

GODT SENIORLIV

Velkomen til seniormesse i Hylestad soknehus!

Tysdag 11.september kl. 15.00-20.00

Inviterer til ein triveleg ettermiddag for godt voksne med mange utstillarar og spennande foredrag. Dette er ei messe for deg som vil planlegge framtida, take vare på eiga helse og oppleve nye ting.

ERNÆRING

TEKNOLOGI

LEGEMIDDEL
APOTEK


SYN OG
HØRSEL

SENIOR REISER

BANKTJENESTER

TJENESTER

TRYGGLEIK



lev livet, gløym alder

HJELPEMIDLER

Kom og et middagen her!

Open kafé!

Salg av suppe, lefser, kake og kaffe.

PROGRAM

- Kl 1500 Opning av messa v/Solveig Kyrvestad
- Salg av mat
 - Høve til å sjå på diverse utstillarar
 - Høve til å lære seg å bruke nettbank v/ Valle sparebank
- Kl 1700 Foredrag om legemidler v/farmasøyt Evje apotek.
- Kl 1720 Informasjon om LMT v/ John Horve
- Kl 1740 Foredrag om kompresjon v/ Gisle Winsents
- Kl 1800 Pause
- Kl 1845 Foredrag med ernæringsfysiolog Hege Hushovd
- Fordøyelse
 - Væskebehov
 - Fysisk aktivitet
 - Livsstilssykdommer
 - Sunn og usunn mat
- Kl 1930 Foredrag fra Senior Travels

Arrangør og kontaktinformasjon

Valle kommune, PLO, forebyggjande helsearbeid.

Mail adr. solveig.kyrvestad@valle.kommune.no, margrethe.bakke-harstad@valle.kommune.no,
liv.stormo@valle.kommune.no

