



Steinkjer kommune

www.steinkjer.kommune.no • Tlf. 74 16 90 00



STEINKJER  
åpen, lys og glad

# “Lengst mulig i egen bolig – i eget liv”

**Informasjonsmøte til deg som er  
født i 1944-1947 og bor i Steinkjer kommune**

**Tid: Onsdag 02. november 2022 kl. 11.00-14.00**

**Sted: Festsalen på Steinkjer Samfunnshus**

## **PROGRAM**

- 11.00-11.10 Velkommen  
v/Ressurscenter for Seniorer
- 11.10-12.00 Hvor skal jeg bo? Bytte bolig eller  
tilpasse egen bolig? Mine valg  
og muligheter? v/Tommy Rønne  
fra Husbanken.
- 12.00-12.45 Pause med enkel servering
- 12.45-13.15 Kommunale helse- og  
omsorgstjenester for seniorer.  
Situasjonen i Steinkjer v/Solveig  
Kleven, Forvaltningskontoret
- 13.15-13.30 Pause
- 13.30-14.00 Betydningen av fysisk aktivitet,  
kosthold og gode levevaner  
i seniorårene v/fysioterapeut  
Steinkjer rehabilitering

**Påmelding til ressurscenter for seniorer  
tlf. 459 76 222 innen 28 oktober**

Mailadresser:

rita.andreassen@steinkjer.kommune.no

«Informasjonsstand» Ressurscenter for Seniorer