

Bra att veta

När vi inte finns på plats i receptionen,
vänligen ring +46 (0)734 000 174. Vi är aldrig långt borta!

Incheckning

Incheckning från kl 15:00 och framåt. Lakan och handdukar finns framlagt och du bäddar din säng själv. Om du saknar något så säg till så hjälper vi dig. Om du har bokat en flerdagarsvistelse och vill ha rena handdukar, lakan samt mellanstädning, kontakta oss så fixar vi det.

Utcheckning

Utcheckning senast kl 11:00 på avresedagen. Om du har bokat ett paket med sen utcheckning, så gäller överenskommen tid för dig.

Vill du hjälpa oss?

Självklart stödar vi efter dig men om du vill hjälpa oss med några saker innan du åker hem så vore vi innerligt tacksamma.

- diska efter dig
- källsortera dina sopor
- lägg använda lakan och handdukar på golvet

Det avfall som det inte finns behållare för i vår miljöstation utanför receptionen går bra att ställa på bordet i rummet, så tar vi hand om det.

Kom gärna förbi receptionen innan du åker hem.



Brandsäkerhet

Alla sjöbodar är utrustade med brandlarm. Var noga med att använda köksfläkten vid matlagning så att brandlarmet inte löser ut. Skulle utrymning behövas finns det utrymningslarm på utsidan som skall användas. Brandsläckare finns på alla rum. Om brandlarmet skulle lösas ut, kontakta oss på + 46 734 000 174.

WIFI

Användarnamn: **Kajkanten Guest**

Lösenord: **guest@kaj**

Frukost och måltider

Om du har bokat ett paket med skaldjur/måltider eller egna tillval, så kommer detta att levereras som catering till din sjöbod från Hamnkrogn Lotsen kl 17:00 - 18:00. Kaffe/te finns för egen tillagning i din sjöbod.



Affären öppen året runt

Ett par minuters promenad från Kajkanten hittar du en välsorterad Tempobutik som har öppet året runt.

Mån - Fre 09:00 - 18:00

Lör 9:00 - 14:00

Sön 9:00 - 14:00

Utökade öppettider under högsommaren. Reservation för ändringar under helgdagar etc.

För mer info: Facebook: tempovrango

Rökning ej tillåten

Rökning är ej tillåten varken i sjöbodarna eller på de gemensamma altanerna.

Visa hänsyn

Mellan kl 23:00 - 06:00 är det viktigt att sänka ljudnivån för att inte störa sovande gäster och båtfolk.

Varmt välkommen!

I denna pärm hittar du information som vi hoppas kan vara till hjälp under din vistelse på Vrångö. Vår personal finns här för dig, och har du frågor eller funderingar är du alltid välkommen att komma förbi receptionen eller ringa till oss om kontoret är obemannat.



Vi hoppas att du ska få en avkopplande vistelse långt från stadspulsen. Att du får ta med dig ett minne härifrån av en lugnare plats på jorden, av havet, de salta vindarna och de magiska utsiktsplatserna, tills vi ses nästa gång igen.

Madeleine, Håkan, Evelina

KAJKANTEN
VRÅNGÖ



INNEHÅLL

Hållbarhetspolicy.....	1
Utrustning i din sjöbod.....	2
Måltider från Hamnkrogen Lotsen.....	3
Relaxflotte med vedeldad bastu.....	4
Paddla kajak.....	5
Vrångö och Vrångöskärgårdens naturreservat.....	6
Karta över Vrångö.....	7
Aktiviteter och tips på utflykter	8
Samarbetspartner och verksamheter på ön	9
Hälsning från Kajkanten.....	10
Information in English is at the back of the folder.	

Hållbarhetspolicy

Kajkantens hållbarhetspolicy

Kajkanten vill erbjuda besökare året runt, en unik natur- och skärgårdsupplevelse med begränsad miljöpåverkan. Kajkanten vill vara navet i utvecklingen av en hållbar turistnäring på Vrångö, som ska ge "spin-off" effekter på övriga näringar på ön. Vi anser inte att hållbarhet enbart ska vara inkluderat som separata aktiviteter i vår verksamhet utan att hållbarhet ska genomsyra allt vi gör, och vara en del av vårt erbjudande. Vårt hållbarhetsarbete går längre än vad som krävs av lagar och regler. Vi utgår ifrån People, Planet, Profit i vår hållbarhetspolicy.

PEOPLE Social Hållbarhet

Vi ska verka för social hållbarhet i vårt närområde, för personal och för gäster. Vi vill att vår verksamhet ska gynna lokalsamhället och väljer därför alltid att samarbeta med lokala leverantörer och samarbetspartners i så stor mån det går. Vi anser att alla människor har lika värde och tar avstånd från all typ av diskriminering, som arbetsgivare, företagare och samarbetspartner. Vi är även medlemmar i Visita och har kollektivavtal för att försäkra våra anställda om att de alltid har en trygg arbetsplats med schyssta arbetsvillkor.

PLANET Miljömässig hållbarhet

Vi värnar om miljön och arbetar kontinuerligt för att minska vårt klimatavtryck. Miljöarbetet är en pågående process och vi sätter årligen upp nya mål för att förbättra och förnya våra insatser för en hållbar planet. Vi har som mål att följa med i den senaste utvecklingen och deltar med jämna mellanrum i utbildningar för att bli bättre! Vår största direkta miljöpåverkan härleds från vår vatten- och energiförbrukning samt vår avfallshantering. Vi strävar därför efter att minska vår förbrukning av energi och vatten och jobbar med avfallsminimering och källsortering. Vi använder 100 % förnybar el, miljöanpassade produkter och resurseffektiv teknik. Vi mäter och övervakar vår miljöprestanda regelbundet, bl.a. genom att mäta vår vatten-, el- och energiförbrukning. Vår miljöpåverkan påverkas indirekt också av de inköpsval vi gör, och som exempel köper vi miljömärkta kemikalier för rengöring och miljömärkta hygienprodukter och papper till rummen. Vi köper också in ekologiska, miljömärkta och säsonganpassade livsmedel från våra restaurangpartners och jobbar för att minska matsvinnet.

PROFIT Ekonomisk Hållbarhet

Vi vill att vår verksamhet ska växa och utvecklas men inte på bekostnad av miljö och samhälle. Vi vidtar initiativ som främjar miljö och samhälle samtidigt som det leder till intäkter och kostnadsbesparingar för oss. Vi applicerar hållbarhet i våra affärsmodeller och skapar våra erbjudanden utefter våra hållbarhetsprinciper. Vi värnar om världens resurser och återbrukar de material vi kan för att förlänga dess livslängd och så att fler kan nyttja dem.

Hållbarhetsklivet



Hållbarhetsklivet är Västsveriges samlade initiativ för en hållbar besöksnäring. Här agerar offentliga och privata aktörer för att ställa om till ett hållbart samhälle.

Vi är ett av de företag som anslutit sig till Hållbarhetsklivet. Tillsammans skapar vi ekonomiskt bärkraftiga företag och turism som inte leder till onödig miljöpåverkan och är uppskattad av både boende och besökare. Vi når framgång genom ständiga förbättringar med fokus på konkreta initiativ. Ingenting sker av sig själv. Det krävs styrning för att uppnå en hållbar besöksnäring och alla måste dra sitt strå till stacken.

**HÅLLBARHETS
KLIVET**

HÅLLBARHETSKLIVETS PRINCIPER

- Så lite onödig miljöpåverkan som möjligt.
- Bra för både boende och besökare.
- Fler besökare när och där det inte är fullt.
- Fler heltidsjobb och mer robusta verksamheter.



.. en del av
**VÄST
SVERIGE**

Miljömärkta med Greenkey

Vårt hotell är miljömärkt med Green Key. Du bor på ett hotell som belönats med den internationella miljömärkningen Green Key. Vi jobbar aktivt med miljö- och hållbarhetsfrågor genom Green Keys omfattande kriterier.

Våra åtaganden

Vi använder 100% förnybar el, energisparande belysning och har rutiner för minskad energiåtgång.

- Vi har tagit initiativ för att minska vattenförbrukningen.
- Vi källsorterar och återvinner vårt och våra gästers avfall.
- Vi använder miljömärkta tvätt- och rengöringsprodukter.
- Våra gäster erbjuds ekologiska produkter på frukosten.
- Vi värmer upp vårt hotell med bergvärme och solenergi.



