

Program for eldreuka – Smøla frivilligsentral

I uke 40 – fra 29. september til 3. oktober, har Smøla frivilligsentral booket en rekke foredrag gjennom Senteret for et aldersvennlig Norge. Disse vil sendes via skjerm i formannskapssalen på Smøla rådhus. Under finner du oversikten over tid og tema for de ulike foredragene.

Mandag 29. september arrangerer vi «luftetur med kaffe og matpakke», klokka 13.00. Oppmøte ved Møteplassen klokka 13.00 eller oppe ved Varden klokka 13.15. Ta med matpakke og kle deg etter været. Vi stiller med kaffe og kakao!

Fredag 3. oktober er det duket for spillkafé på Møteplassen igjen. Vi spiller bowling, ludo, yatzy og curling. De som ikke spiller, bidrar til en hyggelig prat rundt bordet. Vi serverer kaffe og noe å bite i.

Dag	Tidspunkt	Foredrag og arrangør
Mandag 29.09	10.00 – 10.30	Sterke lokalsamfunn for en aktiv og demensvennlig alderdom – Nasjonalforeningen for Folkehelsen
Mandag 29.09	12.00 – 12.30	Uten fellesskapet, mat og måltider er ikke alt like greit - Nofima
Tirsdag 30.09	10.00 – 10.30	Å gjøre noe for andre gjør noe med deg – Frivillighet Norge
Tirsdag 30.09	11.00 – 11.30	Sikre dine digitale verdier – Seniornett Norge
Tirsdag 30.09	12.00 – 12.30	Planlegge for egen alderdom – Senteret for et aldersvennlig Norge
Onsdag 01.10	10.00 – 10.45	Pensjonist med ønske om å fortsette å jobbe – lar det seg kombinere? - Seniorene
Onsdag 01.10	11.00 – 11.30	Likestilling- og diskrimineringsrett for seniorer – Likestillings- og diskrimineringsombudet
Torsdag 02.10	10.00 – 10.30	Generasjon – en aldringsfestival – hvorfor? – Nasjonalt senter for aldring og helse
Torsdag 02.10	11.00 – 11.30	Et liv med mening – Stiftelsen Livsglede for eldre
Torsdag 02.10	12.00 – 12.30	Et hjem med mestring og mening – Norges Handelshøyskole
Torsdag 02.10	13.00 – 13.30	Bli med på hjerneløftet – lev bedre – lev morsomt – Nasjonalt senter for aldring og helse
Fredag 03.10	12.00 – 12.30	Hjernehelse – små grep med stor betydning - Helsedirektoratet