



GUIDE FOR GÆSTER MED DIAGNOSER

Velkommen til ØSTPAA Festival.

Denne guide er til dig, der har autisme, ADHD, angst, stress eller lignende udfordringer. Vi har gjort os umage for at skabe trygge rammer og give dig en god oplevelse.

FØR DU KOMMER

- **Se pladsen på forhånd** Du kan finde et oversigtskort og guidede videogennemgange af området på ostpaa.dk
- **Koncertstemning og artister** Alle scener er indendørs og derfor velegnede i al slags vejr. Under punktet "Artister og stemninger" nedenfor finder du en oversigt over de forskellige kunstnere og hvad du kan forvente af deres optrædener.
- **Planlæg dit ophold** Du kan vælge mellem to campingområder: "Hans Verners mark" (tæt på indgang, toilet og lille bod) og "Verdens Ende" (roligere og mere afsides med større afstand mellem teltene).
- **Ledsagerkort** Vi accepterer ledsagerkort. Din ledsager får gratis adgang.

- **Rejsen til Bornholm** Du kan tage til Bornholm med bil, fly eller Kombardoekspressen. Sidstnævnte afgår fra København og er en nem samlet rejse inkl. færge, der tager ca. 3 timer og 20 minutter. Ved tidlig bestilling kan du ofte få billet fra ca. 119 kr. Du skal selv finde og købe rejsen til/fra Bornholm. Dette fås ikke gennem ØSTPAA's system.
- **Om området** ØSTPAA afholdes på en gammel, nedlagt svinefarm under ombygning til kulturgård. Forholdene er rustikke - du kan støde på ujævn jord, mudder, støv, brændenælder og gamle bygninger. Der er fast gulv i alle laderne med scener. Gården er omgivet af haver, skov og åbent land. Der er ca. 4,8 km til nærmeste indkøb (Brugsen i Østermarie). Vi forventer 500-600 gæster per dag, og der er masser af plads på området.

NÅR DU ER PÅ FESTIVALEN

- **Stillekupé: Fristalden** Et roligt og hyggeligt sted mellem talks og foredrag. Her finder du dæmpet belysning, bløde møbler, puder, brætspil, bøger og kreative materialer. Du har adgang til vand og det ligger tæt på toilet og indgangen.
- **Særligt område i Storladen** Under koncerterne i Storladen finder du bagerst et afmærket område med færre mennesker og god plads. Her er let adgang til udgang og toilet.
- **Frivillige med viden** Vores frivillige er trænet i at møde dig med forståelse. Du kan kende dem på deres CREW-tshirts.
- **Skilte og farver** Vi bruger tydelige farver og pile, store oversigtskort og ophængte programmer, så du nemt kan finde rundt og se, hvad der sker hvornår.
- **Mad og drikke** Der er én madbod på pladsen, "Den Gamle Barber", som er åben fra festivalen åbner til den lukker. Menuen består (forbehold for ændringer):

- Morgen (fra kl. 8-10, kun for overnattende): Croissant, bolle med ost, overnight oats
- Hele dagen: Veganske kager
- Frokost/aften (fra kl. 11 til luk): Kopnudler, daal, gryderet, salat, cheeseburger, m.m.
- Aften (fra kl. 17 til luk): Rød hotdog og blomkålssuppe Retterne løber tør i løbet af dagen – kom tidligt, hvis du vil være sikker på noget specifikt.

På campingområdet findes en bod i en campingvogn med kolde drikke, snacks og mobilopladning.

