

Sommaren 2026



Välkommen till våra mötesplatser i sommar!

Sommarperiod: måndagen 22 juni – fredagen 28 augusti

Öppettider:

Måndag, tisdag, torsdag och fredag: kl. 10.00–14.00

(Under vissa veckor har mötesplatserna öppet växelvis – se schema)

Onsdagar: Utflykter – se utflyktsbilagan

Häng med oss och ha en härlig sommar fylld av gemenskap och glädje! Vi bjuder på allt från träningspass inne och ute, kreativa aktiviteter, spel och dart – till fikastunder, dans, minigolf och utflykter runt om i Södertälje.

Kanske en picknick i Gillberga eller en sväng på Dansbanan?

Upplev en sommar att minnas – tillsammans med oss!

Bergvik

Telgehusvägen 4
08-523 023 97

Morkullan

Karlslundsgatan 12
08-5230 64 72

Skratt, svett och fika!

motesplatserna@sodertalje.se - www.sodertalje.se/motesplatser



Södertälje
kommun

MÅNDAG 22/6 kl.10.00-14.00	TISDAG 23/6 kl.10.00-14.00	ONSDAG 24/6 UTFLYKT	TORSDAG 25/6 kl.10.00-14.00	FREDAG 26/6 kl.10.00-14.00
MORKULLAN - Karlslundsgatan 12 - 08-5230 64 72				
BALANS och RÖRLIGHET MORKULLAN kl.10.15-11.15	STOL-STYRKA MORKULLAN kl.10.15-11.15	MORKULLAN STÄNGT	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.10.00-14.00	TABATA MORKULLAN kl.10.15-11.15
ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-12.00	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-14.00	Utflykt Ytterjärna Kulturhuset kl.11.00-14.00	AKVARELL MORKULLAN kl.10.00-11.30	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-14.00
DART MORKULLAN kl.12.00-14.00	BINGO MORKULLAN kl.13.00-14.00		CANASTA MORKULLAN kl.11.00-14.00	KREATIV AKTIVITET MORKULLAN kl.13.00-14.00
BERGVIK - Telgehusvägen 4 - 08-5230 23 97				
CIRKEL- TRÄNING BERGVIK kl.10.15-11.15	STOLSGYMPA BERGVIK kl.10.15-11.15	BERGVIK STÄNGT	TABATA BERGVIK kl.10.15-11.15	DANSPASS BERGVIK kl.10.15-11.15
SNICKERI BERGVIK kl.10.00-13.30	SNICKERI BERGVIK kl.10.00-13.30	UTFLYKT Ytterjärna Kulturhuset kl.11.00-14.00	SNICKERI BERGVIK kl.10.00-13.30	SNICKERI BERGVIK kl.10.00-13.30
MUSIKQUIZ BERGVIK kl.13.00-14.00	CANASTA BERGVIK kl.12.00-14.00		FÅGELQUIZ BERGVIK kl.13.00-14.00	ALLSÅNG BERGVIK kl.13.00-14.00
	KREATIV VERKSTAD BERGVIK kl.13.00-14.00			



V 27**SOMMARSHEMA 29 juni - 3 juli**

Under v 27 - v 30 har Morkullan och Bergvik öppet växelvis

Morkullan: måndag och torsdag kl. 10.00–14.00

Bergvik: tisdag och torsdag kl. 10.00–14.00

Onsdagar: Utflykter – se utflyktsbilagan

MÅNDAG 29/6 kl.10.00–14.00	TISDAG 30/6 kl.10.00–14.00	ONSDAG 1/7 UTFLYKT	TORSDAG 2/7 kl.10.00–14.00	FREDAG 3/7 kl.10.00–14.00
BALANS och RÖRLIGHET MORKULLAN kl.10.15–11.15	GÅRDS- MUSIKANTER BERGVIK kl.10.30–11.30	MORKULLAN BERGVIK STÄNGT	CIRKELTRÄNING MORKULLAN kl.10.15–11.15	TABATA BERGVIK kl.10.15–11.15
ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15–12.00	CANASTA BERGVIK kl.12.00–14.00	UTFLYKT Torekällberget kl.11.00–14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15–14.00	ÖNSKELÅTEN BERGVIK kl.13.00–14.00
DART MORKULLAN kl.12.00–14.00	FIXARSERVICE BERGVIK kl.11.00–12.00		ALLSÅNG MORKULLAN kl.13.00–14.00	
	KREATIV VERKSTAD BERGVIK kl.12.30–14.00			

Kontaktuppgifter:

