



Eldrekonferansen 2025

Hamar kulturhus 18.mars kl. 9.30-14.40

Velkommen til Eldrekonferansen 18. mars!

Det gode liv som eldre! Hva er det, og hvordan?



Tid og sted: Hamar kulturhus (Kirsten Flagstad sal) kl. 09.30 til kl.14.40
Målgruppe: De over 60. Åpent for alle.
Inngang kr 200.- inkl. enkel lunsj: [Kjøp billett her](#)

Program

kl. 09.30: Kunstnerisk innslag.

kl. 09.35 – 11.00: En aldrende befolkning med tiltakslyst!

Innlegg fra leder i helse- og omsorgskomiteen i Stortinget, Tone Wilhelmsen Trøen (H), daglig leder i Nasjonalt senter for aldring og helse, Kari Midtbø Kristiansen, forfatter, tømmerhugger, skogtekniker, fabrikkeier etc., Erik Wibe - 92 år og leder i Pensjonistforbundet, Jan Tyriberget.

kl. 11.00 – 12.00: Lunsjpause

kl. 12.00 – 12.05: Kunstnerisk innslag

kl. 12.05 – 13.10: Hva er viktig å passe på for «det gode liv» som eldre?

Innlegg fra helse- og trenings-fysiolog i Espern aktivitetspark og Idrettshøgskolen, Erlend Vada, leder for marked i Ankerskogen svømmehall og idrettspark, Line Støen, Scandinavian Property Group, Henrik Tune og forbrukerøkonom Sparebank1 Østlandet, Elisabeth Landsverk.

kl. 13.10 – 13.40: Benstrekk

kl. 13.40 – 14.40: Alle mann til pumpene! Seniorene og de eldre sin kompetanse og arbeidskraft trengs for at samfunnet ikke skal gå i stå!

Innlegg fra gründer Fredrik Gulowsen i Nyby, kommunalsjef Cathrine Pedersen i Hamar kommune, Tom Zachariassen fra Gammel Nok Innlandet og Anne Thingstad Bjørnstad Hamar Frivilligsentral.

kl. 14.40: Avslutning ved ordfører Vigdis Stensby

Les mer om konferansen: hamar.kommune.no/eldrekonferansen