



VELKOMMEN TIL

# INSPIRASJONS-

# KONFERANSEN 2026

## 12-14. juni på Åsane folkehøgskole

Gled deg til inspirerende, lærerike og sosiale dager i Bergen 12.-14.juni med god mat, topp underholdning og spennende kurs og foredrag. Her trenger du ikke å kjenne noen fra før. Årets viktigste møteplass for alle som vil være med å gjøre IOGT sterkere, mer synlig og enda mer inkluderende.

[iogt.no/inspirasjon](https://iogt.no/inspirasjon)



**Påmelding:** [iogt.no/inspirasjon](https://iogt.no/inspirasjon)

**Pris** 800,-\* for medlemmer og frivillige  
1900,-\* for andre.

\*Deltakeravgiften dekker overnatting på folkehøgskole, måltider, deltakelse på alle aktiviteter og billigste reisemåte.

PROGRAM FOR

# IOGT-konferansen 2026

## Fredag

- Innsjekk
- 16:00–17:00 Bading
- 18:00–19:00 Middag
- 19:00–20:00 Velkomst og introduksjon  
Bli kjent-lek
- 20:00–21:00 Parallellsesjon:
- Line dance
  - Sosialt treff i stua  
(for de som ikke vil danse)
- 21:00–22:00 Kveldsmat

## Lørdag

- 07:15–08:00 Yoga
- 08:00–09:00 Frokost
- 09:00–09:15 Åpning av konferansen
- 09:15–10:00 Bli kjent med IOGT
- 10:00–11:00 Nye tider, nytt navn?
- 11:30–13:00 **Parallellaktiviteter**
- Politisk verksted
  - Teaterleik
  - Makrame og Yoga
- 11:30–12:30 Fremtidsverksted
- 13:00–14:00 Lunsj
- 14:00–15:00 Toska – Way back
- Bolk1 -Paralleller:**
- 15:00–16:00 Velkommen til møte!  
– triks for gode temamøter
  - 15:30–16:30 Medavhengighet
  - 15:30–16:30 Slik kommer du på  
i lokalavisa!
  - 15:30–16:30 Politisk verksted
  - 15:30–16:30 Prøv nye alkoholfrie  
drikker

## Lørdag forts.

- 16:30–19:00 **Bolk2 - Parallellaktiviteter**
- 16:30–18:00 Olivenolje
  - 16:30–19:00 Fotokurs (mobil)
  - 16:30–17:30 Hva kan du gjøre for å  
påvirke lokale politikere
  - 16:30–19:00 Yoga/Bading
- 19:30 Festmiddag
- 20:30 Konsert
- 22:30–23:00 Kveldsnack

## Søndag

- 07:15–08:00 Yoga
- 08:00–09:00 Frokost
- 09:00 Oppstart
- 10:00–10:30 Hvordan forvalter vi arven vår?
- 10:30–11:30 **Parallellaktiviteter**
- Ettersnakk økonomi
  - Slik endrer du vaner for  
å leve sunnere
  - Hvordan få aktive frivillige  
i ditt lag
- 11:30–12:00 Felles avslutningsseremoni  
– frampek mot jubileumsåret
- 12:00–13:00 Lunsj
- 13:00– Hjemreise



*Vi gjør det lett å ta rusfrie valg*

[iogt.no/inspirasjon](https://iogt.no/inspirasjon)