Bergvik: Telgehusvägen 4, 08-5230 23 97

Morkullan: Karlslundsgatan 12, 08-5230 64 72

motesplatserna@sodertalje.se www.sodertalje.se/motesplatser



Södertälje
kommun

Under v 27 – v 30 har Morkullan och Bergvik öppet växelvis

Morkullan: måndag och torsdag kl. 10.00–14.00

Bergvik: tisdag och torsdag kl. 10.00–14.00

Onsdagar: Utflykter – se utflyktsbilagan

MÅNDAG 6/7 kl.10.00–14.00	TISDAG 7/7 kl.10.00–14.00	ONSDAG 8/7 UTFLYKT	TORSDAG 9/7 kl.10.00–14.00	FREDAG 10/7 kl.10.00–14.00
BALANS och RÖRLIGHET MORKULLAN kl.10.15–11.15	STOL-STYRKA BERGVIK kl.10.15–11.15	MORKULLAN BERGVIK STÄNGT	CIRKELTRÄNING MORKULLAN kl.10.15–11.15	TABATA BERGVIK kl.10.15–11.15
ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15–12.00	ÖPPET GYM BERGVIK kl.11.15–14.00	PARKOUR Badparken kl.11.00–14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15–14.00	ÖPPET GYM BERGVIK kl.11.15–14.00
DART MORKULLAN kl.12.00–14.00	CANASTA BERGVIK kl.12.00–14.00		ALLSÅNG MORKULLAN kl.13.00–14.00	ÖNSKELÅTEN BERGVIK kl.13.00–14.00
	KREATIV VERKSTAD BERGVIK kl.12.30–14.00			

Kontaktuppgifter:

Bergvik: Telgehusvägen 4, 08-5230 23 97

Morkullan: Karlslundsgatan 12, 08-5230 64 72

motesplatserna@sodertalje.se www.sodertalje.se/motesplatser



Under v 27 – v 30 har Morkullan och Bergvik öppet växelvis

Morkullan: måndag och torsdag kl. 10.00–14.00

Bergvik: tisdag och torsdag kl. 10.00–14.00

Onsdagar: Utflykter – se utflyktsbilagan

MÅNDAG 13/7 kl.10.00–14.00	TISDAG 14/7 kl.10.00–14.00	ONSDAG 15/7 UTFLYKT	TORSDAG 16/7 kl.10.00–14.00	FREDAG 17/7 kl.10.00–14.00
YOGA MORKULLAN kl.10.15–11.15	STOL-STYRKA BERGVIK kl.10.15–11.15	MORKULLAN BERGVIK STÄNGT	GÅRDS- MUSIKANTER MORKULLAN kl.10.30–11.30	TABATA BERGVIK kl.10.15–11.15
ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15–12.00	ÖPPET GYM BERGVIK kl.11.15–14.00	DANSBANA Dans vid Sydpoolen kl.11.00–14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15–14.00	ÖPPET GYM BERGVIK kl.11.15–14.00
DART MORKULLAN kl.12.00–14.00	CANASTA BERGVIK kl.12.00–14.00		UTOMHUSPEL MORKULLAN kl.13.00–14.00	ÖNSKELÅTEN BERGVIK kl.13.00–14.00
	KREATIV VERKSTAD BERGVIK kl.12.30–14.00			

Kontaktuppgifter:

Bergvik: Telgehusvägen 4, 08-5230 23 97

Morkullan: Karlslundsgatan 12, 08-5230 64 72

motesplatserna@sodertalje.se www.sodertalje.se/motesplatser



Under v 27 – v 30 har Morkullan och Bergvik öppet växelvis

Morkullan: måndag och torsdag kl. 10.00–14.00

Bergvik: tisdag och torsdag kl. 10.00–14.00

Onsdagar: Utflykter – se utflyktsbilagan

MÅNDAG 20/7 kl.10.00–14.00	TISDAG 21/7 kl.10.00–14.00	ONSDAG 22/7 UTFLYKT	TORSDAG 23/7 kl.10.00–14.00	FREDAG 24/7 kl.10.00–14.00
YOGA MORKULLAN KI.10.15–11.15	STOL-STYRKA BERGVIK KI.10.15–11.15	MORKULLAN BERGVIK STÄNGT	CIRKELTRÄNING MORKULLAN KI.10.15–11.15	TABATA BERGVIK KI.10.15–11.15
ÖPPET GYM MORKULLAN KI.11.15–12.00	ÖPPET GYM BERGVIK KI.11.15–14.00	BANGOLF Mälareparken KI.12.00–14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN KI.11.15–14.00	ÖPPET GYM BERGVIK KI.11.15–14.00
DART MORKULLAN KI.12.00–14.00	CANASTA BERGVIK KI.12.00–14.00		UTOMHUSSPEL MORKULLAN KI.13.00–14.00	ÖNSKELÅTEN BERGVIK KI.13.00–14.00
	KREATIV VERKSTAD BERGVIK KI.12.30–14.00			

