

60plus MÄSSAN

PROGRAM 29/3

130 Utställare
2 scener
40 Föredrag
Prova-på
Erbjudanden
Tävlingar



Minnes-
träning med
Vårdhunden
GISSA
13.40

**Lilla
Bandet**
Underhåller på
Lilla Scenen
**10.00 &
15.00**

HAGLUNDS

**MODE
VISNING**
Haglunds
Mode
13.10



**Clarissa
Krabbe**
Sång
och föredrag
12.00



ÅRETS TEMA!
**RESOR
& UPPLEVELSER**



**Tobias
Smedberg**
Äldrenämndens
ordförande
inviger
10.20



GRATIS
Makeup,
hårstyling,
mm
**Hela
dagen**



**BUGGDANS
UPPVISNING**
med Uppsala
Bugg & Swing
Society
15.20



**Åsa
Lindestam**
PRO Ordförande
11.00

ETT SPECIELLT TACK TILL VÅRA SAMARBETSPARTNERS



Vida Travel Group AB



smarteyes



DAGENS PROGRAM 29/3

Stora scenen

10.20 – 10.30

INVIGNING av Äldrenämndens ordförande Tobias Smedberg.

10.30 - 10.55

LEIF "HONKEN" HOLMQVIST - Stolparna var mina bästa vänner Leif "Honken" Holmqvist är en av Sveriges mest älskade ishockeyspelare. Som svensk landslagsmålvakt under tio års tid och med sju VM-medaljer i bagaget blev han en mycket folkjär idrottsprofil. Kom och lyssna när Leif delar med sig av minnen från sitt fantastiska hockeyliv. *Honken Biografi*

11.00 – 11.15

PRO ORDFÖRANDE ÅSA LINDESTAM om pensionärernas boendesituation. Många har tex just nu svårt med hyran. Hur vi kan vässa vårt arbete i pensionärsråden? Pensionärer som behöver stöd och hjälp – vad finns det för behov och hur kan vi kräva rätt hjälp till de som behöver det? *PRO Uppsala*

11.25 – 11.45

INGE BRUCE, känd från "Fråga doktorn" på Radio Uppland och chefsläkare på Region Uppsala talar om vad vi lärt oss om Coronavirus, Covid19 och vaccinationer under pandemin. Det blir även möjlighet att ställa frågor till Inge. *SPF Seniorema Uppsala*

12.00 – 12.30

Skådespelaren och sångerskan CLARISSA KRABBE brinner för hälsa, inifrån o ut! Hon är ambassadör för 1,6 miljonerklubben men även Alzheimerfondens Hälsoinspiratör. Du kan också se henne på bl. a Chinateaterns senaste produktioner, Ghost, Book of Mormon mfl. *Presenteras i samarbete med 1,6 miljonerklubben*

12.40 – 12.55

GO CRUISING presenterar Kryssa och upplev det vackraste av norska kusten med det nya miljövänliga rederiet Havila *GoCruising*

13.10 - 13.30

MODEVISNING – Vårens och sommarens mode till vardag och fest presenteras av *Haglunds Mode i Mora*

13.40 - 13.55

Minnesträning med VÅRDHUNDEN GISSA Hur man arbetar med en vårdhund. Hunden Gissa och hans husse kommer att hålla föredraget. Gissa kommer att visa olika aktiviteter man kan göra med de äldre både vad det gäller öva motorik och minnesträning. *Vardaga*

14.00 – 14.15

Upplev världen med ROLFS FLYG & BUSS.

