



**ØVRE EIKER
KOMMUNE**

Seksjon helse og velferd



Velkommen til seminaret
”Et godt seniorliv!”

22. Oktober 2026



**ØVRE EIKER
KOMMUNE**

Seksjon helse og velferd



Til deg som er senior i Øvre Eiker. Velkommen til en opplevelsesrik og viktig dag.

Vi inviterer alle seniorer til et helsefremmende og informativt dagseminar.
Arrangementet vil finne sted i festsalen, Hokksund Rådhus.

Vær velkommen!

Vi gleder oss til å presentere et program som kan være til nytte for deg nå eller i fremtiden. Vi håper med denne dagen å nå ut til alle de som ønsker å vite mer og få inspirasjon til en aktiv hverdag, - enten det er for deg selv eller en du bryr deg om.

Gjennom denne dagen setter vi fokus på vår egen påvirkningskraft i hverdagen.

Her får du muligheten til å møte representanter som kan gi deg innsikt i hvilke muligheter du har innenfor aktivitet og felleskap i ditt nærmiljø.

Påmelding:

Arrangementet er tilgjengelig for personer med funksjonsnedsettelse.

Du kan gjerne ha med følge. Oppgi dette ved påmelding.

For påmelding til seminar:

Ring : Servicesenteret tlf.: **32 25 10 00** eller send mail til **servicesenteret@ovre-eiker.kommune.no**

Frist: 09. oktober 2026

Arr.: Seksjon helse og velferd
i samarbeid med Eldrerådet

Sammen skaper vi et livskraftig Øvre Eiker



Program 22.10.26

- **11.30** - Dørene åpnes og registrering
- **12.00** - Praktisk informasjon
Ved arrangør og Øvre Eiker Eldreråd
- **12.10** - Velkommen!
Ved kommunedirektør ØEK, Susanne Therese Vist
- **12.25** «Hvordan fortsette å være DEG?»
Om normal aldring fra ulike perspektiver
Ved fysioterapeut Elin Hulløen
- **12.40** «Fremtidsfullmakt - hva bør du vite? »
Ved kommuneadvokat ØEK, Halvard Grønli
- **13.00** - Pause med enkel bevertning, kaffe og frukt
- **13.30** «Trygg hjemme - å forebygge brann hjemme»
Ved Forebyggende avdeling i Drammen Brannvesen
- **14.00** «Svindel – Stopp – Tenk – Sjekk»
Ved Geir Oustorp fra Sør Øst Politidistrikt
- **14.30** - Stands v/ frivilligheten og ulike aktører
innen helse og kultur i Øvre Eiker kommune
- **15.00** - Avrunding av dagen - evaluering

*Bli med på seminaret som markerer
Den Internasjonale Eldredagen
i Øvre Eiker Kommune!*

