



NACKA SENIORCENTER

SJÖTÄPPAN



JANUARI 2025

13/1 måndag	Tjugondag Knut – nu ska julen ut, i Sjösala	kl 15:00-15:30
14/1 tisdag	Kund- och matråd i A-husets stora matsal	kl 13:00-13:30
20/1 måndag	Måndagspyssel i Sjösala	kl 14:30-15:30
27/1 måndag	Måndagspyssel i Sjösala	kl 14:30-15:30

VECKOAKTIVITETER

Måndag	Vintergympa sittande i A-husets stora matsal 90+ Gympa i gymmet	kl 11:00-11:30 kl 14:00-14:45
Tisdag	Qigong i A-husets stora matsal Tisdagsklubben i Sjösala	kl 11:00-11:30 kl 15:00-15:45
Onsdag	Sittgympa i A-husets stora matsal Vintercafé i Sjösala	kl 11:00-11:30 kl 15:00-15:45
Torsdag	Qigong i A-husets stora matsal Bollspel och kafé i Sjösala	kl 11:00-11:30 kl 15:00-15:45
Fredag	Sittgympa i A-husets stora matsal Fredagsmusik med dans i Sjösala	kl 11:00-11:30 kl 15:00-15:45
Lördag	Vintercafé i Sjösala	ca kl 15:00--
Söndag	Vintercafé i Sjösala	ca kl 15:00--

Veckoaktiviteterna genomförs om inget annat arrangemang är planerat.

Med reservation för eventuella ändringar.

www.nacka.se/seniorcenter-sjotappan

1(1)