



Senior i Sätra november 2023

Måndagar kl. 16.00

Kom och spela canasta med PRO
Plats: Forellen, Forellplan

PRO Sätra

Tisdagar kl. 9.30

Kom och prova på att spela Boule med PRO
Plats: Estraden

Torsdagar kl. 11.00-13.00

Promenader med PRO i tillgänglighetsspåret runt Grodsjön vid Gavlehov. Grillen är tänd.

För mer information om PRO Sätra besök vår hemsida www.pro.se/satra eller tel. 073-084 25 82.
Välkommen som medlem!

Tisdagar kl. 10.00

Seniorklubben på Gavlehov med Friskis&Svettis

På seniorklubben får du riktig träning, men aktiviteterna är mjuka, snälla och enkla att anpassa efter din förmåga. Seniorklubben bygger på seniorer som inspirerar andra seniorer. Det gör att det är enkelt att hitta likasinnade och njuta av den mysiga klubbkänslan. Träningen kommer på köpet. Att mötas är lika viktigt som att träna! För mer info, ring 026-662990.

Fredag 10 november kl. 13.30-15.30

Musik och dans med Mats Rogers

Tongivande dansmusik från Gävle. Mats Lindblom och Roger Holmström spelar och underhåller. Den som vill dansar. Fika kommer att finnas.
Plats, Andersberg, Andreassalen. Buss nr 2 från Rådhuset kl. ca 13:10

Måndagar kl. 13-14:30

"Promenera tillsammans"

Vi promenerar och fikar tillsammans efteråt.

Plats: Mariakyrkan. Samling vid ingången mot bäcken
Kostnad: Fika 20 kr

Tisdagar kl. 18:30 – 20:00

"Trivselkören" För dig som vill sjunga, men är ovan eller aldrig har sjungit i kör tidigare. Plats: Mariakyrkan

Onsdagar kl. 13:00 – 14:30

Uppehåll onsdag 1 november

"Sjung för hälsan" Kör för daglediga. Vi sjunger tillsammans på ett avslöst sätt. Vi fikar efteråt. Eva Huhta, körledare, 026-17 05 42

Plats: Mariakyrkan

Onsdagskvällar i Mariakyrkan

kl. 18:30-19:00

Veckomässa, 1, 15 och 29 november
Veckoandakt, 8, 22 november

Plats: Mariakyrkan, Välkommen!

Torsdagar kl. 11:00 – 13:00

"Öppet café" Terminsstart torsdag 14/9

Kom och umgås, fika, samtala, pyssla och spela spel med oss volontärer. Du gör vad du känner för och vill! Fika serveras. Vi träffas i Annasalen med ingång från övre plan. Plats: Maria Kyrkan
Varmt välkommen!

Lördag 4 november kl. 18:00-19:00

"Minnesgudstjänst"

Vi tänder ljus för dem som avlidit under året.

Fredrik Hesselgren, präst. Trivselkören medverkar under ledning av Eva Huhta.

Plats: Mariakyrkan

Tisdag 7 november kl. 12-12:30

"Lunchmusik"

Ellen Weiss och Eva Huhta sjunger och spelar.

Plats: Mariakyrkan

Tisdag den 14 november kl. 13:30-

14:30 "Andakt"

Plats: Forellplans vård- och omsorgsboende

Fredag 17 november kl. 17:30-20:00

"Fredagsmys i Annasalen i Mariakyrkan"

Välkommen till en stunds gemenskap för alla åldrar. Vi äter mat, leker och umgås. Sällskapsspel finns. Ta med familjen eller kom på egen hand. Tacos serveras från kl. 18:00. Maten och sällskap/lek är tillgängligt fram till kl. 20:00.

Kostnad 50 kr/vuxen. Ingen föranmälan, drop-in när det passar!

För mer info kontakta Caroline Larsson, 026-17 05 25.

Varmt välkommen!

Söndagar kl. 11:00-12:00

Söndag 5 nov. Sammanslyst Mässa
Välkommen att fira Mässa i Heliga Trefaldighets kyrka kl. 11:00

Söndag 12 nov. 23:e söndagen efter trefaldighet "Mässa"

Tema: "Förlåtelse utan gräns"
Mathilda Dahlin, präst. Claes Gunnar Larsson musiker.
Bomhus manskör medverkar under ledning av Gunilla Winther.
Enkelt kyrkkaffe.

