



Ordförande Lena har ordet:

Kan det vara sant? Att vi får återgå till en mer normal tillvaro?

Två år av våra liv har passerat med stora påfrestningar för många och mängder av forskning ska ta reda på hur vi klarat av att leva i en pandemi. Ensamhet, oro, digitalisering, vaccinationsmotstånd, ja det finns hur många områden som helst att forska kring. Och i pressen uttalar sig till och med "kloka personer" om hur vi ska klara av att återgå till det så kallade normala livet igen!! Ska vi handhälsa eller kramas eller fortsätter vi att hålla avstånd?

Nu vågar vi i styrelsen i alla fall planera för månadsmöten och andra aktiviteter som sker inomhus. Det framflyttade årsmötet står för dörren i mars och handlingarna kommer att finnas på hemsidan. Mötet med äldreborgarrådet Erik Slottner äger rum i april och i maj får vi lyssna till en mycket kunnig person, Claes Tjäder, som delar med sig av sin kunskap om välfärdsteknik – ett hot eller en tillgång? Nya medlemmar kommer bli inbjudna till en egen träff i slutet av mars och alla våra funktionärer som ser till att verksamheten fungerar blir bjudna på lunch på Brostugan i början av sommaren. Utflykten till Akleja i Vaxholm subventioneras genom att föreningen står för kostnaden för bussresan. LÄGG MÄRKE TILL att alla våra månadsmöten sker i Abrahamsbergskyrkan! Sist men inte minst planerar vi roliga och nyttiga aktiviteter under Folkhälsoveckan den 16 - 20 maj då förbundet också lägger ut intressanta föredrag på nätet, varje dag och som man även kan lyssna på i efterhand.

Ar 2022 är ju valår som alla vet och vi kommer tillsammans med PRO ordna ett möte i augusti där våra politiker i Brommas stadsdelsnämnd får svara på frågor om hur de ser på äldres möjligheter att få ett liv som präglas av trygghet, delaktighet och värdighet. Orden är hämtade ur verksamhetsplanen för äldreomsorgen i Stockholms stad! Pandemin har ju ändå haft det goda med sig att frågorna om hälso- och sjukvård samt äldreomsorg kommit i fokus. Samarbetet mellan region (landsting) och kommun, personalens (bristande) utbildning, tillgänglighet som bland annat berör snöröjningen, framtida boende är exempel på frågor som jag vill ha svar på! Då hoppas jag få se många av alla er medlemmar i Brommasalen som hyrts med anledning av detta!

Man brukar ju säga att det går att se ljuset i tunneln – åtminstone är vi på väg mot våren och ljusare dagar!



Allt gott!
Lena Hedquist

Lena Hedquist, tel 073-7594082 ordförande i KPR

Karin Lund, tel 070-8254390 ordförande SPR Bromma

▪ Livet under pandemin Sidan 2

▪ Äldrevänlig stad Sidan 3

▪ Försök inte lura mig! Sidan 6

Livet under pandemin

Våren 2020 dök ordet karantän upp i media, jag föreställde mig en betongbyggnad belägen på någon gudsförgäten plats, fylld med olyckliga nedsmittade människor. Men så började ordet användas om det egna hemmet, "sitta i karantän" blev ett begrepp, hålla sig hemma med andra ord. Men viktigast var att undvika kontakter med andra. Vår matleverantör annonserade snabbt att nu skulle varorna lämnas på trappan.

Vid den här tiden hade jag tillfälligt hemtjänst efter en höftoperation. Lydigt följde personalen myndigheternas råd och använde inte munskydd. Sista helgen i februari anade jag oråd och avbeställde tjänsterna, jag hade också hunnit bli så stadig på benen att jag klarade mig. Senare fick jag veta att två av dem som brukade komma hade insjuknat i covid några veckor senare.

När vårsolen tittade fram satte vi ut trädgårdsstolar efter väggen mot gatan. Där hade vi aldrig suttit förut trots många år i huset. Här sken solen hela morgonen till tidig eftermiddag. Grannar stannade och bytte några ord på behörigt avstånd över det låga staketet. Hussar och mattar stannade, okända men pratsugna stannade. Vi kallade det för Coronaterrassen.

Min man saknade mobilt bankid vilket ställde till bekymmer. Vi beställde på nätet en begagnad i-phone och sonen hjälpte till med installationen. Nästa utmaning var zoom. Ingen av de länkar som bjöd in mig fungerade på datorn, men jag fann ett sätt att zooma på mobilen. Segerviss installerade jag Swish och Skype. Och nu när jag ändå var i farten varför inte ljudbok? Ett verkligt lyckokast, tusentals böcker tillgängliga i fickan.

