

Meir informasjon:

For oppdatert informasjon
om våre arrangement:

- facebook.com/levvelkinn
- kinn.kommune.no/lhl



Skru på nettilgang og ta bilde
av QR-koden for å komme til
LEV VEL si facebookside.



Kultur- og aktivitetsprogram

haust/ vinter 2021



Kinn kommune

OM LEV VEL

Kvifor kultur?

Kultur har stor betyding for fellesskapet og einskildindividet. Kulturoppleving og deltaking kan gje menneske ei kjensle av samanheng og gje oss reiskap til å møte utfordringar med eiga helse. Kultur er helsefremjande, førebyggjande og rehabiliterande.

Kva er LEV VEL?

I Kinn kommune har vi fått prosjektmidlar gjennom «Leve hele livet-reforma» til lokale tiltak, som vi i Kinn har kalla for «LEV VEL».

LEV VEL er prosjektet sitt namn og inneberer alt i frå aktivitetar ute i lokalsamfunnet til frivillegheit og miljøarbeid på institusjon.

OPE HUS

Kvar torsdag arrangerar Kinn kommune «Ope Hus». Dette er ulike kulturelle aktivitetar - og alle er hjarteleg velkomne.

Ope Hus er eit samarbeid mellom LEV VEL,

Florø folkebibliotek, Kystmuseet, Havglytt, Florø kyrkje, Florø frivilligsentral - og Florø pensjonistlag.

Ope Hus - aktivitetar sprikar frå alt mellom fellesmiddagar, til kino, konsertar, foredrag og mykje meir. Sjå eige program for Ope Hus i brosjyra.

Gratis skyss

Gratis skyss til fellesmiddagane på Havglytt. For informasjon og bestilling, ta kontakt med Reidun Espeland på tlf.: 482 82 515.

Gratis SMS-varsel

Ønskjer du å motta SMS om våre Ope Hus-arrangement kvar torsdag? Send oss ei melding med kodeord "info ope hus" til tlf.: 979 91 802.

Ønskjer du å få besøk eller bli frivillig?

Kontakt Kinn kommune, tlf. 57 75 60 00,
Florø frivilligsentral, tlf. 902 22 692 eller
samfunnskoordinator tlf. 979 91 802.

Brosjyrer med meir informasjon om dette finn du
på Servicetorget og Florø kulturhus.



Vil du sjå ein film om det å få besøk av ein frivillig?

Gå inn på nettsida: kinn.kommune.no/lhl

Vil du ete ilag med nokon?

Riktig mat kan gje meir energi, betre helse
og livskvalitet.

For at vi skal ete godt er god mat og fellesskap viktig.

LEV VEL har eit tilbod kalla «middagsgjest».
Dersom du bestiller middag i frå Bordgleder kan du
få eit måltid gratis per veke, dersom du ønskjer å ete
saman med nokon. Inviter ein ven, ein nabo, eit familie-
medlem eller ein besøksven. KF Bordgleder betalar!

For spørsmål og bestilling:
Tlf.: 909 47 735
kathrine@bordgleder.no



ÖPE HUS

kvar torsdag

September

Dag	Kl.	Tema
9.	13.00	Biblioteket: lokalhistorie ved Nils Arild Hovland.
16.	11.30	Allhuset i Eikefjord: Visning av eldre filmar frå Florø og omegn.
23.	14.00	Kystmuseet: foredrag "frå barkebrød til sild og potet". Bli med poteta si reise inn på det norske middagsbordet. Potetkaker og kaffi kr. 50,-
30.	13.00	Byvandring: vi ser og samtalar om utvalde kunstverk i byrommet. Med rådgjevar og kunsthistorikar Margit D. Kløvfjell. Oppmøte ved Florø kulturhus.

Oktober

Dag	Kl.	Tema
1.	19.00-22.30	Havglytt: Kveldsarrangement med dans. Musikk: Inge Rekstens enmannsorkester. Matservering. Inngangsbillett. For påmelding, ring tlf. 902 34 899.
7.	13.00	Kystmuseet: "Kystlandskap til inspirasjon". Omvisning i Bjørn Hegranses si utstilling. Eplekake med norske epler og vaniljeis, pris kr. 50,-
14.	13.00	Havglytt: Fellesmiddag og song. For påmelding tlf. 902 34 899.
21.	12.00	Florø kyrkje: Konsert med koret Sangglede.
28.	13.00	Biblioteket: Foredrag med Torkjell Djupedal som fortel om Selja og Sankt Sunniva.

