



KARLSTADS KOMMUN



MINNS DU NÄR BEATLES VAR HÄR?

Då kan vår inspirationsdag vara något för dig!

28
oktober



KARLSTAD.SE

Fotograf: Gunnar Johansson

2025-10-24 08:00 CEST

Pressinbjudan – Inspirationsdag för en aktiv och självständig vardag

Hur kan teknik, gemenskap och aktivitet göra vardagen enklare? Det får Karlstadsborna upptäcka under inspirationsdagen för en aktiv och självständig vardag.

Media bjuds in till inspirationsdagen med möjlighet att träffa över 40 utställare och besökare (de som vill medverka). Vid klockan 11:00 kommer Stefan Jonsson (S), ledamot i kommunstyrelsen och ordförande för pensionärsrådet, och Maria Hasslid, samordnare för inspirationsdagen, vara

tillgängliga för frågor.

När: Tisdag den 28 oktober 10.00-19.00

Plats: Sundsta-Älvkullegymnasiet, ingång via Norra entrén (huvudentrén).

Om inspirationsdagen

Dagen är öppen för alla Karlstadsbor som är nyfikna på hur man kan förenkla och berika sin vardag med nya idéer, teknik och social gemenskap.

Inspirationsdagen är en del av kampanjen En aktiv och självständig vardag som drar igång vecka 44. Kampanjens syfte är bland annat att väcka intresse och nyfikenhet för webbsidan med samma namn, karlstad.se/enklarevardag. Karlstads kommun vill göra det enkelt för Karlstadsborna att hitta förebyggande stöd, råd och hjälpmedel som bidrar till ett aktivt, hälsosamt och självständigt liv – något som är nödvändigt för att möta framtidens demografiska utmaningar inom vård och omsorg.

Under dagen får besökare ta del av:

- föreläsningar om hälsa, gemenskap, digitala tjänster och smarta lösningar i vardagen
- över 40 utställningar och prova-på-stationer där du kan testa hjälpmedel, välfärdsteknik och digitala tjänster
- anhörigstöd – träffa rådgivare och ta del av samtal om hur vardagen kan bli enklare för dig som stöttar en närstående
- mötesplatser och samtal där du kan dela erfarenheter, få råd och upptäcka nya möjligheter
- tips på aktiviteter och föreningsliv som kan berika din fritid och stärka din självständighet.

Gratis bussar går från flera platser i kommunen till och från Sundsta-Älvkullegymnasiet. Schema finns på karlstad.se/inspirationsdag.

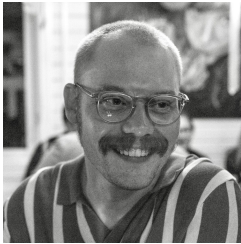
Ta del av hela programmet för dagen och alla utställare på karlstad.se/inspirationsdag.

För mer information kontakta:

- Maria Hasslid, utvecklingsledare
Telefon 054-540 58 82 eller e-post maria.hasslid@karlstad.se

- Stefan Jonsson (S), ordförande i pensionärsrådet☒
Telefon 070-020 34 13 eller e-post stefan.jonsson4@karlstad.se
-

Kontaktpersoner



Johan Lindh

Kommunikatör

Vård- och omsorgsförvaltningen

johan.lindh@karlstad.se

054-5407630