Kontaktuppgifter:

Bergvik: Telgehusvägen 4, 08-5230 23 97

Morkullan: Karlslundsgatan 12, 08-5230 64 72

motesplatserna@sodertalje.se www.sodertalje.se/motesplatser



MÅNDAG 27/7 kl.10.00-14.00	TISDAG 28/7 kl.10.00-14.00	ONSDAG 29/7 UTFLYKT	TORSDAG 30/7 kl.10.00-14.00	FREDAG 31/7 kl.10.00-14.00
MORKULLAN - Karlslundsgatan 12 - 08-5230 64 72				
YOGA MORKULLAN kl.10.15-11.15	STOL-STYRKA MORKULLAN kl.10.15-11.15	MORKULLAN STÄNGT	CIRKEL- TRÄNING MORKULLAN kl.10.15-11.15	TABATA MORKULLAN kl.10.15-11.15
ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-12.00	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-14.00	UTEGYM Kusens backe kl.11.00-14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-14.00
DART MORKULLAN kl.12.00-14.00	BINGO MORKULLAN kl.13.00-14.00		AKVARELL MORKULLAN kl.10.00-11.30	KREATIV AKTIVITET MORKULLAN kl.13.00-14.00
			CANASTA MORKULLAN kl.11.00-14.00	
BERGVIK - Telgehusvägen 4- 08-5230 23 97				
CIRKEL- TRÄNING BERGVIK kl.10.15-11.15	STOLSGYMPA BERGVIK kl.10.15-11.15	BERGVIK STÄNGT	TABATA BERGVIK kl.10.15-11.15	RÖRLIGHET och BALANS BERGVIK kl.10.15-11.15
SNICKERI BERGVIK kl.10.00-13.30	SNICKERI BERGVIK kl.10.00-15.00		SNICKERI BERGVIK kl.10.00-12.00	SNICKERI BERGVIK kl.10.00-14.00
	TEKNIKHJÄLP BERGVIK kl.11.00-12.00		KREATIV VERKSTAD BERGVIK kl.12.30-14.00	ÖNSKELÅTEN BERGVIK kl.13.00-14.00

MÅNDAG 3/8 kl.10.00-14.00	TISDAG 4/8 kl.10.00-14.00	ONSDAG 5/8 UTFLYKT	TORSDAG 6/8 kl.10.00-14.00	FREDAG 7/8 kl.10.00-14.00
MORKULLAN - Karlslundsgatan 12 - 08-5230 64 72				
YOGA MORKULLAN KI.10.15-11.15	STOL-STYRKA MORKULLAN KI.10.15-11.15	MORKULLAN STÄNGT	CIRKEL- TRÄNING MORKULLAN KI.10.15-11.15	TABATA MORKULLAN KI.10.15-11.15
ÖPPET GYM MORKULLAN KI.11.15-12.00	ÖPPET GYM MORKULLAN KI.11.15-14.00	UTFLYKT Gillberga KI.10.00-14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN KI.11.15-14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN KI.11.15-14.00
DART MORKULLAN KI.12.00-14.00	BINGO MORKULLAN KI.13.00-14.00		AKVARELL MORKULLAN KI.10.00-11.30	KREATIV AKTIVITET MORKULLAN KI.13.00-14.00
			CANASTA MORKULLAN KI.11.00-14.00	
BERGVIK - Telgehusvägen 4- 08-5230 23 97				
CIRKEL- TRÄNING BERGVIK KI.10.15-11.15	STOLSGYMPA BERGVIK KI.10.15-11.15	BERGVIK STÄNGT	TABATA BERGVIK KI.10.15-11.15	RÖRLIGHET och BALANS BERGVIK KI.10.15-11.15
SNICKERI BERGVIK KI.10.00-13.30	SNICKERI BERGVIK KI.10.00-13.30	UTFLYKT Gillberga KI.10.00-14.00	SNICKERI BERGVIK KI.10.00-12.00	SNICKERI BERGVIK KI.10.00-13.30
ÖNSKELÅTEN BERGVIK KI.13.00-14.00	TEKNIKHJÄLP BERGVIK KI.11.00-12.00		KREATIV VERKSTAD BERGVIK KI.12.30-14.00	MUSIKQUIZ BERGVIK KI.13.00-14.00
	CANASTA BERGVIK KI.12.00-14.00			



