



Til deg som er født i 1943

Lillehammer kommune vil invitere deg til å delta på:

«Vi på 75»-konferansen

Dato: Onsdag 25. april 2018

Kl. 10:00-14:15.

Sted: Lillehammer Kino, Kirkegaten 69

Lillehammer kommune vil arrangere en konferanse for byens 75-åringer. I år er første gang konferansen arrangeres, og vi håper dette kan bli et årlig arrangement. Gjennom denne konferansen ønsker vi å bidra til at du blir kjent med aktuelle tilbud og aktiviteter i kommunen.

«Vi på 75»- konferansen:

I år kommer Astrid Nøkleby Heiberg og snakker om «Aktive eldre». Du får også høre innleggene «Bilfører 65+» og «Matens betydning- for kropp og sjel». Se program på baksiden.

Du får mulighet til å gjøre deg kjent med de aktivitetene du ønsker ved å oppsøke informasjonsbodene, se program.

Påmeldingsfrist for konferansen er 5.april 2018

Meld deg på konferansen ved å ringe/sende sms til **46 80 73 84**. Du kan også melde deg på ved å sende mail til kristine.holen.klaboe@lillehammer.kommune.no

Har du ektefelle som ønsker å være med, kan du melde på han/hun også.

Konferansen er gratis. Det vil bli enkel servering.

Dersom du ikke ønsker å delta på konferansen i år, kan du ta kontakt og be om et forebyggende hjemmebesøk. Se vedlagt folder. Dersom det ikke er aktuelt nå, hører du fra oss igjen det året du fyller 80år.

Ser fram til å møte deg!

Med vennlig hilsen

Kristine Holen Klæboe, ergoterapeut i forebyggende hjemmebesøk.

Lillehammer Rehabiliteringssenter.



Program onsdag 25. april:

10:00-10:15	Velkommen
10:15-11:00	«Bilfører 65+» Helge Kleiven i Statens vegvesen
11:00-11:15	Pause
11:15-12:00	«Matens betydning- for kropp og sjel» Arnstein Lien og Laila Kristin Nordhagen, kokker ved Helsehuset
12:00-13:00	Pause med enkel servering og besøk på informasjonsboder
13:00- 14:00	«Aktive eldre» Astrid Nøkleby Heiberg
14:00-14:15	Avslutning

På konferansen treffer du bl.a:

- Frivilligsentralen
- Lillehammer Region Brannvesen
- Frisklivssentralen
- Lillehammer Seniorråd
- Miljøbehandlingsteamet
- Den norske turistforening
- Kjøkkenet Lillehammer helsehus
- Statens vegvesen
- Aktiv omsorg
- Lillehammer rehabiliteringssenter

