Känns julen tung och ensam?

Äldre direkt: 08-80 65 65
Ger vägledning och information om vilket stöd du kan få i Stockholm stad för att bryta ensamhet eller hantera vardagen.

Äldrelinjen: 020-22 22 33
För dig som behöver extra stöd, känner oro, mår psykiskt dåligt eller bara behöver någon att prata med en stund under juletid

Anhöriglinjen 0220–239 500
Behöver du råd och stöd i din situation som anhörig? Öppet måndag-tisdag, torsdag-fredag 10-15.00 och onsdag och söndag 18.00-21.00.

Väntjänst 08-659 95 59
Vill du ha sällskap till en social aktivitet i vinter? Frivillig väntjänst erbjuder ledsagning, stöd och sällskap av volontärer Läs mer på: frivilligvantjanst.se eller ring: 08-659 95 59

Lär känna andra över en fika.
Delta som gäst hemma hos någon eller anordna egna julfikaträffar som volontär. Vill du veta mer? Maila: info@aldrekontakt.se

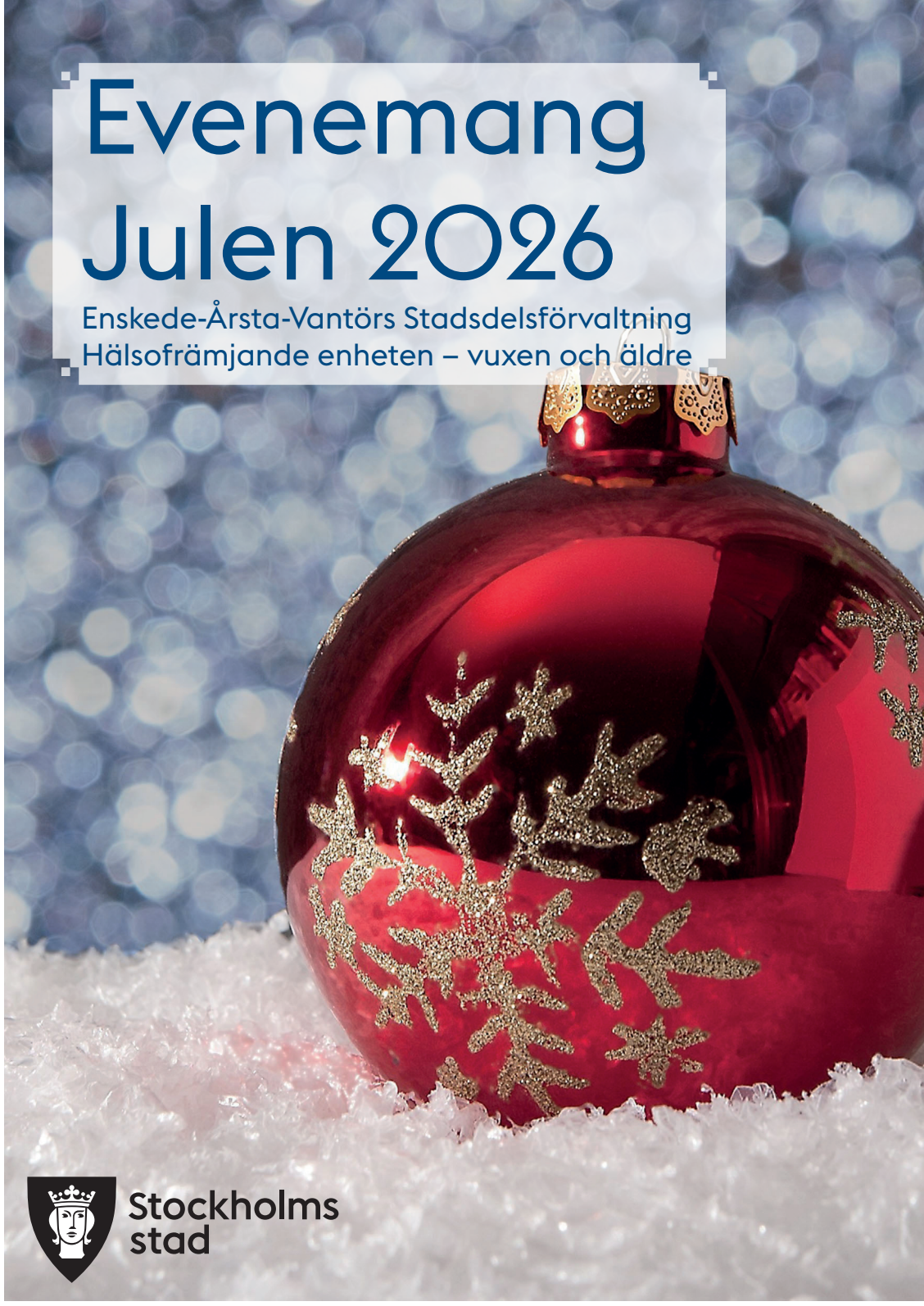
Senior.stockholm Gå in på senior.stockholm här kan du hitt a hälsotips, stödtjänster, mötesplatser, kulturutbud, naturområden och mycket mer