MÅNDAG 10/8 kl.10.00-14.00	TISDAG 11/8 kl.10.00-15.00	ONSDAG 12/8 UTFLYKT	TORSDAG 13/8 kl.10.00-14.00	FREDAG 14/8 kl.10.00-14.00
MORKULLAN - Karlslundsgatan 12 - 08-5230 64 72				
RÖRLIGHET och BALANS MORKULLAN KI.10.15-11.15	STOL-STYRKA MORKULLAN KI.10.15-11.15	MORKULLAN STÄNGT	CIRKEL- TRÄNING MORKULLAN KI.10.15-11.15	TABATA MORKULLAN KI.10.15-11.15
ÖPPET GYM MORKULLAN KI.11.15-15.00	ÖPPET GYM MORKULLAN KI.11.15-14.00	DANSBANA Dans vid Sydpoolen KI.11.00-14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN KI.11.15-14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN KI.11.15-14.00
DART MORKULLAN KI.12.00-14.00	BINGO MORKULLAN KI.13.00-14.00		AKVARELL MORKULLAN KI.10.00-11.30	FRÅGESPORT MORKULLAN KI.13.00-14.00
			CANASTA MORKULLAN KI.11.00-14.00	
BERGVIK - Telgehusvägen 4- 08-5230 23 97				
CIRKEL- TRÄNING BERGVIK KI.10.15-11.15	STOLSGYMPA BERGVIK KI.10.15-11.15	BERGVIK STÄNGT	TABATA BERGVIK KI.10.15-11.15	BALANS och STYRKA BERGVIK KI.10.15-11.15
SNICKERI BERGVIK KI.10.00-13.30	SNICKERI BERGVIK KI.10.00-13.30	DANSBANA Dans vid Sydpoolen KI.11.00-14.00	SNICKERI BERGVIK KI.10.00-12.00	SNICKERI BERGVIK KI.10.00-13.30
	TEKNIKHJÄLP BERGVIK KI.11.00-12.00		KREATIV VERKSTAD BERGVIK KI.12.30-14.00	MUSIKQUIZ BERGVIK KI.13.00-14.00



MÅNDAG 17/8 kl.10.00-14.00	TISDAG 18/8 kl.10.00-14.00	ONSDAG 19/8 PLANERINGS DAG	TORSDAG 20/8 kl.10.00-14.00	FREDAG 21/8 kl.10.00-14.00
MORKULLAN - Karlslundsgatan 12 - 08-5230 64 72				
RÖRLIGHET och BALANS MORKULLAN kl.10.15-11.15	STOL-STYRKA MORKULLAN kl.10.15-11.15	MORKULLAN STÄNGT	CIRKEL- TRÄNING MORKULLAN kl.10.15-11.15	TABATA MORKULLAN kl.10.15-11.15
ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-12.00	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-14.00		ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-14.00
TEKNIKHJÄLP MORKULLAN kl.11.00-12.00	BINGO MORKULLAN kl.13.00-14.00		AKVARELL MORKULLAN kl.10.00-11.30	FRÅGESPORT MORKULLAN kl.13.00-14.00
DART MORKULLAN kl.12.00-14.00			CANASTA MORKULLAN kl.11.00-14.00	
BERGVIK - Telgehusvägen 4- 08-5230 23 97				
CIRKEL- TRÄNING BERGVIK kl.10.15-11.15	STOLSGYMPA BERGVIK kl.10.15-11.15	BERGVIK STÄNGT	TABATA BERGVIK kl.10.15-11.15	RÖRLIGHET och BALANS BERGVIK kl.10.15-11.15
SNICKERI BERGVIK kl.10.00-13.30	SNICKERI BERGVIK kl.10.00-13.30		SNICKERI BERGVIK kl.10.00-12.00	SNICKERI BERGVIK kl.10.00-13.30
ÖNSKELÅTEN BERGVIK kl.13.00-14.00	TEKNIKHJÄLP BERGVIK kl.11.00-12.00		KREATIV VERKSTAD BERGVIK kl.12.30-14.00	MUSIKQUIZ BERGVIK kl.13.00-14.00
	CANASTA BERGVIK kl.12.00-14.00			