Sveriges största gruppresearrangör med över 3 000 avgångar till mer än 400 olika resmål. Här får du ett axplock av deras breda reseprogram. *Rolfs Flyg & Buss*

14.20 – 14.35

UPPLEVELSERNAS UPPLAND Kulturarvet nära dig. Linda Karlsberg, Enköping avslöjar sin dröm om att vara som Indiana Jones och om hur en cykeltur till hållristningarna utanför Enköping ledde henne till denna scen. *Upplevelsernas Uppland*

14.40 – 14.55

BUSSRESOR i Sverige, Norden och Europa Högbergs Bussresor presenterar några av årets nya resmål, t.ex. Södra England, Spanien och Villa Akleja med Claes Moser. *Högbergs Bussresor*

15.00 – 15.15

EKMANSRESOR - 1st Business Class Resor både nära och lite längre bort. *Ekman Resor*

15.20 – 15.35

DANSUPPVISNING med UBSS Dansare från Uppsala Bugg & Swing Society visar svängig buggdans och berättar om

Med reservation för ändringar med kort varsel

Lilla scenen

10.00 – 10.20

LILLA BANDET Sveriges minsta orkester underhåller

10.40 – 10.55

(L): MÖJLIGHETER, OMTANKE, FRIHET. Varje människa ska själv ha frihet att styra sitt liv, sin vård och sin framtid. Liberalerna ser varje individ som den unika person hen är. Därför mångfald, valfrihet och självbestämmande. *Liberalerna Uppsala*

11.05 – 11.20

BLI INTE LURAD! Sandra Mansour från Konsument Uppsala informerar om hur du kan skydda dig mot bedragare och undvika att bli lurad. *Uppsala kommun*

11.30 – 11.45

Seniorträning med FRISKIS & SVETTIS

11.55 – 12.10

LÄNSSTYRELSEN Om kontanter och att motverka bedrägerier. Vi pratar om tillgången till de grundläggande betaltjänsterna i länet och vad som görs för att förbättra den. Du får även tips på hur du kan undvika att bli lurad när du exempelvis handlar på internet. *Länsstyrelsen Uppsala län*

12.20 – 12.35

KRAFTSAMLING för Akademiska sjukhuset. Läget på Akademiska sjukhuset är kritiskt och värst är det på sjukhusets hjärta: akutmottagningen. Vi måste agera. Vi vill se att regionen gör en ordentlig kraftsamling för att lösa krisen på Akademiska sjukhuset nu! Möt Helena Proos och Vivianne Macdisi, oppositionsråd från *Socialdemokraterna Uppsala*

12.45 – 13.00

SJUKRESOR Sjukreseadministratör Lotta Nenzén UL, om sjukresor. När gäller sjukresan? Hur löser jag biljett? Skillnaden på färdtjänst och sjukresor mm *UL*

13.10 – 13.25

DITT BOENDE OCH ARVSKIFTE Hur fungerar det med dödsbon, arvsskiften och särkullbarn etc. Vad händer med mitt boende när min partner går bort? *Riksmäklaren*

13.35 - 13.50

SOLEL Hur fungerar det och är det lönsamt för mig? *Takab/Soltech*

14.00 – 14.20

BUGGSKOLA Lär dig grundstegen i Bugg *UBSS*

14.30 – 14.45

MÅLTIDSSERVICE - Mer än bara mat i magen Här presenteras Måltidsservices verksamhet och satsningar för seniorer *Uppsala kommun Måltidsservice*

15.00 – 15.15

LILLA BANDET underhåller med mycket spelglädje och humor

Missa inte!



Buggskola

Lär dig grundstegen i buggdans Båda dagarna kl. 14.00 (Lilla Scenen)

Provmaka olika kaffesorter
Lindvalls kaffe
Monter #21



Träffa Leif "Honken" Holmqvist och snacka hockeyminnen under mässdagarna *Monter #97*

Testa på Gäafotboll

Båda dagarna 10-16.
Monter #113 Vid Stora Scenen

"Sveriges minsta orkester"

Håller ställningarna och underhåller vid Lilla Scenen båda dagarna

IDROTTENS
BINGO!

Spela Bingo gratis – vinn fina priser!

11.00, 12.00,
13.00, 14.00,
15.00 Idrottens
Bingo *Monter #85*

