

Månadens ordspråk

”Skål för ett nytt år och en ny chans
för oss att göra det rätt!”

//Oprah Winfrey



Vårschema



Det aktuella schemat pågår till 14 januari och från och med den 17 januari är det vårt nya vårschema som gäller! Vi är inte riktigt färdiga med det än men det bjuder på både nya och gamla aktiviteter.

Det nya schemat kommer att finnas på alla våra mötesplatser men även självklart på vår Facebook-sida och på vår hemsida.

Öppet hus - framflyttat



Som vissa av er kanske har sett så skulle vi haft öppet hus på Bergvik och Morkullan den 11 och 12 januari.

Men på grund av smittläget så väljer vi att flytta fram öppet hus och kommer ha det senare under våren istället.

Gällande invigningen på Tom Tits har inget beslut tagits än, men håll utkik på vår Facebooksida för att få senaste informationen.

Invigning Tom Tits



En efterlängtat invigning av vår nya mötesplats på Tom Tits. Politiker klipper band, musikunderhållning med Kultur 365, prova på Yoga, Zumba, mm.

Du vill inte missa detta roliga event. Boka in datumet redan nu!

När: onsdag 26 januari

Tid: kl. 10.00-14.00

Var: Tom Tits, plan 3

Kan du inte komma? Håll utkik på vår Facebooksida för live-streaming.

[Mötesplatser för seniorer i Södertälje](#)

Skratt, svett & fika!

Mötesplatser för seniorer arbetar med främjande aktiviteter för en god och jämlik hälsa. Vi är en del av omsorgskontoret i Södertälje kommun.

Prova något nytt!



Vi vill passa på att göra reklam för två nyheter som dyker upp under kommande månader!

Vi har en kurs i lätt yoga på Tom Tits under fem tillfällen med start 3/2 samt 17/3. Du utövar yogan både sittande på stol och stående och den är anpassad så att alla kan vara med.

3/2, 17/2 och 3/3 kan du prova på körsång på Bergvik, och 17 mars startar en kurs. Till prova på behöver du inte anmäla dig, men däremot till kursen.

Vill du vara volontär?



Vi letar alltid efter fler volontärer – kanske är du vår nästa? Eller känner du någon som skulle passa?

Just nu söker vi en volontär till vår engelskagrupp. Du ansvarar för ett tema att prata kring, ser till så att alla känner sig välkomna och att alla får prata. Som volontär har du alltid stöd av oss i personalen.

Vi söker även volontärer till vår mötesplats på Bergvik, där du bland annat kan hjälpa till i kafé.

Vill du vara volontär? Hör av dig till oss! 08-523 016 42.

Livsberättargrupp



Vill du berätta om minnen från ditt liv? Hur det var när du växte upp, vuxenlivet, åldrandet, glädjen och sorgen? Anmäl dig till nästa livsberättargrupp som börjar den 7 mars. Där kan du få samvaro, känna ökad livslust och lära dig om självmedkänsla.

Ring Annica Näslund på 08-523 016 42 för att boka din plats.

OBS: begränsat antal platser. Först till kvarn

Kontakta oss gärna för mer information

Mötesplats Tom Tits

Storgatan 33, plan 3, Södertälje
motesplatserna@sodertalje.se

Öppettider: se aktuellt schema

Mötesplats Bergvik

Telgehusvägen 4, Södertälje
Telefon: 08-523 023 97

Öppettider: se aktuellt schema

Mötesplats Morkullan

Karlslundsgatan 12, Södertälje
Telefon: 08-523 064 72

Öppettider: se aktuellt schema