POSTNYTT

Postgårdens Aktivitetshus i Höllviken



En öppen, social mötesplats för alla seniorer

November 2026

Forenede Care

Vill ni få Postnytt varje månad digitalt skicka mig ett mejl så lägger jag till er i listan.
lindasv@forenedecare.se

Glöm inte följa oss på instagram,
forenedecare_postgarden

För att kolla bilder och där sprider vi information om aktiviteter

Filmvisning

Måndag 2/11 kl 14



En romantisk komedi om det frånskilda paret David och Georgia som återförenas för att försöka stoppa sin dotters hastiga bröllop på Bali. Trots att de hatar varandra tvingas David och Georgia nu samarbeta för att förhindra att dottern gör samma misstag som de själva en gång gjorde. Regi: Ol Parker. I rollerna: George Clooney, Julia Roberts, Kaitlyn Dever, Maxime Bouttier, Billie Lourd m.fl.

Ingen anmälan krävs

Dans på Postgården

Sten Stjernquist spelar

Torsdagen den 5 november mellan 15–17



Ingen anmälan krävs, förboka räksmörgås hos Linda eller i köket. Annars finns hembakt och kaffe samt gott i glasen till försäljning

Varmt välkomna!

Information

Måndagen den 9 november

kl 14:30

kommer kommunpolisen och trygghetsvärdar

och informerar om bedrägerier och deras verksamhet





Kaffe och hembakt finns till försäljning, ingen föranmälan krävs

Testa smaklökarna

Torsdagen 12 november kl 14:30

Linda ordnar ett roligt smaktest, allt från äpple, kryddor till choklad

Sätt betyg o gissa

Pris 50 kr kontant







Anmälan senast 4 november till Linda

Kafferep

Onsdagen den 18 november

kl 14:30

kakbuffé Pris 60 kr

Vi fikar och pratar kuriosa.

Ta gärna med en sak som påminner om dina egna kafferep



Anmälan senast 11 november till Linda


Pysselgruppen
har lotteri!
Torsdagen den 19 november
mellan 10-14 i entrén
Lottpris
20 kr
Samtidigt har
Bettys betong
försäljning!

Torsdax

Underhållning med

Ronnie o Carmen

19 november

kl 14:30



Kaffe och hembakt finns till

försäljning, ingen föranmälan krävs

Varmt välkomna!

Filmvisning

Måndag 23/11 kl 14



Ett drama för hela familjen om tolvårige Florian och hans hund Lassie som är helt oskiljaktiga. Men när familjen flyttar till en ny lägenhet och hyresvärden visar sig avsky hundar måste Lassie flytta ut och bo hos greve von Sprengel istället. En av hans anställda är elak mot Lassie och hon flyr därifrån. Florian och grevens barnbarn Priscilla ger sig nu ut för att leta efter hunden och ett spännande äventyr tar sin början. Regi: Hanno Olderdissen. I rollerna: Nico Marischka, Bella Bading, Sebastian Bezzel, Anna Maria Mühe, Matthias Habich m.fl. Svenska röster: Magnus Mark, Charlie Löfgren Kruse, Joakim Jennefors, Anna Sahlin, Bengt Järnblad m.fl.

Ingen föranmälan

Välkommen till en trevlig träff för nya vänner!

Vi bjuder in till en varm och enkel eftermiddag där vi pratar, fikar och lär känna nya människor.
Under korta samtal får du chansen att träffa flera personer och kanske hitta någon du klickar lite extra med – som kan bli en vän med samma intresse som du.

Du kanske hittar en vän med samma hobby? en reskamrat, en promenadvän – eller bara någon att prata med.

När?
25 november kl. 14.00–16.00

Var?
Omtankens Hus

Anmälan
Senast 18 november

Anmäl dig genom att ringa
Linda S
0733-33 62 03



Vi ser fram emot att träffa dig!

Nya möten. Nya vänner. Nya möjligheter.

Tipsrunda

Torsdagen 26

Kl 14

Tema: november



Ingen anmälan, vi ses i entrén

Pysselgruppen

Måndagar

10–13

Ta med eget pyssel eller börja med något på plats. Vi fikar umgås och har trevligt tillsammans.



Ingen föranmälan

Måndagar

Kl. 13 i restaurangen

Rolf spelar med de som dyker upp.



Ingen föranmälan

Sittgympa med Lisa

Tisdagar kl 10:30

Postgårdens restaurang

Ett härligt gympapass, nya och gamla deltagare är välkomna, alla gör efter sin egen förmåga.



