

Ljungby Gillar Olika – Ljungbydagarna 2025



Visionen med Ljungby Gillar Olika är att sprida information, inspirera och vara med och skapa ett mer öppet, tryggt och inkluderande samhällsklimat för alla som bor och verkar i Ljungby kommun!

Som engagerad i "Ljungby gillar olika" uttrycker du ett ställningstagande för människors lika värde oavsett:

Kön, ålder, etnicitet, sexualitet, könsidentitet, trosuppfattning & funktionsvariationer.

I år har vi valt att fokusera på ålder med bifogat program!

Välkomna!

För mer info se www.ljungbygillarolika.se



Tisdag 12/8

13.00-16.00 Öppet hus - Trygghetsboenden på Uttern 65+ & Björnen 65+. Uppvisning av gemensamhetslokalerna så som mötesplats, lounge, gym, bastu och utemiljöer.

Information från aktivitetsvärdinna/värd. Boule-spel och fika på Björnen.

Plats: Uttern 65+, Brunnspan 2 A-B och Björnen 65+, Harabergsgatan 38 A.

14.00-18.00 Café Rosé vid paviljongen i Järnvägsparken. Kom förbi en lugn oas i festivalviolet. Utställare: Sjöriket, Linné Hemvård, Avanti sports club, Socialtjänstlatsen.

14.00 Anna Tenje, Sveriges äldre & socialförsäkringsminister, inviger veckan genom att klippa band vid paviljongen i Järnvägsparken & hålla ett anförande.



15.00 Så ser vi på DIN roll som anhörig i arbetet inom äldreomsorgen. En anhörigföreläsning med Marie Svensson, verksamhetsledare på Gärdets dagverksamhet Hallandsås, diplomerad Silviasyster med lång erfarenhet av äldreomsorg. Plats: Kulturhuset Grand. Fri entré.

16.00 Möte mellan det lokala & nationella. Anna Tenje, äldre & socialförsäkringsminister, och Ljungbys socialchef Linda Björk. Moderator: Eric Teder, VD Carico. Plats Kulturhuset Grand. Fri entré.

17.00 Filmvisning på Garvaren Bio med Filips & Fredriks succéfilm: Den sista resan. Ljungby Gillar Olika bjuder på entrén. Passa på att ta med barn, barnbarn eller era morföräldrar på en tankvärd filmupplevelse.



Onsdag 13/8

10.00-11.00 Kostnadsfri träning för seniorer på Wellness gym (Träna). Efteråt bjuds du på fika och visning av lokalerna på Skånegatan 2. Anmäl deltagande till info@wellnessgym.se.

10.00-11.30 Testa på gå-fotboll med LIF i Järnvägsparken (vid kommunhuset)

11.30 Inspirationsföreläsning med Ingmar Skoog som föreläser i Sohlbergstältet på Stora Torg. Ingemar är en forskare i ålderism och anser att 70 är det nya 50. Vätkänd som sommarpratare i P1 och syns flitigt i tv-rutan. Fri entré. Föreläsningen börjar kl 12. Kommer finnas utställare på plats: PRO Ljungby, SPF Ljungby, SPF Lagan, Reumatikerföreningen, HRF Hörselskadades förening Ljungby & Hjärt & Lung.



13.30-15.00 Testa på gå-fotboll med LIF i Järnvägsparken (vid kommunhuset)

13.00-17.00 Miniföreläsningar & workshops i Veras lokaler på Storgatan (gamla Johnssons). Dessa är kostnadsfria men för att vara med kan man reservera sin plats genom att hämta en biljett i receptionen på Hotel Terraza from den 1/8. Begränsat antal platser.

13.00 Idrott hela livet med Smålandsidrotten (SISU)

14.00 Stolsyoga prova på stolsyoga med Anna Melin på Annas omtanke.

15.00 Trygg och säker i hemmet, en information av Kommunrehab, Ljungby kommun.

16.00 Kostens betydelse med stigande ålder, en information av Ljungby kommun.

14.00-18.00 Café Rosé vid paviljongen i Järnvägsparken. Kom förbi en lugn oas i festivalviolet. Utställare: Sjöriket, Linné Hemvård, Avanti sports club, Socialtjänstlotsen.

17.00 Hälsans stig – gå med SPF Ljungby. Uppsamling vid kulturhuset Grand

18.00 Tipspromenad längs Hälsans stig i Berga Arrangör SPF/Pro Berga. Samling/start vid Slussens stora parkering i Lagan.

18 Melodiskt kryss i Sohlbergstältet på Stora Torg i Ljungby. Ljungbys egna melodiska kryss med Peje. Köp matbiljett på www.ljungbydagarna.se Eller bara var med i kryssset genom att köpa en bricka på plats för 100:-. Fri entré.



Torsdag 14/8

13.00 Vad alla behöver veta om åldrandet – Digital föreläsning med Yngve Gustafson. Yngve är en välkänd geriatrikforskare som pratar om åldersdiskriminering och hur man skall hantera sitt åldrande. Se föreläsningen live på Hotel Terraza eller genom att maila elisabeth@sjoriket.com så får du en digital inbjudan till ett teamsmöte.