- Vi åker kollektivtrafik, cyklar, går och kör endast elbil då vi transporterar nödvändigheter.
- Vi jobbar mot minskat matsvinn.
- Vi mäter årligen våra utsläpp av växthusgaser i syfte att minska vår klimatpåverkan.



Vill du hjälpa oss?

Vi hoppas att du vill hjälpa oss att minska vår miljöpåverkan:

- Lämna återvinningsbara förpackningar och pant i miljöstationen utanför receptionen. Om du har avfall som det inte finns behållare för, lämna det på bordet när du checkar ut så källsorterar vi det åt dig.
- Släck lampor, stäng av elektronik och dra laddare ur eluttag när du inte använder dessa.
- Ta gärna med dig mat hem som du inte orkar äta upp.
- Hjälp oss hålla Vrångö fritt från plast och skräp. Använd gärna en påse från vår PLOGGIS som du hittar utanför receptionen och gör skräpplockningen till en kul aktivitet.
- Hjälp oss bli bättre. Kom gärna med tips på nya idéer för vårt miljöarbete.



I din sjöbod

Pentry

Alla sjöbodar har kylskåp med frysack och ett pentry med spishäll, microvågsugn och spisfläkt. Använd inte full effekt på båda plattorna samtidigt, då finns risk för att en säkring går. Det finns också lite kaffe, te och kryddor som du gärna får använda under din vistelse. Vi har också förberett med diskmedel och enklare utrustning för handdisk.



Att vädra

För att vädra använd ytterdörren alternativt takfönstret om du bor i en större sjöbods-lägenhet. Om du öppnar takfönstret - använd knapp med pilsymbol. Öppna inte fönstret manuellt. OBS! Fönstret stänger sig automatiskt vid regn.

Solenergi och bergvärme

För att vara klimatneutrala använder Kajkanten både solenergi och bergvärme för uppvärmning. Central golvvärme med bergvärmeväxlare kan orsaka viss tröghet vid temperaturväxlingar. Om du tycker det är kallt inomhus, säg till så fixar vi extratäcken och värmefläkt.

AC sommartid

I de flesta av våra sjöbodar finns AC installerat för avkylning under varma somrardagar. För att sätta på AC använd avsedd fjärrkontroll. Om du saknar AC i din sjöbod, meddela oss så får du låna en fläkt för avkylning.

Finns också i din sjöbod

Hårtork hittar du i badrumsskåpet. För avkoppling på rummet finns Yatzy, kortlek och TV med standardutbud. Vintertid hittar du en pannlampa i din sjöbod för nattvandring utomhus.

Köksutrustning

Alla sjöbodar är utrustade för självhushåll. Denna köksutrustning kan du förvänta dig ska finnas i din sjöbod:

Koka & steka:

Pressobryggare
Grytor
Stekpanna
Vattenkokare

Decilitermått
Sax
Grytunderlägg
Skålar
Uppläggningsfat
Bricka

Köksredskap:

Skärbräda
Durkslag
Knivar
Stekspade
Grillbestick
Ballongvisp
Slevar
Visp
Osthyvel
Smörkniv
Rivjärn
Skalare
Korkskruv
Konservöppnare
Vitlökspress
Termos

Bestick:

Knivar
Gafflar
Teskedar
Matskedar
Skaldjursbestick

Matservice/glas:

Tallrikar
Assietter
Djupa tallrikar
Skålar
Vinglas
Champagneglas
Dricksglas
Kaffekoppar
Äggkoppar

Om du saknar något på listan, säg gärna till så hämtar vi det till dig.

Måltider

Beställa måltider

All catering måste beställas minst tre dagar innan ankomst för att vi ska kunna garantera leverans till dig.

Hur dags levereras maten?

Frukostkorg och måltider levereras kl 17:00 - 18:00. Om du inte har möjlighet att vara på plats i din sjöbod när din mat levereras, kontakta Hamnkrogen Lotsen för en annan lösning. Tel 0709 36 99 06



Fiskarn's skaldjurslåda

Innehåll: Säsongens färska skaldjur som t ex räkor, kräftor, musslor samt rökta räkor, chilimusslor, såser och baguette.

Skaldjurslådan innehåller ingen laktos och kan bokas som glutenfri. Innehållsförteckning finns på varje sås.

Mera på menyn

Du hittar mer gott på Lotsens meny. Om du inte har beställt måltider för leverans till din sjöbod - ta en sväng längs bryggan till Hamnkrogen Lotsen och se om det är öppet. Restaurangen har fullständiga rättigheter.

Tips inför nästa besök

Det finns flera olika rätter att beställa som catering från Hamnkrogen Lotsen, bra att veta inför nästa besök. Läs mer på hemsidan: www.kajkantenvrango.se/maltider

Frukostkorg

Frukostkorg levereras till din sjöbod dagen innan du ska äta den. Kaffe/te finns för egen tillagning i din sjöbod.

Innehåll:

Mjölk, yoghurt, müsli, juice, ägg att koka, kaviar, smör, marmelad, sylt, ost, bröd, frukt & grönt.

Meddela i god tid om du har särskilda önskemål om kost. Vi kan erbjuda glutenfritt och laktosfritt frukostalternativ.



Ta gärna med dig mat hem som du inte orkar äta upp.

HAMNKROGEN LOTSSEN

Hamnkrogen Lotsen är närmsta granne med oss och levererar skaldjur, måltider och frukost till Kajkanten. Under juni, juli och augusti har Lotsen öppet dagligen och du kan slå dig ner på bryggan eller i glasverandan och njuta av färska skaldjur, fiskrätter och svalkande drycker. Övriga året varierar öppettiderna. För aktuella öppettider se hemsida och Facebook.



ÖPPETTIDER

www.fiskeboa-vrango.se

Fb: Hamnkrogen Lotsen Vrångö
0709 36 99 06



Relaxflotten

Kajkantens relaxflotte

Kajkantens relaxflotte ligger i hamnen på Vrångö, på sommaren i ytterhamnen och på vintern i den inre hamnen vid Kajkanten. En populär upplevelse året runt.

På flotten finns vedeldad bastu, en dusch, en toalett och en badtunna utomhus. Från badstegen kan du ta ett uppfriskande havsbad såväl sommar som vinter.

På flotten finns också ett välutrustat kök med kyl, frys och gasspis med plattor och ugn som håller 150°C, micro, vattenkokare, kaffebryggare och komplett köksutrustning. Man kan sitta ca 12 personer i köket/samlingsrummet. Utomhus på trädäcket finns ytterligare sittplatser.

Det finns grillplats på kajen. Det går också bra att beställa färska skaldjur från Hamnkrogen Lotsen som catering till flotten eller tillaga något eget tillsammans i köket. Dryck tar du med själv.

Medtag badkläder och egen handduk för din stund på relaxflotten.



OBS! Var försiktig

Tänk på att trädäcket och golvet, både inomhus och utomhus på flotten kan vara hala.



Boka relaxflotte

De flesta av våra gäster har förbokat relaxflotten innan ankomst. Om du inte har bokat flotten och skulle vilja boka till denna, kontakta oss via telefon, mail eller receptionen för lediga tider.

Telefon +46 734 000 174

Mail: info@kajkantenvrango.se

FÖRMIDDAG: 9:00 -12:00 2.500:-

EFTERMIDDAG: 13:00 -17:00 3.500:-

KVÄLL: 18:00 - 23:00 4.250:-

Om du och ditt sällskap är boende gäster på Kajkanten lämnar vi

1.000:- rabatt på priset.

Om ditt sällskap är max 2 personer, kontakta oss för eventuella specialupplägg.

Betalning

Om du inte redan har betalt för ditt pass i förväg så är det dags att göra det nu. Ange ditt bokningsnummer och ditt efternamn vid betalning.

Swisha beloppet till Kajkanten

123 336 2969

Du kan alternativt betala med kort i receptionen.

Bra att veta om relaxflotten

Detta kan vara bra att känna till om du har bokat vår relaxflotte.

Bada bastu på egen hand

Det behövs ingen nyckel för att komma in i relaxflotten, den är öppen när du kommer och kan lämnas olåst när du går.



