

A photograph of an elderly couple embracing in a forest. The man, on the left, has white hair and a beard, wearing a grey turtleneck sweater. The woman, on the right, has short grey hair and wears glasses and a light blue cardigan. They are both smiling and looking at each other. The background is a lush green forest with trees and foliage. The image is framed by a blue diagonal banner at the top and bottom.

Tillsammans för ett rikare seniorliv!

En gemenskap för dig som vill
fortsätta uppleva, upptäcka och
dela livet tillsammans med andra.

SRF
SENIORERNA

Välkommen till SPF Seniorerna Norrbotten

SPF Seniorerna Norrbotten är en mötesplats för dig som vill leva ett aktivt, socialt och meningsfullt seniorliv. Med cirka 4 100 medlemmar och 18 lokalföreningar runt om i länet arbetar vi för att skapa gemenskap och bidra till ökad livskvalitet för seniorer i hela Norrbotten.

Hos oss finns möjlighet att träffa nya människor, upptäcka nya intressen och delta i aktiviteter som passar just dig. Vi tror på vikten av att känna gemenskap och att få vara en del av ett sammanhang – oavsett var i livet man befinner sig.

Vi vill göra skillnad

SPF Seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation som arbetar för seniorers rättigheter och livsvillkor. Genom vårt engagemang i bland annat Regionala Pensionärsrådet (RPR) arbetar vi för att påverka frågor som rör pensioner, vård, omsorg, trygghet och hälsa.

Tillsammans verkar vi för ett tryggare, rikare och mer inkluderande seniorliv – där gemenskap och delaktighet står i centrum.





Kungsbrotandläkarna

Högkvalitativ tandvård i Norrbotten

Som en klinik ansluten till Försäkringskassan kan vi ta emot alla er patienter som har rätt till den nya Särskilda tandvårdsersättningen (Tiotandvård).

Tiotandvården är en del av det förstärkta högkostnadsskyddet inom den allmänna tandvårdsförsäkringen. Det innebär att du som patient endast betalar 10 % av referenspriset för behandling av tand och munsjukdom – staten täcker resten. Till exempel för en singel krona som kostar 6 800 kr betalar du bara 680 kr.

Vi har team bestående av 6 erfarna tandläkare och 5 tandhygienister som står till Din tjänst.

Vi ser fram emot att välkomna dig till våra kliniker och hjälpa dig att uppnå god tandhälsa. Vid frågor eller för att boka en tid är du varmt välkommen att kontakta oss. Tillsammans ska vi se till att du får den vård du förtjänar.



Ring Sävast 0921-29 50 09 eller Boden 0921-162 63
för att boka tid. Eller mejla repansavast@kungsbrotandlakarna.se
för att ställa dig i kö hos oss om du vill bli kallad framöver.

Aktiviteter som skapar gemenskap

I våra föreningar erbjuds många olika aktiviteter där människor möts, lär känna varandra och delar upplevelser tillsammans. Här finns något för alla – oavsett om du vill lära dig något nytt, ta del av kultur eller bara umgås över en kopp kaffe.

Vi arrangerar bland annat:

- Studiecirklar och bokcirklar
- Berättarcaféer och musikcaféer

- Körsång och kulturträffar
- Föreläsningar och samhällsinformation
- Sociala träffar och gemensamma aktiviteter

Många av våra medlemmar uppskattar möjligheten att få nya vänner, inspireras av andra och känna gemenskap i vardagen. Här möts människor med olika erfarenheter och intressen i en varm och välkomnande miljö.



Välkommen ombord!

INFÖR RESAN. Förbered dig inför resan genom att köpa och aktivera din biljett innan du kliver ombord. Använder du busskort, ta fram kortet och var redo att blippa ombord. Påstigningen går snabbare och busschauffören kan lättare hålla tidtabellen.

TRE OLIKA SÄTT ATT RESA

» **Med appen**

Köp din resa innan du kliver ombord. Betala med bankkort, Swish, Klarna eller via företagsfaktura.



» **Med bankkort**

Du köper din biljett av busschauffören, direkt vid påstigning.



» **Med busskort**

Du laddar kortet i förväg med förbetalda resor. Beställ ett busskort via Mina Sidor på webben.



LOGGA IN PÅ MINA SIDOR!





KUNDSERVICE 0771-100 110 • WWW.LANSTRAFIKENNORRBOTTEN.SE



Vi finns till för er!

Tandkliniken Norrtand och dess tandtekniska laboratorium Norrtandteknik är specialiserade på både fast och avtagbar tandersättning som du, som senior, eventuellt är i behov av.

Du kommer att få utmärkt allmän tandvård genom vårt klinikteam med snabba och professionella lösningar för dina eventuellt kommande tandersättningar genom vårt samarbete med vår tandteknik.

Hos oss kan du förvänta dig empati, service och kvalitet baserad på en hög kunskapsnivå.

Vi är ett glatt team som hälsar dig varmt välkommen.

079-079 09 70

gallivare@norrtand.se
Malmbergsvägen 1C, Gällivare

Följ oss på
Facebook



En aktiv vardag i Norrbotten

För den som vill kombinera gemenskap med rörelse och natur finns många uppskattade aktiviteter runt om i länet. Våra föreningar erbjuder aktiviteter som passar olika nivåer och intressen – alltid med fokus på glädje, välmående och gemenskap.

Exempel på aktiviteter:

- Promenader och stavgång
- Qi gong och lättare friskvård
- Naturupplevelser och utflykter
- Sociala träffar utomhus
- Aktiviteter som främjar hälsa och välbefinnande

Norrbottens storslagna natur blir ofta en självklar del av verksamheten. Många aktiviteter genomförs i natursköna miljöer där deltagarna får möjlighet att uppleva både gemenskap och natur på samma gång. Utflykter till exempelvis Storforsen är uppskattade inslag i verksamheten.



