



## Lär känna nya vänner över en fika

Klipp av och skicka in talongen nedan så kontaktar vi dig!



- Jag är intresserad av att delta som gäst och vill bli kontaktad.
- Jag är intresserad av att engagera mig som volontär och vill bli kontaktad.

Frankeras ej.  
Mottagaren  
betalar porto.

Namn: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

Adress: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Äldrekontakt  
SVARSPOST  
20604064  
110 01 Stockholm



## Följ med på Äldrekontakts fikaträffar!

Äldrekontakt ordnar fikaträffar för dig som är pensionär och lever ensam. Är du över 75 år och saknar gemenskap? Välkommen in i värmen!

Vi träffas ett par timmar en söndagseftermiddag i månaden. Våra volontärvärdar bjuder hem dig och din grupp på fika och en trevlig stund av gemenskap. För att komma till och från fikaträffarna får du skjuts av våra chaufförer ända fram till dörren. Det kostar ingenting att vara med.

## Vad är Äldrekontakt?

Vi är en ideell förening med fika-grupper över hela Sverige. Våra volontärer är medmänniskor som tycker att man ska ha roligt även på äldre dagar. Hos oss finns över 1000 volontärer och 600 äldre gäster som träffas och fikar en söndag i månaden. Tillsammans verkar vi för att främja hälsa och välbefinnande hos ensamboende äldre.

## Vem får vara med?

Alla som är äldre än 75 år, lever ensamma och saknar gemenskap är välkomna till våra fikaträffar. För att delta behöver du kunna gå med hjälp av t ex käpp, rullator eller någon att stödja dig på. Du behöver även kunna ta dig in i sätet på en bil. Syn- eller hörselnedsättning är inget hinder. Även lättare minnessvårigheter går bra.

## Hur går det till?

En söndag i månaden blir du hembjuden till Äldrekontakts fikavärdar som bor i ditt närområde. Du får skjuts både dit och hem av våra chaufförer. Ni är samma personer som träffas varje gång och är som mest åtta äldre gäster. Tillsammans umgås och pratar vi över en fika!

## Anmäl ditt intresse!

Fyll i och skicka in talongen på baksidan. Portot är betalt.

Det går också bra att ringa oss eller skicka ett mejl.

076 052 68 00  
info@aldrekontakt.se



*”Träffarna betyder mycket för mig som lever ensam utan någon familj. Min vän- och bekantskapskrets har utökats, något som är betydelsefullt – inte minst då många av mina jämnåriga gamla vänner har försvunnit allteftersom”*



Äldrekontakt är en politisk och religiöst obunden ideell förening som bedriver volontärverksamhet i syfte att främja hälsa och välbefinnande hos ensamma äldre. Vi startade föreningen år 2008 och idag finns vi över hela Sverige. Över 1000 volontärer och 600 äldre gäster ses en gång i månaden för att fika och umgås.