gullspångs vattenkraftverk.

Närmsta hållplats: Gullspångs busstation på cirka 600 m gångavstånd

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Kultur/historia

Guide/r: Jan Hassel (Telefon: 0705-336290), Brita Augustinson (Telefon: 0702-093025)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/guidat-besok-vid-laxtrappan-2/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 24 oktober

Max antal deltagare: 30

138. Nattvandring i Änggårdsbergen

Fredag 1 november 2024

17:00 – 19:30

Änggårdsbergen, Göteborg, Mölndal

Upplev naturen i mörkret!

Vi träffas vid entrén till Botaniska trädgården i Göteborg (närmaste hållplats Botaniska Trädgården) och vandrar i mörkret genom Änggårdsbergen, naturreservatet som ligger precis bakom Botaniska Trädgården. Vi kommer att uppleva skogen i mörkret och se hur mycket vi fortfarande kan se på natten.

Ta med en pannlampa eller en liten ficklampa som har ett svagt ljus och gärna ett rött ljus, men var beredd på att gå större delen av promenaden i mörker, helt utan ljus. Ta med något att äta och dricka, som en flaska vatten, en termos med varm dryck och en macka eller liknande. Vi tar en fikapaus mitt under promenaden efter cirka en

timmes vandring. Ta med ett sittunderlag om du vill och varma kläder.

Vi kommer gå delar av vägen i stillhet för att kunna lyssna på skogen. Stigarna är för det mesta jämna och lätta att gå på på dagen, men samma promenad kan vara utmanande i mörker. Det här är din chans att prova just nattvandring i den trygga miljön av en grupp. Barn och kopplade hundar är varmt välkomna, men stigen är inte lämplig för barnvagnar. Det är gratis att delta. Välkommen till en afterwork i skogen!

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Entrén till Botaniska Trädgården (<https://maps.app.goo.gl/GAmT8HoPdnKckxkt8>)

Vägbeskrivning/läge: Botaniska trädgården ligger centralt i Göteborg, nära Slottsskogen och Sahlgrenska sjukhuset

Närmsta hållplats: Botaniska Trädgården

Svårighetsgrad: Medel

Guide/r: Florina Lachmann (Telefon: 0730-924664)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/nattvandring-i-anggardsbergen/>

Sista anmälningsdag: Onsdag 30 oktober

Max antal deltagare: 30

139. Guidat besök vid laxtrappan

Lördag 2 november 2024

10:00 – 11:30

Gullspångsälven, Gullspång

Ett guidat besök vid laxtrappan med möjlighet att se lekande fiskar. Lär dig mer om den unika Gullspångslaxen och Gullspångsöringen, två arter som bara leker naturligt på ett ställe i världen. Guide är Jan Hassel eller Brita Augustinson som gärna delar med sig av sina kunskaper och berättar om arbetet med att rädda Gullspångslaxen. I oktober och november leker laxen samt öringen i Gullspångsälven. Båda arterna har utvecklats sedan istiden och överlevt många hinder såsom kraftverksutbyggnaden.

Ett tips är att ta med dig varma kläder då det inte är så mycket gående och gärna polariserande solglasögon, det underlättar för att få syn på fiskarna i vattnet samt ha gärna lite tålamod med dig.

Från samlingsplatsen och laxtrappan blir det en gemensam promenad upp via laxstigen till lekplatsen. Det går bra med att ta med sig barnvagn men en liten del av stigen är brant. Hunden är också välkommen om den är kopplad. För funktionshindrade finns en parkeringsplats på Kraftverksgatan norr om laxtrappan. Vid lekplatsen finns fikabord.

Kostnad: 20 kronor per person, som går till Laxfond Vänern för utsättning av lax och öring. Betalning sker på samlingsplatsen, antingen via Swish eller kontant med jämna pengar.

Sträcka: 800 meter (fram och tillbaka)

Samlingsplats: Vi samlas strax söder om den gamla järnvägsbron vid parkeringsplatsen på Brogatan och bredvid vattenkraftverksområdet (<https://maps.app.goo.gl/mCqvbfGBhXNu8k8eA>)

Vägbeskrivning/läge: Sväng in till Gullspångs centrum från Inlandsvägen 26 (mellan Mariestad-Kristinehamn). Passera centrumkärnan, följ Storgatan och parkera på anvisad plats på Brogatan vid den gamla järnvägsbron och bredvid Gullspångs vattenkraftverk.

Närmsta hållplats: Gullspångs busstation på cirka 600 m gångavstånd

Svårighetsgrad: Lätt

Tema/n: Kultur/historia

Guide/r: Jan Hassel (Telefon: 0705-336290), Brita Augustinson (Telefon: 0702-093025)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/guidat-besok-vid-laxtrappan-3/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 31 oktober

Max antal deltagare: 30





140. Nighttime walk in Änggårdsbergen

Friday 8 november 2024

17:00 – 19:30

Änggårdsbergen, Göteborg, Mölndal

Experience nature in the dark!

We meet at the entrance of the botanical garden in Gothenburg (closest tram stop "Botaniska Trädgården") and walk in the darkness through Änggårdsbergen, the nature reserve that lies just behind the botanical garden. We will experience the forest in the dark and see how much we can still see at night.

