



Träffpunkten Lilla Alby  
Landsvägen 65, entré Humblegatan  
172 65 Sundbyberg  
Telefon: 08-706 83 69  
Öppet vardagar mellan 09.00–15.00



# Träffpunkten Lilla Alby



Sundbybergs  
stad

Äldreförvaltningen, Sundbybergs stad, 172 92 Sundbyberg  
Besöksadress: Kavallerivägen 4, Rissne  
Tel 08-706 80 00, fax 08-733 38 36  
[www.sundbyberg.se](http://www.sundbyberg.se)



*Sundbyberg – där staden är som bäst  
både storstad och natur  
med plats för mänskliga möten*

# Träffpunkten Lilla Alby

## Mötesplats

---

Träffpunkten är en kommunal verksamhet som erbjuder alla seniorer en rad aktiviteter.

Till Träffpunkten kan du komma för en pratstund, inhämta information, ta en kopp kaffe eller för att delta i någon aktivitet. Vi serverar även smörgåsar och lättare lunch.

Lokalen är handikappanpassad och det finns en rullstolsramp.

Förhoppningen är att Träffpunkten blir en naturlig mötesplats för seniorer/anhöriga, för att motverka ensamhet och isolering.

Vi samarbetar med olika föreningar i kommunen.



## Aktiviteter, temadagar och underhållning

---

På Träffpunkten händer det något varje dag. Ring gärna för aktuellt program eller gå in på [www.sundbyberg.se](http://www.sundbyberg.se) under länken Träffpunkter.

Veckoprogrammet innehåller bl a linedance, bingo, schack, bridge, akvarellmålning, sittgymnastik, stavgång, taichi och qigong. Programmet ändras utifrån vad gästerna efterfrågar. Det finns även datautbildning för nybörjare.

Till Träffpunkten kommer syn- och hörselinstruktör och anhörigkurator regelbundet för att svara på frågor och vara behjälplig.

Under året arrangerar vi olika tema såsom: Hälsodagar med information om bl a fallförebyggande och egenvård.

Mannekänguppvisning där gästerna själva är mannekänger. Polisen och brandförsvaret kommer och informerar.

Tv-spelet Wii där man är fysiskt aktiv finns nu också på Träffpunkten.

Några gånger under året har vi fester med mat och underhållning.

