Norrtälje

November 2026



Föredrag: Vart har flodkräftorna tagit vägen?

Onsdag 4/11 kl.18.30-20.30

Beståndet av flodkräftan har minskat drastiskt och läget beskrivs som kritiskt, med endast två procent kvar jämfört med för hundra år sedan. Kostnadsfritt, förbokning krävs.

Telefon: 0176 747 34 Mail: nbi@norrtalje.se

Arrangör: Naturskyddsföreningen Roslagen i samarbete med Norrtälje stadsbibliotek

Plats: Norrtälje, Norrtälje stadsbibliotek

Bokbussen Sättra Byhus

Torsdag 5/11 kl.12.40-13.15

Besök bokbussen i Sättra! För mer information om aktiviteter i Sättra Byhus, besök hemsidan https://bygdegardarna.se/sattra/aktiviteter

Plats: Sättra Byhus, Byhusvägen 20 el 24, 761 13 Riala

Julmarknad i Roslagsbro

Lördag 7/11 kl.11.00-14.00

Välkommen till Labacken, Övra Söderby, Roslagsbro. Lokala odlare/näringsidkare och lokala hantverkare säljer sitt hantverk, mat, must och liknande. Närodlat, närbrukat och närtillverkat. Det är lokalt, uppskattat och växande. Roslagsbro hembygdsförenings julmarknad sker alltså första lördagen i november på Labacken. Välkomna då!

Plats: Övra Söderbyvägen 24

Kan du påverka hur din hjärna åldras? En eftermiddag om hjärnhälsa

Måndag 9/11 kl.13.30-16.30

Hur vi äter, rör oss och umgås med andra har betydelse för hjärnans hälsa. Forskning visar att vi kan påverka flera faktorer som ökar risken för kognitiv svikt och demens.

Under eftermiddagen får du veta mer om FINGER-modellen och hur våra levnadsvanor kan stärka hjärnhälsan. Föreläsarna delar med sig av forskning, kunskap och konkreta råd som du kan använda i vardagen.

Föreläsningarna vänder sig både till allmänheten och till dig som arbetar inom vård, omsorg eller hälsofrämjande verksamhet.

Föreläsningarna är kostnadsfria men föranmälan behövs då platserna är begränsade. Anmäl dig senast 5 november på:
http://sjukvardomsorg.se/fingermodellen

Plats: Lokal Sjösala på Campus Roslagen, Evert Taubes gata 1 i Norrtälje stad

Samtal om mat & högtider

Måndag 9/11 kl.16.00-17.30

I början av 2027 anordnar Stockholms läns hembygdsförbund och Stockholms läns museum en konferens om det immateriella kulturarvet i länet. Inför konferensen vill vi samla in berättelser och exempel som finns runt om i vårt län.

Stockholms läns hembygdsförbund och Stockholms läns museum bjuder tillsammans med Sankt Eriks Gille, Roslagsbro hembygdsförening in alla intresserade till Stadsbiblioteket i Norrtälje. Vi bjuder på frukt, godis och dryck!

Fundera inför mötet på exempel på vilka mattraditioner ni har under högtiderna!

Plats: Norrtälje stadsbibliotek, Billborgsgatan 3. Vi ses i Alf Olsson rummet, en trappa upp

Sopplunch Länna

Onsdag 11/11 kl.12.00-14.00

Inger Nordebo Dahlkvist m. make. Piano, sång, ståbas.

Plats: Länna församlingsgård Lännaby 95, B

SKPFs Sopplunch

Torsdag 12/11 kl.12.00

Välkommen på sopplunch! Vi kommer att vara i orienterarnas lokal I Vigelsjö. Förutom lunch så blir det quiz till kaffet. Kostnad 120 kr för medlemmar. 170 kr för icke medlemmar. Betalas på plats med swish eller kontant. Anmälan senast den 4:e november till norrtalje.avd110@skpf.se eller 0176-17272. Välkomna.