OPE HUS

kvar torsdag

November

Dag	Kl.	Tema
4.	13.00	Kystmuseet: "Sjukdom før korona". Visste du at det var fleire spedalske i vårt distrikt enn andre plassar i landet? Foredrag ved Marie Nicolaisen, museumsleiar Sunnfjord Museum. Historisk sjukemat i kafeen.
11.	13.00	Biblioteket: foredraget "Vestlandshus" ved Eva Røyrane og Oddleiv Apneseth.
18.	13.00	Havglytt: fellesmiddag og song. For påmelding, ring tlf. 902 34 899.
25.	13.00	Omvisning i bunkersen (ved idrettsbana), eit anlegg frå andre verdskrig. Med representantar frå Florø krigshistorielag.

Desember

Dag	Kl.	Tema
2.	13.00	Kystmuseet: "Advent på museet". Få ein fin og tradisjonsrik start på advent med oss på museet.
9.	13.00	Havglytt: fellesmiddag/julemiddag og song. For påmelding tlf. 902 34 899
11.	11.00	Jul på Florø kulturhus (underhaldning, aktivitet, mat og song).
Ingen påmelding på Ope hus, med unntak av fellesmiddagane. Vi følgjer gjeldande regler for smittevern.		
For meir informasjon: sjå LEV VEL - Florø si Facebookside eller annonsering i Firdaposten si papirutgåve. Har du spørsmål knytt til konkrete arrangement, ring direkte til staden som held Ope hus.		

FASTE AKTIVITETAR

Kvar måndag

Tid	Stad	Beskrivelse
11.10-12.00	Havglytt	Trimgruppe v/fysioterapeut Weronica Kinn Breidvik. Ope for alle. Tlf.: 906 88 277.
15.15-16.15	Havhesten	Trening i terapibasseng. Med instruktør. (Utan musikk). Lett belastning. Passar for alle. Tlf.: 57 75 67 20.
19.00-21.00	Gaddevåg-gata 4	Medlemsmøte for Florø Husflidslag første måndag i månaden. Lær husflidsteknikkar i hyggeleg lag. Tlf.: 957 00 425.

Kvar tysdag

Tid	Stad	Beskrivelse
10.00-12.00	Havglytt	Seniornett. Kom og få hjelp med PC, nettbrett eller mobil. Tlf.: 481 19 577.
12.00-13.30	Havglytt	Språktrening med liv og lyst. Arr. Florø Sanitetsforeining. Annankvar tysdag. Tlf.: 922 09 189.
14.30-15.30	Havhesten	Trening i terapibasseng. Flora revmatikerlag saman med LHL. Tlf.: 958 76 787.
16.00-18.00	Havglytt	Seniordans (sittedans og linedance) Tlf.: 906 97 798.
10.00-11.15	Flora Yoga-studio	Yin yoga og meditasjon Tlf.: 948 73 966.

Kvar onsdag

Tid	Stad	Beskrivelse
11.00-12.00	Havhesten	Bassengtrening m/musikk og instruktør. Tlf.: 57 75 67 20.
10.30-11.45	Florø Yoga-studio	Restorative yoga. Bygg opp kroppen etter slitasje / sjukdom. Roleg/enkelt. Tlf.: 948 73 966.
11.00-12.30	Havglytt	Korøving med Sangglede Opent for alle. Tlf.: 913 44 734.
11.00-14.00	Strandgata 22	Strikkekafe. Sal av kaffi med kake kr. 45,- Åresal. Lett tilgjengeleg for rullestol-brukarar. Alle er velkomne. Tlf. 924 48 671.
11.30	Markegata 61	Onsdagstreff. Velkommen til ein sosial samlingsplass. Her er ope for alle! Ta gjerne med deg handarbeid. Kr. 20 for lunsj og kaffi. Arr: Florø Sanitetsforening. Tlf.: 913 81 891.

Kvar torsdag

Tid	Stad	Beskrivelse
11.00-12.00	Havglytt	Senioryoga. Du treng ikkje å ha trent yoga før for å vere med. Alle øvelsane blir tydeleg vist og forklart. Ta med drikkeflaske. Ingen påmelding. Tlf.: 958 14 244.
10.00	Nær-området	Tur med Flora turlag. Passar for alle. Tur i terreng 3 - 4 timar. Avreise ved Rema 1000, Evja. Sjå flora.dnt.no for påmelding. Tlf.: 481 19 577.
12.30	Nær-området	Tur med Flora Revmatikerlag. «Ut og gå» i nærområdet. Oppmøte på Havglytt. Passar for alle. Varigheit: ca. 1,5t. Tlf.: 958 76 787.

