



Φεστιβάλ Ηλικιωμένων Merri-bek 2026

Συνδεθείτε. Δημιουργήστε. Γιορτάστε

Ο Οκτώβριος είναι μια ξεχωριστή περίοδος για να γιορτάσουμε τους ηλικιωμένους και τις ιστορίες, τις εμπειρίες και τις σχέσεις τους που κάνουν την κοινότητά μας τόσο ζωντανή.

Αυτόν τον μήνα διοργανώνονται πολλές δωρεάν και οικονομικές εκδηλώσεις για εσάς.

Ελάτε να ανακαλύψετε κάτι καινούργιο, να δημιουργήσετε, να γνωρίσετε νέους ανθρώπους και να περάσετε ευχάριστα!

Κύριες εκδηλώσεις

Εκκίνηση της Καμπάνιας **BOLDER**



Το Merri-bek λέει όχι στις διακρίσεις λόγω ηλικίας.
Ελάτε να γιορτάσουμε μαζί την έναρξη του Φεστιβάλ Ηλικιωμένων 2026, στο πλαίσιο της Διεθνούς Ημέρας Ηλικιωμένων και της ευαισθητοποίησης για τις διακρίσεις λόγω ηλικίας. Ελάτε να δείτε την όμορφη νέα μας έκθεση που παρουσιάζει τις ιστορίες και τις φωτογραφίες 12 εμπνευσμένων ηλικιωμένων κατοίκων. Όλοι είναι ευπρόσδεκτοι!

-  10 π.μ. – 12 μ.μ., 1 Οκτωβρίου
-  90 Bell Street, Coburg 
-  Δωρεάν
-  9240 2414
- seniorsfestival@merri-bek.vic.gov.au
-  Δωρεάν. Σαρώστε τον κωδικό QR για κράτηση θέσης
- merri-bek.vic.gov.au/bolder-launch2026



Συναυλία Αφιέρωμα στον Elvis



Βάλτε τα χορευτικά σας παπούτσια και ετοιμαστείτε για ροκ εν ρολ διασκέδαση!
Ελάτε να απολαύσετε μια εκπληκτική ζωντανή παράσταση αφιέρωμα στον Elvis. Χτυπήστε το πόδι σας στον ρυθμό, γελάστε και απολαύστε υπέροχη παρέα με παλιούς και νέους φίλους.

-  10 π.μ. – 12 μ.μ., 14 Οκτωβρίου
-  90 Bell Street, Coburg 
-  Δωρεάν
-  9240 2414
- seniorsfestival@merri-bek.vic.gov.au
-  Δωρεάν. Σαρώστε τον κωδικό QR για κράτηση θέσης.
- merri-bek.vic.gov.au/elvis-concert



Κύριες εκδηλώσεις

Ενημερωτικές Συνεδρίες Καλής Γήρανσης



Σχεδιάζοντας το μέλλον σας:
Ένας απλός και φιλικός
οδηγός για να παραμείνετε
υγιείς, δραστήριοι και σε
επαφή με την κοινότητα
Συμμετέχετε στις φιλικές,
χαλαρές συναντήσεις μας για να
ανακαλύψετε πρακτικούς
τρόπους ώστε να παραμείνετε
υγιείς, δραστήριοι και σε επαφή
με την κοινότητά σας.



10 π.μ., 7 Οκτωβρίου (Glenroy)

10 π.μ., 22 Οκτωβρίου (Brunswick)

10 π.μ., 26 Οκτωβρίου (Fawkner)



Δωρεάν



9240 2414

seniorsfestival@merri-bek.vic.gov.au



Σαρώστε τον κωδικό QR για κράτηση
θέσης

merri-bek.vic.gov.au/age-well-sessions



Οι Πυλώνες της Υγιούς Γήρανσης



Η υγιής γήρανση ξεκινά εδώ!
Θέλετε να νιώθετε στην
καλύτερή σας φόρμα καθώς
γερνάτε;

Ελάτε να παρακολουθήσετε μια
εμπνευσμένη και πρακτική
συνάντηση με τη Sara Murdock,
Φαρμακοποιό της Χρονιάς 2025
στην Αυστραλία.

Η φιλική προσέγγιση της Sara,
«Beyond the Pharmacy» («Πέρα από
το Φαρμακείο»), θα σας δώσει τις
γνώσεις, την υποστήριξη και την
αυτοπεποίθηση για να κάνετε
υγιεινές επιλογές κάθε μέρα.



10 π.μ. - 11:30 π.μ., 6 Οκτωβρίου



Coburg Town Hall, 90 Bell Street



Δωρεάν



9240 2414

seniorsfestival@merri-bek.vic.gov.au



Σαρώστε τον κωδικό QR για κράτηση
θέσης

merri-bek.vic.gov.au/pillars-of-healthy-ageing



Ημερολόγιο Φεστιβάλ Ηλικιωμένων

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2026

01

Πέμπτη



Εκκίνηση **BOLDER**

05

Δευτέρα



Pride Across the North

06

Τρίτη



Πυλώνες Υγιούς Γήρανσης | Κηπουρική
| Εργαστήριο Μανταρίσματος

07

Τετάρτη



Ενημέρωση Καλής Γήρανσης

09

Παρασκευή



Ασφάλεια στις Δημόσιες
Συγκοινωνίες

14

Τετάρτη



Συναυλία Αφιέρωμα στον Elvis

15

Πέμπτη



Ποδόσφαιρο με Περπάτημα
(Walking Football)

19

Δευτέρα



Ασφάλεια στις Δημόσιες
Συγκοινωνίες

20

Τρίτη



Σημαντικοί Οικονομικοί Σταθμοί

22

Πέμπτη



Ενημέρωση Καλής Γήρανσης

23

Παρασκευή



Αυτόχθονα Φαρμακευτικά Φυτά

26

Δευτέρα



Ενημέρωση Καλής Γήρανσης

Σημείωση: Πρόσθετες εκδηλώσεις συνεργατών θα βρείτε στη διεύθυνση
merri-bek.vic.gov.au/seniors-festival-2026

Επικοινωνήστε μαζί μας:



9240 2414



seniorsfestival@merri-bek.vic.gov.au



merri-bek.vic.gov.au/seniors-festival-2026

ή σαρώστε τον κωδικό QR.



Speak with us in your language



For more information visit merri-bek.vic.gov.au/your-language

Per maggiori informazioni nella tua
lingua, chiama il numero **9280 1911**

اپنی زبان میں مزید جاننے کے لیے
پر کال کریں۔ **9280 1917**

如需了解更多您语言版本
的信息，请致电 **9280 0750**

अपनी भाषा में अधिक जानने के
लिए **9280 1918** पर कॉल करें

Για να μάθετε περισσότερα στη
γλώσσα σας, καλέστε το **9280 1912**

तपाईंको भाषामा थप जान्नको लागि,
9280 1910 मा कल गर्नुहोस्

Para saber más en tu idioma
llama al **9280 1916**

To speak with us in a
language not listed here,
please call **9280 1919**

لمعرفة المزيد بلغتك، اتصل
بالرقم **9280 1913**

Kendi dilinizde daha fazla bilgi
edinmek için **9280 1914**'ü arayın

Để tìm hiểu thêm bằng ngôn
ngữ của bạn, hãy gọi **9280 1915**