Hälsofrämjande enheten i Enskede-Årsta-Vantörs stadsdelsförvaltning i samverkan med biblioteken i stadsdelsområdet, Öppna förskolan, Restaurang Silvergaffeln, östberga kulturhus och Rågsveds hjärta.

Evenemang Julen 2026

Enskede-Årsta-Vantörs Stadsdelsförvaltning
Hälsofrämjande enheten – vuxen och äldre



Stockholms stad

Fira juletiden i gemenskap med andra

I den här foldern har vi samlat förslag på evenemang i juletid som riktar sig till dig som är senior och bor i eget boende (Seniorträffarna) och till dig som har erfarenhet av psykisk ohälsa (Flotten). Hjärtligt välkommen och God Jul!

23 november, kl. 12.00–15.00 Julpyssel
Julpyssla med hobbygruppen. Köp material för billig peng.
Valla torg. För seniorer.

26 november, kl. 10.00–13.00 Julshow med Daniel Yngwe.
Showen startar startar 11.00. Mötesplats Gnistan, Dalens allé 12. För dig som är 60 år eller äldre och har en funktionsnedsättning. Adress till färdtjänst: Bersågränd 11. Telefonnummer: 08-508 209 97. Det finns fika att köpa. Behöver du extra hjälp eller stöd? Ta med en person som kan hjälpa dig.

26 november, kl. 11.00 Fikaträff om mäns hälsa (65+)
Fikaträff om mäns hälsa (65+) om ork, hjärta, prostata m.m.
Luciafika och blodtryckskoll. Prata med läkare och träffa Äldrelots om hälsofrämjande samtal. Rågsveds hjärta, Rågsveds skolgata 10

27 november, kl. 13.00—15.00. Glittrigt Disco.
Arrangör Stockholm stad. Plats: Aktivitetshuset Tuben i Farsta, Munkforsplan 45. För hbtqi+seniorer och vänner.

28 november, kl. 11.00–15.00 Julbasar med musik och fika
Arrangör: Hagsätra företagarförening och Vantör församling.
Plats: Hagsätra torg. För alla.

30 november, kl. 13.30 Mysig lässtund
Högläsning med Enskede bibliotek. Dalens allé 12.

3 december, kl. 10.00–13.00 Julpyssel
Aktiviteten startar 11.00. För dig som är 60 år eller äldre och har en funktionsnedsättning. Mötesplats Gnistan, Dalens allé 12. Adress till färdtjänst: Bersågränd 11. Telefonnummer: 08-508 209 97. Det finns fika att köpa. Betalning med kontanter eller swish. Behöver du extra hjälp eller stöd? Ta med en person som kan hjälpa dig.

4 december, kl. 15.00–17.00 Gemenskap, musiktävlingar och pyssel.
Arrangör: Föreningen Drömstort. Plats: Hagsätra torg

7 december, kl. 16.00–18.00. Gemensam jul för hbtqi-seniorer och hbtqi-ungdomar.
Vi bjuder på juligt fika, julklappsbyte, pyssel, sång m.m.
Ta med julklapp för max 50 kr. Arrangör: Enskede-Årsta-Vantörs stadsdelsförvaltning och RFSL Stockholm. Anmälan på Seniorträffen Dalen, Dalens allé 12. Information: 08-508 20 504.