Bring a headlamp or a small torch that has a low light option or a red light, but be prepared to go most of the walk in the dark, without light. Bring something to eat and drink as well, like a bottle of water, a thermos with some hot drink, and a sandwich or the like. We will take a fika break in the middle of the walk after about an hour. Bring a sit pad as well if you like and warm clothes.

We will walk some parts in silence to be able to listen to the forest. The paths are mostly even and easy to walk in the day, but the same walk can be challenging in the dark. If you've never walked in the darkness before, this is your chance to try it out in the safe setting of a group. Dogs and children are welcome, but the path is not suitable for strollers. It's free of charge to participate. Welcome to an afterwork in the forest!

Distance: 5 kilometres

Gathering place: The entrance of the botanical garden in Gothenburg (<https://maps.app.goo.gl/GAmT8HoPdnKckxkt8>)

Itinerary: The botanical garden is centrally located in Gothenburg, close to Slottsskogen and Sahlgrenska hospital

Nearest tram or bus stop: Botaniska Trädgården

Difficulty: Moderate

Guide/r: Florina Lachmann (Phone: 0730-924664)

Book your spot here: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/nighttime-walk-in->

[anggardsbergen/](#)

Last day for booking: Wednesday 6 November

Max number of spots: 30

141. Örnar i Kalvöfjorden

Söndag 10 november 2024

09:00 – 13:00

Stigfjorden, Orust

En fågelexkursion i bohuslänska vinterörnmarker där havsörn brukar jaga. Förutom havsörn kan vi se en mängd sjöfåglar samt andra rovfåglar som pilgrimsfalk och duvhök!

Vi rör oss i relativt lätt terräng. Ta med matsäck och kikare!

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Råssö naturreservatparkering (<https://goo.gl/maps/k4J4zc2V1fpjZRTw8>)

Vägbeskrivning/läge: Rossö ligger på södra Orust. Skyltat från väg 178 väster om Varekil.

Närmsta hållplats: Rossövägen, cirka 3 kilometer

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Fåglar, Geologi, Växter

Guide/r: Thomas Liebig (Telefon: 0706-466558)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/ornar-i-kalvofjorden/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 7 november

Max antal deltagare: 30

142. Ekharar och slott runt Sävelången

Söndag 10 november 2024

10:00 – 14:59

Nääs ekharar, Lerum

Vandring på Mårtensafton längs Sjørundan då vi vandrar från Floda "Lilla Sävelången runt" genom Nääs slotts skyddade marker och hagar. Vi samlas vid Floda station och går förbi slottet genom naturreservatet Nääs ekharar i fotspåren efter Selma Lagerlöf, Nils Holgersson och Mårten

gås. I slottsmiljön finns många gamla, grova ekar och andra lövträd i ett öppet park- och beteslandskap med ovanliga lavar och skalbaggar. Vi försöker också läsa landskapet och funderar på varför miljön ser ut som det gör här. Hur ser den geologiska historien ut runt Sävelången och hur har människan påverkat landskapet genom tiderna? Efter Nääs slott följer vi Gotaleden tillbaka till Floda station där det finns flera trevliga restauranger där du kan fortsätta söndagen på egen hand. Ta med matsäck för en fikapaus med utsikt över Sävelången!

Observera att det inte behövs någon bil för att ta sig till denna vandring. Starten är anpassad till ankomsttiden för pendeltåg till Floda station från Göteborg respektive Alingsås. Turen går längs stigar och grusvägar och är tillgänglighetsanpassad och det går att ta sig fram med barnvagn eller rullstol. Vägen är platt förutom den sista biten som går över en kulle.

Sträcka: 9 kilometer

Samlingsplats: Floda station vid skylt "Sjöpromenaden" mellan stationsbyggnaden och Sävelången (bredvid en parkeringsplats) (<https://maps.app.goo.gl/8yzT15Myq14xTjH49>)

Vägbeskrivning/läge: Floda ligger utmed E20, mellan Göteborg och Alingsås

Närmsta hållplats: Floda station

Svårighetsgrad: Medel

Tema/n: Kultur/historia

Guide/r: Mikael Östblom (Telefon: 0708-425604)

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/ekharar-och-slott-runt-savelangen/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 7 november

Max antal deltagare: 20

143. Glöggvandring i adventstid

Söndag 1 december 2024

10:00 – 14:00

Trossö-Kalvö-Lindö, Tanum



Följ med oss ut till stränderna, de ödsligt sköna, under den kallare delen av året. Har vi tur ligger snön vit på berghällen. Guidningen belyser årstidsvariationer i hav och på land. Ta gärna med matsäck och glögg! Kort båtfärd (avgift 200 kr, kontant eller Swish).

Sträcka: 6-10 kilometer

Samlingsplats: Resö hamn vid båtcranen (<https://maps.app.goo.gl/2pgkrWrMfJLduhs99>)

Vägbeskrivning/läge: Nordväst om Tanumshede. Från E6 ta avfart 108 mot Resö.

Närmsta hållplats: Lönntagsvägen Resö

Svårighetsgrad: Krävande

Tema/n: Kultur/historia, Växter

Guide/r: Christin Appelqvist (Telefon: 0766-229668), Sara Philipson

Föränmäl dig här: <https://vastkuststiftelsen.se/guidad-vandring/glogg-vandring-i-adventstid/>

Sista anmälningsdag: Torsdag 28 november

Max antal deltagare: 24