



Kultur- og aktivitetsprogram

Vinter/vår 2024
Florø og omland



Innholdsliste

- 3 Kva er LEV VEL
- 4 Kva er Ope hus
- 6 Program Ope hus våren 2024
- 11 SMS om Ope hus
- 12 Faste aktivitetar
- 18 Få besøk
- 19 Bli frivillig
- 20 Serviceskyssruter
- 22 Open kafé Havglytt
- 23 Om Senioruniversitetet i Florø
- 24 Program Senioruniversitetet våren 2024
- 26 Kystmuseet i Sogn og Fjordane
- 28 Bordgleder
- 29 Middagsven
- 30 Meir informasjon
- 31 Bli med i lag og organisasjonar

Kva er LEV VEL?

LEV VEL – kultur for helsa, er Kinn kommune sitt arbeid innan kultur og helse, livskvalitet og musikkterapi. LEV VEL er organisert gjennom kommunalområdet helse og velferd, og arbeider tett i samarbeid med kultur og fritid. Helse og velferd legg til rette for gode kvardagar og livskvalitet for innbyggjarane, uansett fase i livet. Samarbeidspartnarar som Kystmuseet, Havglytt Origod, Kinn kyrkjekontor, pensjonistlaga, Senioruniversitetet og ulike lag og organisasjonar er med å bidrar til at vi kan invitere til ulike lågterskeltilbod for vaksne.

LEV VEL ønskjer å fremje eit breidt spekter av aktivitetar ute i lokalsamfunnet, med alt i frå større kulturelle arrangement til møte mellom menneskje, ein-til-ein.

Kven er i LEV VEL-teamet?

- Jorunn Bakke Nydal, fagleiar miljø, musikkterapi og livskvalitet
- Martine Bortheim, samfunnskoordinator
- Tore Skarstein, kokk, Bordgleder



Kvifor kultur og aktivitet?

Kultur har stor betydning for fellesskapet og kvar enkelt av oss. Kulturoppleving og deltaking kan gje oss ei kjensle av samhald, samanheng og gode kvardagsopplevingar. Anten ein er ung eller gamal, kan det å delta på kulturaktivitetar bidra til å halde oss friske lenger.

Kva er Ope hus?

Ope hus er varierte kulturaktivitetar som finn stad i Florø torsdagar kl. 13.00. Ope hus har eit variert program med noko for ein kvar smak. Tilbodet er i regi av Kinn kommune, og målet med Ope hus er gode fellesopplevingar og at vi kan bli kjent gjennom kultur og samtalar. Eit eige Ope hus-program for våren finn du på side 6 – 9 i denne brosjyra.

Aktivitetane varierer frå veke til veke, og rullerer mellom våre samarbeidspartnarar:

- **Florø folkebibliotek** byr på spanande føredrag med ulike tema.
- **Kystmuseet** har aktivitetar retta mot kystkultur og tradisjon.
- **Florø kyrkje** inviterer til utstillingar og føredrag.
- **Florø frivilligsentral** bidreg med quiz, bingo og anna aktivitet saman med lag og organisasjonar.
- **Florø Pensjonistlag** arrangerer fellesmiddag på Havglytt saman med representantar frå LEV VEL-teamet.

Gå i lag med nokon?

Dersom du ønskjer å gå i lag med nokon på eit arrangement, slå på tråden då vell!

tlf.: 97 99 18 02 (samfunnskoordinator)

tlf.: 90 22 26 92 (Florø frivilligsentral)

Følg oss!

LEV VEL er både på Facebook og Instagram. Følg oss, for å få med deg kva som skjer!



Fotosamling av Jan Tore Jagedal.

OPE HUS

Vårsemester 2024

Torsdagar – gratis transport til alle Ope hus-arrangementa for deg i Florø- og Brandsøyområdet.
For bestilling ring tlf.: 57 75 60 03 (Servicetorget i Florø) innan kl. 12 dagen før.

