



NACKA SENIORCENTER

SJÖTÄPPAN

SEPTEMBER 2026

2/9 onsdag	Andakt & Musik i Sjösala	15:00-15:30
7/9 måndag	Förtidsröstning i B-Husets Entré	12:30-13:30
10/9 torsdag	Mat & Kundråd i A-husets Matsal	13:00-13:30
13/9 söndag	VALDAGEN	Klockslag
16/9 onsdag	Kräftskiva!	12:00-13:00
21/9 måndag	Vi uppmärksammar Alzimers-Dagen i B-Husets Entré	Klockslag
22/9 tisdag	BIO i Sjösala del 1av2	15:30-16:30
24/9 torsdag	BIO i Sjösala del 2av2	15:30-16:30

VECKOAKTIVITETER

Måndag	Sittdans i Gymmet	11:00-11:30
	90+ Gymnastik i Gymmet	13:45-14:30
	Vi Målar på B3	13:45-14:30
	Vi målar i A-Husets Matsal	14:45-15:30
Tisdag	Qigong i Gymmet	11:00-11:30
	Bingo i Sjösala	15:30-16:30
Onsdag	Sittgymnastik i Gymmet	11:00-11:30
	Högläsning på B2	13:45-14:30
	Högläsning i A-Husets Matsal	14:45-15:30
Torsdag	Qigong i Gymmet	11:00-11:30
	Musik-Café i Sjösala	15:30-16:30
Fredag	Sittdans i Gymmet	11:00-11:30
	Vi möts i A-Husets Entré för Boul eller Biljard	14:30-15:00
Lördag	Helg Café i Sjösala eller på Våning	15:00-
Söndag	Helg Café i Sjösala eller på Våning	15:00-