Kom til temadag i Distrikt 10



Tryghed, selvstændighed og livskvalitet

12. november 2026 kl. 10.00-15.45

i Ældre Sagens Campus, Snorresgade 17-19, 2300 København S.

Temadagen er tilrettelagt for dig som er frivillig indenfor fx motion, bisidder, socialhumanitære aktiviteter, ældre- og sundhedspolitik, demens.

Dagens program

9.30 **Kaffe, te og morgenbrød**

10.00 **Velkomst**
ved Mona Ulsted, ældre- og sundhedspolitisk koordinator

10.10 **Dilemmaer fra hverdagen som frivillig**
ved Teater Act-on-It, efterfølgende samtaler ved bordene

12.00 **Frokost**

12.45 **Foredrag om alderisme med fokus på den aldersdiskrimination vi møder i hverdagen**
ved Aske Juul Lassen, forsker Ph.d., forfatter mv.

13.45 **Kaffe, te, kage og frugt**

14.00 **Besøg i standende, hvor du kan stille spørgsmål og hente viden om:**
1. hverdagsteknologi
2. tryghedsopkald og bisidderordning
3. trafik, tryghed og tilgængelighed
4. demens
5. motion

15.45 **Tak for i dag**

Tilmelding senest den 30. oktober 2026 på
https://tilmeld.events/temadag-d10-tryghed-selvstaendighed-livskvalitet-12112026
hvor også afbud skal være modtaget senest den 5. november 2026

Hvis du er tilmeldt et tema-eller netværksmøde, hvor der er bestilt forplejning ud fra antal tilmeldte deltagere, og du ikke melder afbud rettidigt, vil din lokalafdeling blive bedt om at dække de udgifter, der ikke kan afbestilles.

Ældre Sagen
Distrikt 10