

Det mycket varma och soliga vädret bidrog förmodligen till att antalet deltagare under hälsoveckans utomhusaktiviteter blev lite lägre än tidigare år. De tappra pensionärer som deltog har varit med på olika skogspromenader där den första gick av stapel i Skamhed längs Gunde Svans motionsspår. På tisdagen var det samling i Dala-Järna vid Grötholens skidstuga där promenaden gick längs skogsvägar kantade av ljuvlig grönska och fågelkvitter. Eget medtaget fika satte extra guldkant på promenaderna. Onsdagen fick titeln "fråga doktorn". I församlingshemmet i Dala-Järna samlades 27 personer för att lyssna till den inbjudne dr. Peter Mannerros som informerade om äldres hälsa och gav råd och tips om träning och kost för ett friskare liv. En mycket intressant och trevlig föreläsning som avslutades med frågestund. På torsdag var det samling vid Glad tjärn i Uppsälje med promenad i skogen, tipspromenad och bad för de allra tappraste. Det bjöds på kolbullar med lingonsylt och ett glatt humör från alla deltagare. Hälsoveckan avslutades på fredagen med simning och styrketräning i Medborgarhuset i Vansbro.



Skamhed



Grötholen



Fråga doktorn



Glad tjärn