

för ett självständigt  
och gott seniorliv

Yngst i kommunen och redan digital



# Välkommen till Seniortorget

Seniortorget erbjuder guidning och information som berikar ditt seniorliv. Du kan också ta del av inspirerande föreläsningar på plats eller digitalt.

*”Jag är så glad och tacksam att ni finns och har så stort och brett utbud av olika aktiviteter”*

*- Mona, senior*

Seniortorget erbjuder information, föreläsningar, kurser och prova-på-aktiviteter. Det kan handla om kost och motion, sociala aktiviteter, bostadsfrågor eller digitalisering i vardagen. Ta del av arrangemangen på plats på Seniortorget eller via livesändningar.

Prenumerera gärna på våra nyheter så missar du inget:  
[umea.se/seniortorget](http://umea.se/seniortorget)

### Tillsammans gör vi skillnad

Seniortorget samverkar bland annat med Frivilligcentralen, studieförbund, pensionärsorganisationer, Region Västerbotten, Umeå universitet samt flera olika verksamheter inom Umeå kommun och civilsamhället.

Tillsammans vill vi sprida värdefull inspiration till kommunens alla seniorer!



### Digitala seniortorget

En digital anslagstavla där du hittar aktiviteter, föreläsningar, mötesplatser och frivilliga uppdrag för ett aktivt och hälsosamt seniorliv.  
[umea.se/digitalaseniortorget](http://umea.se/digitalaseniortorget)

### Kontakt

Seniortorget  
Renmarkstorget 15  
090-16 65 00  
[seniortorget@umea.se](mailto:seniortorget@umea.se)

### Seniortorget's öppettider

Måndag, tisdag,  
torsdag och fredag: 10.00–15.00  
Onsdag: 11.00–15.00

Välkommen!

