

«



Både trening og foredrag er gratis.

Det er gratis å vere medlem.

Alle seniorar er velkomne.

All tilrettelegging vert gjort på frivillig basis.

Aktiv+ er registrert i Enhetsregisteret i Brønnøysund som frivillig organisasjon.

Aktiv+ får årleg eit tilskot frå Øygarden Kommune til drift.

Alle foredrag vert støtta av Folkeakademiet Vest.

Nokre foredrag vert støtta av Sotra Rotary Klubb og Den kulturelle Spaserstokken.

Leige av lokale i Odeon Sotra Kino til foredraga vert støtta av Sotra Kino, Thon Sartor Storsenter, Sartor Holding.



EIT AKTIVITETSTILBOD FOR SENIORAR

På Sotra Arena kvar tysdag kl. 10.30;

- Trim med kvalifiserte instruktører
- Balansetrening med instruksjon av fysioterapeuter frå Øygarden Kommune
- Tur i Straumeparken med turvert
- Etter fysisk aktivitet er det kjekt med sosialt samvær i kafèen med noko godt attåt

På Odeon Sotra Kino kl. 12.30;

- Interessante foredrag (i samarbeid med Senioruniversitetet Øygarden/Søy)

Vi er takksam for alle økonomiske bidrag vi får. Du kan bruke vipps nr. **608874** viss du har anledning å gje eit beløp.

OVERSIKT OVER FOREDRAGA FOR AKTIV+ OG SENIORUNIVERSITETET ØYGARDEN (SØy) - Vår 2026;

SØy har inngangspenger for ikkje-medlemmer.

06.01	«Bernt Tunold- vestlandsmålar i grønt og grått» v/Jan H. Landro
13.01	SØy «Øygardens sjel» v/lokalhistoriker Gudveig Lillebø
20.01	«Når språket flytter på seg» v/Gunnstein Axelberg
27.01	«Med seilbåten Jenny fra Singapore til Bergen» v/Jan Isaksen
03.02	Ingen aktivitet på Sotra Arena grunna messe. Foredrag v/direktør DNS Solrun Toft Eriksen
10.02	SØy «Fra robåt til robot. Om industri- kommunen Øygarden – Samfunnssolidarisk entreprenørskap» v/daglig leder i Fjell Technology Group Leif Gunnar Madsen
17.02	Presentasjon av Småoppdrag+, Treff+, Huset Spiseri, Seniorene, m.fl.
24.02	Vinterferie. Ingen aktivitet
03.03	"Det skjedde på vestsida. Sterke historier frå Øygarden» v/Hans Lauvik
10.03	SØy «Zelenskis taler» v/prest Knut Kaldestad

17.03	Årsmøte og medlemsmøte Aktiv+.
24.03	Litt musikalsk underholdning etterpå «Sov godt – eit innlegg om søvn» v/Friskliv og meistring
31.03	Påskeferie
07.04	«Kunsten å leve» v/Samuel Messi og bestefar
14.04	SØy «Fra Jesus til Gaza- forholdet mellom Israel, palestinere og araberstatene» v/lektor og midtøstenekspert Hans Wendelbo
21.04	«Camerun» v/Alvhild Vassel Eide
28.04	«Hurtigruten, Svalbard , Svalbardlinjen – dag for dag» v/Sigurd Hope
05.05	Tur til Ormhilleren med lett bevertning og allsong. Evt. Larslibua viss det vert regn.
12.05	SØy «Farlig og misforstått delirium – en helsetilstand uten forbindelse til alkohol- misbruk» v/førsteamuanuensis Leslie Eide.
19.05	«Vil engelsk overta for norsk språk» v/ Åse Vetås
26.05	Tema kjem, v/Hanne Sophie Greve
02.06	«Dei rettslause- oppgjeret med tyskarjentene etter krigen» v/statsarkivar og pensjonist Yngve Nedrebø.
09.06	SØy Vårekkursjon til Sund, fell og Foldnes kirker med guide og påfølgende lunsj på Foldnes.
16.06	Sommeravslutning.

Det kan koma endringar i programmet.