

Prova på sittgympa

14.00-15.00 Väntjänstens lokal, Lilla bergsgatan 12.

Informationsträff

14.00-16.30 För dig som är född 1944 och inte har kommunala insatser i form av hemtjänst, hemsjukvård och rehabilitering. Specifik inbjudan med anmälan skickas ut till målgruppen under hösten.

Stora salongen, Kulturhuset Sjöängen.

Kvällsmusik med Hans-Erik Hägg och Håkan Isacson

18.30-20.15 Tema Elvislåtar. Fri entré. Barsserveringen är öppen under kvällen.

Övre foajén, Kulturhuset Sjöängen.

Lerbäck

Prova på-kväll hos Lerbäckskyrkokör

18.30-20.30 Lerbäckskyrkokör. Arrangör: Svenska kyrkan

Åsbro

Stick-café

10.00-12.00 PRO-lokalen, gamla Stationshuset. Arrangör: PRO Åsbro

Åmmeberg

Tipspromenad

14.00-14.30 Folkets hus. Arrangör: PRO Åmmeberg

Seniornet - säkerhet i IT-världen

14.30-15.15 Folkets hus. Arrangör: PRO Åmmeberg

Diktläsning på mål

15.15-16.00 PRO bjuder på fika. Folkets hus. Arrangör: PRO Åmmeberg

Fredag 4/10

Askersund

Prova på mattcurling

11.00-12.00 Källaren i Pingstkyrkan. Arrangör: PRO Askersund

Lunchpromenad

11.30 Samling vid Sjöängens södra entré. Avslutas med lunch på Sjöängen till självkostnadspris för de som önskar.

Arrangör: SPF Askersund

Lördag 5/10

Åsbro

Bakluckeloppis

11.00-15.00 Bakluckeloppis med begränsat antal platser. Anmälan sker till Åke Gideonsson: 0705-37 22 18 eller skylltorp@yahoo.se

Stationshuset. Arrangör: PRO Åsbro

Fika

11.30-14.00 PRO bjuder på fika. Stationshuset

Medicinsk fotvårdsterapeut

13.00-14.00 Mia Letskog finns på plats för enklare fotvård och information.

Stationshuset. Arrangör: PRO Åsbro

Tipspromenad

11.00- 14.00 Prisutdelning kl 14.30. Stationshuset

Med reservation för eventuella ändringar. Se uppdaterat program på www.askersund.se/seniorfestival



Program - Seniorfestival i Askersunds kommun

Under Seniorfestivalen i Askersunds kommun kan du som är 65 år och äldre få kunskap och tips om hur du kan förbättra din hälsa. Föreläsningar, underhållning och prova på-aktiviteter står på programmet. Du kan också träffa personal från olika kommunala verksamheter.

Under veckan hålls evenemang i Askersund, Åmmeberg, Lerbäck och Åsbro.

Seniorfestivalen i Askersunds kommun utgår från den nationella kampanjen Balansera mera som pågår under vecka 40.



Måndag 30/9

Askersund

Testa din hörsel

10.00-12.00 Katarina Jacobsson och Lars-Ove Wren utför enklare hörseltest. Västergårdens entré, Trafvenfeldts väg 20.

Promenad

13.30-15.00 Samling vid Hagabadets parkering. Arrangör: Svenska kyrkan

Bowling

13.30-15.00 Gamla Verket, Lilla Bergsgatan 6. Kostnad: 120 kr/person eller 240 kr/bana

Prova på Linedance samt uppvisning

14.00-15.30 Sjöängens restaurang. Ledare: Karin Karlsson.

Café och bingo

14.00-16.00 PRO-lokalen, Loggatan 7B. Arrangör: PRO Askersund

Åsbro

Prova på minigolf inomhus

14.00-16.00 Stationshuset, Åsbro. Arrangör: PRO Åsbro

Tisdag 1/10

Askersund

Minimässa

10.30-12.30 Minimässa i Kulturhuset Sjöängens foajé.

