



KULTURDAGER FOR SENIORER

21.–26. september
2026



Velkommen til kulturdager for seniorer



Lillestrøm kommune inviterer til **kulturdager for seniorer**, hvor seniorsamfunnet kan møtes for opplevelser, aktiviteter og fellesskap. Bli med for å skape minner og styrke båndene i vårt lokalsamfunn! Alle arrangementer er gratis, men eventuell bevertning betales av den enkelte.

Mandag 21. september

Mandagsklubben

Kl. 12.00

Måsan aktivitetssenter, Kjerulfsgate 38, 2000 Lillestrøm

Velkommen til Mandagsklubben, en trivelig møteplass for seniorer.

Her kan du delta i bingo, quiz eller spill og nyte deilige vafler i godt selskap.

Konsert

Kl. 13.00

Kommunehuset Sørumsand, Kuskerudveien 11, 1920 Sørumsand

Bli kjent med Ray Charles – mannen bak soulsjangeren!

Konserten gir et innblikk i livet og karrieren til den blinde pianisten med den særegne stemmen.

Håvard Gryting (vokal/munnspill) og Trond Akerø-Kleven (piano/koring) skaper stemning.

Fiksekveld

Kl. 18.00

Lillestrøm bibliotek, Jonas Lies gate 5, 2000 Lillestrøm

Lær å ta vare på klær du allerede har.

Vi stiller med symaskiner, ideer og gode råd til reparasjon og redesign.

Tirsdag 22. september

Tur

Kl. 10.45

Oppmøte Skjatvet gård, Hølandsveien 355, 1903 Gan

Velkommen til gåtur til Slordammen, ca. 8 km i lett terreng.

Oppmøtested er merket med bånd, ved Skjatvet gård.

Ta med sitteunderlag, matpakke og drikke.

Det blir tur i ditt tempo. Ingen blir fragått.

Konsert

Kl. 11.30

Velferden på Strømmen, Strømsveien 66 B, 2010

Strømmen

Hildringstimen er en stemningsfull konsert som hyller Erik Byes musikk og poesi. Publikum får møte livet hans gjennom kjente viser, fremført av Espen Wensaas og Jon Berg Eriksen med varme, humor og nærkontakt som treffer alle aldre.

Kirketreff

Kl. 12.00

Lillestrøm Metodistkirke, Eidsvoldsgangen 3, 2004

Lillestrøm

Sosial samling med samtaler, sang og ofte foredrag.

Ta med egen matpakke. Kaffe/te og kjeks serveres.

Tirsdag 22. september

SkravleStrikk

Kl. 12.00 – Strømmen bibliotek, Støperiveien 28, 2010

Strømmen

Kl. 18.00 – Skedsmokorset bibliotek, Furuholtet 1, 2020

Skedsmokorset

En hyggelig og sosial møteplass for strikking og annet håndarbeid.



Bilde: Canva

Musikalsk foredrag

Kl. 18.00

Lillestrøm bibliotek, Jonas Lies gate 5, 2000 Lillestrøm

Et personlig og musikalsk foredrag om oppvekst, opplevelser og byutvikling i Lillestrøm med Liv Hege Nylund og musiker Jon Haaland.

Onsdag 23. september

Fortellerkunst med Helga Samset

Kl. 11.00

Fet Kirke, Kirkeveien 185, 1900 Fetsund

Helga Samset er en av Norges mest erfarne fortellere. Hun formidler folkeeventyr og historier med varme og humor og engasjerer publikum i alle aldre. Kaffe/te og kjeks serveres.

Et sted å møtes

Kl. 12.00

Skedsmokorset bibliotek, Furuholtet 1, 2020

Skedsmokorset

Kaffe og prat med diakon Jorun Kjærstad. En uformell og varm samlingsplass for alle som vil slå av en prat.

Omvisning: EAC Bilhistorisk senter

Onsdag kl. 13.00

EAC Bilhistorisk senter, Asakveien 11, 1923 Sørumsund

Opplev over 100 veteranbiler, bilhistorie og ren nostalgi. Kaffe og kringler serveres. Maks 15 plasser. Påmelding innen 22.09 til hello@eightamcars.no

Onsdag 23. september

Folkehelse for alle

Kl. 18.00

Lillestrøm bibliotek, Jonas Lies gate 5, 2000

Lillestrøm

Foredrag om hva god folkehelse betyr i praksis og hva du selv kan gjøre for å leve et aktivt og meningsfylt liv.

Kulturaften

Kl. 18.00

**Fet Herredshus, Fetveien
469, 1900 Fetsund**

Velkommen til sang og
revygodbiter fra
Dalheimrevyen med snitter
kr 200.



Bilde: Canva

Torsdag 24. september

Seniordans

Kl. 10.30

Måsan aktivitetssenter, Kjerulfsgate 38, 2000 Lillestrøm

Bli med og prøv seniordans i et inkluderende og hyggelig miljø. Du kan også komme og se på.

