

# 60plus MÄSSAN

# PROGRAM 20/3

120 Utställare  
2 scener  
30 Föredrag  
Aktiviteter  
Prova-på  
Erbjudanden  
Tävlingar

**MODE  
VISNING**  
Allt från vardag till  
fest med Pagelle.

**13.15**

**OmaTakki**  
Designern Merja  
om att våga släppa  
sargen och följa  
sin dröm

**12.55**

TEMA  
**stil &  
MODE**



PAGELLE

**Missa inte**  
alla föredrag och  
aktiviteter som  
presenteras av  
våra utställare

**Lars-Åke  
"Babsan"  
Wilhelmsson**  
Glitter, glamour  
och skapande  
**14.30**

**GRATIS**  
Makeup  
Hårstyling  
Färganalys  
**Hela  
dagen**

**Birgitta  
Stubbing**  
Europas äldsta  
arbetande modell  
**12.00**

Uppsala Bugg & Swing Society  
UBSS  
Uppsala Bugg &  
Swing Society  
**BUGGSKOLA  
20/3 kl. 12.35**

ETT SPECIELLT TACK TILL VÅRA SAMARBETSPARTNERS



Vida Travel Group AB



folkhemmet  
MÖBLER FÖR MEDVETNA



# DAGENS PROGRAM 20/3

## Stora scenen

11.05 - 11.20

### GYMPA MED FRISKIS

Det är aldrig för sent att börja träna. Friskis&Svettis har träning för alla åldrar, otränad som tränad oavsett ålder. Vi kör ett pass Seniorträning på scen och även du kan hänga på! *Friskis & Svettis*

11.30 - 11.45

### AKTIVA ÄLDRE - DET BÖRJAR MED GLÄDJE

"Aktiva äldre" är en satsning för att vi seniorer ska ha samma möjlighet som alla andra till gemenskap, aktivitet och glädje. På scen; representanter från LF Uppsala, IFU Arena och Uppsala kommun som berättar mer! *LF Uppsala, IFU Arena och Uppsala kommun*

12.00 - 12.30

### PÅ HÖGA KLACKAR - SKÖNHETENS ÅLDERSLÖSA RESA MED BIRGITTA STUBBING

Med sin unika position som Europas äldsta arbetande modell bjuder Birgitta på en unik inblick i en fascinerande karriär och livshistoria, samtidigt som hon lyfter fram vikten av att leva autentiskt och med självförtroende, oavsett ålder eller omständigheter. Birgitta Stubbing, 90 år, är Europas äldsta arbetande modell och en ikon inom modevärlden sedan 60-talet. *Presenteras av 1,6 miljonerklubben*

12.35 - 12.50

### UBSS BUGGSKOLA - LÄR DIG GRUNDSTEGEN I BUGG

med Uppsala Bugg & Swing Society

12.55 - 13.10

### OMATAKKI - INSPIRERAS AV EN LATE BLOOMER INOM TEXTILDESIGN OCH SLOW FASHION

Merja Parviainen sa upp sig från en välbetald anställning för att satsa på sin dröm som 58-åring. Idag är hon grundaren av OmaTakki som skapar unika färgstarka plagg till dig som vågar ta plats. Välkommen till en inspirerande föreläsning om mod, tvivel, motivation och drivet mot ett nytt läge som 60-plussare. *OmaTakki*

13.15 - 13.35

### MODEVISNING - ALLT FRÅN VARDAG TILL FEST MED PAGELLE

Presentation av säsongens hetaste mode från vardag till fest. Inspireras och sätt din unika touch på din vårgarderob. Kom med oss på en stilsäker resa genom säsongens mode! *Pagelle*

13.45 - 14.00

### RUNSTENAR I UPPLAND - EN DÖRR TILL VIKINGATIDEN

I Uppland finns flest runstenar i världen - ca 1300 stycken. Runorna är nordbornas äldsta skriftspråk och runstenarna är viktiga historiska källor som ger oss en spännande inblick i vikingarnas värld. Vem reste en runsten, varför och vad står det egentligen på dem? Kom och lyssna till Robin Lucas, arkeolog på Upplandsmuseet, som berättar om Upplands unika runstenar. *Upplandsmuseet*

14.05 - 14.20

### SKYDDA DIG MOT BEDRÄGERI OCH HANDLA SÄKERT PÅ NÄTET

Konsument Uppsala presenterar ett viktigt föredrag med fokus på att undvika bedrägerier och säker näthandel. Du får verktyg och kunskaper för att identifiera och skydda oss mot de vanligaste bedrägerierna online, samt praktiska råd för att handla säkert på internet. Få konkreta tips för att skydda din information och ekonomi online. *Konsument Uppsala*

