

Seniormässan 2019

Lindesberg arena
2 oktober kl 10-15



Region Örebro län



NORA
KOMMUN



LINDESBERGS
KOMMUN



LJUSNARSBERGS
KOMMUN



HÄLLEFORS
KOMMUN



...i samverkan med föreningslivet i norra Örebro län

Välkommen till Seniormässan 2019



*Tillsammans sätter
vi den seniora
befolkningen i fokus!*

För andra året i rad fyller vi Lindesberg arena med utställare, föreläsare och underhållning. I år vänder sig mässan till besökare och utställare från hela norra länsdelen, när föreningslivet i samverkan med kommunerna, Region Örebro län, ÖLIF, Sensus och Folkhälsoteamet gör en gemensam satsning för våra seniora medborgare i Lindesbergs, Nora, Hällefors och Ljusnarsbergs kommuner.

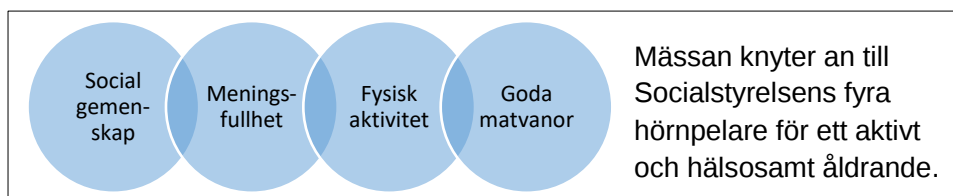
Mer än dubbelt så många utställare...

Ifjol hade mässan ett trettiotal utställare som lockade omkring 1600 besökare till mässhallen. I år är mässområdet dubbelt så stort och vi har över 65 utställare på plats från organisationer, näringsliv och föreningsliv.

...och hela fem föredragshållare

Vi kan stolt presentera hela fem föredragshållare som under mässdagen på olika sätt kommer att delge sin kunskap om hälsosamt åldrande till besökarna.

*Hjärtligt välkomna till en givande dag
önskar mässarbetsgruppen!*



Hålltider under mässdagen

10.00	Mässan öppnas. Musik av Svedskog & Gunnarsson.
10.15	Invigningstal av Marie-Louise Forsberg-Fransson, socialchef Ljusnarsbergs kommun.
10.30	Mikael Karlsson, dietist Lindesbergs lasarett, föreläser vid sin utställningsmonter.
11.00	Körsång på scenen.
11.00	Föreläsning i judohallen "Att falla rätt", Björn Nyberg, Frövi judoklubb.
11.00	Föreläsning i spegelsalen "Motivation till motion, Helena Ericsson, Örebro universitet, samt Lillemor Almstedt.
12.00	Tassadansarna underhåller vid scenen.
12.30	Mikael Karlsson, dietist Lindesbergs lasarett, föreläser vid sin utställningsmonter.
13.00	Föreläsning i judohallen "Att falla rätt", Björn Nyberg, Frövi judoklubb.
13.00	Föreläsning i Utsikten "Godmanskap", Bergslagens överförmyndarnämnd.
13.00	Föreläsning i Spegelsalen "Fall och läkemedel", Heiko Botman, läkare, Nora vårdcentral.
13.00	Körsång på scenen.
13.30	Mikael Karlsson, dietist Lindesbergs lasarett, föreläser vid sin utställningsmonter.
13.45	Körsång på scenen.
14.00	Turnering i gå-fotboll. Planen i mässhallen.
14.45	Prisutdelning och avslutning.



En mässa med stöd av Sparbanksstiftelsen Bergslagen



Res gärna kollektivt till mässan

Tänk på samåkning och möjligheten att åka kollektivt

Från Fellingsbro/Frövi/Vedevåg

– buss nr 351

Från Kopparberg/Storå/Fanthyttan

– buss nr 308

Se aktuella busstider på

www.lanstrafiken.se



Extrainsatt buss från Hällefors via Nora:

OBS! Föranmälan gäller!

Föranmälan från Hällefors görs till Siv Gunnarsson

Telefon: 0591-642 70

Telefontid: Dagtid

Sista anmälningdag: 24/9.

Föranmälan från Nora görs till PRO Nora

Telefon: 0587-142 65

Telefontid: Tisdagar kl 09.30-12.00

Sista anmälningdag: 24/9.

**Balansera
mera**

Seniormässan är en lokal del
av den nationella kampanjen
Balansera mera som årligen
arrangeras under vecka 40 i
syfte att förhindra fallolyckor.

*Psst! Du har väl inte missat att det sker aktiviteter även runt om i kommunerna
under vecka 40? Kolla på respektive kommuns hemsida för information.*