Der er tre barer på festivalen:

- *Grisbas Bar*: Drinks, fadøl, sodavand, vand og snacks med tag-terasse
- *Gylle Bar*: Fadøl, sodavand, vand og snacks
- *Kofods Kaffe*: Vin og stærke drikke/spiritus

- **Toiletter** Alle toiletter har træk og slip med vand og bliver gjort rene løbende.
 - *Lille Torv (Balladen)*: 2 toiletter i fast bygning
 - *Store Torv (Møddingen)*: Toiletvogn med 5-8 toiletter
 - *Campingområde (nær indgangen)*: Toiletvogn for overnattende
- **Mad & opladning i Fristalden** Hvis du har særlige behov og af den grund medbringer egen special mad, kan du købe plads i et fælleskøleskab (du får en plastkasse). Der er selvbetjening og begrænset antal pladser. Med køleplads følger adgang til mikrobølgeovn. Du kan også oplade din mobil i Fristalden for 10 kr.
- **Wi-Fi** Der er trådløst internet tilgængeligt på Lille Torv, i Balladen og i Fristalden. Bemærk at hastigheden kan være begrænset, især når mange bruger det samtidigt.
- **Psyk-samaritter** På Boulevarden mellem Store og Lille Torv finder du psyk-samaritterne – fagpersoner fra psykiatrien, der er her som frivillige. Du kan tale med dem, hvis noget føles svært.

- **Betaling** Der kan ikke hæves kontanter på pladsen. Vi modtager MobilePay og betalingskort.

TRANSPORT: SHUTTLEBUS

Der kører shuttlebus mellem ØSTPAA Festival og byerne Østermarie, Nexø og Svaneke.

- Shuttle stopper tæt på festivalens indgang
- Begrænsede afgangse fredag, lørdag og søndag (se tider på ostpaa.dk)
- Tiderne er koordineret med de lokale offentlige BAT-busser fra Rønne
- Du køber billet på ostpaa.dk - én billet pr. tur

Har du særlige behov i forbindelse med transporten, så kontakt os i god tid - så hjælper vi dig bedst muligt.

ARTISTER OG STEMNINGER

Her kan du se en oversigt over festivalens optrædende og deres typiske koncertstemning - så du kan vælge det, der passer bedst til dig:

- **Baby in Vain** - Indie rock med smuk, intens og mørk stemning
- **Bjarke Mogensen** - Klassisk og nutidig akkordeonmusik; intens, men rolig lytteoplevelse
- **Carl Knast** - Eksperimenterende elektronisk rap med humor og absurditet
- **Cesilia** - Drømmende og festlig pop med blød vokal og poetiske tekster
- **Elias Rønnenfelt** - Intens og poetisk rock med eksperimentelle elementer og stærk følelsesmæssig tilstedeværelse
- **Gorgeous** - Melodisk indie pop rock
- **Ivyxm** - Elektronisk, atmosfærisk urban med tunge beats - ofte mørk og intens
- **Jacob Bellens** - Introspektiv og melodisk pop med rolig energi og følsom stemning
- **Karen Mukupa** - Energisk og inkluderende hiphop med glad og rytmisk stemning
- **Katinka (solo)** - Poetisk og ærlig dansk indiepop, rolig og intens

- **Klumben & Raske Penge** - Dancehall og reggae med høj festfaktor og meget bevægelse
- **Mattias Kolstrup (solo)** - Energisk pop med elektronisk lyd og karismatisk sceneoptræden
- **Rigmor** - Melankolsk, melodisk indie-rock med høj emotionel intensitet
- **Zoumer** - Eksperimenterende elektronisk musik, ofte meditativ og stemningsfuld
- **Østen** - Dansk pop, folketoner og nordisk lyd - rolig, nærværende og drømmende

NÅR NOGET FØLES SVÆRT

- Du kan altid søge ro i Stillekupéen
- Tal med en psyk-samarit, hvis du har brug for støtte
- Frivillige har kontaktinfo til ansvarlige, hvis du har brug for hjælp

EFTER FESTIVALEN

Har du lyst til at dele feedback? Skriv til os på ostpaafestival@gmail.com. Vi vil meget gerne høre, hvordan vi kan blive endnu bedre.

Vi glæder os til at se dig til ØSTPAA Festival - og vi gør alt, hvad vi kan, for at du skal føle dig velkommen og tryk.