Kvar torsdag

Tid	Stad	Beskrivelse
16.00-19.00	Allhuset, Eikefjord	Medlemsmøte Eikefjord pensjonistlag. Første torsdag i månaden (utanom feriar). Variert program, god mat og drikke. Gamle og nye medlemmar ønskjast varmt velkomne.
18.00	Havglytt	Medlemsmøte Florø pensjonistlag. Siste torsdag i månaden. Musikk, song, lotteri, mat og kaffi. Gamle og nye medlemmar ønskjast varmt velkomne.

Kvar fredag

Tid	Stad	Beskrivelse
11.00-12.00	Havhesten	Bassengtrening m/musikk og instruktør. Tlf.: 57 75 67 20.
09.00-10.00	Havhesten	Bassengtrening u/musikk. Med instruktør. Tlf.: 57 75 67 20.

Kvar søndag

Tid	Stad	Beskrivelse
10.00-14.00	Soldalsvegen 4	Open gard, Soldalen Besøksgård. Omvisning, dyrekos og ridetur fra kl.11-12. Grillhytte. Tlf.: 924 62 201.
11.00	Florø Kyrkje	Gudsteneste kvar søndag.
11.00	Eikefjord Kyrkje	Gudsteneste annakvar søndag.
11.00	Stavang Kyrkje	Gudsteneste første søndag i månaden.
15.00	Nordal Kyrkje	Gudsteneste andre søndag i månaden.

TELEFONLISTE

Havglytt

57 75 02 40

Kystmuseet

982 69 854

Florø kyrkje

57 75 25 30

Florø folkebibliotek

57 75 60 55

Florø frivilligsentral

902 22 692

Florø kulturhus

57 75 60 49

Informasjon og service

57 75 02 40

Allhuset i Eikefjord

415 34 910

Batalden Sanitetsforening

990 42 358

Blindeforbundet i S. og F.

57 83 24 24

Brandsøy Sanitetsforening

901 80 731

Eikefjord pensjonistlag

476 45 458

Fjordane bogeskyttarlag

958 14 984

Flora Cycleklubb

902 90 934

Florø Golfklubb

977 52 410

Flora Hagelag

950 48 666

Flora Hestesportsenter

411 61 375

Flora Historielag

476 56 906

Flora Jeger- og Fiskeforening

908 86 626

Flora Krigshistorielag

971 71 731

Flora Kunstlag

412 61 417

Flora Røde Kors

915 89 866

Flora Tamilske Kvinnelag

57 11 11 95

Flora Turlag

906 99 057

Flora Revmatikerlag

450 48 661

Florø Filmklubb

993 64 784

Florø Froskemannsklubb

[www.froske
mannsklubben.no](http://www.froske
mannsklubben.no)

Florø Husflidslag

416 99 332

Florø Klatreklubb	414 03 281
Florø Sanitetsforening	913 81 891
Florø Seniordans	57 74 30 25
Florø Sjakklubb	952 19 888
Florø Skytterlag	901 50 722
Florø Bridgeklubb	992 56 506
Florø Hornmusikk	995 53 940
Florø Hundeklubb	471 75 159
Florø Pensjonistlag	482 82 515
Friskis & Svettis	481 04 850
Gnist Vaksenkor	997 32 278
Hørsellaget i Florø og Bremanger (tips og råd for deg med høyreapparat)	901 46 209
Kinn Spillforening	957 07 587
Krokane Sanitetslag	986 18 385
Let's Dance - dans for voksne	484 52 655

LHL Flora Bremanger	926 85 233
Løkkebø Sanitetslag	416 94 929
Mannskoret Gammen	913 44 734
Norddalsfjord Sanitetsforening	976 08 590
NOSFO (norsk selvhjelp for flyktninger)	416 89 820
Norsk forening for slagrammede, avd. Florø	913 80 748
Rebekkaloge 97 Lanternen	480 13 442
Seniorkoret Sangglede	913 44 734
Spent	459 66 368
Standal Sanitetsforening	469 05 774
Sunnarvik Sanitetsforening	459 66 368
Sunnfjord Kajakklubb, Florø	975 02 317
Svanhilds Venner	958 78 005
Sørstrand Folkepark	480 13 161
Utstyrssentralen i Florø (gratis utlån av tur-og sportsutstyr)	951 17 318