

Arrangemang på Seniortorget våren 2026

April

På www.umea.se/seniortorget finns alltid uppdaterat program. Där kan du läsa mer, anmäla dig till och titta på livesända föredrag. Arrangör är Umeå kommun om inget annat anges.

Återkommande arrangemang

Onsdagar kl. 11.00–14.30: Hjälp med IT-frågor, drop-in.

Torsdagar kl. 10.30–11.30: Stark och säker! Övningar för styrka och balans. Utopia, 1 trappa upp.

Vecka 14

Måndag 30/3 kl. 10–15

Seniortorget är öppet

Tisdag 31/3 kl. 11–12

När grillade du en korv sist? Vi grillar korv utanför Seniortorget

Torsdag 2/4 Skärtorsdag kl. 10–15

Seniortorget är öppet

Fredag 3/4 Långfredag

Seniortorget är stängt

Vecka 15

Måndag 6/4

Seniortorget är stängt

Tisdag 7/4 kl. 13.30–14.15

Korttidsboende - vad är det för verksamhet och för vem?

Sänds även live.

Torsdag 9/4 kl. 13.30–14.15

AI - för nyfikna seniorer

Arrangör: Robert Gabrielsson, senior mentor inom AI och digitalisering

Sänds även live.

Fredag 10/4 kl. 13.30–14.30

Disco på Seniortorget

Vecka 16

Måndag 13/4 kl. 10–15

Seniortorget är öppet

Tisdag 14/4 kl. 13.30–14.15

Tillsammans mot ensamhet

Arrangör: Frivilligcentralen

Sänds även live.

Tisdag 14/4 kl. 16.00–17.30

Herrafton

Onsdag 15/4 kl. 11–13

Kollektivtrafiken i din hand - digital vägledning, drop in.

Arrangör: Länstrafiken

Torsdag 16/4 kl. 13.30–14.15

Kostens betydelse för att förebygga benskörhet

Arrangör: Umeå universitet

Sänds även live.

Fredag 17/4 kl. 13.30–14.30

Hjärnverkstad - kom och motionera din hjärna tillsammans med andra.

Fredag 17/4 kl. 13.30–15.00

Världens fika/knyttis på restaurang Översten

Arrangemang i samverkan med Vän i Umeå

Arrangemang på Seniortorget våren 2026

På www.umea.se/seniortorget finns alltid uppdaterat program. Där kan du läsa mer, anmäla dig till och titta på livesända föredrag. Arrangör är Umeå kommun om inget annat anges.

Återkommande arrangemang

Onsdagar kl. 11.00–14.30: Hjälp med IT-frågor, drop-in.

Torsdagar kl. 10.30–11.30: Stark och säker! Övningar för styrka och balans. Utopia, 1 trappa upp.

Vecka 17

Måndag 20/4 kl. 13.30–14.30

Workshop - en timme som gör skillnad!

Deltagare på workshopen bjuds på en social middag.

Anmälan

Måndag 20/4 kl. 15–16

Workshop – en timme som gör skillnad!

Deltagare på workshopen bjuds på en social middag.

Anmälan

Tisdag 21/4 kl. 13.30–14.15

Läsa på olika sätt - biblioteket berättar hur

Sänds även live.

Onsdag 22/4 kl. 11–13

Lär känna mobil-appen som styr din hörapparat, drop in

Arrangör: Hörselskadades Riksförbund (HRF) i Umeå

Torsdag 23/4 kl. 13.30–14.15

Stressens betydelse - vad händer och varför?

Arrangör: Rygg- och ledkliniken

Sänds även live.

Fredag 24/4 kl. 13.30–14.30

Vän möter ny vän

Arrangemang i samverkan med Vän i Umeå

Vecka 18

Måndag 27/4 kl. 13.30–14.30

Workshop - en timme som gör skillnad!

Deltagare på workshopen bjuds på en social middag.

Anmälan

Måndag 27/4 kl. 15–16

Workshop - en timme som gör skillnad!

Deltagare på workshopen bjuds på en social middag.

Anmälan

Tisdag 28/4 kl. 13.30–14.15

Känner du till Umeå kommuns stöd till anhöriga?

Sänds även live

Torsdag 30/4 kl. 13.30–14.15

Brandskydd i hemmet. Praktiska råd som räddar liv.

Sänds även live.

Fredag 1/5

Seniortorget är stängt