Plats: Lommarvägen 44

SeniorNet-möte

Torsdag 12/11 kl.13-15
Öppet för alla, bjud gärna med en intresserad vän, vi bjuder på fika!
Program
- Information från Hörselfrämjandet
- Datorprogram och appar utan kostnad
- Höstens/vinterns seminarier

Plats: Roslagens sparbank Norrtälje

Afternoon tea: MusikQuiz med Ann-Mari och Hans Larsson

Torsdag 12/11 kl.14.00

Vi har återigen glädjen att bjuda in till ett fartfyllt och nostalgiskt **MusikQuiz**. Det bjuds på ett quiz som är både lekfullt och fyllt av spelglädje. En blandning av kända melodier, kluriheter och tillbakablickar där alla kan vara med, oavsett musikaliska förkunskaper utlovas. Ta med en vän, ditt bästa humör och gnugga geniknölarna, så ses vi!

Plats: Rodenkyrkan, Kråkbrinken 7A Norrtälje

Norrtäljes fotografer och deras bilder – programkväll på roslagsmuséet

Torsdag 12/11 kl.18.00-19.00

Eva Landberg, Roslagens fornminnes- och hembygdsförening, berättar om de fotografer som haft sin ateljé i Norrtälje, och visar miljöer och porträtt från deras verksamhet. Kostnadsfritt.

Aktuell utställning på Roslagsmuseet:

FÅNGADE ÖGONBLICK
En fotografisk tidsresa
2026.10.24 – 2027.04.10

Plats: Roslagsmuseet, Hantverkaregatan 23

Arkivens dag på Stadsarkivet

Lördag 14/11 kl.11.00-15.00

Program
- kl.12.00: Föreläsning ”Pythagoras och dess historia”
- kl. 13:00: Föreläsning ”Mekaniseringen av jordbruket 1870–1945, exemplet Penningby”

Under dagen är släktforskarföreningen på plats på stadsarkivet och erbjuder stöd till dig som vill komma igång med släktforskning.

Kostnadsfritt

Plats: Norrtälje stadsarkiv, Lundmansgatan 6

Vernissage av What stays hidden på Norrtälje Konsthall

Lördag 14/11 kl.12.00

Anton Lind & Sofia Olsson,14:e november 2026 – 13:e februari 2027

Tid och måleri hör ihop. Hos Anton Lind och Sofia Olsson framträder tiden som lagrade skikt. Den är trasslig, mångfaldig och sträcker sig åt alla håll. Här pågår, och syns, det ena alltid genom det andra: tiden, arbetet och allt vi tror oss veta.”

- Joel Odenbrant Ur boken *What stays hidden*

Öppning av utställningen sker kl.12.00. Invigningstal i närvaro av konstnärerna kl. 15.00

Lunchvisningar av utställningen 18/11, 2/12 och 16/12 kl. 12.15
Alltid fri entré!

Plats: Norrtälje Konsthall, Galles Gränd 7

Bokmässan i Norrtälje – Mellan mörker och magi

Lördag 14/11 kl.11.00-15.00

Temat för årets bokmässa är "Mellan mörker och magi" och en av höjdpunkterna blir ett samtal med succéförfattaren Mats Strandberg kl.14.00 på scen.

Lokala författare och böcker att köpa.
Ett tjugotal författare väntas medverka. Flera har lokal anknytning, bland andra Gustafson & Kant, Magnus Abrahamson, Cecilia Sjögren, Maria Ek och Rose Tillberg Mattsson. Roslagens bokhandel säljer Mats Strandbergs böcker på plats. Passa på att fixa julklappsböckerna.

Plats: Norrtälje stadsbibliotek

Lördagspoesi, tema: frö

Lördag 14/11, kl.14.00

Kom och läs upp en dikt. Förutsättningar:
- egenskrivet.
- max fem minuter per person. (Kort är bättre än långt).
- följ temat.
- en dikt. (Ja, det är tänkt att vara en, inte flera.)
- poesi. Poesi, som i rim, haiku eller liknande.

Föranmälan till: Anette Grinde, tfn/sms 0708 905 731

Arrangör: Mångfald Tillsammans (ideell förening)

Plats: Norrtälje Bokhandel

Föreläsning: Att flytta ett hus

Måndag 16/11 kl.19.00-20.57

Är det en vettig idé att flytta ett fint gammalt hus från Gränna till Övernäs i Roslagsbro? Det tycker åtminstone Mia och Mårten Svanborg. Följ

deras projekt att montera ner och montera upp en timrad kåk för att skapa ett hem med moderna bekvämligheter och som uppfyller dagens byggnormer. Kostnadsfritt.