Ingen föranmälan

Digicenter



Tisdagar 13:30-15:30

3 1177,112

10 Handla online, apoteket, Ica, Willys, Coop

17 Social medier, Instagram, Facebook m.m.

Varmt välkomna,
ingen föranmälan
/ **Linda och Anna**

Balansträning

Onsdagar kl 10

i restaurangen med Linda

Alla gör efter sin egen förmåga



Ingen föranmälan

NYHET!!

Rollatorgympa

Torsdagar kl 10:30

i restaurangen håller

Linda i ett pass



Hoppas att vi ses

Varmt välkommen!

Högläsning

Torsdagar Ny tid kl 10:30

Vår volontär Eva läser ur korta böcker, perfekt om man har svårt att läsa själv och en trevlig gemensam stund.



Ingen anmälning

Målarglädje

Torsdagar

kl. 10-12



Vi målar akvarell, inspireras och ha trevligt tillsammans. Ingen prestation, bara skaparlust och färg.

Ingen föranmälan

Fredagar

Bingo kl. 10:30

i vävstugan

20 kr kontant



Ingen föranmälan

Musikquiz på fredagar

Vi träffas i restaurangen kl 14 och löser musikquiz med olika tema samt har en trevlig stund tillsammans.



Fika finns att köpa i restaurangen, ingen föranmälan

Jultallrik på Postgården

Vi valde att ha vårfester detta år, pengarna räcker inte hela vägen ut så det blir subventionerad jultallrik för 100 kronor som betalas vid anmälning, starkare drycker betalas själv.





Underhållningen står Glenn Patrik för.

Till jultallriken serveras lättöl eller vatten samt kaffe & ris Ala malta.

Plats: Postgårdens restaurang, Videholms allé, i Höllviken

Datum: 4 december kl15.00-17.00

Anmälan: 11 november mellan 10–12 på Postgården eller om du inte kan ta dig dit ring Eva 0706–034618 samma tid. (det räcker ej med att lämna ett meddelande, ni måste få kontakt) Max 2 personer per anmälan

Det är begränsat med platser

Arrangörer: Pensionärsföreningar i Höllviken, Forenede Care



Forenede Care

VELLINGE KOMMUN



Härmed inbjudes ni till

Nobellmiddag

Vart: Postgården

Datum: 10 december 2026

Tid: Kl. 16.00

Klädsel: Uppklädd

Underhållning: Annika Borghammar Stolt

Förätt: Västerbottenostpaj med creame fraiche rom & rödlök
Huvudrätt: Oxfilé med råstekt potatis maderiasås & goda primörer
Efterrätt: Chokladmousse med hallon

Anmälan:
Senaste den 1 december. Begränsat med antal platser.
Pris 600kr eller två stycken aktivitetscheckar.
Betalas vid anmälan

Varmt välkomna!
Linda 0733-336203



Postgården kök & restaurang

Välkommen att äta en hemlagad god lunch inkl. sallad och kaffe. Även för avhämtning.
Lunch 90 kr. Dessert 12 kr. Pensionär 78 kr. Elva lunchkuponger 935 kr (85 kr st) resp. 858 kr (78 kr st).
Öppet måndag-söndag kl. 11.30–14.00. Köket tel. 040-42 54 63.

Vecka 44 den 1-2 november

Lördag	**Lunch**	**Skånsk kalops med kokt potatis och rödbetor**
	Alt.	**Omelett med champinjonstuvning**
Söndag	**Lunch**	**Kycklingfilé med dragonsås, kokt potatis och gelé**
	Alt.	**Omelett med champinjonstuvning**

Med reservation för ändringar. Allergisk? Fråga oss gärna om matens innehåll.

Postgården kök & restaurang

Välkommen att äta en hemlagad god lunch inkl. sallad och kaffe. Även för avhämtning.
Lunch 90 kr. Dessert 12 kr. Pensionär 78 kr. Elva lunchkuponger 935 kr (85 kr st) resp. 858 kr (78 kr st).
Öppet måndag-söndag kl. 11.30–14.00. Köket tel. 040-42 54 63.