14.30 - 15.10

### FRÅN SKISS TILL SPOTLIGHT: GLITTER, GLAMOUR OCH SKAPANDE MED LARS-ÅKE "BABSAN" WILHELMSSON

Lars-Åke Wilhelmsson, mer känd som dragshowartisten Babsan, har också en imponerande karriär som skräddare och designer av scenkostymer. Hans arbete som designer sträcker sig över flera årtionden, där han har bidragit till att skapa några av de mest minnesvärda och spektakulära kostymerna inom svensk underhållning och teater. Genom åren har Wilhelmsson bidragit till att höja standarden på scenkostymer i Sverige, och har setts i allt från Melodifestivalen till stora teaterproduktioner.

Med reservation för ändringar med kort varsel

## Lilla scenen

11.10 - 11.25

### STORLIENS - OCH STORLIEN HÖGFJÄLLSHOTELLS HISTORIA

Storlien Högfjällshotell är ett legendariskt fjällhotell med en spännande historia tillbaka till 1880-talet då den kände Doktor Westerlund etablerade hälsoverksamhet. Magnus Jönsson berättar och visar bilder från Storliens- och Storlien Högfjällshotells spännande historia från 1882 tills idag då hotellet åter välkomnar gäster från när- och fjärran! *Storliens Högfjällshotell*

11.35 - 11.50

### GOTT IDAG OCH I FRAMTIDEN

En föreläsning med tankar runt måltider för dig som är 65+. Vi delar med oss av våra tankar kring matens betydelse för ett aktivt och välmående liv i äldre år. Vårt mål är att varje måltid inte bara ska vara en källa till näring, utan även ett tillfälle för glädje och samvaro. *Måltidsservice Uppsala kommun*

11.55 - 12.10

### EN AKTIV VARDAG PÅ VARDAGAS BOENDEN

Karin Bondeson, verksamhetschef på Villa Hovstallet talar om "Vår Äldreomsorg - Den goda dagen" Ditt boende hos oss är ditt hem och vårt mål är att du ska trivas. Omsorg och service ska hålla högsta kvalitet, men minst lika viktigt är att du får göra saker som intresserar dig. *Vardaga*

12.20-12.35

### ÄLDREMOTTAGNINGAR - VAD ÄR DET?

Äldremottagningen på vårdcentralen finns för att kunna ge ett bra omhändertagande av äldre personer som löper risk för stora vårdbehov. Men vad är en äldremottagning och för vem finns den till? *Region Uppsala, Nära & Effektiv vård*

12.45 - 13.00

### HAR DU SYNPUNKTER PÅ DIN VÅRD? KOM TILL OSS!

Du som besöker vården i Uppsala län ska få ett bra bemötande och en vård av god kvalitet. Patientnämnden hjälper dig som patient eller närstående att föra fram klagomål om du inte är nöjd med den vård du fått. Vi berättar hur du går tillväga. *Patientnämnden*

13.40 - 13.55

### SÅ BEHÅLLER DU FRISKA TÄNDER LÄNGRE

Folk tandvården ger råd och svarar på frågor om vad du själv kan göra för att behålla en god munhälsa. Anneli Mattsson, tandhygienist och samordnare för Kunskapscentrum för äldretandvård

14.05 - 14.20

### HUR MYCKET SKATT VILL DU BETALA? VAD SÄGER EU?

En av de mest avgörande frågorna inför valet till EU-parlamentet anser Sverigedemokraterna vara vem som ska bestämma om svenska skatter. Vi ser en oroande trend att flytta över en allt större del av vår beslutanderätt från Sveriges Riksdag till Europaparlamentet. Hur mycket makt kan vi avsäga oss om vi fortfarande ska ses som en suverän stat? *Regionråd Christer Olsson, Sverigedemokraterna*

**Missa inte!**



**LINDVALLS KAFFE**  
Provsmaka olika kaffesorter  
Lindvalls bjuder på kaffe i Monter #20

**Upptäck Cornhole**  
Utan förkunskaper och fullt med skritt! Ta dina fyra "bags", sikta och träffa målet - det är så enkelt!  
Vid stora scenen

**Få gratis makeup, hårstyling, färganalys**  
Under båda dagarna kan du få en fin makeup eller passa på att få håret stylat av de duktiga eleverna från DBGY

**Spela Bingo gratis - vinn fina priser!**  
11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00  
Idrottens Bingo  
Monter #81

**Putta med PRO**  
Kom förbi PRO:s puttmatte och snacka lite golf. Är du skicklig kan du vinna en lott! I PRO Golf handlar det bara om golf, golf, golf samtidigt som du får PRO:s alla rabatter. Vid stora scenen