

på scen!

60plus Mässan PROGRAM

22 november

23 november

10.40 – 10.55

FÖREBYGG EN ID-KAPNING – Så skyddar du dig Vi visar hur en Id-kapning går till och hur du kan skydda dig mot bedrägeribrott. *Förebygg / FB Säkerhetstjänster*

11.00 – 11.15

HUR TA HAND OM DINA TÄNDER PÅ BÄSTA SÄTT? Här får du de bästa tipsen för en bra munhälsa av tandexperterna på *Smile Tandvård*

11.20 – 11.35

OFÖRGLÖMLIGA ÄVENTYR med Rolfs Flyg & Buss. Vår guide Morten berättar om våra hisnande flodkryssningar. Morten kommer att guida dig genom de bästa destinationerna och ge dig insikt i de mest fantastiska platserna du kommer att uppleva på vägen. *Rolfs Flyg & Buss*

11.40 – 12.10

ATT HÅLLA HJÄRNAN I TRIM PÅ ÄLDERNS HÖST Vad behöver man tänka på för att hjärnan ska bevaras i så gott skick så länge som möjligt? Vad finns det för tidiga tecken på demens? Och finns det något att göra? Vardags-exempel ges på aktiviteter som vetenskapligt visat sig bidra till att hålla hjärnan i bra trim
Åke Pålshammar, neuropsykolog & Emeli Åkerman, beteendevetare och ordf Uppsala Demensförening. Presenteras i samarbete med 1,6 miljonerklubben

**22/11
kl. 11.40**

**Åke Pålshammar
& Emeli Åkerman**
"Att hålla
hjärnan i trim"

12.15 – 12.30

STOLSTYRKA MED FRISKIS SENIORKLUBB Här får du ett litet smakprov från vårt stolstyrka-pass på torsdagar. *Friskis & Svettis*

12.35-12.40

SÅ KNYTER DU DIN SJAL - Inger från *Snygga Sjalar* tipsar

12.40 – 13.00

MODEVISNING - Kom med oss på en resa genom vinterns mode med *Sigma Fashion*

13.05 – 13.20

BÄTTRE SYN MED MEMIRA – Här berättar de mera om vilka behandlingar som finns.

13.25 – 13.40

HÖGBERGS RESOR presenterar årets resenyheter 2024. *Högbergs Resor*

13.45-14.00

DOT SHOT – Varför gurkmeja har använts i 5 000 år som växtmedicin. Joacim Folkesson berättar om Gurkmejans (Curcumins) effekter på leder och muskler och andra inflammationer som man bär på. *Dot Shot / Pharma Way*

14.05 – 14.25

P4 PLUS MUSIKQUIZ - Tävla och vinn med Anders Hildemar Ohlsson, programledare på P4 Plus som spelar låtarna vi älskar. Gissa låtarna och vinn fina priser!
Sveriges Radio P4 Plus

14.30 – 14.45

SOLCELLER – EN BRA AFFÄR? Är det en bra idé att skaffa solceller? Även om man fyllt 60 eller funderar på att flytta ifrån villan? Hur ska man tänka när man tar in offerter och väljer ut en leverantör? *Klimatprojekt*

14.50 – 15.05

GÅ FOTBOLL - Lär dig mer om gåfotboll Svenska fotbollförbundets ambassadörer berättar mer om idrotten och vad den kan ge dig som individ. *Svenska Fotbollförbundet GåFotboll*

Båda dagarna

MUSIKQUIZ
med programledarna
i Sveriges Radio
P4 Plus

Båda dagarna

Sefina pantbank
**GRATIS
VÄRDERING**
av smycken, klockor,
väskor, kläder

**23/11
kl. 11.20**

**Sångerskan &
inspiratören
Therése
Neaimé**



10.40 – 10.55

VIKTEN ATT ÄLSKA DINA ÖRON Audikas legitimerade audionom Anna kommer att gå igenom varför det är viktigt att behandla en nedsatt hörsel, vad det finns för möjligheter och hur tekniken ser ut idag. *Audika*

11.00 – 11.15

VACCINNYTT INFÖR VINTERN - Smittskyddsläkare Daniel Heimer presenterar årets vaccinnheter och talar om fördelen att vaccinera sig mot influensa och covid-19. *Region Västmanland – Smittskydd*

11.20 – 11.50

SÅNGERSKAN OCH INSPIRATÖREN THERÉSE NEAIMÉ – VÅGA TRO PÅ DIG SJÄLV! Hennes uppskattade och inspirerande föredrag handlar om att våga tro på sig själv, från uppväxten med utanförskap till karriären som elitidrottare, dansare och sångerska. En högst personlig föreläsning som växlar mellan skratt och allvar som inte lämnar någon oberörd. *Föredraget presenteras i samarbete med 1,6 miljonerklubben*

11.55 – 12.10

VÅGA TALA OM PSYKISK HÄLSA Idag är vi bra på att prata om vår fysiska hälsa och fördelarna med en allsidig träning, men det är lika viktigt att vi pratar om och tränar vår psykiska hälsa! *NSPH / Hjärnkoll*

12.15 – 12.30

SOLEL - Solel ger ekonomiska möjligheter. Lär dig mer om hur solenergisystem kan vara lönsamt för dig. *Takab/Soltech*

12.35-12.40

SÅ KNYTER DU DIN SJAL - Inger från *Snygga Sjalar* ger några tips

12.40 – 13.00 MODEVISNING - Kom med oss på en stilsäker resa genom vinterns mode med *Sigma Fashion*