10 december dansutlykt med Volontär Pär till Klubb 65.
Det blir levande musik och pardans. Plats: Hägerstens medborgarhus till Klubb 65. Samling vid Liljeholmens t-bana vid spärrarna. kl. 13.00 Inträde eget utlägg 25 kr. Café finns på plats. Arrangör PRO. Ingen medlemskap krävs.

14 december, kl. 11.00–12.00 Poesi, högläsning och fika.
Lyssna till poesigruppers dikter. Föranmälan behövs! Arrangör: Östberga bibliotek, Östberga torg 14. Anmälan: elin.a.bengtsson@stockholm.se. För alla.

14 december, kl. 13.00–15.00 Julbingo och fika.
Arrangör Seniorträffarna. Plats: Skebokvarnsvägen 289. För seniorer.

16 december, kl. 10.00 Stilla Julkänsla och julavslutning
Soundhealing kl. 11.00–12.00. Kom på julfika och måla julkort.
Arrangör Östberga kulturhus, Öppna förskolan och Seniorträffarna.
Plats: Östberga torg 14.

10 december, kl. 10-13.00 Julavslutning med pepparkatter och lussekatter.
Aktiviteten startar 11.00. Mötesplats Gnistan, Dalens allé 12. För dig som är 60 år eller äldre och har en funktionsnedsättning Adress till färdtjänst: Bersågränd 11. Telefonnummer: 08-508 209 97. Det finns fika att köpa. Betalning med kontanter eller swish. Behöver du extra hjälp eller stöd? Ta med en person som kan hjälpa dig.

21 december, kl. 13.00 Julbingo med seniorer med funkisungdomarna
Julfika kl. 11.00-14.00. Plats Skebokvarnsvägen 289.
Arrangör: Seniorträffarna och Fritidsgården. För seniorer.

22 december, kl. 10.00–15.00. Lugn Julstämning.
Lägg pussel, spela kort eller bara vara. Julfika med kaffe och pepparkaka
Plats: Valla torg 55 för seniorer.

23 december, kl. 11.00, Julquiz
Julcafé kl. 11-15.00. Adress: Valla torg 55. För seniorer.

28 december, kl. 11.00.14.00. Öppen skaparverkstad
Tema: ”Skapa din visionstavla”. Plats: Valla torg 55. För seniorer.



Lucia vid Seniorträffarna och Flotten

Luciafika och gemenskap

- 7 december kl. 11.OO Skebokvarnsvägen 289, Högdalen.
- 9 december kl 11.OO Valla torg 55, Årsta
- 9 december kl. 11.OO Tussmötevägen 175 Stureby/Svedmyra
- 9 december kl. 11.OO Östberga torg 14, Östberga Kulturhus
- 11 december kl. 11.OO Dalens Alle 12, Enskededalen

11 december Luciafirande i Rågsved

kl. 1O.OO Generationsfirande! Sittyoga i luciaglitter, Barn från Öppna förskolan lussar och Luciafika serveras. Arrangör: Seniorträffarna och Öppna förskolan. Plats: Rågsveds hjärta, Rågsveds skolgränd 1O-12. För alla åldrar.

kl. 15.OO–16.3O Luciafirande på torget, glögg och pepparkaka.
Arrangör: Enskede-Årsta-vantörs stadsdelsförvaltning och Exploateringskontoret. Plats: Rågsveds torg. För alla åldrar.

Nyårsfika

- **28 december, kl. 11.OO–14.OO Nyårsfika och underhållning**
  Nyårsfika med bubbel, tårta och nyårsquiz. Vårat gäng: Cecilia Klingspor och Sara Edin. Högdalens seniorträff. För seniorer.
- **29 december, kl. 11.OO–14.OO Nyårsfika med bubbel, tårta och nyårsquiz**
  Dalens seniorträff. För seniorer.
- **29 december Nyårsnittar och bubbel.**
  För dig med erfarenhet av psykisk ohälsa. Flotten, Handelsvägen 17OB. Anmälan: O76- 121 44 8O.
- **3O december, kl. 11.OO. Nyårsfika med bubbel**
  Nyårsfika med bubbel, tårta och nyårsquiz 1O-14.OO Seniorträffen Valla torg. För seniorer.