FEBRUAR

| | |
|---|---|
| Mat og prat 1. februar Kl. 13.00 Havglytt | Mat smakar betre i godt lag, bli med på fellesmiddag! Raspeballar kr. 50. Påmelding i resepsjonen på Havglytt eller tlf.: 90 23 48 99. Begrensa antal plassar. |
| Føredrag 15. februar Kl. 13.00 Kystmuseet | Oppbygging og nedbygging - historia til Florø sjukehus ved Trygve Nybø. |
| Bingo 22. februar Kl. 13.00 Havglytt | Bli med på bingo! Flotte premiar. Gratis kaffi og noko attåt. Arrangør: Florø frivilligsentral. |
| Føredrag 29. februar Kl. 13.00 Florø folkebibliotek | Harastølen – den lange og mangfaldige historia. Kvifor er eit så gigantisk byggverk plassert på ei isolert fjellhille? I over 90 år har Harastølen vore ein heim for menneskje som var utstøytte frå samfunnet. Møt forfattar Oddrun Midtbø som tek oss med inn i historia. |

MARS

| | |
|--|--|
| Mat og prat 7. mars Kl. 13.00 Havglytt | Mat smakar betre i godt lag, bli med på fellesmiddag! Raspeballar kr. 50. Påmelding i resepsjonen på Havglytt eller tlf.: 90 23 48 99. Begrensa antal plassar. |
| Folketonar 21. mars Kl. 13.00 Florø kyrkje | Ein konsert med kjende folketonar frå Vestlandet – ein skatt vi ikkje må miste. Folkesongar og organist Gro Gunnarson, Inge Reksten på trekkspel og Jorunn Bakke Nydal på piano. |



APRIL

Mat og prat

4. april
Kl. 13.00
Havglytt

Mat smakar betre i godt lag, bli med på fellesmiddag! Raspeballar kr. 50. Påmelding i resepsjonen på Havglytt eller tlf.: 90 23 48 99. Begrensa antal plassar.

Føredrag

18. april
Kl. 13.00
Florø folke-
bibliotek

Fyra våre. Stein Malkenes, tidlegare leiar i Norsk Fyrhistorisk forening, vil fortelje om historia til nokre av fyra i Kinn, med vekt på Stabben, Ytterøyane og Kvanhovden.

Sild og song

25. april
Kl. 13.00
Kystmuseet

Kvardagskost og festmusikk på Kystmuseet. Vi serverer sild og potet til levande musikk. Påmelding til tlf.: 98 26 98 54 (Kystmuseet).



MAI

Mat og prat

2. mai
Kl. 13.00
Havglytt

Mat smakar betre i godt lag, bli med på fellesmiddag! Raspeballar kr. 50. Påmelding i resepsjonen på Havglytt eller tlf.: 90 23 48 99. Begrensa antal plassar.

Liv og mylder i Strandgata

16. mai
Frå kl. 11.00

Bli med på ei tidsreise gjennom Strandgata, der vi markerer Florø sin bursdag. Opplev kvardagslivet og byens butikkar gjennom byvandring og myldring, med innslag frå ulike tidsepoker. Samarbeid med Byen Vår Florø, Florø Historielag m.fl.

Bingo

30. mai
Kl. 13.00
Havglytt

Bli med på bingo! Flotte premiar. Gratis kaffi og noko attåt. Arrangør: Florø frivilligsentral.

JUNI

Mat og prat

6. juni
Kl. 13.00
Havglytt

Mat smakar betre i godt lag, bli med på fellesmiddag! Raspeballar kr. 50. Påmelding i resepsjonen på Havglytt eller tlf.: 90 23 48 99. Begrensa antal plassar.

Parkdag

13. juni
Kl. 13.00
Kyrkjeparken

Kom og lær om parken før og no. Det blir mimring og historieforteljing v/Grete Amundsen. Enkel servering.

