



Bømlo
kommune

Kva skjer

Her er nokre av aktivitetane i nærområdet ditt **1. juni til 7. juni**



Måndag 1. Kl. 12.00 - Bømlo hørselslag - BBR

Bømlo hørselslag har tilbud om kontroll av høyreapparat i BBR sitt lokale i sentrum. Alle er velkomne.



Onsdag 3. Kl. 10.00 - Aktiv til 100 - Gapahauk Stangervåg

Bli med Bømlo turlag på lett tur til Stangervågen. Oppmøte og start i brukbakken kl 10.00. For spørsmål, ta kontakt med Harald Fadnes på tlf 913 48 499



Torsdag 4. Kl. 18.00 - I slik ei natt - Moster Amfi

I 2026 markerer *I slik ei natt* 10-årsjubileum. *I slik ei natt* skildrar livet og reisa til Olav Haraldsson før han kom til Moster og innførte kristenretten i 1024.

Billetter kan kjøpast på ticketmaster.no

I slik ei natt har også framsyningar fredag og laurdag. Sjå www.mosteramfi.no for meir informasjon



Laurdag 5. Kl. 19.00 - Sjøkart nr. 19 - Langevåg

Sjøkart nr. 19 spelar på kaien hos Langevåg bygdatun denne kvelden. Billetter kan kjøpast på billett.no



Søndag 6. Kl. 17.00 - Støttekonsert - Rubbestadneset

Roger Stangervåg og Heidi Lambach inviterer til støttekonsert for Bømlo Parkinson Unity Walk. Konserten er i hagen til Stangervåg, Ramsdalen 11 og alle er velkomne. Ta med teppe eller stol om du har.

Ynskjer du informasjon om fleire aktivitetar?

Gå til nettsidene bomlo.kommune.no

Leveres i
samarbeid med



Nytt og nyttig

Digitalt aktiv

Å vera digitalt aktiv i senioralder handlar ikkje berre om teknologi, men om meistring, fridom og deltaking i samfunnet. I dag skjer mykje av kvardagslivet digitalt – frå kontakt med familie og vener, til helsetenester, bank og informasjon frå det offentlege. Når eldre meistrar digitale verktøy, reduserer det risikoen for utanforskap og gir større sjølvstende

Mange eldre opplever digitale løysingar som kompliserte, 1 av 5 opplever digital sårbarhet. Samtidig viser erfaring og forskning at rett opplæring, god støtte og trygg øving gir rask meistring. Digitale verktøy kan brukast til mykje i kvardagen.

Ein kan betale bussbillett eller parkering med mobilen, bestilla legetime på Helsenorger, delta i videosamtale med familie, eller halda kontakt via meldingstenester og sosiale medium. For mange gir dette auka sosial kontakt og betre oversikt over eigen helse og økonomi.



Sammen for et aldersvennlig Norge

Vi blir stadig flere eldre og vi lever lenger. For mange kommer pensjonisttilværelsen til å vare nesten en tredjedel av livet. Derfor må vi sørge for at den blir meningsfull både for den enkelte og for samfunnet. Det gjør vi med et aldersvennlig Norge.

Foto: <https://www.aldersvennlig.no/>

Læring skjer best i trygge omgjevnader. Frivillige organisasjonar og seniorforeningar tilbyr digitale kaféar og kurs/hjelp. Her kan ein spørja om alt – utan å kjenna seg dum. Digitale opplæringshefte og enkle nettsider gjer det òg mogleg å læra i eige tempo. Pensjonistforbundet har eit flott sitt inspirasjonshefte og kurs på deira nettside "din digitale hverdag" Sjekke gjerne ut denne.

Kontaktinformasjon Bømlo kommune:

Elisabeth Holme Knutsen - rådgjevar kultur og idrett - Mobil 91 16 53 77

Johanne Kristiansen - rådgjevar folkehelse og frivilligheit - Mobil 45 38 26 42

Kontakt oss om du vil reservere deg mot å motta dette informasjonsskrivet.