Hitta mötesplatser för seniorer i Bromma

Tranebergs och tunets aktivitetscenter

Välkommen till våra aktivitetscenter för dig som är 65+ och bor i Bromma. Hit kan du komma för att umgås med andra seniorer. Här erbjuds olika fysiska och sociala aktiviteter.

Tranebergs aktivitetscenter
Adress: Tranebergsvägen 57
Öppettider och kontaktuppgifter hittar du på webbplatsen **senior.stockholm/tranebergs-aktivitetscenter.**

Tunets aktivitetscenter
Adress: Råckstavägen 30
Öppettider och kontaktuppgifter hittar du på webbplatsen **senior.stockholm/tunets-aktivitetscenter.**

Friskvårdscentrum

Friskvårdscentrum är ett tränings- och aktivitetscentrum samt mötesplats för dig som är 65+ och bor i Bromma. Vi erbjuder olika gymnastikgrupper, gymträning och enklare kostrådgivning.

Adress: Råckstavägen 30.
Öppettider och kontaktuppgifter hittar du på webbplatsen.
senior.stockholm/friskvardscentrum.

Bromma stadsdelsförvaltning
senior.stockholm



Brommas äldrelots

Få tips och svar på frågor om aktiviteter för seniorer och äldreomsorg i Bromma.

Stockholms stad

Brommas äldrelots

Är du 65+ och har frågor om äldreomsorg eller är nyfiken på vilka aktiviteter som finns att ta del av i stadsdelen? Fråga äldrelotsen!

Vår äldrelots kan vägleda dig i allt från frågor om hemtjänst och seniorboende till hur du deltar i aktiviteter som Bromma stadsdel erbjuder.

Hälsofrämjande samtal

Är du 65 år eller äldre kan du få möjlighet till ett hälsofrämjande samtal, där du i lugn och ro kan prata om hälsa, välbefinnande och det som är viktigt för dig.

Vad samtalet kan handla om

Samtalet är en möjlighet för dig att få information, kunskap och stöd. Du kan också dela med dig av dina tankar om våra aktiviteter och hur vi kan nå ut till seniorer i området. När vi pratar så utgår vi från dig, dina önskemål och behov.

Exempel på vad samtalet kan handla om:

- Livsfrågor, ensamhet och hur man kan få stöd.
- Aktiviteter, träffpunkter och sociala sammanhang.
- Information om kommunens tjänster och äldreomsorg.

Allt är konfidentiellt

Det som du och äldrelotsen pratar om är konfidentiellt. Du avgör vad du vill prata om och vilka råd eller tips du är intresserad av.

Kontakt

Varmt välkommen att höra av dig med dina frågor eller för att boka ett möte! Vi kan ses hemma hos dig, på ett av våra aktivitetscenter eller på förvaltningskontoret vid Bromma Blocks.

Telefon: 08-508 06 617
E-post: aldrelots.bromma@stockholm.se