Vecka 45 den 2 – 8 november

Måndag	**Lunch**	**Pytt i panna (hemlagad) med stekt ägg och rödbetor**
	Alt.	**Kokt fläskkorv med persiljesås och kokt potatis**
Tisdag	**Lunch**	**Gratinerad fiskfilé på grönsaksbädd med kokt potatis**
	Alt.	**Kåldolmar med skysås, kokt potatis och lingon**
Onsdag	**Lunch**	**Pannbiff med stekt lök, skysås, kokt potatis och lingonsylt**
	Alt.	**Isterband med persiljestuvad potatis och rödbetor**
Torsdag	**Lunch**	**Dansk fläskestek med kokt potatis, gräddsås, äppelmos och rödkål**
	Alt.	**Broccolisoppa med pannkakor, sylt och grädde**
Fredag	**Lunch**	**Stekt benfri kotlett med bearnaisesås och stekt potatis**
	Alt.	**Gratinerad fiskfilé med vitvinssås och kokt potatis**
Lördag	**Lunch**	**Tjocka revben med kokt potatis, skysås och äppelmos**
	Alt.	**Skinklåda (som Janssons fast med skinka)**
Söndag	**Lunch**	**Laxfärserad kapkummel med kokt potatis och räksås**
	Alt.	**Skinklåda (som Janssons fast med skinka)**

Med reservation för ändringar. Allergisk? Fråga oss gärna om matens innehåll.

Postgården kök & restaurang

Välkommen att äta en hemlagad god lunch inkl. sallad och kaffe. Även för avhämtning.
Lunch 90 kr. Dessert 12 kr. Pensionär 78 kr. Elva lunchkuponger 935 kr (85 kr st) resp. 858 kr (78 kr st).
Öppet måndag-söndag kl. 11.30–14.00. Köket tel. 040-42 54 63.

Vecka 46 den 9 – 15 november

Måndag	**Lunch**	**Rotmos med kokt fläskkorv**
	Alt.	**Potatisbullar med stekt rimmat fläsk och lingonsylt**
Tisdag	**Lunch**	**Kalkon A La Gås (rödkål, äpple, sviskon, äppelmos)**
	Alt.	**Färsbiff med stekt lök, skysås, kokt potatis och lingonsylt**
Onsdag	**Lunch**	**Fylld paprika med tomatsås, ris / kokt potatis**
	Alt.	**Kabanoss (varmrökt kryddig korv) med potatismos**
Torsdag	**Lunch**	**Ärt / (C) Tomatsoppa med fläskbog och pannkakor med sylt och grädde**
	Alt.	**Crepes med stuvade champinjoner**
Fredag	**Lunch**	**Fjärilskotlett med stekt klyftpotatis och bearnaisesås**
	Alt.	**Kokt fiskfilé med vitvinssås och kokt potatis**
Lördag	**Lunch**	**Plommonspäckad fläskkarré med kokt potatis**
	Alt.	**Äggakaka med stekt rimmat fläsk och lingonsylt**
Söndag	**Lunch**	**Helstekt kotlettrad med portvinsstuvade champinjoner**
	Alt.	**Äggakaka med stekt rimmat fläsk och lingonsylt**

Med reservation för ändringar. Allergisk? Fråga oss gärna om matens innehåll.

Postgården kök & restaurang

Välkommen att äta en hemlagad god lunch inkl. sallad och kaffe. Även för avhämtning.
Lunch 90 kr. Dessert 12 kr. Pensionär 78 kr. Elva lunchkuponger 935 kr (85 kr st) resp. 858 kr (78 kr st).
Öppet måndag-söndag kl. 11.30–14.00. Köket tel. 040-42 54 63.

Vecka 47 den 16 – 22 november

Måndag	**Lunch**	**Gräddstuvad spenat med stekt prinskorv och kokt ägg**
	Alt.	**Pasta med skinksås**
Tisdag	**Lunch**	**Stekt sill med potatismos, skirat smör och gröna ärtor**
	Alt.	**Köttfärslimpa med gräddsås och kokt potatis**
Onsdag	**Lunch**	**Jägarbiff (färsbiff) med stekt potatis, jägarsås och lingonsylt**
	Alt.	**Stekt prinskorv med stekt potatis och stekt ägg**
Torsdag	**Lunch**	**Dansk fläskestek med kokt potatis, gräddsås, äppelmos och rödkål**
	Alt.	**Morotssoppa med pannkakor, sylt och grädde**
Fredag	**Lunch**	**Grillad marinerad karré med rödvinssås och klyftpotatis**
	Alt.	**Ugnsbakad fiskfilé med örtsås och kokt potatis**
Lördag	**Lunch**	**Krämig kycklinggryta med ris / kokt potatis**
	Alt.	**Couscouspytt med stekt ägg och rödbetor**
Söndag	**Lunch**	**Kokt lax med hollandaisesås, sparris och kokt potatis**
	Alt.	**Couscouspytt med stekt ägg och rödbetor**

Med reservation för ändringar. Allergisk? Fråga oss gärna om matens innehåll.

