

Eldreuka 2026

Fellesskap – glede – mestring



*Et aldersvennlig
samfunn – sammen!*



Tid: 29. september – 3. oktober



Sted: Kommunestyresal –
Lødingen Rådhus



Tidspunkt: 12 00 – 15 30 alle dager



Gratis



PROGRAM

AI generert



Mandag 28. september:

- Aldring og hørsel-utfordringer og muligheter
- Ta være på hjernehelsen-forstå, forebygg og styrk
- Velferdsteknologi er for alle
- Flere gode år-med en kropp i bevegelse. Aktive valg som gir energi og livskvalitet etter 60



Tirsdag 29. september:

- Ditt engasjement er gull verdt
- Mestre livet hjemme -og leve livet godt ute
- Seniorer-en ressurs i arbeid og omsorg
- Eldrerådet: dine representanter inn i lokalpolitikken



Onsdag 30. september

- Digital sikkerhet for seniorer
- Hva kan redusere forekomsten av demens? Forebygging eller ny behandling?
- Et godt liv hele livet -hvordan skaper vi aldersvennlige lokalsamfunn sammen?
- Munnhelsens betydning for god livskvalitet i eldre år



Torsdag 1. oktober

- Matberedskap
- Vi trenger kompetansen til de med mest erfaring
- Nabotrimmen -fellesskap og tilhørighet gjennom fysisk aktivitet og sosial deltagelse



Fredag 2. oktober

- Hva gjør eldre utsatt for depresjon – kan vi gjøre noe med det?
- Digitale hjemmebesøk
- Vi er alle en del av Norges beredskap



Arrangør:
Senter for et aldersvennlig Norge
og Rådet for et aldersvennlig Norge

*Sammen skaper vi gode dager –
i dag og i morgen!*

