

## Om Träffpunkten

Träffpunkten erbjuder aktiviteter och social gemenskap för dig som är över 65 år och bor i Alingsås kommun. Verksamheten bedrivs i samarbete med volontärer, studieförbund samt pensionärsföreningarna och kyrkorna i Alingsås kommun. Du är inte bunden till den träffpunkt som finns närmast dig, utan är varmt välkommen att besöka alla våra träffpunkter.

Alla aktiviteter är kostnadsfria att delta i, men fika & mat betalas till självkostnadspris:

- Fika 20 - 30 kr beroende på fika
- Fester 40–70 kr

### Vi tar endast kontant betalning.

Varmt välkommen att besöka oss!

Vi reserverar oss för eventuella ändringar i programmet.

## Vill du veta mer?

Kontakta Träffpunkten:

**Telefon: 0322-61 70 70**

**E-post:** [forebyggande@alingsas.se](mailto:forebyggande@alingsas.se)

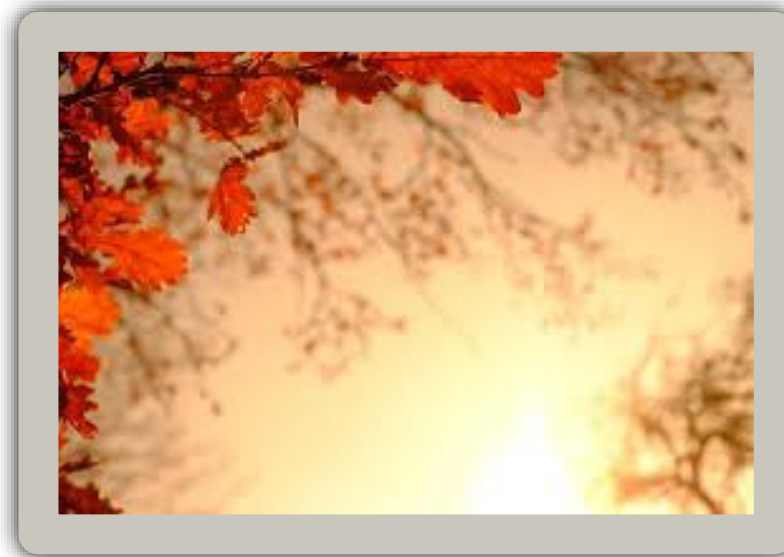
Detta blad finns också att hämta på:

[www.alingsas/traffpunkter](http://www.alingsas/traffpunkter)

Följ oss gärna på Facebook:

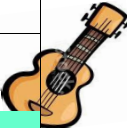
 **"Alingsås kommuns träffpunkter för seniorer"**

**Träffpunkten Centrum**  
Norra Ringgatan 8



# Centrums Träffpunkt Oktober-2025

# Oktober

|                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ons 1</b>                                                                                        | 10.30-11.00 <b>Frågesport</b> i träffpunkten<br>11.00-11.30 <b>Fika</b> i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>V.40</b>                                                                         |
| <b>Tors 2</b><br>   | 10.00-12.30 <b>Seniordata</b> i matsalen<br>10.30-12.00 <b>Öppen samtalsgrupp</b> <b>Ny aktivitet</b><br>- Vi öppnar upp till samtalsgrupp där vi pratar om hur det känns att bli äldre & vad livskvalité kan betyda olika för varje individ.<br><b>OBS!</b> ingen föreläsning, endast samtal kring egna erfarenheter & känsla. <b>Välkommen!</b> |                                                                                     |
| <b>Fre 3</b>                                                                                        | 10.30-12.00 <b>Fika vandring</b> . Vi möts vid entrén till Brunnsgården<br>- Vi går tillsammans till ett närliggande fik & fika tillsammans. Fikat betalar man själv på plats                                                                                                                                                                     |    |
|                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                     |
| <b>Mån 6</b>                                                                                        | 10.30-11.00 <b>Sittyoga</b> i träffpunkten<br>11.00-11.30 <b>Fika</b> i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>V.41</b>                                                                         |
| <b>Tis 7</b>                                                                                        | 10.30-11.30 <b>Lena Bengtsson</b> kommer & spelar & sjunger för oss i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                                                                |    |
| <b>Ons 8</b>                                                                                        | 10.30-11.00 <b>Frågesport</b> i träffpunkten<br>11.00-11.30 <b>Fika</b> i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                     |
| <b>Tors 9</b>                                                                                       | 10.00-12.30 <b>Seniordata</b> i matsalen<br>10.30-12.00 <b>Öppen samtalsgrupp</b> <b>Ny aktivitet</b>                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                     |
| <b>Fre 10</b>                                                                                       | 10.30-12.00 <b>Gunnar Lidén</b> spelar & sjunger för oss i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| <b>Lör 11</b>                                                                                       | 10.30-12.00 <b>Lördagscafé</b> i träffpunkten<br>-Kom & sätt dig i en mysig & gemytlig miljö & ta en kopp kaffe/te & kaka. <b>Välkommen!</b>                                                                                                                                                                                                      |                                                                                     |
| <b>Mån 13</b>                                                                                       | 10.30-11.00 <b>Sittyoga</b> i träffpunkten<br>11.00-11.30 <b>Fika</b> i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>V.42</b>                                                                         |
| <b>Tis 14</b><br> | 12.00-13.30 <b>Lunch</b> i träffpunkten<br>- Föranmälan till träffpunkten senast 9/10, nr: 0322-617070, centrums träffpunkt. <b>OBS!</b> Meddela ev allergier                                                                                                                                                                                     |                                                                                     |
|                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                     |