Postgården kök & restaurang

Välkommen att äta en hemlagad god lunch inkl. sallad och kaffe. Även för avhämtning.
Lunch 90 kr. Dessert 12 kr. Pensionär 78 kr. Elva lunchkuponger 935 kr (85 kr st) resp. 858 kr (78 kr st).
Öppet måndag-söndag kl. 11.30–14.00. Köket tel. 040-42 54 63.

Vecka 48 den 23 – 29 november

Måndag	**Lunch**	**Bruna bönor med stekt fläsk / korv**
	Alt.	**Vårrullar med currysås och ris / kokt potatis**
Tisdag	**Lunch**	**Kokt fiskfilé med kokt potatis och räksås**
	Alt.	**Färsbiff med stekt potatis, skysås och lingonsylt**
Onsdag	**Lunch**	**Kålpudding med kokt potatis, skysås och lingonsylt**
	Alt.	**Baconlindad lunchkorv med potatismos**
Torsdag	**Lunch**	**Ärt / (C) Linssoppa med fläskbog och pannkakor med sylt och grädde**
	Alt.	**Crepes med stuvade räkor**
Fredag	**Lunch**	**Gulaschgryta med ris / kokt potatis**
	Alt.	**Fisksoppa A La Postgården**
Lördag	**Lunch**	**Wallenbergare med gräddsås och potatismos**
	Alt.	**Omelett med skinkstuvning**
Söndag	**Lunch**	**Helstekt fläskfilé med purjolökspotatis och bearnaisesås**
	Alt.	**Omelett med skinkstuvning**

Med reservation för ändringar. Allergisk? Fråga oss gärna om matens innehåll.

Postgården kök & restaurang

Välkommen att äta en hemlagad god lunch inkl. sallad och kaffe. Även för avhämtning.
Lunch 90 kr. Dessert 12 kr. Pensionär 78 kr. Elva lunchkuponger 935 kr (85 kr st) resp. 858 kr (78 kr st).
Öppet måndag-söndag kl. 11.30–14.00. Köket tel. 040-42 54 63.

Vecka 49 den 30 november

Måndag	**Lunch**	**Falsk schnitzel (panerat fläsk) med löksås och kokt potatis**
	Alt.	**Blodpudding med stekt bacon och lingonsylt**
Tisdag	**Lunch**	
	Alt.	
Onsdag	**Lunch**	
	Alt.	
Torsdag	**Lunch**	
	Alt.	
Fredag	**Lunch**	
	Alt.	
Lördag	**Lunch**	
	Alt.	
Söndag	**Lunch**	
	Alt.	

Med reservation för ändringar. Allergisk? Fråga oss gärna om matens innehåll.

Aktivitetsscheck erbjudande 2026
Forenede Care

I år kommer vi ha följande aktiviteter där du kan använda dina aktivitetscheckar som betalning/delbetalning:

Bussresa - Shopping i Ullared 2 november – 295 kr
Anmälan öppnar 1/9 tom 25/9

Nobelmiddag med underhållning på aktivitetshusen - 600 kr
Bäckagården, Almgården och Postgården 10 december
Anmälan öppnar 3/11

Mer information kommer i månadsbladen en månad innan anmälan öppnas

Välkomna!
Linda A, Anna & Paula, Linda S
Almgården, Bäckagården, Postgården



November

Mån 2/10	Linda på resa hela dagen i Ullared
	10-13 Pysselgruppen
	13 Schack i restaurangen
´	14 Filmvisning
Tis 3/11	10:30 Lisas gympa
	13:30 Digicenter
Ons 4/11	10 Balansträning
	11 Boule
	14:30 Vi spelar spel
Tors 5/11	10-12 Målarglädje
	10:30 högläsning med Eva
	10:30 Rollatorgympa
	15-17 Dans med Sten Stjernquist
Fre 6/11	10:30 Bingo i vävstugan 20 kr
	14 Musikquiz