Vedeldad bastu

Kaminen i bastun är vedeldad och det tar drygt 30 minuter från att du tänds tills bastun blir varm. Kaminen är laddad med ved när du kommer och det finns mer ved i bastun. Du kan använda braständare att tända med, och om det behövs, även tändvätska om kaminen är kall när du börjar elda.

Meddela oss i god tid innan, om du vill ha hjälp med att tända kaminen. Vi finns också på telefon om du skulle behöva instruktioner när du är på bastuflotten.

+ 46 734 000 174.

Badtunna

Ta av locket från badtunnan för att bada. Om du vill ha bubblor så använd silverknappar på utsidan av badtunnan, men stäng av dem när du pausar ditt badande då vattnet snabbt kyls ner av bubblorna. För att spara energi och värme, vänligen sätt på locket på tunnan när ni pausar badandet och när din stund på flotten är över.

Laga egen mat

På relaxflotten kan du laga/värma egen mat eller njuta av skaldjur från Hamnkrogen Lot-sen (bokas via oss). Dryck tar du med själv.

För att använda gasspisen/ugnen så behöver du öppna gaskranen. Gastuben sitter i trälådan på utsidan av flotten, vid entrédörren. Skruva motsols för att sätta på gasen, skruva medsols för att stänga av gasen när du lämnar flotten. Du använder avsedd tändare för att tända ugn och spisplattor. Ugnen håller en maxtemperatur på ca 150°C.

Diska/grovstäda efter dig

När din tid är slut på relaxflotten vill vi att du tar med dig matrester och slänger sopor, så att flotten är i samma skick som när du kom. Diska och grovstäda efter dig. Du behöver inte våttorka golv och ytor.

När flotten ligger vid Kajkanten

Under vinterhalvåret när flotten ligger vid Kajkanten önskar vi att du källsorterar dina sopor i Kajkantens miljöstation utanför receptionen. Det som inte finns behållare för går bra att ställa på bordet på flotten så tar vi hand om det.

När flotten ligger i ytterhamnen

Under sommarhalvåret då flotten ligger i ytterhamnen önskar vi att du sorterar dina sopor i den lilla miljöstationen i trälådan på själva flotten. Det som inte finns behållare för går bra att ställa på bordet inomhus på flotten, så tar vi hand om det. Det finns soppåsar och säckar i lådorna i köket på flotten.

MAT SOM BLIR ÖVER

Ta gärna med dig mat hem som du inte orkar äta upp. Rena skaldjursrester får du gärna slänga i havet så blir fiskarna glada.

Kajakuthyrning

Kajakpaddling

Med Kajkanten som utgångspunkt har du möjlighet att upptäcka de obebodda öarna längst ut i havsbandet i Göteborgs sydligaste skärgård. Här är naturen vild och orörd. Kajakpaddling passar bäst under sommarhalvåret då vattnet är lite varmare. Håll också koll på vindstyrka och vindriktning inför din kajaktur. Kajaker finns till uthyrning för kortare eller längre turer och du startar din paddling från Vrångö hamn, ett stenkast från ditt boende.

Det finns enmanskajaker och tvåmanskajaker till uthyrning. Vi ger dig grundläggande instruktioner och tips på lämpliga turer innan avfärd. För inspiration se sjökortet på nästa sida. För grupper erbjuds guidning, kontakta oss om du vill veta mer.



Enmanskajak K1

3 tim.....	475:-
6 tim.....	650:-
1 dygn.....	975:-

Tvåmanskajak K2

3 tim.....	750:-
6 tim.....	875:-
1 dygn.....	1.250:-



Hyra kajak

Boka via telefon, mail eller direkt i receptionen.

Telefon +46 734 000 174

Mail: info@kajkantenvrango.se

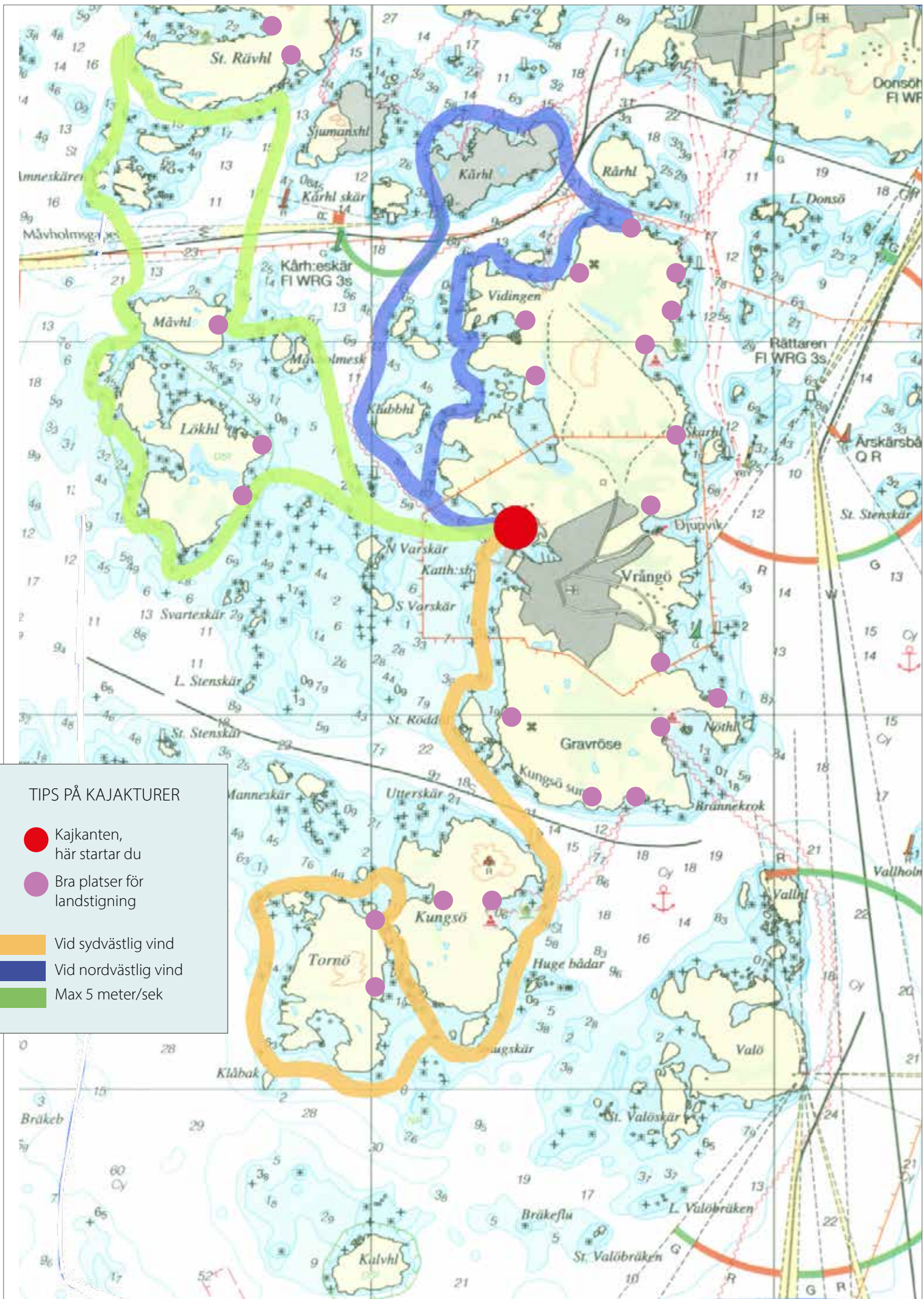
I hyran ingår kajak, paddel, kapell, flytväst och karta.

Betalning

Du betalar för kajaken i receptionen innan paddlingen eller när du kommer tillbaka från din tur. Ange ditt bokningsnummer, alternativt för- och efternamn vid betalning.

Swisha beloppet till 123 336 2969

Eller betala med kort i receptionen



TIPS PÅ KAJAKTURER

● Kajkanten, här startar du

● Bra platser för landstigning

- Vid sydvästlig vind
- Vid nordvästlig vind
- Max 5 meter/sek

Natursköna Vrångö

Vrångö är den sydligaste av de bebodda öarna i Göteborgs skärgård. Den sista ön i ett pärlband av öar som under forntiden kallades Älvskären, öarna kring Götaälvs mynning. Idag befolkas Vrångö av ca 400 åretruntboende personer. Bebyggelsen sträcker sig som ett bälte tvärs över ön mellan Mittvik, där skärgårdsbåten lägger till och Vrångö Hamn där Kajkanten ligger.