Vecka 1–2, 2027

Café öppet för gemenskap och samvaro

- **4, 7, 11, 13 och 14 januari kl. 1O.OO–15.OO**
  Seniorträffen, Valla Torg 55
- **8, 14, 15 januari kl. 1O.OO–13.OO**
  Seniorträffen Dalens allé 12
- **11 januari kl. 11.OO–14.OO**
  Seniorträffen Högdalen, Skebokvarnsvägen 289
- **7, 8, 14 och 15 januari kl. 1O.OO–13.OO**
  Rågsveds hjärta, Rågsveds skolskolgränd 1O–12



Julmat

- **23 december, kl 1O-14.OO. Julbuffé på Seniorrestaurangen Silvergaffeln.**
  Pris 17Okr. På plats i gemenskap eller ta med hem i matlåda.
- **24 december, kl. 12.OO–16.OO Gemensam jul för alla**
  Traditionell, vegetarisk och vegansk julmat, musik, spel, lekar och tomte. Gratis. Ingen föranmälan. Sista insläpp 15.3O.
  Arrangör: Nya Rågsveds folkets hus och Volontärbyrån.
  För alla åldrar.

Julmusik

- **16 december, kl. 14.OO. Allsång och fika.**
  Tussmötevägen 175. För seniorer.
- **17 december, kl. 11.OO Frank Sinatra - Livet och musiken.**
  Jakob Sollevi och Filip Ekestubbe Julfika kl. 1O-13.OO. Rågsveds hjärta, Rågsveds skolgränd 1O. För alla åldrar.
- **17 december, kl. 13.OO. Julmusikquiz,**
  Seniorträffen i Dalen, Dalens allé 12. För seniorer.
- **21 december, kl. 11.OO, Underhållning Säg det med Toner**
  Juligt drömfika kl. 1O.OO–14.OO. Valla torg 55 För seniorer

Julfika, mys, glögg och skinksmörgås

- **16 december, kl. 1O.OO–14.OO. Fika och allsång.**
  Allsång kl. 1O.OO Valla torg 55. För seniorer.
- **18 december, kl. 1O.OO–14.OO. Julig stämning**
  Fika. Allsång med kören kl. 11.OO, julpyssel från kl. 12.OO.
  Rågsveds hjärta, Rågsveds skolgränd 1O–12. För seniorer.
- **18 december, kl. 11.OO-14.OO. Fika och bingo**
  Fika och bingo kl. 13.OO. Dalen, Dalens allé 12. För seniorer.
- **18 december Julfika med skinksmörgås, julmust och julpyssel.**
  För dig med erfarenhet av psykisk ohälsa. Plats: Flotten, Handelsvägen 17OB. Anmälan: O76- 121 44 8O

Vinterutflykter

- **7 december, kl. 13.OO ljuspromenad.** Se ljusinstallationer i gemenskap på Nobel Week Lights. Samling: Dalens allé 12
- **9 december kl. 11.OO Gamla Stans julmarknad.**
  Vi möts upp vid spärrarna vid Gullmarsplans t-bana, kl. 13.OO.
  Fika på eget utlägg.
- **11 december. kl. 13.OO. Skymningspromenad.**
  Samling Rågsveds skolgränd 1O.
- **22 december, kl. 1O.OO. Promat.**
  Vi promenerar och äter tillsammans.
  Eget utlägg. Samling Gullmarsplans t-bana.
- **5 januari Promat. kl. 1O.OO**
  Vi promenerar och äter tillsammans. Eget utlägg. Samling Gullmarsplans t-bana.



Viktiga datum

- Vi har stängt alla röda dagar.
- All gruppgymnastik avslutas vecka 5O och startar åter vecka 3.
- Öppettider för gymmen finns att hämta på respektive seniorgym.
- Den 16 december så är det julavslutning på seniorträff Tussmötet och seniorträff Östberga. Mötesplatserna öppnar åter vecka 3.
- Hagsätra Seniorträff är stängd hela resterande termin öppna åter vecka 3.