Rätt mäklare för en trygg bostadsaffär

HusmanHagberg är en av landets ledande fastighetsmäklarkedjor med över 100 kontor och drygt 400 medarbetare i både Sverige och Spanien. Vi är privatägda och fristående från banker och försäkringsbolag. Många av våra medarbetare bor i området där de arbetar. Med ett äkta engagemang och en passion för sitt yrke vinner de kundernas hjärtan.

Det är därför vi är fastighetsmäklaren med nöjdare kunder. Välkommen att bli nöjd du också!

Boden

0921-177 70 | boden@husmanhagberg.se
Drottninggatan 16G, 961 35 Boden

Gällivare

0970-133 45 | gallivare@husmanhagberg.se
Storgatan 9, 982 31 Gällivare

Kalix

0923-31 09 00 | kalix@husmanhagberg.se
Köpmannagatan 17, 952 33 Kalix

Luleå

0920-23 07 00 | lulea@husmanhagberg.se
Kungsgatan 20, 972 34 Luleå



Utflykter och resor

Att upptäcka nya miljöer tillsammans med andra är en uppskattad del av SPF Seniorernas verksamhet. Våra lokalföreningar arrangerar dagsutflykter, studiebesök och sociala aktiviteter till sevärda och natursköna platser runt om i länet.

Det kan handla om:

- Dagsresor och utflykter
- Studiebesök och kulturupplevelser
- Besök i natursköna områden
- Gemensamma aktiviteter tillsammans med andra föreningar

Genom samarbeten med researrangörer får våra medlemmar även möjlighet att delta i särskilda resor och erbjudanden – både regionalt och nationellt. SPF Seniorernas rikstäckande reseverksamhet ger möjlighet att upptäcka nya platser och skapa minnen tillsammans med andra medlemmar.



Välkommen till hela länets teater!

NORRBOTTENSTEATERN





Piteå
kommun



ÄR DU VÅR NÄSTA OMSORGSSTJÄRNA?

Kan du tänka dig att jobba
extra inom socialtjänsten?

Hos oss jobbar du nära människor som
behöver stöd i sin vardag och bidrar till
trygghet, delaktighet och livskvalitet.

Hör av dig så hittar vi en tjänst och
ett schema som passar dig.

... du behövs hos oss!

Ring: **0911-69 71 21**



Ett medlemskap fyllt av förmåner

Som medlem i SPF Seniorerna får du tillgång till många uppskattade medlemsförmåner och erbjudanden. Medlemskapet ger inte bara möjlighet att delta i aktiviteter och träffa nya människor – det innehåller också praktiska fördelar som gör vardagen lite enklare och roligare.

Bland medlemsförmånerna finns bland annat:

- Rabatter och erbjudanden
- Försäkringar och ekonomiska förmåner
- Resor och kulturupplevelser
- Inspirerande aktiviteter och mötesplatser
- Information och stöd i frågor som berör seniorer
- Tidningen Senioren direkt hem i brevlådan 9 gånger per år

Se våra aktuella erbjudanden här!
www.spfseniorerna.se/formaner/



En del av något större

SPF Seniorerna finns över hela Sverige med:

- 26 distrikt
- cirka 700 lokala föreningar
- medlemmar från norr till söder

Det gör oss till en av Sveriges största seniororganisationer och en stark röst för seniorers intressen.

Bli medlem redan idag!

www.spfseniorerna.se/bli-medlem/



25% rabatt till dig över 60 år

Gäller kompletta glasögon från 795 kr

Specsavers Luleå, Storgatan 44 • 0920-23 10 20

Gäller även progressiva

Specsavers

25% på ett par kompletta glasögon gäller vid köp av både från 795 kr och gäller både inklusive glas och eventuella behandlingar. Kan kombineras med synundersökningserbjudanden. Kan inte kombineras med 2för1, ett par med fritt tillval eller andra erbjudanden/rabatter. Gäller för kund över 60 år. Gäller ej köp online.



Distriktet har 18 föreningar. Kontaktuppgifter finns på respektive förenings hemsida.

Arvidsjaur/Arjeplog

spfseniorerna.se/arvidsjaur

Gällivare

spfseniorerna.se/gallivare

Pajalabygden

spfseniorerna.se/pajala

Bergnäset Luleå

spfseniorerna.se/bergnaset

Haparanda

spfseniorerna.se/haparanda

Pärland Älvsbyn

spfseniorerna.se/parlan

Boden

spfseniorerna.se/boden

Häggen Piteå

spfseniorerna.se/haggenpitea

Råneå

spfseniorerna.se/ranea

Fjällvinden Jokkmokk

spfseniorerna.se/fjallvinden

Kiruna

spfseniorerna.se/kiruna

Rönnen Piteå

spfseniorerna.se/ronnen

Glommersträsk

spfseniorerna.se/glommers

Lappugglan Överkalix

spfseniorerna.se/lappugglan

Åkerbäret Luleå

spfseniorerna.se/akerbaret

Gnistan Kalix

spfseniorerna.se/kalix

Mjölkudden Luleå

spfseniorerna.se/mjolkudden

Övertorneåbygden

spfseniorerna.se/overtornea

SPF Seniorerna Norrbotten

Bangårdsgatan 14, 972 35 Luleå

www.spfseniorerna.se/distrikt/Norrbotten

norrbottensdistriktet@spfseniorerna.se

Följ oss på Sociala Medier!