Efter kyrkkaffe kl. 12:30 Kyrkforum

Ami Dahlblom, präst.
Tema: Församlingsinstruktion i Gävle församling

Söndag 19 nov. Söndagen före doms söndagen "Mässa"

Tema: "Vaksamhet och väntan"
Boel Johansson, präst. Eva Huhta, musiker. Enkelt kyrkkaffe.
Plats: Mariakyrkan

Söndag 26 nov. Sammanlyst
Välkommen att fira Mässa i Strömsbro kyrka kl. 11:00

I samarbete med Kultur för äldre



Träffa äldrelotsen på biblioteket

Visste du att Gävle kommun har en guide och informatör för äldre? Du kan träffa äldrelotsen på Hedesundas bibliotek, **onsdag 15/11 och 13/12 kl. 13.00-16.00**. Du kan också ringa äldrelotsen, telefontiderna är måndagar kl. 13-15 och onsdagar kl. 9-11, ring då 026-17 80 00 (ange tonval 3)
Du kan ställa frågor om bland annat:
- Boende, vad finns det för alternativ när jag inte klarar av att bo kvar i min villa?
- Vad finns det för aktiviteter för seniorer i våra olika stadsdelar?
- Hur gör jag om jag behöver ansöka om färdtjänst eller bostadsanpassning?
- Kan jag få hjälp med gräsklippning eller snöskottning?
- Hur gör jag om jag behöver ha ett trygghetslarm?
- Du kan också få viss hjälp med din telefon tex: Ladda hem appar, lära dig skicka sms, lära dig Facetime.

Sättra bibliotek

Måndag 10-17
Tisdag, onsdag, torsdag 13-19
Fredag 10-16
Lördag 10-14
Kontakt: tfn 026-179474, Porfyrvägen 13

Seniorradion sänder på tisdagar kl. 9-11 med repris kl. 16-19 och torsdagar kl. 9-11

Seniorönskningen

Seniorönskningen är ett program där du kan hälsa till någon eller önska en låt du tycker om.

Vi sänder varannan vecka från olika mötesplatser runt om i Gävle kommun. Välkomna att delta vid någon/några av våra offentliga inspelningar med skivönskningar till kaffet och passa på att önska en låt.

Sändningen hör du på Radio Gävle 102,7 MHz (strax till höger om P4) fredag kl. 17 med repris på fredag veckan efter. Om du inte kan medverka, kan du skicka din önskning från www.seniorönskningen.se eller ring vår röstbrevlåda 026-678 56 80 Vill någon förening sprida sina aktiviteter i radion så är det välkommet att skicka till support@radiogavle.se för att få det uppläst.

Besök gärna Träffpunkt för seniorer i Gävle på **Brunnsgatan 59 och Kaplansgatan 10**, öppet vardagar 10-12 och 13-16 och fredagar oftast uteaktivitet eller besök **Träffpunkten Andersberg i Andreassalen på tisdagar kl. 11-14** se program på [Traffpunkter för seniorer – Gävle kommun \(gavle.se\)](http://Traffpunkter.forseniorer-Gavle.kommun.gavle.se)

Nyfiken på att bli volontär? Att vara volontär är att ge lite av sig själv och sin tid – att göra en insats som volontär kan betyda mycket. Låter det intressant? Hör av dig till oss så berättar vi mera! ann-charlotte.asklof@gavle.se eller Tfn: 026-17 80 00
Volontärsamordnare Gävle kommun

ÖPPET FORUM SÄTRA

Nyöstertorpet

Arbetsdagar, tisdagar drop in från Kl. 14. Vi behöver fler ideella krafter för att ordna i trädgården och sköta fastigheten. Vi kokar kaffe, medtag eget tilltugg.

Adress: Margreta Johanssonsväg

Alla dagar alla tider!

Två tipspromenader, utgår från Nyöstertorpet och sammanfaller med Skolstigen i Sättra. Information och svarstalonger finns vid torpet. Du kan välja att gå tipsrundorna när det passar dig.

Vid vackert väder anordnar vi spontancafé i Nyöstertorpet. Annonseras endast med flaggor och på trottoarpratarna vid Sättrahöjden och vid torpet samt på Facebooksidan öppet forum Sättra, Gävle Välkomna!

Samverkanspartners

Vill du medverka i nätverket Senior i Sättra? Eller har du idéer/förslag på aktiviteter i Sättra? Tveka inte att höra av dig! Kontakt: Lotta Asklöf tfn: 026-17 72 61

ann-charlotte.asklof@gavle.se

Hemsida:

www.gavle.se/traffpunktforseniorer

Facebook-sida (sök Träffpunkt för seniorer)

Välkommen!

Med reservation för förändringar

I samarbete med Kultur för äldre

Svenska kyrkan
GÄVLE

Villaägarna 70
ÅR

Röda Korset

Region
Gävleborg



POLETTEN
EN MÖTESPLATS FÖR ALLA

PRO
Gemenskap och förändring



GÄVLEGÅRDARNA

Sättra
bibliotek

Öppet Forum Sättra

Senior
Radion
Gävle
102,7

TREFFEN
806

ARBETARNAS
BILDNINGSFÖRBUND