

# Seniorträffar: Hösten 2022

På seniorträffarna i Partille vill vi skapa mötesplatser och gemenskap för seniorer i kommunen. Vi har aktiviteter på Brattåskärrs, Furulunds, Mosaikens samt Forellens trygghetsboende.

- Seniorträffarna vänder sig till personer över 65 år
- Aktiviteterna leds av personal från hemtjänsten och eller volontär
- Alla aktiviteter är kostnadsfria
- Aktiviteterna kräver ingen föranmälan, om inte annat anges i programmet
- Aktiviteterna startar 5 september, om inte annat anges, och avslutas fredag 16 december.

## Seniorträffen Furulund

Adress: Tingsvägen 2, Partille  
Lokal för aktiviteter: Seniorträffen

### Måndag

Handarbetsgrupp, klockan 15–17

### Onsdag

Sittgympa - **INSTÄLLT TILLS VIDARE**

### Torsdag

Kaffestund, klockan 14–15

Skräddaren - hjälp med lappning och lagning,  
Klockan 14–16, 13 okt, 10 nov och 8 dec.

### Fredag

Promenadgrupp, klockan 11–12

## Seniorträffen Mosaiken

Adress: Björndammens torg 9, Partille  
Lokal för aktiviteter: Matsalen

### Tisdag

Sittgympa, klockan 14–14.30

### Onsdag

Kaffestund, klockan 14.30–15.30

### Torsdag

Skräddaren - hjälp med lappning och lagning,  
Klockan 14–16, 22 sept, 20 okt, 17 nov och 15 dec.

## Seniorträffen Brattåskärr

Adress: Brattåskärrsvägen 97, Sävedalen  
Lokal för aktiviteter: Matsalen

### Tisdag

Sittgympa, klockan 10.30–11

### Onsdag

Högläsning, klockan 11–12. OBS, i biblioteket.

### Torsdag

Kaffestund, klockan 14–15

Skräddaren - hjälp med lappning och lagning,  
Klockan 14–16, 29 sept, 27 okt och 24 nov.

## Seniorträffen Forellen

Adress: Forellen, Gamla Kronvägen 82, Partille

### Tisdag

Sittgympa, klockan 10.30–11, Vinterträdgården

### Torsdag

Kaffestund, klockan 14–15, Bistron entréplan

Skräddaren - hjälp med lappning och lagning  
Klockan 14–16  
6 okt, 3 nov och 1 dec, Bistron entréplan.

För frågor eller anmälan är du välkommen att höra av dig till samordnare för seniorträffarna eller samordnare för volontärverksamheten.

Telefon: 031-792 16 21 eller 031-792 12 39



# Presentation av våra aktiviteter

## Sittgympa

Sittgympan är en anpassad träningsform där vi sitter ner. Om man vill så får man stå. Vi går igenom hela kroppen och arbetar även med att få upp flåset. Passet håller på i 30 minuter och du anpassar träning efter din egna dagsform. Målet är att få in lite extra rörelse i vardagen och vill eller kan du inte göra vissa rörelser är det inga hinder för att delta.

Sittgympan leds av aktivitetsvärd.

## Kaffestunden

På kaffestunden kan du träffa nya och gamla bekanta. Kostnaden för kaffe eller te och dopp är 20 kronor. När vi erbjuder bingo eller våfflor kostar det 10 kronor extra.

Kaffestunden erbjuder varierande aktiviteter, bland annat har vi musikunderhållning varje månad på respektive seniorträff. Vi gör ett separat program för aktiviteterna som du kan ta del av på plats.

Kaffestunden hålls av aktivitetsvärd och volontärer.

## Skräddaren

Vill du ha hjälp med exempelvis lappning och lagning? Skräddare Adnan har arbetat som skräddare i Syrien under 30 år, där han bland annat drev ett designskrädderi under flera år.

Ta med det du vill ha hjälp med och ta en kopp kaffe medan du väntar. Skräddartjänsten är kostnadsfri och du kan få hjälp med till med exempel:

- Lägga upp byxor/kjolar/tröjor
- Laga hål eller revor i kläder
- Lägga upp gardiner etcetera

## Du behövs!

Vill du dela med dig av din tid för att ge glädje och stöd till andra? I så fall kan ett volontärsuppdrag i Partille kommun vara något för dig. Volontärsuppdragen finns främst inom seniorverksamheten.

Uppdragets omfattning och innehåll beror på vilka behov som finns och hur mycket tid du har att dela med dig av. Det kan vara allt från engångsinsatser till sådana som pågår regelbundet flera gånger i veckan. Exempel på uppdrag kan vara besöksvän, it-stöd och att servera vid fikastunder.

Kontakta volontärverksamhetens samordnare för mer information.

Telefon: 031-792 12 39

E-post: [emma.johnsson@partille.se](mailto:emma.johnsson@partille.se)