MÅNDAG 24/8 kl.10.00-14.00	TISDAG 25/8 kl.10.00-14.00	ONSDAG 26/8 ÖPPET HUS	TORSDAG 27/8 kl.10.00-14.00	FREDAG 28/8 kl.10.00-14.00
MORKULLAN - Karlslundsgatan 12 - 08-5230 64 72				
RÖRLIGHET och BALANS MORKULLAN kl.10.15-11.15	STOL-STYRKA MORKULLAN kl.10.15-11.15	Öppet hus inför höstterminen MORKULLAN kl.11.00-14.00	CIRKEL- TRÄNING MORKULLAN kl.10.15-11.15	TABATA MORKULLAN kl.10.15-11.15
ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-12.00	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-14.00	Drop in!	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-14.00	ÖPPET GYM MORKULLAN kl.11.15-14.00
TEKNIKHJÄLP MORKULLAN kl.11.00-12.00	BINGO MORKULLAN kl.13.00-14.00		AKVARELL MORKULLAN kl.10.00-11.30	FRÅGESPORT MORKULLAN kl.13.00-14.00
DART MORKULLAN kl.12.00-14.00			CANASTA MORKULLAN kl.11.00-14	
BERGVIK - Telgehusvägen 4- 08-5230 23 97				
CIRKEL- TRÄNING BERGVIK kl.10.15-11.15	TABATA BERGVIK kl.10.00-11.00	BERGVIK STÄNGT	TABATA BERGVIK kl.10.15-11.15	RÖRLIGHET och BALANS BERGVIK kl.10.15-11.15
SNICKERI BERGVIK kl.10.00-13.30	SNICKERI BERGVIK kl.10.00-13.30		SNICKERI BERGVIK kl.10.00-12.00	SNICKERI BERGVIK kl.10.00-15.00
ÖNSKELÅTEN BERGVIK kl.13.00-14.00	TEKNIKHJÄLP BERGVIK kl.11.00-12.00		KREATIV VERKSTAD BERGVIK kl.12.30-14.00	MUSIKQUIZ BERGVIK kl.13.00-14.00
	CANASTA BERGVIK kl.12.00-14.00			



Utflykter - Sommaren 2026

Mötesplatser för seniorer i Södertälje

I sommarschemat erbjuder vi utflykter och sommaraktiviteter de flesta onsdagar. Aktiviteterna är kostnadsfria. Ta gärna med egen fika, lunch eller picknick om du vill – ibland finns även möjlighet att köpa fika eller lunch på plats.

Bangolf betalas av deltagaren själv. Vissa aktiviteter kräver föransmälan – se schemat för sista anmälningdag. Anmäl dig via e-post:

anmalan.motesplatserna@sodertalje.se - eller prata med personalen.

Glad sommar!



DATUM / TID	UTTFLYKTER	BOKAS	PROGRAM
ONSDAG 24/6 kl.11.00–14.00 Buss hämtar vid Morkullan, Bervik, Tom Tits	Utflykt till Ytterjärna och Kulturhuset Ytterjärna	JA, senast 18/6	Lunch i Kulturhuset Promenad ner till havet. Gemensam bussresa dit och hem.
ONSDAG 1/7 kl.11.00–14.00	Besök-Torekällberget Torekällberget Möts på plats	NEJ Drop in	Promenad och picknick - ta med eget eller köp fika på plats.
ONSDAG 8/7 kl.11.00–14.00	Parkour i Badparken Möts på plats	NEJ Drop in	Gemensam fysisk aktivitet + umgänge. Medtag vattenflaska och egen picknick.
ONSDAG 15/7 kl.11.00–14.00	Dansglädje! Dansbana Sydpoolen Möts på plats	NEJ Drop in	Dans, umgänge. Medtag vattenflaska och egen fika.
ONSDAG 22/7 kl.12.00–14.00 Promenad från Bergvik kl.11.30	Bangolf Mälareparken Möts på plats, eller gemensam promenad från Bergvik.	JA, senast 17/7	Vi spelar minigolf, fika kan köpas på plats
ONSDAG 29/7 kl.11.00–14.00	Utegymp Kusensbacke Möts på plats	NEJ Drop in	Gemensam fysisk aktivitet + umgänge. Medtag vattenflaska och egen picknick.
ONSDAG 5/8 kl.10.00–14.00	Utflykt - Gillberga Möts på plats	JA, senast 31/7	Sola, bada, umgås! Medtag vattenflaska och egen picknick.
ONSDAG 12/8 kl.11.00–14.00	Dansglädje! Dansbana Sydpoolen Möts på plats	NEJ Drop in	Dans, umgänge. Medtag vattenflaska och egen fika.
ONSDAG 26/8 kl.11.00–14.00	Öppet hus - Morkullan	NEJ Drop in	Testa på aktiviteter, träffa volontärer

Kontakt: Bergvik: 08-5230 23 97 Morkullan: 08-5230 64 72

motesplatserna@sodertalje.se www.sodertalje.se/motesplatser



Södertälje kommun