|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ons 15</b>                                                                                          | 10.30-11.00 <b>Frågesport</b> i träffpunkten<br>11.00-11.30 <b>Fika</b> i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                    |
| <b>Tors 16</b>                                                                                         | 10.00-12.30 <b>Seniordata</b> i matsalen<br>10.30-12.00 <b>Öppen samtalsgrupp</b> i träffpunkten <b>Ny aktivitet</b>                                                                                                                                                                                        |                 |
| <b>Fre 17</b>                                                                                          | 14.00-15.00 <b>Duo Danica &amp; Magnus</b> kommer & spelar & sjunger för oss i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                    |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                    |
| <b>Mån 20</b>                                                                                          | 10.30-11.00 <b>Sittyoga</b> i träffpunkten<br>11.00-11.30 <b>Fika</b> i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                        | <b>V.43</b>                                                                                        |
| <b>Tis 21</b>                                                                                          | 10.30-11.00 <b>Önskemusik</b> i träffpunkten<br>11.00-11.30 <b>Fika</b> i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                    |
| <b>Ons 22</b>                                                                                          | 10.30-11.00 <b>Frågesport</b> i träffpunkten<br>11.00-11.30 <b>Fika</b> i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                    |
| <b>Tors 23</b>                                                                                         | 10.00-12.30 <b>Seniordata</b> i matsalen<br>10.30-12.00 <b>Öppen samtalsgrupp</b> i träffpunkten <b>Ny aktivitet</b>                                                                                                                                                                                        |                 |
| <b>Fre 24</b>                                                                                          | 10.30-12.00 <b>Gunnar Lidén</b> spelar & sjunger för oss i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                    |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                    |
| <b>Mån 27</b>                                                                                          | 10.30-11.30 <b>"Ljus i Alingsås"</b> i träffpunkten<br>-Kom & lyssna när en "ljus" guide kommer & berättar & visar bilder om årets ljusslinga                                                                                                                                                               | <b>V.44</b><br> |
| <b>Tis 28</b><br>  | 12.00-13.30 <b>Sopplunch</b> i träffpunkten<br>- Föranmälan till träffpunkten senast 23/10, 0322-617070, centrums träffpunkt. <b>OBS!</b> Meddela ev allergier                                                                                                                                              |                                                                                                    |
| <b>Ons 29</b>                                                                                          | 10.30-11.00 <b>Frågesport</b> i träffpunkten<br>11.00-11.30 <b>Fika</b> i träffpunkten                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                    |
| <b>Tors 30</b>                                                                                         | 10.00-12.30 <b>Seniordata</b> i matsalen<br>10.30-12.00 <b>Öppen samtalsgrupp</b> i träffpunkten <b>Ny aktivitet</b>                                                                                                                                                                                        |                                                                                                    |
| <b>Fre 31</b><br> | 12.00-14.00 <b>OBS! Ny tid Fredagsmys</b> i träffpunkten<br>-Vi firar in helgen tillsammans i gott sällskap, musik, tilltugg & dryck. Föranmälan senast den 28/10 till träffpunkten på telefon nr: 0322-617070, centrums träffpunkt. Begränsat antal platser. Kostnad 60 kr. <b>OBS!</b> Anmäl ev allergier |                                                                                                    |