*Johans leksaksbod: Visar bland annat enkla hjälpmedel från Varsam.

*Kommunens pensionärsföreningar: Informerar om sina organisationer och håller i tipspromenad. Prisutdelning sker i samband med lunchmusiken.

*Biblioteket: Delar ut broddar till 65+ samt informerar om olika läsformer.

*Evas fotvård: Enklare råd och försäljning

*Lars-Ivar Jansson, kommunikatör på Askersunds kommun: Information om kommunens hemsida.

*Statens servicecenter: erbjuder stöd och vägledning i tjänster.

*Folkhälsoteamet: informerar om hälsosamt åldrande och seniorkraft.

*Svenska Kyrkan: Helén Tingman, diakon finns på plats

*Cecilia Gylling Rönnbäck: Demens och nutrition

*Camilla Hoppman: Egenvård

*Seniornet: Informerar om dagens teknik

*Hörselskadades riksförbund: Informerar och svarar på frågor

Dessutom informerar personal från kommunen om fallprevention, digitalt anhörigstöd (Demenslotsen, En bra plats), samt SIP (samordnad individuell plan) och vård- och omsorgskollen. Sjöängens café håller öppet under minimässan

Lunchmusik

12.30 – 13.30 Towe Widerberg - Spelar musik från barnatro till rock’n’roll
Kulturhuset Sjöängens restaurang

Bio - Aktuell film

16.30 Stora salongen, Kulturhuset Sjöängen. Kostnad 60 kronor.

Åsbro

Prova på inomhus-boule

14.00-16.00 Åsbrohallen. Ta med eget fika samt inomhusskor och en varm tröja.

Arrangör: SPF Lerbäck

Lerbäck

Stickcafé

09.30-11.30 Sockenstugan, Lerbäck. Medtag gärna eget kaffebröd. Det bjuds på kaffe.

Arrangör: Svenska kyrkan

Onsdag 2/10

Askersund

Hälsan sitter i munnen

10.00-11.00 Cecilia Mattsson från Folktandvården.
Visholmen, Kulturhuset Sjöängen

Anhörigutbildning för de som har en anhörig med minnesproblematik

11.00-12.00 Demenssjuksköterska Cecilia Gylling Rönnbäck.

Krokholmen, Kulturhuset Sjöängen

Sopplunch

12.00-13.30 Kostnad 60 kronor. Klockarbacken, Askersund. Arrangör: Svenska kyrkan

Dagkör

13.30-14.30 Klockarbacken, Askersund. Arrangör: Svenska kyrkan

Äntligen Onsdag

14.00-16.00 Björn Palmqvist berättar anekdoter från sitt polisliv.

Väntjänstens lokal, Lilla bergsgatan 12

Bio - Aktuell film

16.30 Stora salongen, Kulturhuset Sjöängen. Kostnad 60 kronor.

Prova på-kväll hos Askersunds kyrkokör

18.30-20.30 Klockarbacken, Askersund. Arrangör: Svenska kyrkan

Åsbro

Tipspromenad

11.00- 14.00 Tallbackskyrkan, Movägen 2 Åsbro. Arrangör: SPF Åsbro

Testa din hörsel

11.00-13.00 Katarina Jacobsson och Lars-Ove Wren är på plats och utför enklare hörseltest.
Tallbackskyrkan Movägen 2, Åsbro

Sopplunch

12.00-13.00 Kostnad 60 kronor. Tallbackskyrkan, Movägen 2, Åsbro. Arrangör: SPF Åsbro

Torsdag 3/10

Askersund

Prova på boule

10.00-12.00 Medtag gärna eget fika. Arrangör SPF Askersund
Strandparken.

Prova på boule

10.30-11.30 Medtag gärna eget fika. Arrangör PRO Askersund
Solberga IP.

Släktforskning

13-00-15.00 Släktforskning med Anders Eriksson.

Hantverkshuset

Prova på cirkelträning

14.00-15.00 Personlig tränare visar enklare övningar i cirkelgymmet.

Forma gym, Trädgårdsgatan 5.