På bilfria Vrångö finns en livsmedelsaffär och ett par restaurangverksamheter. Vrångöhuset ligger mitt på ön och inrymmer bland annat förskola, föreningsverksamheter, konferenslokal och vårdcentral. Man kan hyra lokaler i Vrångöhuset för fest och sammankomster

Vrångö är framförallt känd för sin vackra natur och hit kommer årligen tusentals besökare. Här finns otaliga sandstränder och klippbad och sommartid är Vrångö ett populärt resmål för semesterfirare.



Stora delar av Vrångö är naturreservat med lättillgängliga vandringsleder. Tärnstigen är en kortare sträcka som startar i hamnen inte långt från Kajkanten. Norra och Södra slingan bjuder på magiska utsikter och lummiga skogspartier genom Vrångöskärgårdens naturreservat.

I Vrångö hamn där Kajkanten är beläget, är det nära till öns äldre skärgårdsbebyggelse och den gamla lotsutkiken på berget. Från Lotsutkiken har du panoramavy över bland annat Vinga fyr, Öckeröarna och hela södra skärgården, en perfekt utsiktsplats att uppleva solnedgången från.



I hamnen ligger fisk- och skaldjursrestaurangen *Hamnkrogen Lotsen* och den åretruntöppna livsmedelsbutiken. Under högsommaren är gästhamnen full av besökande båtar och piren kantas av mindre butiker och skaldjursbodar i de vita sjöbodarna. Längst ut på piren hittar du rastplats och badbrygga.

Fiskarnas och lotsarnas ö

När den senaste landisen dragit sig tillbaka för ca 12000 år sedan, låg Vrångö helt under havsytan. Spår efter isens framfart är synliga i form av rundhällar och jättegrytor. Man har hittat fynd av redskap gjorda av flinta på Vrångö som visar att stenåldersfolk vistades här redan för 4000 år sedan.



Så småningom blev man fiskarbönder och försörjde sig på det som havet och jorden kunde ge. Om du promenerar längs södra slingan passerar du Storerös, ett gravröse från bronsåldern.



Enligt sägen sägs Vrångö ha uppkallats efter holländaren *Wrangel* och fick namnet *Wrangelsö*. Mannen förläste med sitt fartyg vid Vrångös nordligaste udde, som än idag heter Hollända skepp.

Ordet "vrång" är en gammal beteckning på ordet "krokig, buktad" vilket också kan hänga ihop med namnet på ön och utseendet av den södra delen av Vrångö.

Man kan också härleda "vrång" till det krokiga, buktade ekvirket som användes till båtbyggeri på Vrångö, när ek var ett vanligt träslag på ön.

Fisket har i alla tider varit viktigt för Vrångö. Man kan hitta många stenhägnader längs Vrångös stränder som kan härledas till sillperioderna. Dessa restes till skydd för vådrets makter och flera av dem tros vara från före 1500-talet. Här hägnade man in en boplats åt sig och sina redskap och reste tillfälliga bostäder.

Under det senaste århundradet har hummerfiske och fiske med långrev varit vanligast. Idag är det endast några enstaka yrkesfiskare kvar på ön.



Jämte fisket har också lotsverksamheten varit viktig på Vrångö. Arbetet som lotsare var hårt och ansvarsfyllt och yrket gick i arv. Lotsutkiken är ett minnesmärke från den tid då lotsarna spanande efter ankommande skepp. Under 1800-talet expanderade lotsplatsen till Tistlarna, för att lotsarna skulle kunna möta fartygen i tid. 1931 upphörde lotspassningen på Vrångö och flyttades till Vinga. Till och med 1961 fanns det också tullstation på Vrångö.



Vrångöskärgården

Naturreseptat

Vrångö naturreservat sträcker sig över cirka 50 km² och består av en skärgård med många öar och skär, från Yttre Tistlarna i söder till Vrångö norra udde i norr. Området bjuder på vacker natur, rik växtlighet och ett fantastiskt fågelliv – en verklig pärla i Göteborgs södra skärgård. Vrångö är den enda ön i naturreservatet som numera bebos året om.

Spåren från isens tid

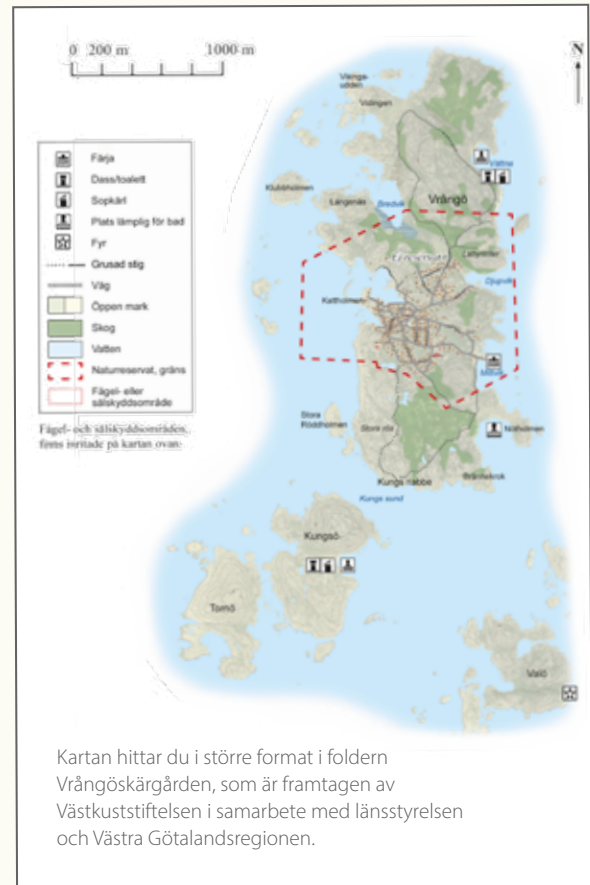
För ca 12 000 år sedan låg Vrångö under havsytan. När isen drog sig tillbaka bildades de klippiga landskap vi ser idag. Havet formade också områdets dalar och ängar, där marken blev bördigare.

Upptäck Vrångöskärgården

Vrångös natur inbjuder till många härliga upptäckter. Följ promenadslingor på norra Vrångö förbi Brevik, Vingen och Vättna, eller följ slingan på södra sidan där du passerar Nötholmen, öppna hållmarksljungheder och Storerös. Passa på att gå ut på de vackra klippstränderna och njut av solnedgången över havet.

Växtlivet påverkat av havet

Växtligheten på Vrångö är variationsrik och naturen är full av kontraster. Här finns havsängar och skyddade lövskogsdalgångar med bland annat björk, asp och hassel. På de karga hållmarkerna växer lavar, medan ljung och gräs breder ut sig på andra områden. Under våren kommer många till Vrångö för att uppleva alla örter som blommor, såsom gullviva, vitsippa och blåsippa.



Fåglar och säl

Fågellivet i Vrångöskärgården är mycket rikt med arter som ejder, småskrake och gråtrut. Drygt sextio fågelarter häckar här, och på vår och höst passerar flyttfåglar. På några av de mindre skären häckar tobisgrisslan. Längs Vrångös stränder kan du se hur strandskatan med sin lysande röda näbb letar efter musslor och snäckor.

Knubbsälen är vanligast i de södra delarna av reservatet där Inre Tistlarna är ett fredat område för att skydda sälarna under den känsliga reproduktionen.

Du hittar mer information i Västkoststiftelsens folder *Vrångöskärgården* som finns att hämta på Kajkantens kontor.

