

# Korleis kan ein sjølv ta grep for å leva eit godt liv?

Invitasjon til seminar for deg som er pensjonist



**DATO:** 2. juni 2026 // **TID:** 10.00 - 14.00 // **STAD:** Storstova, Bryne

## PROGRAM

- |       |  |       |  |
|-------|--|-------|--|
| 09.30 | <b>Morgonkaffi</b>   | 11.30 | <b>Pause</b><br><i>med enkel matserving</i>                                    |
| 10.00 | <b>Kulturelt innslag</b>   | 12.15 | <b>Kulturelt innslag</b>   |
| 10.05 | <b>Opning av dagen</b><br><i>Kommunalsjef i Klepp kommune, Wendy Finnerud</i>                                | 12.30 | <b>Kva betyr det å vera pårørende?</b><br><i>Unn Birkeland</i>                 |
| 10.15 | <b>Aktiv Hele Livet: Bevegelsesglede og gode vanar for ein frisk alderdom</b><br><i>Sindre Mikal Dyrstad</i> | 12.50 | <b>Å bu trygt heime</b><br><i>Janne Brit Lindheim</i>                          |
| 10.40 | <b>Erfarne bilistar i trafikken med dagens køyretøy</b><br><i>Rune Røise</i>                                 | 13.10 | <b>Å bli pensjonist – noen goe eller ”goe” råd</b><br><i>Ivar Undheim</i>      |
| 11.00 | <b>Matglede og munnhelse – grunnlaget for god livskvalitet</b><br><i>Tone Ramsli</i>                         | 13.30 | <b>Moro i kvardagen</b><br><i>Rolf Schreiner</i>                               |
|       |  | 13.50 | <b>Oppsummering</b><br><i>Kommunalsjef i Time kommune, Britt Ellinor Scott</i> |

## PRAKTISK INFO OG PÅMELDING

På grunn av enkel matserving ber me om at du melder deg på **innan 25. mai** ved å skanna QR-koden til høgre med mobilen din – det vil føra deg til eit skjema på nettsidene til Time kommune. Viss du synest det er vanskeleg, kan du senda epost til [service@time.kommune.no](mailto:service@time.kommune.no) eller ringa Innbyggarservice på **51 77 60 00**.

Har du matallergiar må du gje oss opplysningar om dette.



Time kommune



Hå  
kommune



KLEPP KOMMUNE