Nilsenslippen

20. juni
Kl. 13.00
Kystmuseet

Motordur og 80 meter drivreim på Nilsenslippen. Bli med å få start på maskinene i den mekaniske verkstaden.



Telefonnummer til Ope hus-aktørane

Havglytt, tlf.: 90 23 48 99 / 57 75 02 40

Florø kyrkje, tlf.: 48 10 04 81

Florø folkebibliotek, tlf.: 57 75 60 55

Florø frivilligsentral, tlf.: 90 22 26 92

Kystmuseet, tlf.: 98 26 98 54

Florø Pensjonistlag, tlf.: 48 28 25 15

Gratis SMS om Ope hus og Senioruniversitetet?

På dagtid kvar torsdag kan du delta på ulike arrangement i Florø. Arrangørane LEV VEL, Kinn kommune og Senioruniversitetet i Florø tilbyr ei gratis SMS-løysing for deg som ønskjer å vere meir aktiv på kulturfronten. Vi tilbyr eit variert og innhaldsrikt program, og du kan delta på alt i frå konsertar til utstillingar, fellesmiddagar og føredrag. Ønskjer du å motta ein gratis SMS om det som skjer?

Kvifor SMS?

- ▶ Du får oppdatert informasjon dersom det er avvik i programmet
- ▶ Du treng ikkje nytte sosiale media, du får informasjonen rett inn på din telefon
- ▶ 350 innbyggjarar nyttar denne smarte tenesta, bli ein av dei du òg!



For gratis SMS, send oss ei melding med kodeord «ope hus» til tlf.: 97 99 18 02.



FASTE AKTIVITETAR

MÅNDAGAR

| | |
|--|--|
| Sirkeltime Kl. 11.00-12.00 Spent | Trening i sal v/ fysioterapeut Mykola. Trening av store delar av kroppen gjennom varierte øvingar. Forflytning til ulike stasjonar med og uten vekter. Tlf.: 45 96 63 68 |
| Andakt/song Kl. 11.00 Frelsesarmeen | Velkommen til hjemforbund, ein stad for samtale om tru og fellesskap. Kaffi, andakt og song. Tlf.: 92 23 86 45, Tarald Olav |
| Trimgruppe Kl. 11.10-12.00 Havglytt | Ved fysioterapeut Weronica Kinn Breidvik. Kr. 50 per gong. Ope for alle. Tlf.: 90 68 82 77 |
| Møteplass Kl. 12.00-14.00 Røde kors-huset | For kvinner som er heime på dagtid. Sosialt og aktivt. Varierte aktivitetar med litt for ein kvar smak. Tlf.: 47 31 67 63, Saba Berhane |
| Bassengtrening Kl. 15.15-16.15 Havhesten | Utan musikk. Lett belastning, passar for alle. Ingen påmelding. Billettsal. Tlf.: 57 75 67 20 |
| Bordtennis Kl. 17.00 Frelsesarmeen | Møteplass for deg som vil spele bordtennis eller brettspel, prate og ha det kjekt! Tlf.: 92 23 86 45, Tarald Olav |
| Sykveld Kl. 18.00-21.00 Havglytt | Både maskin og handsøm – første måndag i månaden. Arr.: Søm- og strikkedillaklubben. Tlf.: 92 44 86 71, Tove Herland |
| Husflid Kl. 19.00-21.00 Furuholmen | Aktivitetsmøte for Florø Husflidslag, første måndag i månaden. Lær husflidsteknikkar i hyggeleg lag. Ope for alle. Tlf.: 95 70 04 25, Linn-Beate Haarberg |