Mån 9/11	10-13 Pysselgruppen
	13 Schack i restaurangen
	14:30 Polisen och trygghetsvärdar informerar
Tis 10/11	10:30 Lisas gympa
	10-11:30 Anhörigsamtal för berörda
	13:30-15:30 Digicenter
Ons 11/11	10-12 Anmälan jultallrik
	10 Balansträning
	11 boule
	14:30 Vi spelar postkodmiljonären på Yeti (stora tv:n)
Tors 12/11	10-12 Målarglädje
	10:30 högläsning med Eva
	10:30 Rollatorgympa Nyhet!!
	14:30 Smak provning, anmälan
Fre 13/11	10:30 Bingo i vävstugan 20 kr
	14 Musikquiz

Mån 16/11	10-13 Pysselgruppen
	13 Schack i restaurangen
	14:30 Seniorkören…obs anmälan
Tis 17/11	10:30 Lisas gympa
	13:30 Digicenter
	14 utvecklingsråd för berörda
Ons 18/11	10 Balansträning
	11 boule
	14:30 Kafferep
Tors 19/11	10-14 Pysselgruppen samt Bettys betong står i entrén för lotteri o försäljning
	10-12 Målarglädje
	10:30 högläsning med Eva
	10:30 Rollatorgympa
	14:30 Underhållning med Ronnie o Carmen
Fre 20/11	10:30 Bingo i vävstugan 20 kr
	14 Musikquiz

Mån 23/11	10-13 Pysselgruppen
	13 Schack i restaurangen
	14 Filmvisning
Tis 24/11	10:30 Lisas gympa
	Linda o Anna i väg med leva livet bussen
Ons 25/11	10 Balansträning
	14-16 Vänskapsdating omtankens hus
Tors 26/11	10-12 Målarglädje
	10:30 högläsning med Eva
	10:30 Rollatorgympa Nyhet!!
	14:30
Fre 27/11	10:30 Bingo i vävstugan 20 kr
	14 Musikquiz
Mån 30/11	10-13 Pysselgruppen
	13 Schack i restaurangen
	14:30 Seniorkören

Shopping i Ullared, 1 dag



Shoppingsugen? – Samla gänget och förena nytta med nöje tillsamman på det berömda lågprisvaruhuset Gekås i Ullared!

Program
Efter upphämtning kör vi mot Ullared och det berömda lågprisvaruhuset Gekås. Här hittar vi allt som behövs i vardagen och som sätter guldkant på tillvaron. I varuhuset finns hela 21 avdelningar fördelat på fyra våningsplan. Hela varuhusytan är 40 000 m² vilket motsvarar 7 fotbollsplaner.

Strosa runt på egen hand och passa även på att köpa en god fika eller lunch i eller utanför varuhuset. Efter cirka 6 timmar samlas vi åter i bussen och gör oss redo för hemfärd. Med trötta ben och säkert många fynd i bagaget, tar vi farväl på hemorten igen.

I priset ingår:
- Bussresa i modern turistbuss, Ullared tur & retur
- Möjlighet till ca 6 timmars shopping i Ullared

**Med reservation för feltryck och ändringar!*

Avresa: 2 november 2026
Pris: 295: -/person
(KONTANT /AKTIVITETSCHECK)
Påstigningsplatser:
Bäckagården, kl. 07.00
Postgården, kl 07:15
Almgården, kl 07:30
Minimum 35 personer

Forenede Care – Anmäl er till Paula eller Anna 0739–015515, Linda A 0709–915293, eller Linda S 0733–336203 senast 2026-09-25

Kristianstad Buss • 044 – 12 40 65 BELTON TRAVEL • 040 – 630 01 08


Forenede
Care
På onsdagar
klockan 14.00
är det
onsdagscaf'é
på Omtankenshus
i Höllviken.
Det är Lina
ifrån ForenedeCare
som håller i det.
Kom och var med
i gemenskapen!
Ansvar • Engagemang • Omtanke

Inomhus boule

Omtankens hus i restaurangen med Lina

Varannan fredag jämna veckor kl. 14-15



Varmt välkomna!

VILL DU FÖLJA MED PÅ EN CYKELTUR?

Vi som vill ta med dig ut på en cykeltur är volontärer i en ideell organisation som heter **Cykling utan ålder**. Genom våra cykelturer vill vi bjuda dig som är äldre på en skön runda med frisk luft och nya intryck.

Tycker du att det här låter trevligt och vill åka med oss ut?

