



Samariterhemmet Äldrecenter

En plats att mötas på



**SAMARITER
HEMMET**

DIAKONI

Medmänsklighet sedan 1882



Varmt välkommen att delta i våra aktiviteter på Äldrecenter!

Vi finns för Dig som bor i Uppsala kommun, är 65+ och som vill ha stimulans i vardagen.

Vi har funnits sedan 2017 och målet med vår verksamhet är att motverka ensamhet, öka välbefinnandet och förbättra den existentiella hälsan.

Vår verksamhet består av olika hälsofrämjande aktiviteter, exempelvis sång och musik, skapande verksamhet och samtal.

Alla deltar efter egen vilja och förmåga och allt är kostnadsfritt. Vi bjuder på enkelt fika med gott sällskap. Här kan Du träffa gamla och nya vänner och skapa ett socialt sammanhang utanför verksamheten. Våra lokaler är tillgänglighetsanpassade och ligger i centrala Uppsala, Samaritergränd 2, ingång från gården. Enkelt med både färdtjänst och buss.

Medmänsklighet sedan 1882

Aktiviteter

Måndag

- 10.15–10.45 **Gympa med fysioterapeut**, öppet från kl 9.30
13.30–16.00 **Grupp med samvaro**, öppet från kl 13.00

Tisdag

- 10.00–11.30 **Sång och musik** – Kom och sjung tillsammans!
13.00–14.00 **Balansträning med fysioterapeut**
14.00–16.00 **Grupp med samvaro**

Onsdag

- 13.00–16.00 **Syhjälp och pyssel**
14.00–15.00 **Balansträning, stationer med fysioterapeut**, öppet till kl 16.00

Torsdag

- 10.00–12.00 **Utflykt/promenad**, Se separat månadsinformation
13.30–15.30 **Grupp med samvaro**, öppet från kl 13.00
16.30–18.00 **Boksamtal** – vi läser några kapitel i taget, samtalar och diskuterar

Fredag

- 10.00–12.00 **Öppet hus med samtal och mobilhjälp**
10.15–10.45 **Sittgympa med fysioterapeut**, öppet från kl 9.30
13.30–15.30 **Grupp med samvaro**, öppet från kl 13.00

Fika
i samband
med varje
aktivitet

Du hittar även programmet på vår hemsida
samariterhemmet.se/sociala-verksamheter/aldrecenter

För mer information och kontakt:

Yvonne Gustafsson, föreståndare, tel: 072 749 12 83, yvonne.gustafsson@samariterhemmet.se



Med inspiration från England, inledde Ebba Boström, Samariterhemmets grundare, sitt arbete i centrala Uppsala 1882, med utbildning, vård och omsorg och sociala verksamheter.

Samariterhemmet Diakoni fortsätter idag arbetet i Ebba Boströms anda.

Samariterhemmet Diakoni är en idéburen stiftelse som bedriver vård- och omsorg, utbildning och sociala verksamheter i egen regi samt i samarbete med andra organisationer, myndigheter och samfund.

Vårt fokus är att bidra till ett medmänskligare samhälle genom att utöva omsorg om enskilda människor, särskilt i utsatta livssituationer.



**SAMARITER
HEMMET**
DIAKONI

Medmänsklighet sedan 1882

Deltagande i Samariterhemmets Äldrecenter är kostnadsfri, men som idéburen stiftelse är vi beroende av gåvor för att fortsätta arbetet med att erbjuda aktiviteter och gemenskap för personer över 65.

Du kan ge en gåva till Äldrecenter/ Samariterhemmet Diakoni via swish 123 405 80 79 eller via PlusGiro 8766-8. Märk gåvan "Äldrecenter".

Tack för din gåva!