



## Senior i Sättra april 2023

### Måndagar kl. 13-14:30

"Promenera tillsammans"

**OBS! Utgår 10 april**

Vi promenerar och fikar tillsammans efteråt.

**Plats:** Mariakyrkan. Samling vid ingången mot bäcken

Kostnad: Fika 20 kr

### Tisdagar kl. 18:30 – 20:00

"Trivselkören"

**OBS! Utgår tisdag 11 april**

För dig som vill sjunga, men är ovan eller aldrig har sjungit i kör tidigare.

**Plats:** Mariakyrkan

### Onsdagar jämna veckor kl. 08:30 – 09:00

"Morgonmessa" 5 och 19 april

**Plats:** Mariakyrkan

### Onsdagar kl. 13:00 – 14:30

"Sjung för hälsan"

**OBS! Utgår onsdag 12 april**

Vi sjunger tillsammans på ett kravlöst sätt. Vi fikar efteråt.

**Plats:** Mariakyrkan

### Torsdagar kl. 11:00 – 13:00

"Öppet café"

**OBS! Utgår torsdag 6 april**

Kom och umgås, fika, samtala, pyssla och spela spel med oss volontärer.

Du gör vad du känner för och vill! Vi bjuder på kaffe/te och kaka.

Vi träffas i Annasalen med ingång från övre plan.

Varmt välkommen!

### Tisdag den 4 april kl. 13:30- 14:30

"Andakt"

**Plats:** Forellplans vård- och omsorgsboende

### Onsdagskvällar i Mariakyrkan

kl. 18:30-19:00

**Den 5 april Sedermåltid kl.17:30.** Vi tar del av s k Sedermåltid, den judiska måltiden som Jesus firade när han instiftade nattvarden.

**Veckoandakt, 12 och 19 april**

**Veckomässa, 26 april**

**Plats:** Mariakyrkan

Välkommen!

### Torsdag 6 april, Skärtorsdagen

kl. 18.30 "Skärtorsdagsmessa"

**Tema:** Det nya förbundet  
Erika Ersholt, Präst och Eva Huhta, Musiker

**Plats:** Mariakyrkan

Välkommen!

### Fredag 7 april, Långfredagen

**Sammanlyst Gudstjänst**

Välkommen att fira Långfredagsgudstjänst i Strömsbro kyrka kl. 11:00

### Söndagar kl. 11:00-12:00

Gudstjänst **söndag 2 april**,  
Palmvändagen

**Tema:** Vägen till korset

Ebba Ferm, Diakoniassistent och Eva Huhta, Musiker

### Söndag 9 april, Högmässa

**Påskdagen**

**Tema:** Kristus är uppstånden

Erika Ersholt, Präst och Eva Huhta, Musiker

### Måndag 10 april kl.11:00

**Sammanlyst**

Välkommen att fira Högmässa i Heliga Trefaldighets kyrka

**Tema:** Möte med den uppståndne

### Söndag 16 april, Sammanlyst

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

**Tema: Påskens vittnen**

### Söndag 23 april Gudstjänst, 3:e

söndagen i påsktiden

**Tema:** Den gode herden

Ebba Ferm, Diakoniassistent och Eva Huhta, Musiker

### Söndag 30 april, Mässa för framtid

4:e söndagen i påsktiden

**Tema:** Vägen till livet

Ami Dahlblom, Präst och Eva Huhta, Musiker

Efter gudstjänster och mässor serveras enkelt kyrkkaffe

**Plats:** Mariakyrkan

I samarbete med Kultur för äldre

Svenska kyrkan  
GÄVLE

villaägarna 70  
jubel



Region  
Gävleborg

POLETTEN  
EN MÖTESPLATS FÖR ALLA

PRO  
Gemenskap och förändring



Sättra  
bibliotek

TREFFEN  
806



RedaKorset



## Måndagar kl. 16.00

Kom och spela canasta med PRO  
Plats: Forellen, Forellplan

## Tisdagar kl. 9.30

Kom och 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](http://www.pro.se/satra) eller tel. 073-084 25 82. Välkommen som medlem!

## Träffpunkt för seniorer har fått i uppdrag att starta upp en digital träffpunkt.

Med hjälp av digitaliseringen tar vi ytterligare ett steg på vägen är för att öka möjligheten och tillgängligheten till social gemenskap. Vill du veta mer kontakta uppdragsledaren Marie Bengtsson, tele 026-179532, mejl, [marie.bengtsson@gavle.se](mailto:marie.bengtsson@gavle.se)

## 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](mailto:ann-charlotte.asklof@gavle.se)

Hemsida:

[www.gavle.se/traffpunktforseniorer](http://www.gavle.se/traffpunktforseniorer)

Facebook-sida (sök Träffpunkt för seniorer)

## 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

## Onsdag 5, 12, 19, 26 april kl. 14-15.00

### "Digital första hjälpen"

Kom och få hjälp med din smartphone eller platta.

Pris: Fri entré

Plats: Sätra bibliotek

## Sätra bibliotek

Måndag 10-17

Tisdag, onsdag, torsdag 13-19

Fredag 10-16

Lördag 10-14

Kontakt: tfn 026-179474

Porfyrvägen 13

## Fredag 28 april kl.14.00 HBTQI – vad är det?

Hetero, trans, quer? Johanna Eskman från RFSL kommer och reder ut begreppen. Gävle Kommun bjuder på fika. Aktiviteten livesänds på vår Facebook sida. **Plats:** Träffpunkten på Kaplansgatan 10. Träffpunkten öppen kl. 13.30-16.00

## Öppet Forum Sätra – Nyöstertorpet 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.

## Seniorradion

Vi 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. Vi sänder på tisdagar kl. 9-11 med repris kl. 16-19 och torsdagar kl. 9-11. Välkomna att delta vid någon/några av våra offentliga inspelningar.

## Onsdag 19/4 kl. 13.30 är vi på träffpunkten Brunnsgratan 59.

Sändningen hör du på Radio Gävle 102,7 MHz (strax till höger om P4) fredag 21/4 kl. 17 med repris på fredag veckan efter. Om du inte kan medverka, kan du skicka din önskning från [www.senioronsknigen.se](http://www.senioronsknigen.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](mailto:support@radiogavle.se) för att få det uppläst.

Sändningen hör du på Radio Gävle 102,7 MHz (strax till höger om P4) fredagar kl. 17 med repris, tisdagar kl. 13. Om du inte kan medverka, kan du skicka din önskning från [www.senioronsknigen.se](http://www.senioronsknigen.se) eller ring vår röstbrevlåda 026-678 56 80

Besök gärna Träffpunkt för seniorer på **Brunnsgratan 59 och Kaplansgatan 10**, öppet vardagar 10-12 och 13-16. Fredagar oftast uteaktivitet, se program på [Träffpunkter för seniorer – Gävle kommun \(gavle.se\)](http://Traffpunkter%20for%20seniorer%20-%20Gavle%20kommun%20(gavle.se))

**Välkommen!**  
**Med reservation för förändringar**

I samarbete med Kultur för äldre

Svenska kyrkan  
GÄVLE

villaägarna 70 jubel

Region Gävleborg

POLETEN  
EN MÖTESPLATS FÖR ALLA

PRO  
Gemenskap och förändring



Sätra  
bibliotek



TREFFEN  
806



Röda Korset