- 1 Skärgårdsbåten
- 2 Restaurang Ternan (sommars)
- 3 Mittviksgrillen & minigolf (sommars)
- 4 Nötholmen, bad- och rastplats
- 5 Vrångöhuset
- 6 Pingstkyrkan
- 7 Lekpark
- 8 Missionshuset
- 9 Lotsutkiken
- 10 Gamla fiskeläget
- 11 Södra slingan
- 12 Kajakuthyrning
- 13 Vrångö hamn
- 14 Hamnkrogen Lotsen
- 15 Tempo
- 16 Relaxflotte på sommaren
- 17 Tärnstigen
- 18 Kyrkogårdar
- 19 Norra slingan
- 20 Vättna, bad- och rastplats
- 21 Padel Center /Fotbollsplan
- 22 Djupvik, Volleyboll, badplats

-  Badplats
-  Rastplats
-  Torrtoalett
-  WC
-  Gästhamn
-  Utsiktsplats
-  Fornminne/sevärdhet
-  Livsmedelsaffär
-  Fritidsfiske
-  Restaurang
-  Café
-  Kajakanten hotell
-  Handikappanpassad



Manneskär

Utterskär

1 SKÄRGÅRDSBÅTEN

Vrångö är ändhållplats för skärgårdsbåten, linje 181. *Mittvik* är tilläggsplatsen där du går av färjan vid ankomst och därifrån du tar den tillbaka till Saltholmen. Båtar går nästan varje timme och du åker på samma biljett som övriga kollektivtrafiken. Planera din resa med hjälp av Västtrafiks To Go-app.

2 RESTAURANG TERNAN

Restaurang och café som har öppet mestadels sommartid.

3 MITTVIKSGRILLEN & MINIGOLF

Mittviksgrillen är en uteservering som har öppet under sommarhalvåret. Här kan du också spela minigolf.

4 NÖTHOLMEN

Långgrund, barnvänlig badplats med strand och gräsytor. Här finns också rastplats med möjlighet att grilla. Badplatsen ligger på nära avstånd till skärgårdsbåten.

5 VRÅNGÖHUSET - KONFERENSLOKAL

Vrångöhuset är öns bygdegård, här inryms förskola, gymnastiksal, vårdcentral, föreningsaktiviteter. Utanför Vrångöhuset finns tennisbana där man kan teckna tid för att hyra bana. I Vrångöhuset finns också två av våra konferenslokaler.

Om du vill spela tennis, läs mer under flik 8 i denna gästpärm.

6 KYRKOR

Det finns tre församlingar på Vrångö, *Svenska kyrkan*, *Missionsförsamlingen* och *Betelkyrkan*. Alla församlingar har aktiva medlemmar. Kyrkorna är öppna under gudstjänster.

7 LEKPARK

En stor havsinspirerad lekpark med fyrtorn och massor av redskap.

8 MISSIONSHUSET - KONFERENSLOKAL

I missionsförsamlingens lokaler ryms Kajkantens större konferensrum.

9 LOTSUTKIKEN

Lotsutkiken på berget söder om hamnen är ett minne från den tid då det fanns lotsar stationerade på ön.

Från Lotsutkiken har du en storslagen utsikt över skärgården. En perfekt plats att uppleva solnedgången från.

10 GAMLA FISKELÄGET

På öns västra sida ligger det gamla fiskeläget som nyttjades av fiskare och lotsar innan den nya hamnen anlades. I dessa kvarter kan du leta dig fram längs täta gränder bland Vrångös äldre hus och sjöbodar och hitta stigen och trappan som leder upp till Lotsutkiken.

11 SÖDRA SLINGAN

Den södra slingan börjar där skärgårdsbåten lägger till, ca 500 m från Kajkanten. Den tar dig till vackra Nötholmen som också är en populär badstrand på sommaren. Efter stranden går vägen in i skogen och upp på berget och bjuder på storslagen utsikt över Kungsö och Tistlarna. Slingan är ca 2,5 km.

12 KAJAKUTHYRNING

Vi hyr ut kajaker maj-oktober och för vinterpaddling då du har god vana och egen torrdräkt. Du startar din paddling ett stenkast från ditt boende. Om du vill hyra kajak, kontakta oss via mail, telefon eller receptionen. Mer information under flik 5 i denna gästpärm.

13 VRÅNGÖ HAMN

Kajkanten ligger vid Vrångö Hamn. Intill vårt hotell finner du fisk- och skaldjursrestaurangen Hamnkrogen Lotsen samt den året-runt-öppna matbutiken Tempo. Under högsommaren fylls gästhamnen av båtar och piren kantas av charmiga butiker och försäljning av skaldjur i de vita sjöbodarna. Om du har bokat en fisketur med Glittskär, möter Mattias dig vid sjöbodarna på piren innan du går ombord på båten. Längst ut på piren finns en rastplats med grillmöjligheter och en badbrygga. En promenad ut på bryggan rekommenderas för ett uppfriskande morgonbad eller ett härligt kvällsdopp.

14 HAMNKROGEN LOTSSEN

Hamnkrogen Lotsen levererar skaldjurslådor, måltider och frukost till Kajkanten. Under juni, juli och augusti har Lotsen öppet dagligen, och du kan slå dig ner på den soliga bryggan eller i den inglasade verandan för att njuta av färska skaldjur, välsmakande fiskrätter och svalkande drycker. Under resten av året varierar öppettiderna.

15 TEMPO

Vrångös välsorterade matbutik är öppen året runt alla dagar i veckan. Vardagar kl 9:00 - 18:00, lördagar och söndagar 9:00 - 14:00. Under sommaren har affären utökade öppettider.

16 RELAXFLOTTE

Kajkantens relaxflotte ligger i ytterhamnen på sommaren och i den inre hamnen alldeles bredvid ditt boende på vintern. Om du inte har förbokat och vill boka tid för ditt sällskap kontakta oss via mail, telefon eller receptionen. Mer information under flik 4 i denna gästpärm.

17 TÄRNSTIGEN

Tärnstigen som du kan ansluta till direkt från Vrångö Hamn är ca 2 km. En tillgänglig vandringsled där det går bra att ta sig fram med rullstolar och barnvagnar.

18 KYRKOGRÅRDAR

Den gamla kyrkogården härstammar från 1600-talet. Här finns ett antal gravstenar från forna tider som står uppställda vid kyrkogårdsmuren. Den äldst bevarade läsliga gravstenen är från 1656.

19 NORRA SLINGAN

Den norra slingan, som är ca 4 km ansluter från Tärnstigen och tar dig precis som namnet antyder ut på öns norra del genom Vrångöskärgårdens naturreservat. Förutom att du passerar flera fina badvikar kan du även stöta på sällsynta växtarter, och fåglar.

20 VÄTTNA

En lagunliknande strand med stora gräsytor. Här finns också rastplats med möjlighet att grilla.

21 PADEL CENTER

Tid för padel kan hyras via nätet. Bana bokar du enligt instruktion på www.matchi.se/facilities/padelcentervrango. Rack och bollar kan du hyra av Kajkanten. Mer information under flik 8 i denna gästpärm.

22 DJUPVIK

I Djupvik hittar du en liten strand, brygga och stege för havsbad året runt. I Djupvik finns också en Volleybollplan utomhus. Volleybollplanen kan nyttjas i mån av tillgänglighet. Enklare boll finns att låna av Kajkanten.

Vandringsleder och Badplatser



Vandringsleder

Vill du njuta av Vrångös vackra natur är en vandring på öns tillgängliga leder att rekommendera. Känslan av frihet som infinner sig när du står inför den vidunderliga utsikten på höjderna är magisk. Fortsätter du nedför backarna ändras landskapet drastiskt och tar dig in i skogens stillhet.

Den södra slingan börjar där skärgårdsbåten lägger till. Den tar dig till vackra Nötholmen som också är en populär badstrand på sommaren. Efter stranden går vägen in i skogen och upp på berget och bjuder på storslagen utsikt över bland annat Kungso och Tistlarna. Slingan är ca 2,5 km.

Tärnstigen som är ca 2 km, är en enklare vandringsled där det är lätt att ta sig fram med rullstolar och barnvagnar.

Den norra slingan som är ca 4 km ansluter från Tärnstigen och tar dig precis som namnet antyder ut på öns norra del genom Vrångöskärgårdens naturreservat. Förutom att du passerar flera fina badvikar kan du även stöta på sällsynta växtarter och fåglar.

Har du fortfarande spänst i steget, så våga lämna promenadstigarna och gå ut på klipporna istället.



Badplatser

Vrångö är känd som Göteborgarnas badö. Det finns flera badplatser att välja på och vågar du dig ut på klipporna utanför promenadstråken kommer du säkert hitta en egen vik eller klipphäll.

Nötholmen på öns sydsida är den största långgrunda badviken. Sand och grässtrand, mycket lämplig för småbarn.

