

Träffpunkt Björken

Juni - augusti 2026

Veckovis återkommande aktiviteter

Måndag:

Bingo kl. 14.00 – 15.00

Kostnad: 20 kr. Vinnaren får ett pris.

Uppehåll 6/7 -2/8

Tisdag:

Artistuppträdande : Varje tisdag med start den 23/6. Utomhus på Björkens gård. Start klockan 14. Mer info längre bak i programbladet

Onsdag:

Gymnastik kl. 10.00 -10.30

Utomhus på Björkens gård. **Uppehåll 8/7 -4/8**

Qi-gong kl. 10.30 – 11.00

Ingen föranmälan. Utomhus på gården, vid dåligt väder går vi in. **Uppehåll 1/7 – 4/8.**

Torsdag:

IT-hjälp kl. 10.00 - 12.00 och 13.00-15.00

Drop in – ingen föranmälan krävs. Vid frågor, kontakta fredrik.israelsson.bard@stockholm.se

Uppehåll 25/6 – 5/8

Cykel utan ålder kl. 13.00 – 14.00.

Plats: Start vid Björken, drop in. Följ med på en cykeltur runt Skärholmen.

Uppehåll 9/7 - 5/8

Fredag:

Dans med Sara kl. 11.00 – 11.45

Plats: Utomhus på Björkens gård.

Uppehåll 6/7 -2/8

Vi reserverar oss för eventuella tryckfel och ändringar.



**Avvikande öppettider:
2 juni, 9 juni och 19 augusti-
stängt**

Träffpunkt Aspen

Tisdagar och torsdagar:

Gymnastik kl. 10.00 – 10.45

Personalledd träning med fokus på styrka och balans. Adress: Frösätrabacken 7 C
OBS: Uppehåll 16/6 – 7/9.



Öppet: Helgfria vardagar klockan 09.00 – 16.00

Adress: Portholmsgången 3, 127 48 Skärholmen






Telefon: 08-508 24 988

E-post: aldrestodverksamhetenskarholmen@stockholm.se



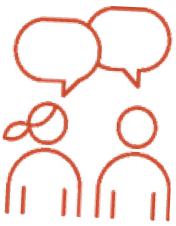


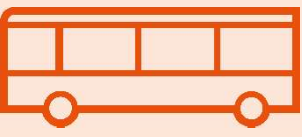

Stockholms
stad

Program för juni-augusti

Datum	Tid	Händelse
Onsdag 3 juni 	14.00 – 15.30	Hantverk med Hacer Välkommen till denna aktivitet som har blivit en succé! Att skapa tillsammans med hjälp av instruktioner från en erfaren och skicklig ledare är både kul och utvecklande.
Torsdag 4 juni 	13.30 – 14.15	Månadsmöte på Björken Plats: Björken En chans att få höra om sommaren på Björken. Om nya aktiviteter och satsningar samt en möjlighet att ställa frågor och komma med önskemål när det gäller vår verksamhet. Välkommen!
Tisdag 9 juni 	12.00 - 14.30	Midsommar-lunch Plats: Björkens gård (om det regnar går vi in) Vi firar midsommar med midsommarlunch och musikunderhållning med Cecilia Rafstedt och pianisten Frank Rönninge! Pris: 150 kronor. Betalning sker vid anmälan. Mat: Smörgåstårta (Lax), bubbelvatten, tårta, kaffe och tea.  Anmälan: Senast den 1 juni till personalen på björken. Anmälan är bindande. Meddela allergier vid anmälan. Vid frågor, kontakta personalen på Björkens aktivitetscenter. Telefon: 08-508 24 988 

Alla aktiviteter sker på Träffpunkt Björken om inget annat anges ovan.




Program för juni-augusti

Datum	Tid	Händelse
Torsdag 11 juni 	Vi samlas utanför Björken 11.00 och åker tillsammans till museet med tunnelbana.	Utflykt till museet Andetag Plats: Vid Hötorget i centrala Stockholm ANDETAG är en stillsam konstupplevelse i centrala Stockholm. Ljus och textilkonst omsluter rummet, och andning och musik möts i ett stilla museum nära Hötorget. Välkommen till ANDETAG – en plats för stillhet och förundran. OBS – begränsat antal platser, anmäl dig snarast ("först till kvarn") på Telefon: 08-508 24 988
Tisdag 23 juni 	13.00 - 14.30	Syn- och hörselinstruktören på Björken Vår syn- och hörselinstruktör Anton kommer till Björken och svarar på frågor om hjälpmedel med mera. Välkommen!
Fredag 26 juni 	11.00 – 12.30	Herrklubben Plats: Björkens gård (om vädret tillåter). Vi träffas ute denna gång. Fokus på social samvaro och samtal, kanske delar vi med oss av livserfarenheter och nyfunna insikter. Trevligt blir det hur som helst. Varmt välkommen!
Onsdag 19 augusti 	10.00 – 15.00	Utflykt till Torekällberget Följ med på en härlig dagsutflykt till Torekällberget i centrala Södertälje – en levande miljö från 1800-talet! <ul style="list-style-type: none">🏠 Upptäck historiska hus och vackra trädgårdar☕ Besök café, handelsbod, krukmakeri och hantverksbutik🐏 Träffa svenska lantrasdjur som getter, får, hästar, kaniner och kossor. KOSTNAD: 150 kronor (kontant), betalning sker vid anmälan. ANMÄLAN: Senast torsdag 4 augusti OBS! Anmälan är bindande! Mer info på nästa sida 

Alla aktiviteter sker på Träffpunkt Björken om inget annat anges ovan.

BUSSUTFYKT TILL TOREKÄLLBERGET

Följ med på en härlig dagsutflykt till Torekällberget i centrala Södertälje – en levande miljö från 1800-talet!

-  Upptäck historiska hus och vackra trädgårdar
-  Besök café, handelsbod, krukmakeri och hantverksbutik
-  Träffa svenska lantrasdjur som getter, får, hästar, kaniner och kossor.

Begränsat antal platser. Först till kvarn som gäller

DATUM: onsdag 19 augusti

KOSTNAD: 150 kronor, betalning sker vid anmälan. Kontant.

ANMÄLAN: Senast torsdag 4 augusti

OBS! Anmälan är bindande!

Utresa:

Samling: kl. 09.45

På Björkensträffpunkt
Portholms gången 3, 127 48
Skärholmen

Bussen avgår: kl. 10.00

Hemresa:

Bussen avgår: kl. 14.30

Åter vid björkensträffpunkt
Ca kl. 15.30

Det här ingår:

- Bussresa tur och retur
- Guidade visning

Mat och dryck ingår ej

Du kan köpa mat och fika på Lindbloms Café eller ta med egen matlåda.