TYSDAGAR

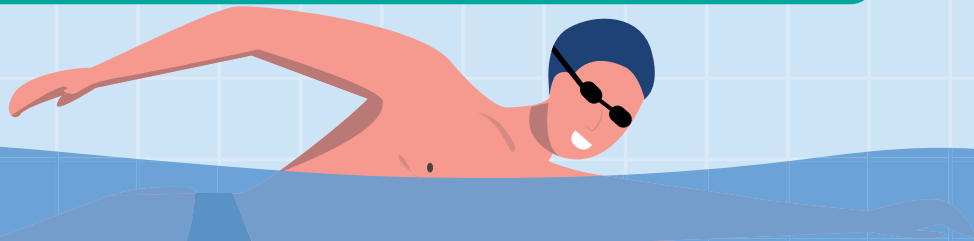
| | |
|--|---|
| Styrketrening Kl. 10.00-11.00 Spent | Trening på apparat med instruktør. 2 veker gratis for nye medlem. Tlf.: 45 96 63 68 |
| Styrketrening Kl. 11.00-12.00 Spent | Trening på apparat, med instruktør. 2 veker gratis for nye medlem. Tlf.: 45 96 63 68 |
| Strikkekafé Kl. 11.00-14.00 Havglytt | Søm- og strikkedillaklubben. Tlf.: 92 44 86 71, Tove Herland |
| Strikketreff Kl. 11.00-14.00 Allhuset i Eikefjord | Eikefjord LivOGLyst arrangerer strikketreff kvar tysdag på Allhuset. Kom innom for ein hyggeleg prat! Ta med niste, vi spanderar kaffe. Tlf.: 48 23 33 91, Gitta Sas |
| Språk-undervisning Kl. 12.00-13.30 Havglytt | Med liv og lyst - språkundervisning for deg med innvandrarakgrunn. Annankvar tysd.; 16. og 30. jan., 13. og 27. feb., 12. og 26. mars, 9. og 23. april, 14. og 28. mai, 11. juni. Song og prat. Vi rører på oss til god musikk. Lett servering. Gratis deltaking. Tlf.: 92 20 91 89, Herdis Dyvik |
| Zumbadans Kl. 13.30 Havglytt | Kom i godt humør med zumba gold dance! Trening fullt av vakre rytmar. Utdanna instruktør. Ingen erfaring naudsynt. Kr. 50. Tlf.: 93 80 24 97, Sanja Dukanac |
| Bassengtrening Kl. 14.30-15.30 Havhesten | Trening i terapibasseng for medlem i Flora Revmatikarlag. Tlf.: 95 87 67 87, Britt Maret Sunde |
| Seniordans Kl. 16.00-18.00 Havglytt | Dans og sosialt samvær. Tlf.: 90 69 77 98, Bjørg Holmen |
| Strikketreff Kl. 18.00 Frelsesarmeen | Strikkefellesskap med samtale rundt bordet. Velkommen! Tlf.: 92 23 86 45, Tarald Olav |
| Sjakk Kl. 18.00 Klubbhuset, stadion | Bli med å spel sjakk i triveleg lag! Tlf.: 95 10 04 13, Rune K. Rynning |

ONSDAGAR

| | |
|---|---|
| Bassengtrening Kl. 09.00-10.00 Havhesten | Utanom opningstid. Utan musikk. Billettsal. Ingen påmelding. Tlf.: 57 75 67 20 |
| Bassengtrening Kl. 11.00-12.00 Havhesten | Med musikk og instruktør. Ingen påmelding. Billettsal. Tlf.: 57 75 67 20 |
| Korøving Kl. 11.00-13.00 Havglytt | Med blandakoret Sangglede. Ope for alle. Tlf.: 57 75 62 40, Kinn kulturskule |
| Onsdagstreff Kl. 11.30 Helsehuset | Velkommen til ein sosial samlingsplass. Ta gjerne med deg handarbeid. Gratis lunsj og kaffi. Arrangør: Florø Sanitetsforening. Tlf.: 99 16 09 54, Edith Bjørnseth |
| Kino Kl. 13.00 Florø kino | Senior kino – kino på dagtid. I samarbeid med Senioruniversitetet i Florø viser vi utvalde kvalitetsfilmar siste onsdag i månaden. |
| Språkkafé Kl. 17.30-19.00 Florø folkebibliotek | For deg som treng norsktrening. Kaffi, snacks og god stemning. Ope for alle uansett nivå. Arr: Flora Røde Kors. Tlf.: 47 31 67 63, Saba Berhane |
| Kløvertur Kl. 18.00 Helsehuset | Med Florø Sanitetsforening. Lågterskeltur. Oppmøte i Markegata 61. Tlf.: 91 36 70 12, Elisabeth Sande |
| Bridge Kl. 18.00 Røde kors-huset | Bli med å spel bridge i triveleg lag! Ingen forkunnskapar naudsynt. Kr. 40 inkl. kaffi. Tlf.: 90 99 17 56, Asgeir Øvrebotten |