Mitt i sommaren fick min man farligt hög feber, ambulans larmades och en väl inplastad kvinna klev in. Genom den svarta gummimasken väste hon "Corona". "Men vi har bara varit hemma" protesterade jag förskräckt, "det säger alla" sa hon. Jag blev mållös av fasa, men det visade sig vara en inflammerad blindtarm.

Fram på höstkanten när jag stod vid spisen fick jag en idé, nu när alla måltider äts hemma hade jag chansen att bli av med de besvärande extrakilona. Mängder av grönsaker, färska och frysta, kyckling, kalkonkorv

och fisk beställdes hem. Till julen hade jag gått ned fem kg, och till påsken lika många till, fast jag åt mig mätt. Av bara farten har jag fortsatt och idag är övervikten borta.

Två barnbarnsbarn har fötts som vi inte kunnat träffa. De har bägge redan börjat gå. Vi har sett filmsnuttar, men det är inte som att ha dem i knäet. Pandemitiden har varit lärorik, att vår teve kan streama så många brittiska serier och dokumentärer hade jag ingen aning om. En annan ny sysselsättning är att gå med stavar, känns bättre än vad det ser ut.

Våra grannar är i skrivande stund sjuka. Må det vara coronans sista flämtande andetag. Med hopp om att vi i Spf snart ska kunna träffas i något trevligt sammanhang.

GUNILLA ROMMÉR



Nu ska Stockholm bli en äldrevänlig stad!

I juni 2021 antog kommunfullmäktige i Stockholm en handlingsplan för en äldrevänlig stad. Stockholm ska vara en attraktiv stad att bo kvar i och äldre ska ha en tillvaro som präglas av trygghet, värdighet och självbestämmande.

Stora ord!

Konkret innebär handlingsplanen att äldres perspektiv på några års sikt ska prägla alla beslut i staden, äldres förhållanden ska genomsyra allt kommunens arbete. Men kommunen måste bli bättre på detta. Kommunfullmäktige pekade på ett antal områden som måste utvecklas för att handlingsplanens fina ord ska bli verklighet:

- Äldres delaktighet och inflytande
- Samverkan och partnerskap
- Social inkludering
- Bostad och stadsmiljö
- Information och kommunikation

Vad menas då med detta? Jo, äldres synpunkter ska tas tillvara, bl. a. genom det arbete som kommunens och stadsdelsnämndernas pensionsråd bedriver och genom pensionärsorganisationerna. Kommunen ska samarbeta med andra för att hitta de bästa lösningarna för äldre, t ex med näringslivet, privata byggbolag, privata vårdgivare.

Man ska bli bättre på att erbjuda sociala aktiviteter av olika slag och motverka ofrivillig ensamhet. Man ska arbeta med att få äldre med på den digitala utvecklingen. Kommunens planering ska utgå ifrån att bostäder och bostadsområden ska bli trygga och tillgängliga, så att man kan bo kvar i sin bostad, man ska skapa mötesplatser där människor kan umgås och där föreningslivet kan bedriva sin verksamhet. För att göra allt detta möjligt måste kommunen bli bättre på att samtala med de äldre, att hitta kanaler för att nå ut med sin information och hämta in synpunkterna från sina äldre medborgare.

Handlingsplanen ska gälla under tre år. Under denna tid ska kommunens alla nämnder och förvaltningar ha skapat sig en gemensam målbild om "att alla människor i Stockholms stad har goda möjligheter att vidhålla en god hälsa och tillgänglighet till samhället, känna välbefinnande samt möjlighet att bidra till samhället."

Alla inser att det här är ett omfattande arbete som kommer att ta längre tid än tre år. Men det är en god början. Och förhoppningsvis kan vi se att förändringar är på gång efter tre år som kan bidra till att Stockholm faktiskt blir en äldrevänlig stad!

KARIN LUND

Busstur i det nya västra Stockholm med omnejd

Stockholm växer och här ska många fler invånare få plats och ha nära till allmänna kommunikationer. Vet du vad som händer i Beckombergaområdet, Råcksta, Mariehäll, Solvallaområdet, Solna strand, Sundbyberg, Alvik och alla andra ställen där man river och bygger nytt?

