



Senior i Sätra december 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

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.

Tisdag 12 december

Kl. 14.00-16.00 eller 18.00-20.00

Alla äldre är inte ensamma!

En föreläsning av Susanne Rolfner Suvanto med fokus på ofrivillig ensamhet och hur vi bryter den.

Vi bjuder på fika. Begränsat antal platser

Plats: **Träffpunkt för seniorer, Brunnsgratan 59, Gävle**

Måndagar kl. 13-14:30

"Promenera tillsammans"

Hösttermin har avslut måndag 27 november

Välkommen till Vårterminen start, måndag 15 januari 2024

Tisdag 5 december kl. 18:30 – 20:00

"Trivselkören" Höstterminslut denna dag.

Välkommen till vårterminen starttisdag 16 januari 2024. För dig som vill sjunga, men är ovan eller aldrig har sjungit i kör tidigare. Plats: Mariakyrkan

Onsdagar kl. 13:00 – 14:30

"Sjung för hälsan"

Hösterminslut denna dag. Välkommen till vårterminen startonsdag 17 januari 2024. Kör för daglediga. Vi sjunger tillsammans på ett kravlost sätt. Vi fikar efteråt. Plats: Mariakyrkan

Onsdagskvällar i Mariakyrkan

kl. 18:30-19:00 Aftonbön: 6 december

Veckomässa: 13 december

Plats: Mariakyrkan, Välkommen!

Tisdag den 12 december kl.13:30- 14:30

"Andakt"

Plats: Forellplans vård- och omsorgsboende

Fredag 15 december 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!

Söndag 3 december, Första söndagen i advent.

Kl. 11:00 "Högmässa"

Tema: Ett nådens år
Ann-Kristin Vallius, präst, Eva Huhta musiker
Mariakören under ledning av Roger Bergel medverkar.
Efter mässan välkommen till kyrkaffe i Annasalen.

Söndag 10 december, Andra söndagen i advent.

Sammanslyst Mässa
Välkommen att fira Mässa i Strömsbro kyrka kl. 11:00

Söndag 17 december, Tredje söndagen i advent.

Kl. 11:00 "Generationsmässa"

Tema: "Bana väg för Herren"
Mathilda Dahlin, präst. Claes Gunnar Larsson musiker.
Efter mässan välkommen till kyrkaffe i Annasalen.

Söndag 24 december, Fjärde söndagen i advent.

Kl. 11:00 "Samling vid krubban"

Tema: "Herrens moder"
Caroline Larsson, Församlingspedagog, Eva Huhta musiker
Plats: Mariakyrkan

Kl. 12:00-14:00 "Julgröt med sällskap"

Kl. 23:30-24:00 "Midnattsmässa"

Tema: "Herrens moder"
Mathilda Dahlin, präst, Eva Huhta, musiker.

Måndag 25 december, Juldagen

Sammanslyst Mässa
Välkommen att fira Mässa i Strömsbro kyrka kl. 07:00

Tisdag 26 december, Annandag jul.

Sammanslyst Högmässa
Välkommen att fira Högmässa i Heliga Trefaldighets kyrka kl. 11:00

I samarbete med Kultur för äldre

Svenska kyrkan
GÄVLE

villaägarna 70
ÅR

Röda Korset

Region
Gävleborg



POLETEN
EN MÖTESPLATS FÖR ALLA

PRO
Gemenskap och förändring



Sätra
bibliotek



TREFFEN
806





Träffa äldrelotsen på biblioteket

Visste du att Gävle kommun har en guide och informatör för äldre? Du kan träffa äldrelotsen på Hedesundas bibliotek, **onsdag 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.

Sätra bibliotek

Måndag 10–17

Tisdag, onsdag, torsdag 13–19

Fredag 10–16

Lördag 10–14

Kontakt: tfn 026-179474, Porfyrvägen 13

**Söndag 31 december, Nyårsafton
Sammanslyst Nyårsbön
Välkommen att fira Nyårsbön i
Strömsbro kyrka kl. 16:00**

**Måndag 1 januari, Nyårsdagen
Sammanslyst Gudstjänst
Välkommen att fira Gudstjänst i
Soldatkyrkan kl. 11:00**

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

Seniorönsknigen

Seniorönsknigen 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 skivönsknningar 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.seniorönsknigen.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 [Träffpunkter för seniorer – Gävle kommun \(gavle.se\)](http://Träffpunkter för seniorer – Gävle kommun (gavle.se))

ÖPPET FORUM SÄTRA

Nyöstertorpet

Söndag 10 december kl.11.00-15.30

Adventscafé

Kaffe, Skinksmörgås, saffransbröd, pepparkakor, glögg, korvgrillning.

Lite försäljning och tomtevrå

Inställt vid regn eller snöstorm

Välkomna

Facebook: Öppet Forum Sätra, Gävle

Alla dagar alla tider!

Två tipspromenader, utgår från Nyöstertorpet och sammanfaller med Skolstigen i Sätra.

Information och svarstalonger finns vid torpet. Du kan välja att gå tipsrundorna när det passar dig.

Välkomna!

Samverkanspartners

Vill du medverka i nätverket Senior i Sätra? Eller har du idéer/förslag på aktiviteter i Sätra? 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)

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

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



GÄVLIGÄRDARNA

Sätra
bibliotek

Öppet Forum Sätra

Senior
Radion
Gävle
102,7

TREFFEN
806

ARBETARNAS
BILDNINGSFÖRBUND