

Aktivitetsprogram för träffpunkterna 2026



Vill du lära känna andra seniorer?
Kom och delta på någon av alla våra aktiviteter!

Träffpunkterna riktar sig främst till dig som är över 65 år.

- Du behöver inte vara medlem i någon förening för att delta på deras aktiviteter
- Fika och lunch erbjuds till självkostnadspris
- Du är välkommen att besöka alla träffpunkter oavsett var i kommunen du bor
- Många av aktiviteterna är gratis!

Här kan du läsa om vilka aktiviteter som erbjuds på vardera träffpunkten.



**Region
Stockholm**



**NORRTÄLJE
KOMMUN**

Bergshamra, bygdegårdsvägen 2 A

Kontaktperson: Gullvi Klarheden, tfn: 0708–712712,

e-post: traffbergshamra@gmail.com

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Fredag	Aktivitet varierat program, rullande schema • Musikunderhållning med kaffe och smörgås • Film med läsk och popcorn • Handarbetscafé med kaffe och kaka • Öppen fredag med kaffe och smörgås	13.00 – 15.00	Gullvi Klarheden

Blidö, Blidösockens hembygdsgård, Silversmedens hus.

Kontaktperson: Kristina Söderman, 0708–345723,

kristinasoderman@hotmail.com

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Onsdag	Öppet hus i hembygdsgården 6:e maj	10.00 – 13.00	Kristina Söderman
Fredag	Öppet hus i hembygdsgården Varannan fredag: 6:e och 20:e mars 10:e april inställt pga renovering 24:e april, släktforskning OBS! Föranmälan begränsat antal platser 22:a maj, Författarbesök	10.00 – 13.00	Kristina Söderman

Hallstavik, plan 2 Folkets hus, ingång i bibliotekets entré.

Kontaktperson: Kjell Pettersson, 072–2192057, kjell.pettersson@abf.se

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Fredag	Samtalsgrupp (tvåspråkig finska/svenska)	9.00—11.00	Norrtelje finska förening (NORSU) Veli Halonen, 073–8221652
Fredag	Skip-bo (kortspel)	13.30—16.00	Kjell Pettersson

Aktiviteterna bedrivs i samverkan med: Norrtelje finska förening och PRO Häverö

Herräng, Folketshusvägen 5

Kontaktperson: Eva Söderström, tfn: 0763–966601,

e-post: traffherrang@gmail.com

Denna träffpunkt är öppen för alla daglediga.

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Tisdag	Cafe tisdagar fika finns att köpa till lågt pris.	13.00 – 15.00	Eva Söderström
Torsdag	Aktivitet varierat program: Bingo, Skip Bo och olika tema, se annonser Folkets Hus hemsida och facebook.	14.00 – 16.00	Eva Söderström

Häverödal, Postvägen 4C

Kontaktperson: Ingrid Holgersson, tfn: 076–3931233

e-post: traffhaverodahl@gmail.com

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Måndag	Biblioteksbesök, sista måndagen i månaden.	11.00	Anna-Lena 0175–25653
Tisdag	Bingo	12.00 – 14.00	Annika Orrefalk 070–2132382
Onsdag	Handarbetscafé	11.00 – 14.00	Sussie Weston 0735–108048
Torsdag	Sittgympa	10.00 – 11.00	Siv Köhl 070–5637176
Fredag	Matlagning och gemensam måltid (max 30 personer) OBS! Föranmälan krävs	12.00	Gun Magnusson 070–3156516

Lohärad, Västra Hållstavägen 13

Kontaktperson: Jessica Aspelin, tfn:0768– 516222

e-post: ryttarforeningengrim.se

Dag	Aktivitet	Tid
Tisdag	Mötesplats på hästgård Samtal och nya bekantskaper stiftas i en trygg och mysig gårdsmiljö. 21 april, 5 och 19 maj, 9 och 23 juni, 7 och 21 juli, 11 och 25 augusti, 8 och 22 september samt 6 oktober	11.15 – 13.15

Norrtälje, Lundmansgatan 4D källarplan, ingång genom trapphuset (hiss finns). Kontaktperson: Riitta Lukander, tfn: 076–1965019, e-post: traffnorrtalje@gmail.com

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Måndag	Handarbetsgrupp för kvinnor (tvåspråkig, finska/svenska)	11.00 – 13.00	Sirkka Lehtisalo, 072–8848780
Måndag	Måndagscafét	13.30 – 15.00	Carin Eriksson 070–513 4708
Tisdag	Handarbetscafé	10.00 – 13.30	Kerstin Lennartsson, 070–2890386
Tisdag	Teatergrupp Uniikki (tvåspråkig, finska/svenska)	14.30 – 17.30	Seija Wähä-Verkkomäki 073–9750544
Onsdag	Glada Seniorer , grupp som diskuterar olika aktuella frågor, ordnar föreläsningar med mera	13.00 – 15.00	Allan Fahlström, 072–2014239
Torsdag	Seniorcafé (tvåspråkig, finska/svenska)	12.30 – 14.00	Anja Mäkinen, 070–1161220

Aktiviteterna bedrivs i samverkan med: Hjärt- och lungföreningen, Väntjänsten i Norrtälje och PRO