Svaren på den frågan får du under en busstur som äger rum den 23 mars och då har vi en auktoriserad guide med oss som informerar om vad som är på gång.

Samling vid Scandic hotell vid Brommaplan kl 09.30 den 23 mars
Förmiddagskaffe med bulle



Lunchen intar vi på restaurang Funken som ligger på Gärdet kl 13.15

Åter till Brommaplan kl 14.15

Resans pris är 690 kronor. Anmälan görs senast den 15 mars till Maivor Carlens, mecarlens@gmail.com eller telefon 070-601 04 42. Meddela om du vill ha kött, fisk eller vegetariskt. Anmälan är bindande.

Betalning sker senast den 15 mars via swish 1234550505. Om du saknar swish ta kontakt med Maivor Carlens.

Förutsättningen för bussturens genomförande är att tillräckligt många anmäler sig och att Corona inte börjar ställa till nya bekymmer.

Lokaltidningen – Mitti Bromma

I lokaltidningen får du information om vad som är på gång i Bromma – en blandad kompott av roliga och tråkiga nyheter.

Strax före jul annonserade vår förening för att tala om att vi gärna ser nya medlemmar och vi kommer annonsera ett par gånger till under våren.

Tyvärr är det så att alla inte får tidningen hem i sin brevlåda, gissningsvis är det svårt att hitta personer som vill dela ut den. Redaktören låter hälsa att redaktionen är mycket tacksam för att få en påringning om tidningen uteblir. Med andra ord, ring **Björn Cronstrand 070-787 20 70** om du vill ha tidningen men inte får den!

STYRELSEN

Medlemskap i SPF Seniorerna

Idag den 25 januari har jag fått inbetalningskortet med OCR-nummer för att betala in medlemsavgiften till SPF Seniorerna.

Avgiften i vår förening är 270 kronor och av den får vår förening behålla 60 kronor, 50 kronor går till distriktet och resten till förbundet. Dessutom får föreningen ett bidrag från Stockholms stad som baseras på antal medlemmar och även ett mindre bidrag från stadsdelsnämnden i Bromma som vi ansöker om varje år. Vår största utgift är som ni säkert vet vår medlemstidning som kommer ut med fyra nummer om året. Tack vare våra brevduvor som åtagit sig att leverera tidningen i brevlådorna kan vi spara många tusenlappar på porton som är dyra idag!

Under tiden som pandemin grasserar skickar vi ut fler mindre tidningar/informationsblad med

upplysningar som alla behöver ta del av.

Medlemsavgiften betalas till förbundet senast den 28 februari. Om du inte betalat avgiften skickar förbundet en påminnelse till dig. Därefter är det vårt ansvar att kontakta de som inte betalat avgiften och vi skickar ytterligare en påminnelse, antingen via e-post eller i kuvert till den vanliga brevlådan. Den som har en försäkring i Skandia genom SPF Seniorerna brukar få en hint om det från försäkringsbolaget eftersom man tappar försäkringen om man avslutar sitt medlemskap.

Om man inte har betalat efter tre påminnelser så tas medlemskapet bort vilket sker någon gång under senvåren.

LENA HEDQUIST

Sveriges VVS museum onsdagen den 20 april 2022

Sveriges VVS museum visar branschens utveckling med utställningar, guidade visningar och seminarier. Följ med på en guidad visning.

Samling: kl 12.00 utanför Pressbyrån, Brommaplans T-bana.

Kostnad: 50 kr.

Betalning: Swish nr 1234550505, uppge VVS-museum på meddelanderaden. Saknas swish så diskutera med Maivor i samband med anmälan. Anmälan är bindande.

Anmälan och info: Maivor Carlens
070-601 04 42 eller mecarlens@gmail.com
Begränsat antal platser.

Välkomna!

MAIVOR CARLENS



Bild: Sveriges VVS Museum

SPF Seniorernas Folkhälsovecka 16-20 maj 2022

Förbundet arrangerar även i år en FOLKHÄLSOVECKA 16-20 maj och kommer varje dag att erbjuda två aktiviteter, en föreläsning och ett mer fysiskt pass enligt planering. Dessa genomförs digitalt. Vår förening har också planerat ett omfattande program som du tar del av här nedan. Vi hälsar alla välkomna! Vid alla sammankomster ges tillfälle för en "pratstund". Var och en tar med sig fika.

Måndag 16 maj

Månadsmöte med Erik Slottner. Se sid 7, månadsmöten.