Kyrkogårdsviken når du via Norra slingan, en naturskön badstrand med skuggande tallar på öns östra sida.

Vättna på öns östra sida är en barnvänlig lagun med sandstrand och stora gräsytor samt grillplats.

Kohalla nedanför Lotsutkiken är något för dig som gillar klippbad. Här finns släta klipphällar, badstege och bryggor att bada ifrån.

Djupvik är badplatsen för dig som gillar att bada året runt. Strand, badstege och även möjlighet att bada bastu. Kontakta Vrångö fritidsförening om du vill hyra bastun

Badbryggan längst ut på piren i Vrångö Hamn, med djupt vatten och utsikt rakt västerut, passar bäst för dig som är simkunnig. Bad sommardag.

Kallbad
För kallbad på vintern rekommenderar vi badstegen på relaxflotten (om du hyrt flotten) eller ett dopp från Djupviks brygga. Föredrar du det öppna havet i väster så kanske du vågar dig på ett bad vid Kohälla.

Att hyra och låna

Att hyra på Kajkanten

Via receptionen kan du hyra kajaker, relaxflotte, racket & bollar för padel. Vi har också 2 cyklar till uthyrning och lastcykel för transport. Kontakta oss om du vill hyra något av detta.

Telefon +46 734 000 174

Mail: info@kajkantenvrango.se



Att låna på Kajkanten

I juni fyller vi på vår lånestation med saker som passar bra att göra på sommaren. Detta finns att låna:

- Häv
- Fiskeutrustning
- Krabbfiske - utrustning
- Krocket
- Bouleklot
- Boll
- Brännbollsträ och liten boll
- Kubspel
- Sandleksaker

Strandstäda

Ta gärna en påse från vår PLOGGIS och gör strandstädning till en kul aktivitet.

Grilla

Använd gärna kolgrillarna utanför sjöbodarna och relaxflotten.

TREHJULIG LASTCYKEL

Kajkanten har två trehjuliga cyklar till uthyrning. Perfekt om du vill transportera tunga väskor eller utrustning. Kontakta oss om du vill hyra/låna en lastcykel.

-

VANLIG CYKEL

Kajkanten har två vanliga cyklar till uthyrning. Sommartid finns också cyklar att hyra vid Restaurang Ternan.

Cykel heldag.....150 kr

BETALNING

Du betalar för cykeln i receptionen. Ange ditt för- och efternamn vid betalning.

Swisha beloppet till Kajkanten

1233362969



Följ med ut på havet!



Hummerfiske på hösten

Första måndagen efter den 20 september infaller den årliga hummerpremiären, en alldeles speciell dag på västkusten. De flesta lördagar i oktober är det möjligt att boka hummerfisketur och efterföljande hummermeny. Under ett par timmars båtturen på det öppna havet, ofta med landstigning på Tistlarna, får du lära dig det mesta om hummerfisket i skärgården. Du kommer själv få vara med och vittja hummertinorna. Det går också bra att köpa med hummer hem för egen kokning.

För bokning av hummerfiskepaket, läs mer på vår hemsida. www.kajkantenvrango.se

Sälsafari

Hoppa på fiskebåten i Vrångö hamn och följ med på ett spännande äventyr till havs. Båtturen går förbi inre Tistlarna, som är ett fredat område för sälarna längst ut i Vrångöskärgårdens naturreservat. Här får vi se sälarna i deras naturliga miljö. Detta är en en minnesvärd upplevelse för hela familjen.

Turen tar ca 2 timmar,
Grupper minst 4 , max 12 personer
Pris 550:- per person
Pris 350:- för barn 7-15 år
Barn under 7 år gratis

*Bokas med fördel innan ankomst.
Båten, Glitthav, utgår från Vrångö hamn, nära Tempo..*

Skärgårdstur till Tistlarna

Mattias, Vrångös egen skärgårdsfiskare tar er med ut på havet. Båtturen går till Tistlarna, en historisk fyrplats längst ut i havsbandet. Här blir det landstigning med fikakorg och chans att uppleva en unik plats längst ut i Vrångöskärgårdens naturreservat. Mattias kan det mesta om fisket och öarna i skärgården och vi garanterar att detta blir både ett lärorikt och spännande äventyr.

Turen tar ca 3 timmar,
Grupper minst 4 , max 12 personer
Pris 800:- per person
Pris 550:- för barn 7-15 år
Barn under 7 år gratis

*Bokas med fördel innan ankomst.
Båten, Glitthav, utgår från Vrångö hamn, nära Tempo..*

BOKA BÅTTUR

Vi samarbetar med Vrångös egen burfiskare från Glittskär. När du besöker oss finns möjlighet att följa med på en skärgårdstur med Mattias. Om du inte bokat din båtturen i förväg, ta gärna egen kontakt med Glittskär och fråga om det är möjligt att göra en skärgårdstur till havs!

www.glittskär.se

Tångäventyr



Tångupplevelser

Det finns en värld under ytan som många av oss inte har upptäckt ännu. Ett skafferi fyllt med havets grönsaker som vajar i takt med vågorna. Med jämna mellanrum får vi besök av Karolina Martinson, matkreatör och tångdykerska, som inspirerar och lär oss mer om de blå näringarna.

Tångsafari & örtpromenad

Ge dig ut på ett tångäventyr och låt Karolina guida dig genom en inspirerande och lärorik upplevelse. Under denna tur får du upptäcka ett urval av säsongens strandväxter och bästa tångsorter. Tillsammans pratar vi om deras egenskaper, smakar på dem och lär oss mer. Du får också tips på hur du kan plocka, förvara och tillaga tången hemma i ditt eget kök.

För den som vill fördjupa sig ytterligare erbjuder Karolina även möjlighet att boka Outdoor Cooking, där du får lära dig att tillaga en hel måltid med havets och strandkantens råvaror.

BOKA TÅNGUPPLEVELSE

Vistelser som inkluderar en tångupplevelse bokas innan ankomst och via oss på Kajkanten. Håll utkik på hemsidan efter datum för olika event med tångupplevelser.

Om ni är ett mindre sällskap eller grupp så går det bra att boka in valfri tångupplevelse i mån av tillgänglighet, gör en förfrågan till oss.

Läs mer om Karolina Martinson
www.algblomman.com

Tång & Tapas på relaxflotten

Har du någonsin provat att äta tång? Följ med tångdykerskan och matkreatören Karolina Martinson på en gastronomisk resa där hon använder havets egna skafferi för att skapa en unik Tång & Tapas-upplevelse. Du kommer att få upptäcka Tapas med nya spännande smaker – roligt, inspirerande och framför allt väldigt gott. Efter Tapas och tångbubbel tänds vi den vedeldade kaminen i bastun, och för den som vill avrunda kvällen finns möjlighet att ta ett kallbad från stegen.

Håll utkik på vår hemsida – denna exklusiva matupplevelse arrangeras några gånger per år vid Kajkanten. Förbokning krävs!
Pris från 890:- per person

Karolina Martinson

Karolina Martinson är inte enbart en professionell tångdykerska, utan också en hållbarhetsinspiratör och ambassadör för framtidens nya hållbara Blåa näringar. Hon brinner för att skapa en svensk matkultur där tången har en självklar plats på våra tallrikar. Karolina vill visa hur du själv kan plocka och njuta av tången och strandväxterna, men också berätta mer om hur vi kan förhålla oss till havet och de råvaror som kommer därifrån. Nu och i framtiden. Berika din konferens eller vistelse med en helt unik tångupplevelse.

Padel Gym Tennis

Tennis utomhus

Tennisbanan ligger bakom Vrångöhuset, 10 minuters promenad från Kajkanten.



BOKA TENNISTID

Skriv ditt namn och mobilnummer på bokningsschemat som finns vid banan.

BETALNING

Tennis 80:- /timme

Swisha hyran för bana till Bygdegårdsföreningen 1233720844 "Tennis" som referens när du betalar.

Sporthall inomhus

Vrångös sporthall/gymnastiksal ligger i Vrångöhuset, 10 minuters promenad från Kajkanten.



HYRA GYMNASTIKSAL

Om du vill hyra gymnastiksalen eller samlingsrum, be oss om hjälp så undersöker vi om det är ledigt.

