



10 ÅR

«ET GODT LIV – LIVET UT»

2008 - 2018



SENIORFESTIVAL

1-3 OKTOBER





PROGRAM

Seniorsentre og Sykehjem GRATIS INNGANG

Mandag 1. oktober

kl.11.00 Tranby Seniorsenter

- underholdning Nils Gurrik
- bevertning

Tirsdag 2. oktober

kl.10.30 Fosshagen Ressurscenter

- underholdning Anders Rogg, fokus på fysisk aktivitet
- stands med lokale produsenter – kortreist og sunt
- bevertning

Tirsdag 2. oktober

kl.11.00 Lierbyen Seniorsenter

- underholdning Lier Trekkspillklubb
- bevertning

Onsdag 3. oktober

kl. 11.30 Nøstehagen bo- og servicesenter

- underholdning Karl Sundby «vårt store lille liv»



PROGRAM

Lier kulturscene 3. oktober

INNGANG 150 kr

Billetter kjøpes på biblioteket eller www.ticketco.no

10.00 – 10.30

Stands, kaffe, frukt og myldring

10.30 – 11.20

Ordfører **Gunn Cecilie Ringdal**

11.20 – 11.40

Pause med kaffe, frukt og myldring

11.40 – 12.50

Johan Kaggestad

12.50 – 13.30

Pause med fingermat

13.30 – 14.30

Happiator Arnt Sæther

14.30 – 15.00

Pause med kaffe og noe å bite i

15.00 – 16.00

Karl Sundby

16.00

Avslutning



Foredragsholdere Seniorfestivalen 2018



Johan Kaggestad – «Gå-verdens beste mosjon»

Kroppen er skapt for bevegelse. God fysisk form kommer ikke på blå resept, du må gjøre noe selv. Johan Kaggestad, anerkjent trener og ekspertkommentator på TV, gir deg hemmelighetene og viser deg veien til et aktivt liv som ganger.



Happiator Arnt Sæther – «et alvorlig foredrag om glede»

Inspirator og gledesspreder Happiator Arnt Sæther vier livet sitt til å være inspirator og spre glede. Hva er glede egentlig? Kan det hende at du er mer glad enn du er klar over? Hvem er ansvarlig for at du er glad? Hvordan gjør du deg selv glad? Hvordan skaper du glede i ditt eget liv?



Karl Sundby – «Vårt store lille liv»

I den musikalske teaterforestillingen «Vårt store lille liv» serverer skuespiller Karl Sundby publikum kjente folkesanger og eventyr i en ny og forfriskende vri. På en ærefull, høyst levende og morsom måte tar han vår gamle kulturarv med inn i revy og stand-up formatet, og gir oss en helt egen kulturopplevelse.



Anders Rogg – underholdning om fysisk aktivitet

Anders Rogg er kanskje mest kjent som musiker, skuespiller og regissør bl.a. gjennom Tram-teateret og Pelle Parafins Bølgebånd. Rogg har som kulturleder ved Vålerenga hjemmet vist et brennende engasjement for eldreomsorg og frivillighet