Tisdag 17 maj

Promenad till Kaanans Trädgårdscafé. Samling kl 13.00 vid Kaskad, Blackebergs torg. Vi vandrar tillsammans ner mot den gamla kvarnen och vidare längs Mälaren mot trädgårdscaféet. Inställt i händelse av regn. Anmälan till Ulla von Platten och ev. frågor tel. 070-695 45 91.

Onsdag 18 maj

Vårpromenad med Christan Reimers

Återigen anordnas en intressant promenad med Christian Reimers, Bromma-profil med gedigen kunskap om Bromma trädgårdsstad. Den här gången tar han oss med ut bland fornlämningarna i området.

Vi träffas den 18 maj kl. 13.30 vid "Ålstenen" (Ålstens småbåtshamn) och promenerar mot Ålstensgatan. Vi avslutar på Gateau där och dricker kaffe.

Anmälan till Karin Lund 070-825 43 90.

Torsdag 19 maj

Lunchtur med buss (eller egen bil) till Ekebyhovs slott. Samling 10.30 vid Brommaplan, busshållplats för linje 177. Vi åker ut till Ekerö, tar en kortare promenad på ca 15 minuter fram till slottet. Där väntar lunch och sen kan vi se oss omkring i den vackra parkanläggningen. Lunchbuffén innehåller dagligen en "vanllg" rätt och en vegetarisk, meny publiceras senare. Pris 140 kr. Anmälan till lunchturen till Ulla von Platten via 070-695 45 91 alt ullavonplatten@hotmail.com

Fredag 20 maj

Skoj i parken. Samling kl 13.00 i Åkeshovsparken, bakom slottet, för lättsam samvaro. Vi hoppas på vackert vårväder när vi kastar bollar i hink, ringar, frisbee eller liknande somriga aktiviteter. Ta gärna med egen förtäring. Om det börjar regna kan vi gå till närliggande Café Blomma.

Villa Akleja, Vaxholm torsdag den 2 juni 2022

Villa Akleja är en kulturhistoriskt värdefull byggnad. Vi bjuds in till ett färgstarkt sekelskifteskallas hos värdparet Acke och Eje.

Vi får höra om deras vänner Anders Zorn, Carl Larsson m fl.

Avresa: f d Scandic Hotell, Brommaplan.

Samling: kl 9.15 den 2 juni.



Ankomst: kl 11.30 centralt i Vaxholm. Egen tid för att se sig om och möjlighet att äta.

Samling: kl 13.00 avfärd mot Villa Akleja.

Pris Akleja: 380 kr inkluderar guidning och eftermiddagskaffe.

Pris för bussresan: SPF Seniorerna i Bromma subventionerar hela beloppet.

Anmälan: senast den 16 maj till Maivor Carlens, mecarlens@gmail.com eller telefon 070-601 04 42

Betalning: via Swish 1234550505 senast den 16 maj. Om du saknar swish ta kontakt med Maivor Carlens 0706-010442.

Hemkomst: kl 15.00 Brommaplan.

Villa Akleja kan bara ta emot ett viss antal besökare. Plats reserveras i tur och ordning som anmälan kommit in. Anmälan är bindande.

MAIVOR CARLENS

Försök inte lura mig!

Vad kan du göra för att skydda dig för bedrägerier och andra brott?

För ett par år sedan var det 245 000 digitala brott som anmäldes enligt Brottsförebyggande rådet (BRÅ). Och nära 300 000 personer blev utsatta för nätfiske som är ett sätt att fiska efter personlig information som till exempel lösenord eller kortnummer.

Många vet inte om de är säkra på nätet eller i vilken ände man ska börja om man utsätts för brott.

Stöldskyddsföreningen har startat en tjänst som heter säkerhetskollen.se där man kan öka sin kunskap om hur man kan minska riskerna för ett digitalt brott eller få råd om hur man ska bära sig åt.

Vet du till exempel hur man gör för att

- Spärra obehörig adressändring på Skatteverkets hemsida
- Förhindra att någon obehörig adressändrar med hjälp av adress som lagrar eller eftersänder din post. Det gör man på adressändring.se

- Kontrollera din folkbokföringsadress på Skatteverkets Mina sidor

- Kolla om ID-stöldskydd ingår i din hemförsäkring

SPRID INTE DITT PERSONNUMMER OCH KREDITKORTSNUMMER!

LOGGA INTE IN MED DITT Bank-ID eller bankdosa om någon ringer upp dig och ber dig göra det!