LÄS MER

www.vrango.com

Tel +46 (0) 706 875002

Volleyboll utomhus

Volleybollplan utomhus finns i Djupvik, 10 minuters promenad från Kajkanten. Volleybollplan kan lånas i mån av tillgänglighet. Plastboll finns till utlåning på Kajkanten.

Padel utomhus

Två padelbanor ligger vid fotbollsplanen, 10 minuters promenad från Kajkanten.



BOKA TID FÖR PADEL

Padelbanorna bokas enligt instruktion på www.matchi.se

BETALNING

Hyr din tid och betala enligt instruktion på www.matchi.se

Rack & bollar..... 40:-/person

Finns att hyra i receptionen

LÄS MER OCH BOKA
www.matchi.se



Fotbollsplan med utegym

Fotbollsplanen är en bra utgångspunkt om du vill löpträna på Vrångös Norra slinga. Vid fotbollsplan finns också ett utegym som är fritt att låna. .



HYRA KLUBBSTUGA OCH FOTBOLLSPLAN

Om du vill hyra klubbstugan, be oss om hjälp så undersöker vi om det är ledigt.

Boulebana

Utanför Kajkanten finns en boulebana, fritt att använda i mån av tillgänglighet. Bouleklot finns till utlåning på Kajkanten.

Hitta ut och hitta checkpoints

KOLLA IN www.hittut.nu

Leta efter checkpoints på Vrångö med appen HITTA UT. På Vrångö finns några av skärgårdens alla checkpoints utplacerade och kartan som du behöver längs vägen finns på ditt rum. Vi har också fler kartor i receptionen. Hittaut är ett roligt sätt att upptäcka Vrångöskärgårdens naturreservat och samtidigt få röra på dig. Aktiviteten passar alla åldrar och det går lika bra att springa som att promenera.



En aktivitet som är igång april - nov



Sedan 2008 har Hittaut lockat tusentals deltagare att ta sig ut i naturen och leta checkpoints. Man tar med sig kartan på utflykten och gör samtidigt en fysisk aktivitet. Det är också ett spännande sätt att upptäcka nya platser. Vid varje checkpoint finns en bokstavskod som man kan registrera med chans att vinna fina priser. Alla kan delta utifrån sina förutsättningar.



Projektet i Göteborg och skärgården är ett samarbete mellan Göteborg&Co, Göteborgs orienteringsklubb Majorna och olika privata företag.



LÄS MER OCH
LADDA NER APPEN
www.hittaut.nu



Vill du strandstäda?



Vi kallar det Plogga

Plogga är en miljö- och hälsorörelse från Sverige som städar upp världen!

Plogga betyder att du plockar skräp och joggar. Du kan också promenera, paddla, åka skateboard, cykla eller vad du själv föredrar för att röra dig.

Kajkanten är ett ploggacertifierat företag och anordnar varje vår en Ploggadag på Vrångö.

Ploggadag - 17 maj 2025

Välkommen att delta i vår återkommande ploggadag på Vrångö! Vi ses för att städa stränderna från skräp som plastpåsar, kapsyler och tampar. Västkoststiftelsen, Göteborgs Stad och flera företag stöttar evenemanget och delar ut redskap och ger oss tips om hur vi kan hålla världen renare.

PROGRAM

10:00 Samling vid Kajkanten, presentation av dagens aktiviteter och arrangörer

10:30 Strandstädning i grupper på olika platser på Vrångö

13:00 Korvgrillning och prisutdelning, med chans att vinna trevliga presentkort

Vi bjuder på korv och dryck

Så här gör du

Vid vår miljöstation hittar du vår PLOGGIS med skräppåsar som du kan använda för att plocka skräp. Finns det inga påsar där just nu så har vi fler på lager. Prata med oss, vi har också skräpplockartänger. På nästa sida i pärmen hittar du också tips på hur du kan strandstäda på bästa sätt, en instruktion framtagen av Västkoststiftelsen och Ren Kust.

När du är färdig med din strandstädning, så kan du källsortera skräpet i vår miljöstation. Det som inte finns behållare för går bra att lämna till oss.



Enkel guide för strandstädning

Förberedelse

Ta med dig en påse eller något annat att plocka i. Ett par arbetshandskar är också bra att ha. Om du planerar att vara ute längre är det bra att ta med lite fika. Bjud gärna in andra att följa med dig ut då det kan vara trevligt med lite sällskap vid strandstädning.

Plockning

I första hand är det all plast som behöver plockas bort – allt från små kapsyler och topspinnar till större föremål som dunkar och fisklådor upp till stora trålar. De senare kan vara övermäktigt för en enskild strandstädare, men markera gärna fynd av fiskredskap i Strandstädarkartan (på land) eller på GhostGuard <https://ghostguard.havochvatten.se/ghostguard/> (om det ligger i vattnet).

Tångvallar

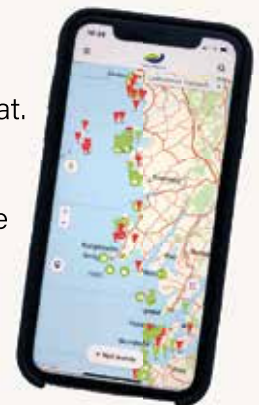
Det som INTE skall städas upp och inte heller läggas i de blå säckarna är biologiskt material. Tång och tångvallar skall ligga kvar då de är ett viktigt habitat och bidrar till biologisk mångfald. Låt även alla träföremål ligga kvar. Finns det mycket plastbitar i en tångvall så försök att rensa bort det, även om det är lite pilligt.

Farligt avfall

Vid fynd av vätskor vidta försiktighet. Titta och lukta försiktigt och vid misstanke om kemisk-teknisk produkt sätt på korken och ställ flaskan eller dunken bredvid säckarna. Håll aldrig ut misstänk-samma vätskor. Försiktighet gäller också vid fynd av misstänkt ammunition eller explosiva föremål. Rör de ej! Ligger föremålet på land – kontakta polisen på telefon 11414, ligger det däremot i vattnet kontakta kustbevakningen på telefon 077-670 70 00.

Strandstädarkartan

Rapportera alltid din insats på Strandstädarkartan så att andra ser var det är städad. **Appen Strandstädarkartan** finns att ladda ner i både Google Play och Appstore. På datorn kan du gå in på www.strandstadarkartan.se. Markera gärna den rena platsen med Städat, eller med Hämtbehov om du inte kan ta med dig det samlade skräpet. Sätt på GPS:en och kontrollera att det blir rätt plats, alternativt zooma in ordentligt på kartan manuellt. Glöm inte att ange hur många som deltog, hur många timmar och inte minst hur många säckar det blev.



Sociala medier

Dela gärna din insats på sociala medier för att inspirera ännu fler till att bli en miljöhjälte.

Tagga **@ren_kust** på Instagram och **@renkust** på facebook.

Vill du bli en #strandstädarhjälte skicka med en bild på dig när du strandstädar och en kort text när du rapporterar i Strandstädarkartan så delar vi din bild vidare på sociala medier.

Tack för du att bidrar till en renare kust – du med!

Kallbad året runt

Bada året runt

Vi på Vrångö tycker om alla årstider, varje månad har sin charm och havet bjuder på bad året runt. Om du gillar kallbad under vinterhalvåret så är vårt tips att aldrig bada ensam och inte ta onödiga risker:

Relaxflotten

Om du vill vara varm i kroppen innan du doppar dig i havet så rekommenderar vi att du hyr relaxflotten för vedeldad bastu och havsbad. Vintertid ligger den bredvid ditt boende på Kajkanten och under sommarhalvåret i ytterhamnen.

Badstege i Djupvik

I Djupvik, 10 minuters promenad från Kajkanten finns badbrygga och badstege för åretruntbad. Här samlas också öborna för bastu och vinterbad varje vecka.

Västerut

Om du är mer våghalsig och vill ta ett dopp i det öppna havet västerut så hittar du badklippor vid Kohalla, nedanför Lotsutkiken. Badstegen finns kvar i vattnet fram till hösten, men tas upp under vintern.



Kallbadsklass med Paula

Om ni besöker oss som grupp finns möjlighet att förboka kallbadsklass med Paula Warvinge. Av Paula får ni guidning och introduktion till kallbadet och hon berättar om vilka effekter badet kan ha på kropp och själ.