TORSDAGAR

| | |
|---|---|
| Fellestur Kl. 10.00 | Formiddagstur med Flora Turlag. Alle som kan gå tur i terreng i 3–4 timer kan vere med. Sjå www.dnt.no/flora for påmelding. Tlf.: 48 11 95 77 |
| Saltrening Kl. 11.00-12.00 Spentst | Styrke og koordinasjon i sal, med fysioterapeut Weronica Kinn Breidvik. Frukt og kaffi etter timen. 2 veker gratis for nye medlem. Tlf.: 45 96 63 68 |
| Senioryoga Kl. 11.00-12.00 Havglytt | Du treng ikkje å ha trent yoga før for å vere med. Alle øvingane blir tydeleg vist og forklart. Tlf.: 95 81 42 44, Margunn Belsvik |
| Kultur/føredrag Kl. 11.00-14.00 | LEV VEL og Senioruniversitetet inviterer til føredrag og kulturopplevingar. Sjå eige program i brosjyra. |
| Fellestur Kl. 12.30 | Tur i nærområdet. Arr.: Flora Revmatikerlag. Oppmøte på Havglytt. Passar for alle. Ca. 1,5 time. Tlf.: 95 87 67 87, Britt Maret Sunde |
| Medlemsmøte Kl. 16.00-19.00 Allhuset i Eikefjord | Eikefjord pensjonistlag. Fyrste torsdag i månaden (utanom feriar). Variert program, mat og drikke. Tlf.: 47 64 54 58, Solbjørg Tonheim |
| Ettermiddagskaffi Kl. 16.00-17.30 Kyrkjetoget | God prat, song og påfyll. Kaffi og vaflar. Velkommen til eit sosialt treff på Kyrkjetoget. Tlf.: 48 10 04 81, kyrkjekontoret |
| Bordtennis Kl. 17.00 Frelsesarmeen | Velkommen til ei kjekk treningsøkt med oss på Frelsesarmeen. Tlf.: 92 23 86 45, Tarald Olav |
| Medlemsmøte Kl. 18.00 Havglytt | Florø Pensjonistlag. Siste torsdag i månaden. Musikk, song, lotteri, mat og kaffi. Tlf.: 48 28 25 15, Reidun Espeland |
| Vanntrening Kl. 19.00 Havhesten | Medium styrke. Ope for alle. Ingen påmelding. Billettsal. Tlf.: 57 75 67 20 |



FREDAGAR

| | |
|--|---|
| Bassengtrening Kl. 09.00 – 10.00 Havhesten | Utanom opningstid, utan musikk. Ingen påmelding. Billettsal. Tlf.: 57 75 67 20 |
| Bassengtrening Kl. 11.00 – 12.00 Havhesten | Med musikk og instruktør. Ingen påmelding. Billettsal. Tlf.: 57 75 67 20 |
| Open kafé Kl. 11.00-14.00 Allhuset i Eikefjord | Samarbeid mellom fleire frivillige organisasjonar i Eikefjord. Open møteplass for alle, der ein kan prate over ein kaffikopp og ein vaffel. Nokre gonger vert det enkelt kulturprogram med lokale heltar. Tlf.: 90 22 26 92 |
| Helse- gymnastikk Kl. 12.00-13.00 Spenst | Bøy og tøy med egen kroppsvekt. Pusteøvelsar. 2 veker gratis for nye medlem. Tlf.: 45 96 63 68 |
| Gudsteneste Kl. 18.00 Frelsesarmeen | Fellesskap med song, andakt og årsal. Annankvar fredag (oddetalsveker). Velkommen! Tlf.: 92 23 86 45, Tarald Olav |
| Fredagsdans Kl. 20.00 Florø kulturhus | 9. februar spelar Down Home Boys svingande dansemusikk frå 50- og 60-talet. Følg med på LEV VEL si Facebookside for fleire datoar. |