Tänk igenom hur du kan skydda dig mot brott hemma och när du är utomhus. Om du råkar ut för ett brott anmäl det omedelbart till polisen. Tyvärr anmäls inte en del brott därför att brottsoffret tycker att det är ens eget fel att man varit oförsiktig eller något liknande! Det är inte du som gjort fel, det är den som utsatt dig som gjort något brottsligt!

LENA HEDQUIST

Lena Hedquist (som själv blev av med mitt kreditkort och kortnummer för ett par år sedan).

Har du en e-postadress?

Ungefär två tredjedelar av alla medlemmar i föreningen har lämnat sin e-postadress till oss och får därigenom tillgång till det Nyhetsbrev som vi ibland skickar. Innehållet består av ändringar av möten inte minst p g a pandemin, nya aktiviteter som tillkommit, påminnelser etcetera.

Vid vårt senaste styrelsemöte bestämde vi att söka kontakt PER TELEFON med alla som inte lämnat sin e-postadress (cirka 400 personer) för att fråga om det möjligen är så att medlemmen har en sådan adress. Så om du blir uppringd av Maivor Carlens eller Gunilla Rommér så är allt i sin ordning!

Vill också påminna om att du meddelar oss om du ändrar e-postadress!

LENA HEDQUIST

VAD VILL DU GÖRA?

Lyssna till intressanta föreläsningar, gå på utställningar, lyssna på musik, åka på dagsutflykter, delta i mindre diskussionsgrupper? Vi är i full gång med att planera kommande aktiviteter och undrar vad du vill uppleva. Ideer? Ring eller skriv till Lena Hedquist och tala om vad just du vill vi ska ha på programmet.

Vårt program under våren 2022

Månadsmöten

Abrahamsbergskyrkan, Bävervägen 45, Bromma. Kl. 13.00

14/3 Årsmöte.

Efter sedvanliga årsmötesförhandlingar välkomnar vi Bromma Folkhögskolas kör som bjuder på fin musik. Handlingarna finns att läsa på hemsidan och delas ut på årsmötet.

25/4 Världens bästa äldreomsorg?

Hur är det att åldras i vårt land? Erik Slottnér (kd) är äldreborgarråd i Stockholm sedan några år tillbaka och aldrig hade han väl kunnat föreställa sig att en Corona-pandemi skulle fylla hans dagar under sin mandatperiod. Stockholm - en äldrevänlig stad togs beslut om i kommunfullmäktige i maj 2018. Vad betyder det när det gäller boende och hemtjänst, biståndsbedömning, inflytande över sitt liv som äldre, förebyggande insatser för äldre, snöröjning är exempel på viktiga frågor för oss när vi passerat 65-årsstreck. Kom och lyssna och ställ frågor till äldreborgarrådet!

10/5 Information om IT-säkerhet.

Svensk brottsstatistik visar på allt fler bedrägeribrott, stora summor svindlas bort, det är många äldre som drabbas. Det kan vara via falska banksamtal, internetskojare eller förklädda poliser. För att lära oss mer berättar Lars Forsmark från SeniorNet om hur vi kan vara observanta och undvika att bli lurade av bedragare.

16/5 Välfärdsteknik - hot eller möjlighet?

Claes Tjäder ger oss en inblick i vad tekniken kan göra för oss i framtiden inom välfärden.

Han har ett förflutet på Hjälpmedelsinstitutet och har skrivit en bok som handlar om välfärdsteknik.

Stavgång i Blackeberg

Måndagar. Samma runda ca 3,5 km.
Samling vid Blackebergs T-banestation kl 11.00.

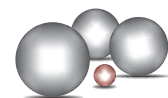
Info: Astrid Gustafson, 076-812 75 28 och
Maud Möller, 070-369 06 14.

Trivselbridge

Vi spelar på Tältgatan 12, kl 11.00. Sluten grupp, men vi tar gärna emot nya medlemmar, helst par.

Information: Kerstin Törestad Peterson 070-466 26 07
Monica Poppen 070-260 08 71

Boule



Vi spelar boule hela året.
Vintersäsongen i Liljeholmshallen på fredagar 12 - 14.
Sommarsäsongen på Tranebergsängen onsdagar 11 - 14
och i Björklundshage torsdagar 11 - 14.

Välkommen att spela med oss.

Info: Margareta Terfelt 070 - 286 77 99
Agneta Blomdahl 070 - 766 46 96

Bowling



Onsdagar 10:00 - 11:30

Bowlingen pågår t o m onsdagen den 27 april. Därefter tar vi sommarlov fram till början av september

Vi spelar i Åkeshovs Bowling Center i Åkeshovs Sim- och Idrottshall.

