



GULDKANTEN

Färnäs månadsblad

Februari 2026

Här är du välkommen för en stunds sällskap. Genom gemenskap, social samvaro och kulturella upplevelser sätter vi guldkant på tillvaron. Kom och ta en kopp kaffe, upplev eller gör tillsammans.

Varje tisdag mellan 12:30 – 15:30
Färnäs bygdegård

Varje månad skapar vi ett månadsblad med information om vilka aktiviteter vi erbjuder. Prata gärna med vår personal om du har önskemål!



**MORA
KOMMUN**

Tisdag 3 februari

10:00 Välkommen till en trivsamt stund med gemenskap i fokus. Vi träffas för att samtala, skratta och umgås i lugn takt. För den som vill finns möjlighet att få inspiration och hjälp att skriva ner "min livshistoria" eller bara sitta med och prata. Kom gärna med idéer!

11:00 Våffellunch med sylt och grädde. Guldkanten bjuder på lunchen, anmäl er gärna till Karin eller Johanna senast fredag 30 januari.

12:30 Genomgång av övningarna för stationsträningen.

12:45 Stationsträning, övningar för styrka, balans och kondition.

13:30 Fika, du är välkommen för en stunds sällskap. Möjlighet att köpa fika.

14:00 Korta möten människor emellan – enkla frågor och mingel.

Tisdag 10 februari

12:30 Genomgång av övningarna för stationsträningen.

12:45 Stationsträning, övningar för styrka, balans och kondition.

13:30 Fika, du är välkommen för en stunds sällskap. Möjlighet att köpa fika.

14:00 Nyfiken på det digitala livet? Vi kollar på ett avsnitt av Seniorsurfarna på SVT Play och provar sedan göra några digitala övningar tillsammans.

Tisdag 17 februari

Guldkanten är flyttad till Mora Parken adress: Parkvägen 4B

12:30 Kom och prova på bowling, anmäl er gärna till Karin eller Johanna senast fredag 13 februari. För de som vill fika efteråt så går vi till ett gemensamt café.

Tisdag 24 februari

Guldkanten är flyttad till Mora Kulturhus / Mora bibliotek Köpmannagatan 4

13:30 Guidad visning av utställningen "Här ifrån och hit" av May Lindholm & Lisbeth Boholm. Samt utställningen **"Personligheter ur Moras historia"**

För de som vill fika efteråt så går vi till ett gemensamt café.

Med reservation för ändringar i programmet.

Besök gärna vår webb på morakommun.se/guldkanten för mer information.

Guldkanten är öppen för alla i den senare halvan av livet. Kom och var med!

Ledsagare tas med för personliga behov.

Kontakt

Karin Sten

karin.sten@mora.se

0250-265 86

Johanna Lindström

johanna.lindstrom@mora.se

0250-291 13