Åpen kirke

Kl. 12.00

Lillestrøm Metodistkirke, Eidsvoldsgangen 3, 2004

Lillestrøm

Stillhet, lystenning og samtale over en kopp kaffe.

Avsluttes med tidebønn kl. 13.45.

Datahjelp og opplæring

Kl. 12.00

Strømmen bibliotek, Støperiveien 28, 2010 Strømmen

Få hjelp med mobil, nettbrett eller PC.

Dette er trygt og tilpasset ditt behov.

Gaming er for alle!

Kl. 12.00

Strømmen bibliotek, Støperiveien 28, 2010 Strømmen

Sosiale og engasjerende dataspill for alle nivåer.

Torsdag 24. september



Bilder: Canva

Dame og herretrimmen

Kl. 11.00

Skedsmohallen

Leiraveien 2, 2000

Lillestrøm

Dametrimmen og herretrimmen er populære og sosiale treningstilbud, kom og prøv gratis!

Damene og herrene trener hver for seg.

Ta på treningstøy og ta med vannflaske.

Konsert

Kl. 14.00

Måsan aktivitetssenter

Kjerulfsgate 38, 2000 Lillestrøm

Kjente melodier fra eventyr og film tar deg med på en stemningsfull musikalsk reise.

Sanger Stine Hole Ulla og pianist Dan Linden byr på vakker musikk, små historier og kjente favoritter som vekker minner og nostalgi.

Torsdag 24. september

Konsert

Kafeen åpen fra kl. 11.00

Konsert kl. 13.00

Husebylåven

Husebyveien 28, 2020

Skedsmokorset

I den nye forestillingen
«... med glimt i øret», får
vi mange nye Frode-låter.

En underholdende
forestilling med nye og
kjente låter, humor og
varme.

Her får du både nye viser og
kjente favoritter i en folkelig
og engasjerende formidling.

Påmelding:

arne.vik@skedsmokorset.org



Bilde: Frode Johansen

Foredrag

Kl. 18.00

Lillestrøm bibliotek, Jonas Lies gate 5, 2000 Lillestrøm

Nytt liv i gamle hus, med Einar Nilson fra NRK-serien.

Fredag 25. september

Konsert

Kl. 12.00

Lillestrøm bibliotek, Jonas Lies gate 5, 2000 Lillestrøm

Det blir konsert med Three Little Sisters.

En swingende hyllest til The Andrews Sisters med sang, koreografi og nostalgi fra 40-tallet.

Omvisning: EAC Bilhistorisk senter

Fredag kl. 14.00

EAC Bilhistorisk senter, Asakveien 11, 1923 Sørumsund

Bilhistorie og ren nostalgi.

Opplev over 100 veteranbiler.

Kaffe og kringle serveres. Maks 15 plasser.

Påmelding innen 24.09: **hello@eightamcars.no**

Researchers' Night

Kl. 17.00

Lillestrøm bibliotek, Jonas Lies gate 5, 2000 Lillestrøm

En kveld for nysgjerrige!

Kom tett på forskningen som former fremtiden.

Du trenger ikke være ekspert, bare nysgjerrig.

Lytt, still spørsmål og bli inspirert.

Lørdag 26. september

Familielørdag – Universet

Kl. 12.00

Lillestrøm bibliotek, Jonas Lies gate 5, 2000 Lillestrøm

En magisk reise gjennom universet med astronom og formidler Knut Jørgen Røed Ødegaard.

Perfekt for hele familien, fra de minste til de eldste.

Mandag 28. september

Verdenshjørnet senior

Kl. 14.00–16.00

Måsan aktivitetssenter, Kjerulfsgate 38, 2000 Lillestrøm

Møt mennesker fra hele verden over en kopp kaffe.

En uformell og inkluderende samlingsplass på tvers av språk og kultur.

**For enda flere arrangementer for seniorer,
se aktivitetskalenderen i Lillestrøm kommune:
«Det skjer i Lillestrøm».**

Hvordan scanne QR kode

1. Åpne kameraet på mobilen din
2. Hold kameraet over QR-koden, du trenger ikke trykke på noen knapp
3. En lenke dukker opp på skjermen
4. Trykk på lenken for å åpne siden

Tips: Sørg for godt lys og at hele QR-koden er synlig i bildet. Virker det ikke? Prøv å låse opp skjermen først.

Frivilligsentralene

Vi har 4 frivilligsentraler i Lillestrøm kommune: Fet, Skedsmo, Skedsmokorset og Sørum.

Les mer om de forskjellige frivilligsentralene her:



Lag og foreningsregisteret

Lag- og foreningsregisteret i Lillestrøm kommune gir en oversikt over frivillige organisasjoner, idrettslag, korps, foreninger og andre grupper med aktivitetstilbud i kommunen. Se mer her:



Scan QR-koden for mer informasjon om kultur- og aktivitetstilbud for seniorer i Lillestrøm kommune



Arrangementer på institusjon langtid
annonseres lokalt