

Medborgar förslag

1 Feb. - 22

HÄGERSTEN-ÄLVSJÖ
STADSDELSFÖRVALTNING

2022-02-03

2

Hej!

Vårmästeriet/post

Skickar ett program från "Rioträffen"

Vilket trevligt program för seniorer och

andra, själv bor jag i Nybohov och efterlyser
en samlingslokal för ^{vid Liljeholms torget} invånare i Grändal

Ekensberg Nybohov Aspudden Liljeholmen och

Liljeholms kafén. På landsorten har nästan

Varje litet samhälle en hembygds gård

eller "Folkets hus" där människor kan träffas

för musik framträdanden, klubbbar, förenings-
möten, Kafé m.m.

Hörde härnå dagen i radio om Fritids klubbbar

för mellanstadie barn! Undrar varför det inte

finns Fritids klubbbar för pensionärer! Vi har

gott om fritid!

Många äldre lever ofrivilligt ensamma när

deras partner har gått bort. Tänk att kunna

sitta ner och ta en kopp kaffe eller lättare

lunch med en jämnårig eller spela något

spel; lägga ett pussel m.m.

Mycket kan säjas i ämnet, men jag stutar här.

M.VH



Rioträffen

Sandhamnsgatan 4

Kostnadsfria aktiviteter för seniorer

Vänligen avstå från att besöka oss vid minsta sjukdomssymptom

Januari 2022



Måndagar	10.00	Schack	
	10.15	Balans & styrka, Coach: Dolores	
	12.00	Bridge 12.00-15.30	
	12.00	Dator- och laptophjälp Coach: Eric	
	14.00	Lilla promenaden, lite lugnare	
Tisdagar	10.15	Sittgymnastik i trädgården	
	11.00	Qigong med Laila, start 25/1	
	12.00	Träffa bibliotekarien Margaretha	
	Nytt	12.30	Rio hunden Nisse besöker oss
	Nytt	13.00	Stick-kafé, tag med eget material
		13.00	Boule
	13.00	Digital fixarhjälp Drop in: Elina Jukala	
Onsdagar	10.15	Gymnastik i trädgårderna. Coach: Nahid	
	12.00	Schack	
	13.00	Bingo	
	13.00	Mahjong	
Torsdagar	10.15	Sittgymnastik i trädgården	
	10.00	Släktforskning	
	11.00	Boule	
	12.00	Bridge, 12.00-15.30. Coach: Tommy	
	13.00	Informationscenter 13.00-15.00 Annacarin Borglind	
	14.00	Lilla promenaden. Lite lugnare	
Fredagar	10.00	Schack	
	10.15	Balans & styrka. Coach: Dolores	
	10.00	Målargrupp, tag med eget material	
	12.00	Fredagsmys	
	13.00	Hembakat av Bagerskan	

Kafé mån - fred kl. 9.00 – 15.00
Matiga smörgåsar & hembakat
 självkostnads priser

Vi delar gratis ut:

- Specialanpassat skohorn
 - Reflexer
 - Broddar

Deckarklubben - Carl Manros
 Tisdag 11 januari kl 11.00-13.00

Vinprovning – Årets nyheter
 Herbert Gaugl
 Föranmälan krävs
 Fredag 14 januari kl 13.00

Bokcirkel – Ami Sandstedt
 Tisdag 18 januari kl 11.00-13.00

Berättarpromenad - Zeppelinare
 Birgitta guidar
 Tisdag 18 januari kl 11.00

Mat & måltider
 Annica Håkansson
 Tisdag 18 januari kl 13.30

Syn och hörselinstruktör
 Evalena Andersson - Drop in
 Onsdag 19 januari kl 11.00 -12.00

Kören "Trio mé joy"
 Fredag 21 januari kl 13.30

Framtidsfullmakt
 Föreläsare
 Jurist Louise Perleroth
 Tisdag 25 januari kl 13.30

Våfflor
 Fredag 28 januari kl 12.00 -15.00

Kom och umgås på finska
 Vi bjuder på kaffe
 Fredag 28 januari kl 13.00

Behöver du hjälp med att sy och laga?
 Dolores hjälper dig

Lilla Galleriet:

Tavlan - Maria Elkan

Tyghassar - Margarethe Nissen

Halsband - Lena



Stockholms
stad

Östermalms stadsdelsförvaltning
 Rioträffen Sandhamnsgatan 4

Öppet må-fre 9.00 – 15.30
 Tel: 08-508 10 422
 start.stockholm