

# Arrangemang på Seniortorget hösten 2026

September

På [www.umea.se/seniortorget](http://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. **OBS! Start onsdag 9/9**

### Vecka 35 - augusti

**Måndag 24/8 kl. kl. 10–15**

Seniortorget är öppet

**Tisdag 25/8 kl. 13.30–14.15**

Kultur för seniorer presenterar sitt höstprogram

*Sänds även live.*

**Torsdag 27/8 kl. 13.30–14.15**

Vetenskapslunch - din väg till kunskap

Arrangör: Umeå universitet

*Sänds även live.*

**Fredag 28/8 kl. 10–15**

Seniortorget är öppet

### Vecka 36

**Måndag 31/8 kl. 10–15**

Seniortorget är öppet

**Tisdag 1/9 kl. 13.30–14.15**

Umeå för alla - minoriteter i vår stad

*Sänds även live.*

**Torsdag 3/8 kl. 13.30–14.15**

Hjärnträning för ett bättre åldrande

Arrangör: Luleå tekniska universitet

*Sänds även live.*

**Fredag 4/9 kl. 13.30–15.00**

Världens knytisfika på restaurang Översten.

Arrangemang i samverkan med Vän i Umeå

### Vecka 37

**Måndag 7/9 kl. kl. 10–15**

Seniortorget är öppet

**Tisdag 8/9 kl. 13.30–14.15**

Vilken hjälp kan du få om du är 65+?

*Sänds även live.*

**Onsdag 9/9 kl. 11–13**

Kollektivtrafiken i din hand - digital vägledning.

Drop-in.

Arrangör: Länstrafiken

**Torsdag 10/9 kl. 13.30–14.15**

AI för nyfikna seniorer

Arrangör: Robert Gabrielsson, senior mentor inom AI och digitalisering

*Sänds även live*

**Fredag 11/9 kl. 13.30–14.30**

Vän möter ny vän

Arrangemang i samverkan med Vän i Umeå

### Vecka 38

**Måndag 14/9 kl. 10–15**

Seniortorget är öppet

# Arrangemang på Seniortorget hösten 2026



På [www.umea.se/seniortorget](http://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. **OBS! Start onsdag 9/9**

### Tisdag 15/9 kl. 13.30–14.15

Vad är Chat GPT och hur fungerar det?  
*Sänds även live.*

### Tisdag 15/9 kl. 16.00–17.30

Herrafton

### Torsdag 17/9 kl. 13.30–14.15

Arv, testamente och framtidsfullmakt  
Arrangör: Familjens jurist  
*Sänds även live*

### Fredag 18/9 kl. 13–15

Mingel med VK media  
**OBS!** Föredraget börjar kl. 13.30  
Arrangör: VK media  
*Sänds även live*

## Vecka 39

### Måndag 21/9 kl. 10–12

Hjärt- och lungräddning. Anmälan.  
Arrangör: HjärtLung Umeå

### Måndag 21/9 kl. 13–15

Hjärt- och lungräddning. Anmälan.  
Arrangör: HjärtLung Umeå

### Tisdag 22/9 kl. 13.30–14.15

Kommunens krisberedskap  
*Sänds även live*

### Onsdag 23/9 kl. 11–13

Lär känna mobil- appen som styr din hörapparat.  
Drop-in.  
Arrangör: Hörselskadades Riksförbund (HRF) i Umeå

### Torsdag 24/9 kl. 13.30–14.15

Smarta hemlösningar - teknik som förenklar vardagen  
Arrangör: Kjell & Company  
*Sänds även live*

### Fredag 25/9 kl. 10–15

Seniortorget är öppet

## Vecka 40

### Måndag 28/9 kl. 13.30–14.15

Apoteket - koll på läkemedel  
Arrangör: Apoteket AB  
*Sänds även live*

### Tisdag 29/9 kl. 13.30–14.15

Fem fingrar - förbättra hjärnhälsan och förebygg  
kognitiv svikt  
*Sänds även live.*

### Onsdag 30/9 kl. 11–13

Norrtåg - digital vägledning. Drop-in.  
Arrangör: Norrtåg AB

### Torsdag 1/10 kl. 13.30–14.15

Stel på morgonen eller ont i lederna? Lär dig mer om  
artros  
Arrangör: Aleris specialistklinik  
*Sänds även live.*

### Fredag 2/10 kl. 13–15

Seniortorget firar 5 år! Tårta och dryck.