

Mestringsenheten



Kristiansand
kommune

Bli informert og inspirert på

Seniormesse 2022

Torsdag 27. oktober 2022 kl. 14.00–18.00
Rådhuskvartalet

Aktiv senior

Arrangementet er gratis

Velkommen!

Velkommen til årets Seniormesse i Kristiansand.
Vi håper du finner det nyttig og interessant.

Klokken	Innhold	Rom
14.00	Åpning av Seniormessen 2022 ved leder av Helseutvalget Espen Saga	Atriet
	Foredrag	
14.30	Rask Psykisk Helsehjelp «Hverdagsglede»	Anna Jensen, underetasje
15.00	Folkehelseledende Vegard Nilsen «Hva kan vi gjøre i hverdagslivet for å komme i bedre form?»	Anna Jensen, underetasje
15.30	Frisklivssentralen «Seniortilbud»	Anna Jensen, underetasje
16.00	Smittevernoverlege Priscilla Hilton «Vaksiner, influensa, covid og seniorer»	Anna Jensen, underetasje
16.20	Avd. leder Merete Tholin i Aktiv Senior «Hva er Aktiv senior?»	Anna Jensen, underetasje
16.30	Forsker Hilde Lohne Seiler «Aldring, trening og muskler»	Anna Jensen, underetasje
17.00	Kulturelt innslag med Asbjørn Arntsen og Maria Elise Thorkildsen	Atriet

Praktisk informasjon

Lokaler

Rådhuskvartalets 1. etasje og underetasje er arena for all aktivitet under seniormessen. Kart over utstillere er presentert bakerst i heftet og vil være tilgjengelig som oppslag i Rådhuskvartalet på messedagen.

Beverting

Det serveres gratis kaffe under hele arrangementet.

Parkering

Vi oppfordrer de som har mulighet til å gå, sykle eller benytte kollektiv transport denne dagen. Torvet Parkering med nedkjøring via Festningsgata er et godt alternativ for parkering hvis du har behov for å kjøre bil til messen.

Influensavaksine, syn- og hørselstest

Fra kl. 14.00–18.00 vil det være mulig å ta:

- Årets influensavaksine. Underetasjen i rom, *Henriette Bie Lorentzen* og *Anna Jakobsen*. NB! Kr. 300.-, kun kort.
- Hørselstest. Underetasjen i rom, *Antonette Braarvig*.

Kontaktinformasjon Seniormessen

Kristiansand kommune, Aktiv Senior, tlf. 90 71 63 15.

Utstillere

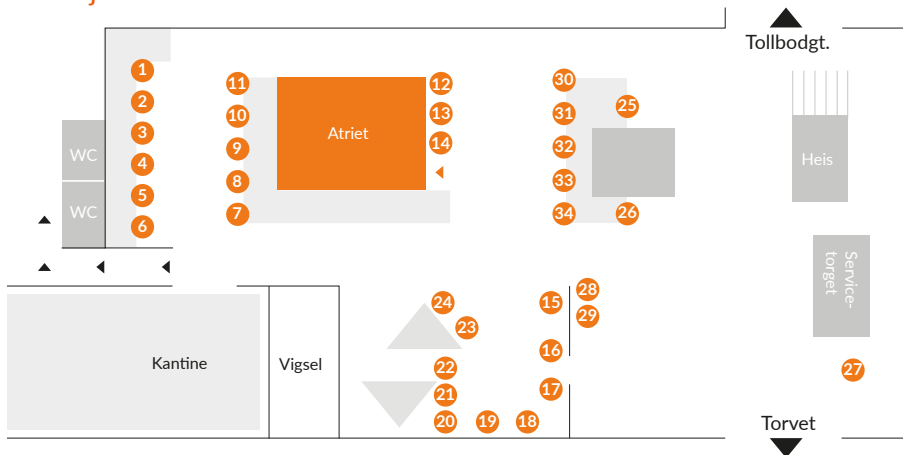
Stand	Nummer
Sparebanken Sør	1
Kulturrullator	2
Norsk Revmatikerforbund	3
Kristiansand Bibliotek	4
Kristiansand Turnforening	5
Eldrerådet	6
Sanitetsforeningen	7
Kristiansand brannvesen	8
Porsmyr Bygdetun	9
Opp av Go`stolen, Badmintonhallen	10
Opp av Go`stolen, Sukkevann	11
Aktiv Senior	12
Blå Kors	13
Midt-Agder friluftsråd, Vaffelbuas Venner	14
Frisklivssentralen	15
Seniordans Kristiansand	16
Rask Psykisk Helsehjelp	17
Kirkens SOS	18
Drevelin Ortopedi Sør	19
Kilden	20
Rehabiliteringsteam	21
Senior Kino	22
Vipers Kristiansand	23
Randesund Hageby	24

Stand	Nummer
AQ Bad og Velvære	25
Frelsesarmeen Home start familiekontakt	26
Omsorg Hjemme	27
Kreftforeningen og kreftforeningens turgruppe	28
Kreftkoordinator	29
Sexolog Elvebredden	30
Pensjonistforeningen flere avd	31
Røde Kors	32
Astronomisk forening, Agder	33
LHL	34
Hørselsforeningen i Kristiansand	35
Vaksinasjonskontoret	36

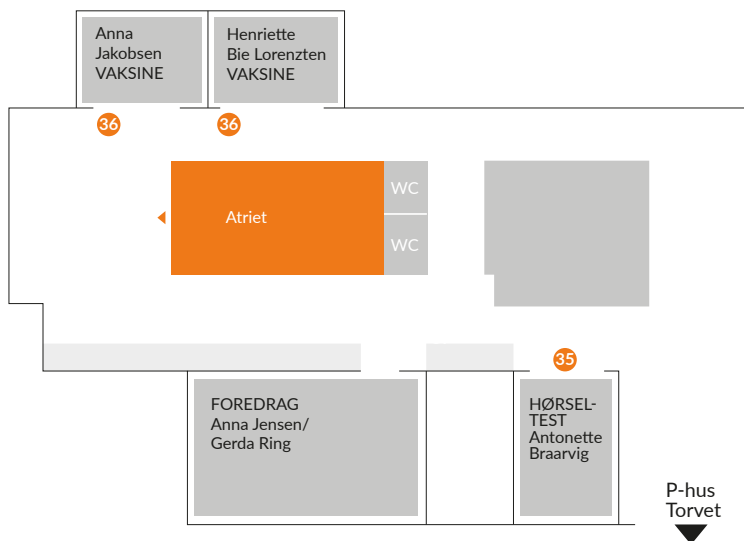


Oversiktskart utstillere

1. etasje



Underetasje





Kristiansand kommune

Postboks 4
4685 Nodeland
Tlf: 38 07 50 00
www.kristiansand.kommune.no