T-banestation: Åkeshov.

Är du intresserad att prova på? Kontakta i så fall

Thomas Bäck, 070-830 22 16
thomas.back2@bredband.net

Onsdagsvandringar

Samling kl 10 utanför spärren i Alvik. Vandring ca 3 km.
Vandringarna pågår t o m 27 april.

Hans Edenhammar 073-912 98 98.

Mötesförsäkring

SPF Seniorerna har avtal med Skandia om olycksfall i samband med olika aktiviteter. Samtliga medlemmar omfattas av en mötesförsäkring vid olycksfall på väg till, under och på hemväg från aktiviteter anordnade av förening, distrikt eller förbund. Mötesförsäkringen gäller även vid oavlönat arbete som utförs på uppdrag av SPF Seniorerna.

Mötesförsäkringen betalas av förbundet och behöver inte tecknas av den enskilde medlemmen utan ingår i medlemsavgiften.



Styrelse och fakta om SPF Seniorerna Bromma

Lena Hedquist, ordförande
lana.hedquist@gmail.com 073-759 40 82

Monica Alstermark, sekreterare
monicaalstermark15@gmail.com 070-092 29 59

Eva Janson, kassör
eva.janson@telia.com 070-440 12 82

Karin Lund
karin.lund@priorita.se 070-825 43 90

Birgitta Örnbrand
ornbrandbirgitta@gmail.com 070-410 18 65

Alice Fri
alicefri@telia.com 070-491 47 67

Maivor Carlens
mecarlens@gmail.com 070-601 04 42

Övriga funktionärer
Ulf Aldin, hemsidan
ulf.aldin@aldix.se 070-537 90 96

Valberedning:
Britt-Marie Holmberg 070-697 92 92
Ulla von Platten 070-695 45 91

Revisorer
Hans Edenhammar och Gun Risberg

Arbetsgrupper (sammankallande):

Redaktionsgruppen
Birgitta Örnbrand 070-410 18 65

Äldrefronten
Lena Hedquist 073-759 40 82

Hemtjänstgruppen
Monica Poppen 070-260 08 71

Kommunikationsgruppen
Ulf Aldin 070-537 90 96

Programgruppen
Lena Hedquist 073-759 40 82
Maivor Carlens 070-601 04 42
Alice Fri 070-491 47 67

Föreningens adress

SPF Seniorerna Bromma, c/o Hedquist
Beckomberga Ängsväg 10, 168 63 Bromma

Årsavgift 2022 270 kr
vänmedlem (medlem i annan SPF-förening) 60 kr

Organisationsnummer 802412-8558

Bankgironummer 131-4582

Swish 123 4550505

Hemsida www.spfseniorerna.se/bromma

SPF SENIORERNA BROMMA

Informationsblad till medlemmarna i SPF Seniorerna Bromma.
Redaktion: Lena Hedquist, Birgitta Örnbrand, Gunilla Rommér och Ulla von Platten.

SPF Seniorerna Bromma trycks av AB Norrmalmstryckeriet i Sollentuna.
Nästa nummer kommer vecka 23, sista manusdag 18/5.

Trygghet med Bromma Veteranring

Du ringer till vår telefonsvarare varje dag före kl 12.
Vi lyssnar av att du ringt. Annars kontaktar vi dig
eller om vi inte får tag på dig dina anhöriga.

Hör av dig till någon av oss.
Hans Edenhammar 073-912 98 98
eller Astrid Gustafson 076-812 75 28.

Äldre Direkt tel 08-80 65 65

Svarar på allmänna frågor och ger råd om Stockholms Kommuns
äldreomsorg samt förmedlar kontakt med biståndshandläggare.

Öppet från 08.00 och till 16.30 på måndag och onsdag,
18.00 på tisdag och torsdag samt till 16.00 på fredag.
aldredirekt.service@stockholm.se

Viktiga telefonnummer:

112 För akuta nödsituationer, larm till polis,
ambulans, brandkår etc.

113 13 Ger information om pågående aktuella
olyckshändelser eller krissituationer.

114 14 För att anmäla brott eller liknande
som inte är akut.

1177 För sjukvårdsupplysningar.

Trygghetsjouren tel 08-508 40 700

Vid akuta äldreomsorgsfrågor
kan du dygnet runt ringa till
Stockholms trygghetsjour.