



Foto: Liselotte von der Mals

Hjälper eller stödjer du någon som är 65+??

Då kan du också själv behöva stöd, oavsett om du är granne, vän eller familjemedlem. Kontakta anhörigkonsulent **Ann-Katrin Forsman Fermelin 08-508 23 587**

Nyhet: Är du anhörig till en person med demenssjukdom? Nu kan du ta del av en ny kostandsfri digital kurs, som innehåller föreläsningar och konkreta tips och råd till dig som är anhörig. Du hittar kursen på www.anhoriga.se/navigeringskurs

Aktiviteter för dig 65+

Seniorhälsans öppna träffpunkter för seniorer har inte ett fast program som vanligt denna coronahöst, utan erbjuder istället anpassade aktiviteter utifrån behov och lokala förutsättningar. För information om aktiviteter där du bor, följ oss på **facebook.com/seniorhalsan** eller kontakta oss på telefonnumren nedan.

Axelsberg 508 23 528, 508 21 537

Fruängen 508 23 670

Trekanten 508 23 662

Älvsjö 508 23 520

Långbroberg 508 23 520

Fixartjänsten kan komma hem till dig som fyllt 75 år som vanligt, för att utföra enklare vardagssysslor som exempelvis att byta lampor eller hämta saker från vinden. Du som bor i Hägersten-Älvsjö kontaktar Mats Kölnäs: **08-508 23 664, mats.kolnas@stockholm.se**