

Eldreveka på Svingen

Måndag 28.september

- 12:00–12:30 Webinar: Aldring og høyrse – utfordringar og moglegheiter
12:30–13:00 Praktisk hørselshjelp
Likeperson frå Hørselsforbundet Ytre Søre hjelper med rens av høyreapparat samt sal av batteri og filter.
13:00–13:30 Webinar :Ta vare på hjerneheilsa – forstå, forebygg, styrk
13:30–14:45 Gåtur i regi LPP
15:00–15:30 Webinar: Fleire gode år – med ein kropp i bevegelse

Tysdag 29. september

- 12:00–12:30 Webinar: Ditt engasjement er gull verdt
12.30–13:00 Informasjonsstandar om frivillig arbeid og korleis du kan engasjere deg
13:00–13:30 Webinar Mestre livet hjemme – og leve livet godt ute
13:30–14:15 Samtale med ergoterapeut og fysioterapeut etter webinar

Onsdag 30.september

- 12:00–12:30 Webinar Digital sikkerheit for seniorar
Samtale om digitale utfordringar eldre møter i kvardagen
14:00–14:30 Webinar Eit godt liv – heile livet
14:30–15:00 Aktivitet: Geografiquiz

Torsdag 1.oktober

- 11:00–13:00: Hørselshjelp med likeperson i Hørselsforbundet
12:00–12.30 Webinar: Matberedskap
14:00–15:00 Møt kommunalsjefen for Helse og meistring
Etter webinarer inviterer kommunalsjef til uformelle møte på Svingen. Kom gjerne innom for ein prat om kva som er viktig for å leve eit godt heile livet i Herøy.

Fredag 2.oktober

- 12:00–12:30 Webinar: Kva gjer eldre meir utsett for depresjon, og kva kan vi gjere med det?
12:30–13:00 Samtale om webinarer med leiar i seksjon psykisk helse og rus og fagkoordinator i demensteamet

Velkomen!

