

Kontakt



TANUMS
KOMMUN

Träffpunkter

Träffpunkt Hedegården
0525-182 14

Träffpunkt Fjällbacka Service
0525-186 08

Träffpunkt Tärnegården
0525-185 85

Träffpunkt Östanvind
0525-185 85

Andra kontakter inom kommunen

Sjuksköterska hälsobesök
Anki 070-609 45 18

Hemvaktmästare
Håkan 070-609 90 47

Anhörigstöd
Ann-Louise 0525-180 81

Gemenskapssamordnare
IT-stuga och Café Gemenskap
Annika 072-142 04 08

Mer information och kontakt

- **Information om** hemtjänst, trygghetslarm, plats på särskilt boenden mm
- **Kontaktuppgifter** till övriga inom kommunen samt till föreningar och organisationer verksamma i Tanum i Tanum

Kommunens kundcenter 0525-180 00

Besök www.tanum.se/senioritanum

Foldern utgiven mars 2024 och giltig till och med december 2024

Framtagen av gemenskapssamordnare Annika Christensson, omsorgsförvaltningen

Senior i Tanum



Träffpunkter

Hemvaktmästare

Frivilligverksamhet

IT-stuga

Hembesök

Anhörigstöd

*Information till dig som är senior
och bor i Tanums kommun*



TANUMS
KOMMUN

Seniorverksamheter i Tanums kommun

Träffpunkter

Kommunens öppna verksamhet för seniorer kallas Träffpunkter. Syftet är att erbjuda aktiviteter och social gemenskap. På Träffpunkterna arbetar aktivitetsledare. Du som senior är välkommen att delta i aktiviteterna, oavsett om du bor på SÄBO eller hemma.

Vanligen erbjuds musik, seniorgympa, bingo, utställningar frågesport, promenader, samtals- och trivselträffar kring olika tema eller "bara prat". Ring eller besök respektive träffpunkt för program och tider. Programmet går också att läsa på tanum.se. Kontaktuppgifter på baksidan.

Träffpunkternas öppettider och program

Hedegården, Tanumshede

Måndag-fredag.

Fjällbacka Service, Fjällbacka

Tisdag och torsdag.

Tärnegården, Grebbestad

Ojämn måndag, varje tisdag och torsdag.

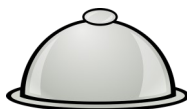
Östanvind, Bullaren

Jämn måndag, varje onsdag och fredag.

Öppna matsalar

På kommunens särskilda boenden och skolor finns även möjlighet för pensionärer och kommunanställda att äta lunch på vardagar.

- Hedegården 0525-181 83
- Östanvind 0525-185 19
- Fjällbacka Service 0525-186 09
- Tärnegården Ring 0525-181 83 för att boka.



Hemvaktmästare

Äldreomsorgen erbjuder kostnadsfri vaktmästarservice för dig som fyllt 67 år. Syftet är att hjälpa dig att göra ditt hem säkrare och minska risken för fall. Kontaktuppgifter på baksidan.

Hälsobesök från en sjuksköterska

Alla personer över 80 år, folkbokförda i Tanums kommun erbjuds ett hembesök av en sjuksköterska. Om så önskas kan en enklare hälsokontroll genomföras och sjuksköterskan lyssnar gärna in om det finns nya aktiviteter som önskas och hjälper till att lotsa i kommunens utbud av aktiviteter för seniorer. Kontaktuppgifter på baksidan.

Hjälp att använda internet och teknik

- Besök huvudbiblioteket eller ring 0525-182 35 för hjälp med att läsa tidningen digitalt, mer information om hemleverans av lån mm.
- Besök It-stugorna och få hjälp med telefon, surfplatta eller laptop. Öppet på Fritidsbanken i Tanumshede på tisdagar 10.00-12.00. Fjällbacka bibliotek ojämna torsdagar 14.00-16.00. Vid frågor finns kontaktuppgifter på baksidan.

Anhörigstöd

Du som anhörig har rätt till stöd och vägledning, du är inte ensam. Kommunens anhörigstödjare kan erbjuda information, någon att samtala med, träffar för andra i liknande situation och intressanta föreläsningar och utbildningar. Kontaktuppgifter på baksidan.

Frivilligverksamhet

Vill du vara med och bidra till ett meningsfullt och aktivt liv för en medmänniska, bryta isolering och ensamhet eller göra insatser på våra mötesplatser? Välkommen att höra av dig! Kontakta Annika, gemenskapssamordare, kontaktuppgifter på baksidan.

Café Gemenskap

Välkommen till Café gemenskap, beläget i foajén på Fjällbacka service, Nestorsvägen 2. Caféet drivs av Tanums kommun tillsammans med volontärer, vi söker alltid fler! För aktuella öppettider besök caféet eller ring gemenskapssamordnare. Kontaktuppgifter på baksidan.