SØNDAGAR

| | |
|---|---|
| Open gard Kl. 10.00-14.00 Soldalen besøksgård | For heile familien. Omvising, dyrekos og ridetur frå kl. 11.00–12.00. Grillhytte. Tlf.: 92 46 22 01, Tonje Terøy |
| Gudsteneste Kl. 11.00 Florø kyrkje | I Florø kyrkje kvar søndag |
| Gudsteneste Kl. 11.00 Frelsesarmeen | På Frelsesarmeen kvar søndag |
| Gudsteneste Kl. 11.00/15.00 Eikefjord kyrkje | I Eikefjord kyrkje to gongar per måned kl. 11.00 eller kl. 15.00 |
| Gudsteneste Kl. 11.00/15.00 Stavang kyrkje | I Stavang kyrkje ein gong per måned kl. 11.00 eller kl. 15.00 |
| Gudsteneste Kl. 11.00/15.00 Nordal kyrkje | I Nordal kyrkje ein gong per måned kl. 11.00 eller kl. 15.00 |



FÅ BESØK

«Få besøk» er eit tilbod til Kinn kommune sine innbyggjarar. Målet er å skape meir aktivitet og fellesskap. Ein kan til dømes få ein besøksven eller delta i ein gruppeaktivitet.

Ønskjer du informasjon om aktivitet og fellesskap i ditt område, eller ønskjer du å vite meir om kva det vil sei å få ein besøksven?

Ta kontakt for ein uformell prat!

Martine Børtheim

Samfunnskoordinator, Kinn kommune

Tlf.: 97 99 18 02

Mail: martine.bortheim@kinn.kommune.no

SJÅ FILM

På heimesida til «Leve heile livet» kan du sjå den lokale filmen «Møte mellom menneske». Her får du eit innblikk i korleis det er å vere frivillig og få besøk av nokon.

Du finn filmen på nettsida: www.kinn.kommune.no/lhl

DIGITAL SØKNAD

For å komme direkte til Kinn kommune sitt søknadsskjema «få besøk eller bli meir aktiv», slå på nettilgang på din telefon, opne kamera-appen og pek den mot QR-koden. Klikk på den gule lenka som dukkar opp for å få tilgang til innhaldet.

Fyll ut skjema, så tek vi kontakt!



BLI FRIVILLIG

Ønskjer du å bety noko for andre og gjere ein skilnad? Vi har behov for alt i frå besøksvenner til lesevenner og frivillige som har gruppeaktivitet på institusjon, som til dømes song- eller turgruppe, lese- og skrivegruppe. Her er det mange mogelegheiter.

Ønskjer du å vite meir om frivilligheit eller kva du kan bidra med?

Kontaktinformasjon

Bente Nilsen

Leiar, Florø frivilligsentral

Tlf.: 90 22 26 92

Mail: bente.nilsen@kinn.kommune.no

Adresse: Markegata 51, Florø kulturhus

Kinn kommune, Servicetorget, 57 75 60 00



SERVICSKYSSRUTER

Serviceskyss er eit transporttilbod i Kinn som er ope for alle og skal vere tilrettelagt for alle. Serviceskyss går fredagar frå Sundalen, Norddal til Florø. Til Eikefjord går det også rute fredagar frå Stavang, Steinhovden, Steindal og Høyvika.

