

GULDKANTEN

Månadsblad Våmhus bygdegård

November 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.

VÅMHUS BYGDEGÅRD, torsdagar
Jämna veckor 12.30.15:30

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

MORA KOMMUN

Månadsblad Våmhus bygdegård

Torsdag 12 november
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 Mora bygdearkiv visar bildspel med arkivbilder ur arkivets fotosamlingar med lite extra inriktning på just din by eller socken.

Tisdag 10 november
11:00 Guidad visning på Zorngården. En visning tar ca 45 minuter.
Begränsad framkomlighet, ej möjligt att besöka med rullstol/rullator.
Adress: Vasagatan 34 OBS, begränsat antal platser.
Anmäl er till Karin eller Johanna senast 6 november.

Fredag 13 november
13:30 Guidad visning Falugruva. Under ditt besök kommer du att upptäcka 1000 år av historia. Inför den guidade turen i gruvan är det några saker som är viktiga att veta:

- Ni träffar guiden på Gruvplatsen vid klockstapeln (fråga vår personal i Besökscenter om ni har svårt att hitta)
- Visningen tar en timme och du måste kunna gå i trappor för att delta
- Det är cirka 400 trappsteg och totalt 600 meters promenad
- Det är sex grader varmt i gruvan och ganska blött och smutsigt, ha oömma skor och en varm tröja

Adress: Gruvplatsen 1, 791 61 Falun OBS, begränsat antal platser.
Anmäl er till Karin eller Johanna senast 6 november.

Torsdag 26 november
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 Föreläsning: Demens/kognitiv sjukdom – bemötande, stöd och hjärnhälsa. Antalet personer med demens ökar i samhället. Den här föreläsningen ger dig inblick i vad demens är, råd om bemötande i vardagen och information om vilket kommunalt stöd som finns att få för både drabbade och anhöriga. Du får även information om hur livsstilen kan främja din hjärnhälsa.

Med reservation för ändringar i programmet.
Besök gärna vår webb på morakommun.se/guldkanten för mer information.

Guldkanten är öppen för alla äldre. 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