Prata med din kontaktperson i hemtjänsten, din seniorkontakt eller ring till **Linda (040-42 54 67)** som är aktivitetsansvarig på Postgården och be att få boka in en provtur.

Första gången vi ses kan vi ta en lite kortare tur så att du får känna hur det känns att åka cykeltaxi, därefter kan du i lugn och ro fundera på om du vill följa med fler gånger. Cykelturen är gratis.

Vill du eller någon anhörig veta mer om Cykling utan ålder så har vi en hemsida, **cyklingutanalder.se**, där man kan läsa mer om vår verksamhet.

Vellinge kommun har köpt in cyklar som möjliggjort det här projektet tillsammans med Förenade Care och Cykling utan ålder.



Välkommen att följa med oss ut!

CYKLING
UTAN
ÅLDER



Seniorkontakt

Maria och **Eva** är anställda av Vellinge kommun och deras uppdrag är att hjälpa och stödja dig till samvaro.

VELLINGE KOMMUN



Seniorkontakt

Att göra en gemensam aktivitet kan göra stor skillnad i vardagen. Seniorkontakterna stödjer och motiverar äldre kommuninvånare att komma ut i en mer långsiktig samvaro.

Våra seniorkontakter är anställda av Vellinge kommun och deras uppdrag är att hjälpa och stödja dig till samvaro. Man lär känna varandra och sedan är tanken att seniorkontakten introducerar verksamheterna på aktivitetshusen, visar pensionärsföreningarnas utbud och annat du är intresserad av.

Hur kontaktar jag seniorkontakterna?

Antingen ringer du själv eller så ber du
hemtjänsten eller en närstående att ringa
Vellinge Direkt 040-42 50 00

Välkommen till Trivselträff!



Vill du träffa nya vänner och ha kul tillsammans? Vi vill gärna bli fler och ser fram emot att träffa dig! Vi träffas varje vecka **kl. 13.30** på olika platser. Du är alltid varmt välkommen att bara dyka upp!

VELLINGE

1:a Onsdagen i månaden på **ALMGÅRDEN** Länsmansgatan 1, Vellinge

2:a Onsdagen i månaden på **BJÖRNS** Järnvägsgatan 2H, Vellinge

3:e Onsdagen i månaden på **LUCIA** Östergatan 14, Vellinge

4:e Onsdagen i månaden på **SCHENKEN** Järnvägsgatan 1, Vellinge

5:e Onsdagen i månaden på **Mimmas Café** Stortorget 17, Vellinge

HÖLLVIKEN-SKANÖR/FALSTERBO

1:a Tisdagen i månaden på **Bäckagården** Nyvångsvägen 1, Skanör

2:a Tisdagen i månaden på **Delitorget Ica** Kungstorpsgatan 8 B, Höllviken

3:e Tisdagen i månaden på **Smörrebrödsbutiken** Polisvägen 5, Höllviken

4:e Tisdagen i månaden på **Postgården** Videholms allé 3, Höllviken

5:e Tisdagen i månaden på **Smörrebrödsbutiken** Polisvägen 5, Höllviken

Hitta oss! För att du lättare ska känna igen oss, finns detta blad på bordet där vi sitter.
Vi tar inga sommar- eller jullov, vi vill träffas och ha roligt tillsammans året om. Alla är välkomna!

Med vänlig hälsning Ella-Britta och Gerd,

Seniorkontakter Maria & Eva samt Äldre- och Anhöriglots Emily.

En väg in – din kontakt med Forenede Care hemtjänsten i Vellinge

Har du frågor om hemtjänsten, vill framföra något eller bara veta mer om vilket stöd som finns? Då finns En väg in – en ny funktion för dig som kund, anhörig eller kommuninvånare.

Med En väg in får du snabbt och enkel kontakt med rätt person. Du ringer ett och samma telefonnummer och blir bemött av en erfaren undersköterska som har god kunskap om hemtjänsten och kan vägleda dig vidare.

Telefonnummer: 0700-00 06 74

Öppettider: Helgfria vardagar kl. 8.00–17.00 (lunchstängt 12.00–13.00)

Oavsett om du behöver information, stöd eller hjälp med att komma i kontakt med rätt person inom hemtjänsten – börja med En väg in.



Välkommen att ringa

FIXARTJÄNST

Fixartjänsten hjälper dig som är 69 år eller äldre och bor i Vellinge kommun, med enklare uppgifter i hemmet. Syftet är att förebygga och motverka fall- eller halkolyckor. Det kan vara riskfyllda sysslor som till exempel tunga lyft och att klättra på stege.