13.05 – 13.30

SENIORBIO MED ANDERS HANSER – ÅRETS PROGRAMNYHETER Kom och lyssna på fotografen Anders Hanser när han berättar om intressanta filmteman och tar oss med från Zorn till ABBA och mycket mer. *HanserBio*

13.35 – 13.50

OFÖRGLÖMLIGA ÄVENTYR med Rolfs Flyg & Buss. Vår guide Morten berättar om våra hisnande flodkryssningar. *Rolfs Flyg & Buss*

14.00 – 14.20

P4 PLUS MUSIKQUIZ - Tävla och vinn med Claes Johan Larsson, programledare på P4 Plus som spelar låtarna vi älskar. Gissa låtarna och vinn fina priser!
Sveriges Radio P4 Plus

14.30 – 15.10

STANDUP MED LENNIE NORMAN
Vi bjuds på en personlig, vass och galet rolig föreställning med en av våra allra mest kända och hyllade standup komiker. Argare, bittrare men med glimten i ögat, så kommer Lennie bjuda publiken in i en gubbens funderingar och tankar om den tid vi lever i. Du kommer att få dig en rejäl omgång med humor, vi kan helt enkelt utlova en show av allra högsta klass!

**23/11
kl 14.30**
**Standup med
komikern
Lennie
Norman**



60plus Mässan

UTSTÄLLARLISTA

1.6 miljonerklubben	58	Odd Fellow Logen nr 7	38
Agitator Whiskymakare	1 tr upp 72	Praktiska Gymnasiet	55
Aktiva Seniorer	39	Region Västmanland	67
Alert Senior	13	Renoa	5
Allegio Omsorg	68	Rolfs Flyg & Buss	33
Allente	51	Sakkes Balkongkonsult	59
Attendo	63	Salabostäder	7
Audika	42	Sefina pantbank	62
Björkmans Bil – Kia Erikslund	66	Sigma Fashion	24
Centerpartiet	45	SkimSafe	57
Dot Shot	14	Skohälsan	17
ElisabethB	16	SKPF Västmanland	21
Forever Living Products / Fot i Focus	11	Smarteyes	26
Forever Living Products / Carina Tranberg	11	Smile Tandvård	34
Freebo	15	Snygga Sjalar	10
Friskis & Sveltis	20	Socialdemokraterna	60
Fristående Hudvårdskonsult Mary Kay - Therese Grannas	41	Solkraft Sverige	25
Funktionsrätt Västmanland	28	Specsavers	9
Färna Herrgård	53	SPF Seniorerna Västmanland	19
Förebygg / FB säkerhetstjänst	2	Stora Ekeby Kött	Foajén 71
Gran Canaria	3	Svenska Fotbollsförbundet	Foajén 70
Götmars	22	- GåFotboll	
Hjärnkoll	27	Sveriges Radio P4 Plus	65
Husman Hagberg	35	Synoptik	12
Härjedalskök	36	Takab	31
Högbergs Bussresor	30	Tallink	4
Hörselskadades Riksförbund Västmanland (HRF)	43	Tervis Spa	4
Klimatprojekt Mälardalen	18	Tobbes Resor	37
Liberalerna	47	Veterankraft	32
Medley Lögarängsbadet	44	Veteranpoolen	23
Memira Eyecenter	69	Vida Travel Group	4
Moderaterna	54	Viking Line	6
Nordic Relining	29	Västerås stad	
Nordic Wellness	40	- Energi och Klimatrådgivning	49
Nordiska Inglasningar	1	- Hälsans Hus mm.	50
NSPH Västmanland	27	- Konsumentjuridisk rådgivning	48
		- Vård & Omsorg	46
		Västmanlands Teater	8

Reservation för ändringar i utställarlistan efter tryck.



Fika & Lunch

Under mässtdagarna serverar restaurangen (1 tr upp) fika, smörgåsar och dagens lunch.



Vida Travel Group AB



Ett speciellt tack till:



Missa inte!

Båda dagarna
**PASSA PÅ!
VACCINERA
DIG HÄR!**



Vaccinera dig!

Båda dagarna 10.00-16.00

Region Västmanland finns på plats redo att vaccinera dig som besöker mässan gratis mot influensa och covid-19. (Gäller dig som är 65+ eller riskgrupp)

Monter #67



Provsmakning Whisky

Båda dagarna kl. 10.00-16.00

Agitator Whiskymakare kommer att erbjuda smakprov á 2cl på sorterna **Blended, Single Malt och Blind Seal.**

Du träffar dem 1 tr upp vid restaurangen. Smakprovsbiljett köpes i restaurangen



Båda dagarna

Sefina pantbank
**GRATIS
VÄRDERING**
av smycken, klockor,
väskor, kläder

Gratis värdering

Båda dagarna kl. 10.00-16.00

Sefina Pantbank finns på plats och värderar mindre föremål såsom smycken, klockor, kläder och väskor.

Monter #62



PRAKTISKA

Dam- & herrklipp,
hårstyling, makeup
& skäggrtrim
Monter #55

Gratis klipp, makeup & hårstyling

Båda dagarna kl. 10.00-16.00. Monter #55

P4 PLUS MusikQuiz

Tävla och vinn med Anders Hildemar Ohlsson och Claes Johan Larsson, programledare på P4 Plus som spelar låtarna vi älskar. Gissa låtarna och vinn fina priser! Under mässtdagarna träffar du dem i monter #65 Scenen 22/11 kl 14.05 och 23/11 kl 14.00

