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

SJUKVÅRD OCH OMSORG I NORRTÄLJE

Version 19, oktober 2026

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 gofika • Vi lär oss kortspelet Skip-bo • Handarbetscafé med kaffe och kaka • Öppen fredag med kaffe, bjuder in någon föreläsare	13.00 – 15.00	Gullvi Klarheden

Blidö, Blidösockens hembygdsgård, Silversmedens hus.

Kontaktperson: Kristina Söderman, 0708–345723, kristinasoderman@hotmail.com

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Fredag	**11 september** – Fika och besök från Kulturhallen (kl. 12.00) **25 september** – visning av gamla filmer som tidigare visats på museet i sommar. **9 oktober** – Fika och berättelser om sjöfarten i skärgården **6 november** – Fika, Stefan Grimborg berättar om slagrutor, att leta vatten och currykryss. **20 november** – Fika och besök som berättar om fiskeutställningen och fiskets historia (kl. 11.00) **11 december** - Adventsfika	10.00 – 13.00	Kristina Söderman

Fika och umgänge varvas med besökande som berättar eller informerar om olika frågor. Tid för dessa besök anges i parentes.

Hallstavik, plan 2 Folkets hus, ingång i bibliotekets entré.
Kontaktperson: Kjell Pettersson, 072–2192057, kjell.pettersson@abf.se

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Måndag	Pingis, kom och spela och umgås	10.00–12.00	Lars-Erik Sjölund, 070–5722404
Tisdag	Måleri, ta med ditt måleriprojekt och måla tillsammans	13.00–16.00	Päivi Kaislahti Tillman, 070–1172122
Onsdag	Matlagning till Onsdagskul i Folkets hus. Vi lagar mat tillsammans.	10.00–11.00	Folkets Hus, 0175–22140
Fredag	Samtalsgrupp (tvåspråkig finska/svenska)	9.00—11.00	Veli Halonen, 073–8221652
Fredag	Skip-bo (kortspel)	13.30—16.00	Nils-Erik Asplund, 073–9084040

Aktiviteterna bedrivs i samverkan med: Norrtälje Parkinson förening, 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 dagligdiga.

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@gmail.com

Dag	Aktivitet	Tid
Tisdag	**Mötesplats på hästgård** Samtal och nya bekantskaper stiftas i en trygg och mysig gårdsmiljö. 8 och 14 september samt 6 oktober **Extra datum:** 10 november och 8 december	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	Eeva-Maija Mattsson, 073–5284942
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	Eija Sarikka, 070–5238528
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, 070–1161290

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	**Herrgrupp** som fikar och samtalar om diverse saker.	10.00 – 12.00	Gunnar Holmsten, 070–2534384
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
Tisdag	**Kortspel**, olika spel bland annat Skip-bo	12.00 – 15.00	Anneli Igelström
Onsdag	**Bingo**	12.00	Anneli Igelström
Onsdag	**Studiecirklar** Litteraturcirkel och skrivarcirkel alternerande aktivitet. Drivs som studiecirkel, begränsat antal. OBS! Föranmälan!	14.30	Lisbeth Lundin 070–6374316
Onsdag	**Pratcafé** 30 september, 28 oktober, 25 november och 16 december	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 och ABF

Mer information om träffpunktsverksamheten

Syftet med träffpunkterna är att motverka ofrivillig ensamhet.
För att upp 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 Väddö
- Norrtelje finska förening (Norrtälje träffpunkt)
- PRO Norrtälje (Bergshamra träffpunkt)
- Blidö sockens Hembygdsförening (Blidö)
- Ryttarföreningen 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 fikat 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@norrtalje.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!

Att få en vän kostar inget!

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.

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.