13.00-17.00 Miniföreläsningar & workshops i Veras lokaler på Storgatan (gamla Johnssons). Dessa är gratis men för att vara med kan man reservera sin plats genom att hämta en biljett i receptionen på Hotel Terraza from den 1/8. Begränsat antal platser. Temat idag är trygghet:

13.00-17.00 Socialtjänstlotsen & Överförmyndare finns på plats under eftermiddagen för att svara på frågor.

14.00 Banksäkerhet och skydda sig mot bedrägerier med Swedbank

15.00 Trygg i hemmet Hans Sjöberg kommunpolis & Emelie Edberg, som är brottsförebyggande samordnare ger enkla tips & tricks att känna sig trygg i hemmet.

17.00 Praktiskt självförsvar med Peter Logozar, självförsvarsinstruktör Taekwon-Do. Plats Paviljongen Järnvägsparken.



14.00-18.00 Café Rosé vid paviljongen i Järnvägsparken. Kom förbi en lugn oas i festivalvimlet. Utställare: Sjöriket, Linné Hemvård, Avanti sports club, Socialtjänstlotsen.

17.00-18.00 Trädgård för hela livet med Bodil Landén på BM idé & trädgård. Fokus på ergonomisk och enkel skötsel. Det bjuds på grillad korv med bröd. Plats BM idé & trädgård på Kännavägen 13.

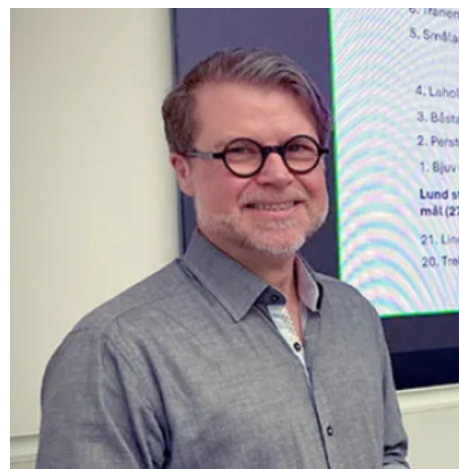
19.00 Allsång med Peje vid Hembygdsgården i Lagan. Radioprofilen Peje leder allsångskvällen med lokala inslag. Allsångshäfte kommer finnas att köpa på plats. Prisutlottning på allsångshäftet. Kaffeservering kommer finnas. Fri entré.



Fredag 15/8

11.00-12.00 Miniföreläsningar & workshops i Veras lokaler på Storgatan (gamla Johnssons). Dessa är gratis men för att vara med kan man reservera sin plats genom att hämta en biljett i receptionen på Hotel Terraza from den 1/8. Begränsat antal platser.

11.00 Vem gynnas av forskning om åldrande?
Om vikten av samverkan med omgivande samhälle och olika perspektiv i forskning om åldrande för att motverka ålderism och positivt bidra till människors hälsa och välmående. Föreläsare Oskar Jonsson, forskare, Institutionen för hälsovetenskaper, forskargruppen Aktivt och hälsosamt åldrande, medlem i profilområdet Proaktivt åldrande, Lunds universitet. Oskar har under våren genomfört en föredragsturné på Tandemcykel i södra Sverige med 20-tal stopp där han föreläst om åldrande och hälsa tillsammans med andra medföredragshållare.



13.00 PRO Ljungby har Upptaktsmöte för höstens program i Järnvägsparken vid Paviljongen. Vi hälsar ALLA pensionärer välkomna och det är fri entré.

13.00 Vår kör Tongångarna inleder med sin härliga sångarglädje och vi fortsätter med Allsång

14.00 Information om PRO, PRO Ljungby och våra aktiviteter under hösten.

14.15 Kaffeservering, pris 50:-, lotterier.

15.00 Underhållning av Island Country, de spelar go country så det blir svårt att sitta still.

14.00-15.00 Sandra Matosevic på Sandras Fotografier – Sandra delar med sig av tips & tricks att ta bilder med mobilkamera. Plats: Terraza.



14.00-16.00 Öppet hus i Veras lokaler på Storgatan (gamla Johnssons) med Hjärt & Lung, ta ditt blodtryck, se hur en hjärtstartare fungerar. Även Ljungby Reumatikerförening är på plats.

14.00-18.00 Utställare i parken: Sjöriket, Linné Hemvård, Avanti sports club, Socialtjänstlotsen.

16.00 Uppvärmning inför paraden

16.30 Odens hjärtan inför paraden

17.30 Avgång paraden



Lördag 16/8

14-15.30 Prova på-bugg med Odéns danskurser. Välkomna på en kostnadsfri prova på-bugg. Plats: paviljongen i Järnvägsparken. För alla som vill att träning ska vara roligt, oavsett ålder!



Dessa företag och organisationer har bidragit ekonomiskt till vårt tema "Ålder"



Ljungbybostäder



Tack till följande organisationer som ställt upp med idéer och engagemang och arrangemang:

Hjärt & Lung Ljungby, Parkinsonföreningen Ljungby, PRO Ljungby / Lagan, Reumatikerföreningen, Socialtjänstlotsen Ljungby Kommun, SPF Ljungby / Lagan.