

Månadens ordspråk

Det spelar ingen roll hur mycket elektriskt ljus man tänder så har den lilla öppna lågan en synnerligen märkvärdig kraft.
– Ernst Kirchsteiger



Jul-aktivitetsschema



Är du intresserad av dans, gympa, handarbete, bingo, med mera? Kolla in mötesplatsens veckoprogram för inspiration. Besök oss gärna och testa aktiviteter för att hitta den rätta för just dig.

För snabbast information om förändringar, gå in på vår Facebooksida:

[Mötesplatser för seniorer i Södertälje](#)

Se bifogat aktivitetsschema.

Vill du bli volontär?



Vi på mötesplatserna erbjuder dig som senior i Södertälje att vara volontär hos oss. Kanske vill du leda en egen grupp, eller så vill du hjälpa till i cafét? Oavsett vilket så har du alltid stöd av oss i personalen!

Inför nästa år söker vi fler volontärer! Vi önskar dels fler till mötesplats Bergvik, men vi söker även någon som vill vara ledare för vår grupp som träffas och pratar engelska på Tom Tits.

Hör av dig till oss om du är intresserad!

Lättyoga



Välkommen på LättYoga som är en lugn yogaform som kan göras ståendes eller sittandes på stol. Du kan delta på plats eller digitalt om du inte har möjlighet att komma.

När: torsdagar

Tid: kl. 10.15–11.00

Var: Tom Tits, plan 3

Delta digitalt? skicka ett mail till

notesplatserna@sodertalje.se så får du en länk.

Välkommen 😊

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.

Allsångsgympa



KORPEN

Välkommen på allsång med gympa! I samarbete med Korpen erbjuder vi gympa med sköna rörelser, i kombination med allsång. Hur härligt låter inte det?

Aktiviteten är kostnadsfri och du behöver inte anmäla dig. Du kan gympa på stol om du vill!

Morkullan: 2/12

Tom Tits: 9/12 & 16/12

Tid: 13.30–14.15

Vid frågor, ring till Korpen:
08-550 394 40

Idéer mottages!



Redan nu arbetar vi för fullt med hur schemat för våren 2022 ska se ut.

Har du några önskemål? Finns det någon aktivitet du skulle vilja att vi erbjud, eller vill du rentav hålla i en aktivitet? Finns det någon föreläsning eller kurs du skulle vara intresserad av? Hör av dig till oss!

Vi har inte alltid möjlighet att förverkliga alla drömmar och idéer, men vi tar mer än gärna emot förslag från er som vi finns till för.

God jul & gott nytt år



Vi på mötesplatserna vill, med detta sista månadsblad för året, passa på att önska er alla en riktigt god jul och ett gott nytt år!

Det har varit (ännu) ett annorlunda år, men vi ser ändå tillbaka på framförallt sommaren och hösten med glädje. Att vi har kunnat träffas inomhus igen, och att ni är så många som vill delta på våra aktiviteter. Och ännu fler hoppas vi bli nästa år!

Hoppas att du får tillbringa julen och nyåret precis så som du önskar, så ses vi igen 2022!

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 06472
Öppettider: se aktuellt schema