Kostnadsfri hjälp hemma

Fixartjänsten kommer hem till dig och hjälper till med enklare praktiska saker i hemmet.

- Hjälpen är kostnadsfri.
- Du kan få hjälp upp till fyra gånger per år.
- Varje besök är max 45 minuter.
- Du betalar själv för eventuellt material.

Du behöver själv ha de verktyg och det material som behövs för arbetet hemma hos dig.

Vi kan hjälpa dig med

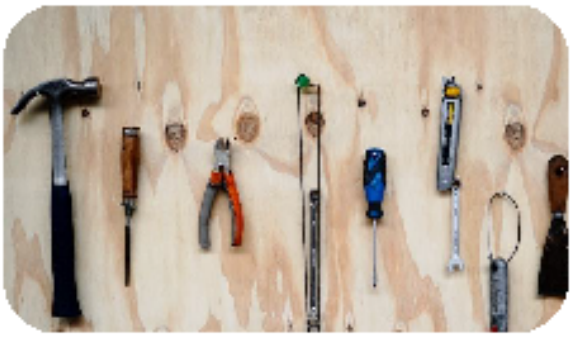
- Kontroll av brandvarnare.
- Byta batterier och säkringar.
- Byta glödlampor, lysrör och LED-lampor.
- Sätta upp gardiner och rullgardiner.
- Hänga upp tavlor.
- Fästa sladdar.
- Halksäkra mattor
- Smörja lås och dörrar.
- Lättare bärhjälp i hemmet.

Det här kan vi inte hjälpa till med

Fixartjänsten utför inte arbeten som kräver fackkunskap, till exempel elarbeten eller VVS-arbeten. Vi hjälper inte heller till med: snöskottning, trädgårdsarbete, städning, fönsterputs, större monteringar och flytt av möbler utanför hemmet. I vissa fall kan vi behöva tacka nej till uppdrag om arbetet innebär risk för skador eller olyckor.

Vi arbetar i olika delar av kommunen olika veckor

För att minska restider arbetar Fixartjänsten i olika delar av kommunen varannan vecka. Ring oss gärna så berättar vi när vi kan komma till dig. Det är bra om du i förväg funderar på vad du vill ha hjälp med.



Behöver du hjälp fler gånger?

Om du vill ha hjälp fler än fyra gånger per år kan du köpa extra tjänster av Fixartjänsten. Tjänsterna kan ge rätt till RUT-avdrag.

Kontakt

Välkommen att kontakta Fixartjänsten:
Telefon 0790-66 24 95, helgfria vardagar kl. 11-12
E-post: jacobl@forenedecare.se

Forenede Care i Vellinge kommun:

- Hemtjänst och hemsjukvård
- Hälso- och sjukvård inom kommunens ansvarsområde
- Aktivitetshusen Almgården, Bäckagården och Postgården med restauranger
- Vård- och omsorgsboendena Omtankens hus, Postiljonen och Månstorps Ängar
- Dagverksamheter
- Personlig assistans, ledsagarservice och avlösarservice

Forenede Care är ett familjeägt vård- och omsorgsföretag med lång erfarenhet av att skapa trygghet och kvalitet i människors vardag.
Läs mer på www.forenedecare.se

Forenede Care

Version 2026.1

Biträdande verksamhetschef	0739-01 56 90
Sussanne Olsson	
Verksamhetschef	040-42 50 98
Patricia Johansson	
Kökschef	040-42 54 63
Nicklas Edwald	
Aktivitetsansvarig/anhörigstödjare	0733-33 62 03
Linda Svedberg	

Hemtjänst Höllviken/ Ljunghusen

En väg in 08.00-17.00 lunch 12.00-13.00	0700-00 06 74
Helgfri vardag	
Mail gruppledare: glpostgarden@forenedecare.se	
Gruppledare telefontid: 13.00-14.00	040-42 54 62
Camilla Lazlo	
Emma Halvorsen	
Nina Zulovic	
Fixartjänst FC vardagar11.00-12.00	0790-66 24 95
Felanmälan ISS	040-42 00 62
Vellinge direkt	040-42 50 00
Telefon till husvärden	
Telefontid mån-fre	10.00-12.00
Akuta ärende, tex vattenläcka	040-644 60 40