Sjå www.skyss.no - serviceskyss.

Bestilling

Alle som skal vere med serviceskyssruta må bestille på førehand.

Bestilling skjer på tlf.: 91 89 64 00 innan kl. 15.30 virkedagen før.

Pris: 30 kroner kvar veg.



RUTETIDER FREDAG

(Rutene går ikkje siste fredag i månaden)

Ruta Steindal – Svardal – Eikefjord

Morgon:

Svardal – Osen – Eikefjord ca. kl.11.30

Ettermiddag:

Eikefjord ca. kl. 13.30 – Osen – Svardal

Ruta Stavang – Steinhovden – Eikefjord

Morgon:

Stavang – Litle Høydal – Steinhovden – Eikefjord ca. kl. 11.30

Ettermiddag:

Eikefjord ca. kl. 13.30 – Steinhovden – Litle høydal – Stavang

Ruta Sundalen – Norddal – Florø

Morgon:

Sundalen – Norddal – Florø ca. kl. 09.30

Ettermiddag:

Florø – Norddal – Sundalen kl. 13.30



OPEN KAFE – AKTIVITETSSENTERET HAVGLYTT

Opningstider og matservering

- Huset er ope kvardagar mellom kl. 08.30 – 15.30
- Middagsservering frå kl. 11.30

I kafeen kan ein kjøpe rimelege og gode middagar som ein kan spise her eller ta med heim. Ein kan også bestille kaker, rundstykker og snittar m.m.

På Havglytt kan du berre stikke innom for ein prat, lese dagens avis eller delta på ulike aktivitetar.

Velkommen!

For meir informasjon, ta kontakt på
tlf.: 57 75 02 40



SENIORUNIVERSITETET I FLORØ

Kva er eit Senioruniversitet i Norge og kva blir det i Florø?

Senioruniversiteta kallast også ein U3A-organisasjon, universitet for den 3. alder. I Norge finst det mange slike spreidd rundt i landet, og flest i dei store byane. Dei har varierende innhald og organisering, og på trass av namnet er dei ikkje i universitetssystemet. Felles er at dei gir eit tilbod om eit sosialt fellesskap rundt emne av felles interesse. Det vanlege er korte førelesingar av høg kvalitet på dagtid.

I Florø har Senioruniversitetet sine føredrag andre torsdag i månaden, frå kl. 11.00 – 13.00 på Havglytt. Vi legg opp til at det alltid blir kaffi og samtale i etterkant.

Vel møtt!

Sjå detaljert program for våren på neste side.



Betalingsinformasjon

Semesterkort: 300 kroner for alle fire samlingane til kontonummer:
3705 50 70238

Bruk eventuelt betalingstenesta Vipps og betal 100 kr. for kvar samling.

SENIORUNIVERSITETET I FLORØ

VÅRSEMESTER 2024

Torsdag 11. januar – Framtidsretta næringsliv i Florø

Trond Strømgren, Sales Manager hos Evoy, har brei bakgrunn og kjenner næringslivet i Florø godt. Han ser på kva ressursar vi har som potensiale her på kysten, og legg spesielt vekt på alt det spennande som no er under utvikling.

Havglytt kl. 11.00 – 13.00



Torsdag 15. februar – Årsmøte i Senioruniversitetet i Florø
Alle med semesterkort for våren 2024 er velkomne.
Biblioteket på Havglytt kl. 11.00

Torsdag 14. mars – Lokalt gull i Fylkesarkivet

Elsa Horne som har registrert fotograf Horne si store fotosamling, viser oss korleis vi kan leite oss fram i Fylkesarkivet. Ho har med seg fleire lokale gode forteljarar som bidreg med historier knytt til nokre av bileta.

Vi oppfordrar alle som ønskjer det, om å ha med iPad el.l. og få hjelp til å søke seg fram i Fylkesarkivet, etter den felles samlinga.