BOKA KALLBADSKLASS

Vistelser som inkluderar kallbadsklass kan bokas nov - mars. Gör en förfrågan i god tid innan ankomst via oss på Kajkanten. Ni behöver vara ett mindre sällskap eller grupp för att boka kallbadsklass med Paula.



10 tips till dig!

1. Ha fokus på andningen, andas lugnt, betona utandningen. Ge dig själv 10 lugna andetag.
2. Lägg kläderna i pedagogisk ordning, välj lösa sköna kläder, gärna ullunderställ.
3. Bestäm dig för att badet ska bli av, känn inte efter för mycket.
4. Använd skor och handskar i neopren eller ull. Mössa på!
5. Använd ett liggunderlag eller liknande att stå på efter badet.
6. Gå i långsamt, sänk ned kroppen långsamt i vattnet. Slappna av och njut!
7. Bada tillsammans! Ger säkra bad och ni kan peppa varandra.
8. Drick något varmt efter badet.
9. Fokusera på känslan under badet och efter.
10. Bada kontinuerligt, det ger successiv tillvänjning och kroppen kan akklimatiseras.

Samarbeten

Vi ingår med glädje i större sammanhang och är stolta partners till flera samarbeten som stärker oss och vårt hållbarhetsarbete. Tillsammans gör vi det bättre.



TURISTRÅDET VÄSTSVERIGE

Vi är en del av Västsvetige och genom Turistrådets kanaler sprids information om oss och Vrångö. Vi deltar också kontinuerligt i Turistrådets utbildningar inom bland annat destinationsutveckling, digitalisering och hållbarhet. Hållbarhetsklivet är Västsvetiges samlade initiativ för en hållbar besöksnäring.



GÖTEBORG & CO

Göteborgs skärgård är en del av Göteborgs Stad och via Göteborg & Co kanaler och aktiviteter har vi förmånen att synliggöra Vrångö och Kajkanten. Vi deltar också i utbildningar och projekt som anordnas av Göteborg & Co för att vi ska bli en än mer hållbar och välutvecklad destination.



Green Key

GREEN KEY MILJÖMÄRKNING

Vi är oerhört stolta över att vara ett miljömärkt hotell. Kajkanten jobbar aktivt med miljö- och hållbarhetsfrågor genom Green Keys kriterier. Green Key är en internationell miljömärkning speciellt utformad för logiverksamhet och drivs av Green Key Sverige.



SVENSKA TURISTFÖRENING

Vi är stolta medlemmar av Svenska Turistföreningen.

KAJKANTEN VRANGO



TRIPADVISOR

För oss har Tripadvisor blivit en viktig marknadskanal med trovärdig information direkt från gästens egna upplevelse. Vi värdesätter och uppskattar mötet med våra gäster och har med stolthet tagit emot utmärkelsen Travellers Choice.

AKTÖRER OCH PROJEKT

Projekt och organisationer som genomför aktiviteter som går i linje med vår värdegrund ligger oss varmt om hjärtat. Vi är aktiva partners till bland annat VÄSTKUSTSTIFTELSEN, HITTA UT, ALGBLOMMAN, SEACLEAN, PLOGGA och VÄSTERHAVSVECKAN

LOKALA SAMARBETEN

Att verka på en liten ö längst ut i havsbandet innebär att vara i ömsesidigt beroende av lokala partners. Hamnkrogen Lotsen/Fiskeboa, Tempo Vrångö, Restaurang Ternan, Vrångö rör och bygg, Börjessons sjötaxi, Donsö konferens och Donsö Havskajak är några av de företag som vi samverkar med. Scouterna, Vrångö IF, Vrångö missionsförsamling, Vrångö bygdegårdsförening och Vrångö fritidsförening är ideella föreningar som samverkar direkt eller indirekt med oss.

Butiker & restauranger



Tempo

Nära oss ligger en välsorterad livsmedelsbutik som har öppet varje dag året runt med utökade öppettider på sommaren. Du hittar affären 75 meter från Kajkanten.



Restaurang Ternan

Där skärgårdsbåten lägger till i Mittvik ligger restaurang Ternan, en sommarrestaurang som erbjuder goda lunchalternativ, glass och fika. Ternan har också öppet en del helger under vår och höst och serverar julbord i adventstider.

Maila: kontakt@ternan.se
Ring: 0769 28 15 63
www.ternan.se

Donsö & Styrso

Om du har bokat en flerdagarsvistelse på Vrångö finns kanske tid att upptäcka några av våra grannöar. Under sommaren har många restauranger öppet dagligen, och under hösten och våren finns det ofta chans att besöka dem på helgerna. På Donsö hittar du Isbolagets restaurang och Popsicle Café. På Styrso kan du besöka Café Öbergska för fika och vällagad mat i örtträdgården, på Styrso Tängen hittar du den utsökta fiskrestaurangen Tångbaren och charmiga Café Båtebacken. Hösten 2025 öppnar även kusthotellet med restaurang på Styrso Skäret.



Hamnkrogen Lotsen

Hamnkrogen Lotsen ligger bredvid oss på bryggan och serverar fisk och skaldjursrätter, öl och vin och andra lunchalternativ. Här bjuds en charmig atmosfär i glasverandan på bryggan med utsikt över hamnen.

På Lotsen finns också möjlighet att köpa färsk fisk och skaldjur för att tillaga på egen hand. Under höst och vår har Hamnkrogen Lotsen varierande öppettider, mestadels lunchöppet torsdag - söndag. Från nyår och fram till mitten av februari är det vinterstängt. Under juni, juli och augusti är restaurangen öppen varje dag

Maila: info@hamnkrogenlotsen.se
Ring: 0709 36 99 06



Mittviksgrillen

Vid minigolfen inte långt från restaurang Ternan hittar du Mittviksgrillen, en foodtruck med trevlig utomhusservering som erbjuder vällagade wraps, hamburgare, fika och annat gott. Mittviksgrillen har öppet under sommarhalvåret.

Foodtruck på piren

Glittskärs delikatesser öppnar sommartid en foodtruck längst ut i Vrångö hamn som bland annat säljer langos med räkor, nykokta kräftor och andra skaldjur. Varierande öppettider.

Välkommen tillbaka!



Vår förhoppning

Vi hoppas att du har haft en bra vistelse hos oss och hunnit upptäcka något av Vrångös mäktiga natur och magiska utsikter. Kanske har du lust att återvända en annan årstid. Varje månad har sin skönhet året runt. Vilda höststormar, krispiga vintervandringar, skira vårdagar och ljumma sommarbad. En natur som vi är stolta över och värnar om.

Kanske fick du också med dig en känsla av Vrångös historia och nutid, en levande skärgård på en bilfri ö, nära storstaden och ändå långt borta från det vanliga.

Vi hoppas också att du fick möjlighet till avkoppling och att du har kunnat njuta av tystnaden och lugnet på vår lilla ö.

Håll kontakt med oss

Vi finns alltid nära om du har frågor under din vistelse, ring eller kom förbi receptionen. Om du vill hålla dig uppdaterad på våra erbjudanden och få inspiration inför nästa besök på Vrångö så anmäl dig gärna till vårt nyhetsbrev och följ oss på Facebook och Instagram.

Hur var din vistelse?

Vi är nyfikna på dina synpunkter för att vi ska kunna göra din upplevelse så bra som möjligt till nästa gång. Vi finns på Tripadvisor och du når oss också alltid på mail och i andra sociala kanaler.

Tack för att du besökte oss och välkommen tillbaka

Håkan med personal



NYHETSREV

För att anmäla dig till nyhetsbrev, scanna med kameran på din mobil.



TRIPADVISOR

För att skriva din recension, scanna med kameran på din mobil.



Kajkanten Vrångö



@kajkantenvrango



Tripadvisor Kajkanten Vrångö

KAJKANTEN VRANGO



Betalning

Du har troligtvis redan betalat för din vistelse. Om du har bokat något extra under din tid här kan du betala för det via Swish eller kort.

Swish Kom ihåg att ange ditt bokningsnummer när du swishar.

Kortbetalning Kom gärna förbi kontoret om du vill betala med kort.



SCANNA FÖR BETALNING

Glöm inte att ange
ditt bokningsnummer!

Tusen tack!

Payment

You have most likely already paid for your stay. If you have booked any additional services during your time here, you can pay with card at the office.