Rimbo, Uppsalavägen 7

Kontaktperson: Marie-Louise (Maja) Eriksson, tfn: 0730–604291

e-post: traffrimbo@gmail.com

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Måndag	Café och Skip-bo (kortspel)	12.30 – 15.00	Marie-Louise (Maja)
Tisdag	Blandade handarbeten Vill du inte handarbete utan bara fika är du välkommen ändå.	12.30 – 15.00	Marie-Louise (Maja)
Tisdag	Bridge	17.00 – 21.30	Ulf Björk, 070–3479810
Torsdag	Lunchcafé med hemlagad husmanskost.	11.30 – 13.00	Marie-Louise (Maja)
Torsdag	Handarbete stickning ojämna veckor	15.00 – 17.00	Birgitta Tvengström 070–5607905
Torsdag	Bokcirkel jämna veckor	15.00 – 17.00	Margareta Jöngren 073–8317440
Torsdag	Schack	18.00 – 21.00	Niclas Röttorp, 0702–766510
Fredag	Bingo med café	13.00 – 15.00	Marie-Louise (Maja)

Aktiviteterna bedrivs i samverkan med: Bridgeklubben, Rånäs
Schack-klubb

Väddö/Älmsta, Skogsbacken 2, Älmsta

Kontaktperson: Anneli Igelström, tfn: 0709–250805

e-post: traffvaddo@gmail.com

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Måndag	Kortspel , olika spel bland annat Skip-bo	12.00 – 15.00	Anneli Igelström
Måndag	Studiecirkel , Min egen hälsa. Begränsat antal platser. OBS! Föranmälan!	15.00 – 17.00	Eva Bergius 070 835 04 78 Anmälan till: eva_bergius@hotmail.com
Onsdag	Bingo	12.00	Anneli Igelström
Onsdag	Studiecirkel Litteraturcirkel och skrivarcirkel alternerande aktivitet. Drivs som studiecirkel, begränsat antal. OBS! Föranmälan!	14.30	Lisbeth Lundin 070–6374316
Onsdag	Pratcafé 25/2, 25/3, 29/4, 27/5	14.30 – 16.30	Lisbeth Lundin 070–6374316
Torsdag	Handarbetscafé Stickar, syr och dricker kaffe med smörgås. Ta med eget handarbete.	11.00 – 14.00	Anneli Igelström
Torsdag	Målarcirkel Begränsat antal platser. Föranmälan!		Jacob Erixon 072–5724777
Fredag	Gemensam lunch (max 30 personer) Föranmälan senast onsdag veckan man önskar delta.	12.00	Anneli Igelström

Aktiviteterna bedrivs i samverkan med: SPF Skutan, ABF och Sensus

Mer information om träffpunktsverksamheten

Syftet med träffpunkterna är att motverka ofrivillig ensamhet.

För att uppnå det syftet samverkar Sjukvård och omsorg i Norrtälje med civilsamhället.

Träffpunkterna drivs i samarbete med föreningarna:

- Bildningsförbundet ABF i Norrtälje (Hallstavik träffpunkt)
- Föreningen Folkets hus i Herräng u.p.a.
- Föreningen Roslagsmodellen träffpunkt i Häverödal
- Föreningen Roslagsmodellen träffpunkt i Rimbo
- Föreningen Roslagsmodellen träffpunkt i Vaddö
- Norrtälje finska förening (Norrtälje träffpunkt)
- PRO Norrtälje (Bergshamra träffpunkt)
- Blidö sockens Hembygdsförening (Blidö)
- Ryttaföreningen Grim (Lohärad)

Genom frivilliga insatser erbjuder dessa föreningar ett stort och varierat utbud av aktiviteter och en fin gemenskap. Ansvariga föreningar samverkar med andra lokala föreningar för att kunna erbjuda ett varierat utbud av aktiviteter. I ovanstående aktivitetsscheman kan du se vilka föreningar som är aktiva på vardera träffpunkten.

Kontaktpersoner

Vardera träffpunkten ansvarar för sina aktiviteter och öppettider. Det finns ett regelverk kring ansvar för de som väljer att bedriva aktiviteter på träffpunkterna. Den viktigaste är att man måste öppna upp aktiviteten för alla – även icke medlemmar. Aktiviteten eller fiket får inte kosta mer för icke medlemmar än för föreningens medlemmar.

Är din förening intresserad av att starta eller leda en aktivitet är ni välkommen att höra av dig till kontaktpersonen på aktuell träffpunkt.

Vill du hjälpa till på en av träffpunkterna?

Kontakta ordförande på aktuell träffpunkt, har du tur så behöver de fler frivilligarbetare i sin verksamhet.

Utveckling – fler träffpunkter önskas

För närvarande finns det **nio** träffpunkter runt om i kommunen men målet är att starta fler i samverkan med lokala föreningar på landsbygden. Är ni en förening som vill öppna en träffpunkt? Hör i så fall av er till Kerstin

Stambert, utvecklingsledare på Sjukvård och omsorg, tfn: 0176–71397
e-post: kerstin.stambert@norttalje.se.

Väntjänsten i Norrtälje (Svensk- och finsktalande)

Väntjänsten i Norrtälje är en ideell förening som arbetar på frivilligbasis med att motverka ensamhet.

Vill du ha en vän?

Väntjänstens volontärer ger lite av sig själva och sin tid som stöd och sällskap för att bryta ofrivillig ensamhet.

Vill du ha besök? Vill du ha sällskap till aktiviteter?
Hör av dig till Väntjänsten!

Telefon: 076–0766935
E-post: vantjansten2024@gmail.com

Telefontider:
Måndag, onsdag och fredag 13.00 – 15.00

Vännerna genomgår en utbildning och har självklart tystnadsplikt.

Att få en vän
kostar inget!

Vill du vara en vän?

Vi volontärer ger lite av oss själva och vår tid som stöd och sällskap för att bryta ofrivillig ensamhet.

Vill du besöka en ensam senior och göra sällskap till aktiviteter?
Hör av dig till oss!

Telefon: 076–0766935
E-post: vantjansten2024@gmail.com

Telefontider:
Måndag, onsdag och fredag 13.00 – 15.00

Vännerna genomgår en utbildning och har självklart tystnadsplikt.