Havglytt kl. 11.00 – 13.00

(Vi kan halde fram ein time ekstra for dei som ønskjer det.)



Torsdag 11. april – Korleis vi kan ta vare på eiga helse gjennom heile livet

Oddrun Samdal, professor ved institutt for helse, miljø og likeverd (HEMIL), Universitetet i Bergen, held forelesinga. Her får vi viktige og gode tips som kan settast ut i livet umiddelbart, både for oss sjølve og for dei vi er glade i!
(Denne samlinga kan bli flytta, så følg med!).

Havglytt kl. 11.00 – 13.00



Torsdag 23. mai - Straff som endrar – eit heilskapleg blick på straffgjennomføring anno 2024

Ingunn Seim har sidan 2020 vore assisterande regiondirektør for straffgjennomføring i region Vest, med ansvar for alle typar straff som gjennomførast i Vestland og Møre og Romsdal.

(NB! Ny tid denne veka)

Havglytt kl. 12.00 – 14.00





Omvising i båthallen. Fotograf: Henning Hellebust/Musea i Sogn og Fjordane

Kystmuseet i Sogn og Fjordane

Livet til menneska langs kysten har alltid vore styrt av det havet gav dei. Det er desse historiene du kan oppleve på Kystmuseet gjennom utstillingar, føredrag og aktivitetar.

Museet ligg plassert i naturskjønne omgjevnader eit lite stykke utanfor Florø sentrum. Langs godt tilrettelagde turstiar kan du følgje natur- og kulturløypa vår. Du kan stikke innom den trivelege kafeen vår for ein prat, ein kopp kaffi og heimelaga kaker. Velkomen!

Opningstider vintersesong

Tysdag til fredag kl. 10.00 – 15.00

Opningstider sommarsesong

Måndag til fredag kl. 11.00 – 17.00

Laurdag og søndag kl. 12.00 – 16.00

www.misf.no





BORDGLEDER

Middag levert rett heim frå Bordgleder!



Velbekomme!

Ta kontakt, så sender
vi deg menyen vår!

Ring oss:
Florø : 90 94 77 35
Måløy: 91 75 60 87

Design: altkarendres.no © 2022



Middagsven

Får du mat levert frå Bordgleder kan du bestille ein ekstra rett éin gong pr. veke, som du kan spise ilag med nokon.

Bordgleder spanderer!

Ta kontakt med Bordgleder på tlf.: 47 46 80 90 for bestilling.

Dersom du ønskjer hjelp til å finne nokon å spise ilag med, ta kontakt med samfunnskoordinator i helse og velferd, tlf.: 97 99 18 02.



MEIR INFORMASJON

Brosjyrar med meir informasjon om frivilligheit, besøksven, samt kulturprogrammet finn du på Informasjon og service (Servicetorget) og på Florø kulturhus.

Adresse: Markegata 51, Florø
Tlf.: 57 75 60 00

Nettsider:

www.kinn.kommune.no • www.floro.frivilligsentral.no

BLI MED I LAG OG ORGANISASJONAR

Florø frivilligsentral har laga ei oversikt over lag og organisasjonar i Florø og omland, som har kultur- og aktivitetstilbod retta mot vaksne.

For meir informasjon om aktivitetane, gå inn på Florø frivilligsentral si nettside (lista finn du under «aktivitetar»).

www.floro.frivilligsentral.no



Meir moro i 2024

Kinn kommune v/Florø frivilligsentral har i år fått midlar frå Gjensidigestiftinga, noko som gjer at vi i 2024 kan tilby gratis transport og mat på ulike arrangement. For meir informasjon sjå Florø frivilligsentral si nettside/Facebook-side.



Følg med på kva som skjer!

Slå på nettilgang på din telefon, opne kamera-appen og pek den mot QR-koden. Klikk på den gule lenka som dukkar opp for å få tilgang til innhaldet.