Arrangör: St Eriks Gille, Roslagsbro hembygdsförening

Plats: Sockenstugan i Roslagsbro

Våtmarkernas klimatnytta

Tisdag 17/11 kl.18.30–20.30

Välkommen på en föreläsning med Hillevi Eriksson, klimatspecialist på Skogsstyrelsen, som berättar om våtmarker och deras betydelse för klimatet. Kostnadsfritt. Anmäl dig i god tid via mejl till anette.grinde@foretagshuset.net eller på telefon 070-890 57 31.

Arrangör: Mångfald Tillsammans

Plats: Norrtälje stadsbibliotek

Tekniska hjälpmedel vid kognitiv svikt/demens

Torsdag 19/11 kl.15.00-16.30 och 18.00-19.30

Sara Säterstam, arbetsterapeut på Abilia visar hjälpmedel och svarar på frågor

Arrangör: Roslagens demensförening
Plats: Mariagården, Kyrkogatan 4 Norrtälje

Sand & Hallander – konsert

Torsdag 19/11 kl.19.00-20.00

Den kritikerrosade artist och låtskrivarduon Sand & Hallander kommer till Folkets hus och gör en konsert för de lokala invånarna.

Nina Sand och Emmalisa Hallander har även hunnit skapa sig namn på varsitt håll på den svenska musikscenen. Monica Zetterlund-stipendiaten Hallander med två fina soloalbum, turné i Japan och Allsång på skansen. Sand som pianist och sångare i musikaler och med stora artister.

Cafeterian är öppen från 17:00 med AW erbjudande på räkmacka.

Biljett 100 kr bokas via: https://billetto.se/e/sand-hallander-biljetter-1993258 eller i förväg via besök på Folkets hus.

Plats: Folkets hus Norrtälje, Galles Gränd 5

Danshälsa

Tisdag 20/11 kl.13.00-15.00

Danshälsa är lustfyllda rörelser för kropp och själ. Enkla rörelser görs sittande på stol där gemenskap, närvaro och rörelseglädje står i fokus.

Danshälsa är särskilt lämpad för neurologiska och kognitiva sjukdomar såsom Parkinson och demens men även för andra psykosociala eller kroppsliga besvär. Danshälsa är bra för att träna balans, koordination, frigör må-bra-hormoner och kan minska stress, vilket också gör det till en bra aktivitet för anhöriga.

Aktiviteten är kostnadsfri och vi bjuder på fika.

Anmälan via **anhorigstod@norrtalje.se** eller ring 0176-28 41 91

Plats: Lilla Brogatan (tidigare turistbyrån) i Norrtälje stad

ABBA-allsång

Tisdag 20/11 kl.18.00-20.00

Äntligen Abba-allsång i Norrtälje!

Vi öppnar cafeterian kl.16:00 för de som vill komma och ta del av vårt AW-erbjudande med Taco buffé. Allsången drar igång kl.18:00.

Allsångsledaren Anna-Karin Nytell Oldeberg "ako", tillsammans med musikerna Ulf Holmberg, Kent Wennman och Arvid Nerdal, skapar en oförglömlig kväll där publik och artister smälter samman i sång och glädje. Vi gräver guld ur ABBAs låtkista och huvudartisten är ni, kära publik!

Biljett 250 kr via https://billetto.se/e/abba-allsang-biljetter-1910611 Har du svårt att boka digitalt kan du få hjälp att boka i förväg via besök på Folkets hus

Plats: Folkets hus, Galles Gränd 5

Julmarknad på Lohärad bygdegård

Söndag 22/11 kl.11.00-15.00

Försäljning av hantverk inne och ute. Lotteri, fiskdamm, café med jultema**.**

Plats: Lohärad bygdegård

SKPFs Månadsmöte

Tisdag 24/11 kl.13.00

Den 24:e november kl. 13.00 kommer två sjuksköterskor från kognitiva mottagningen (Minnesmottagningen) på TioHundra. De informerar om sin verksamhet, om minnet, åldrande hjärnan, vad kan vi göra själva mm. Fika 40 kr. Anmälan senast 18-e november till norrtalje.avd110@skpf.se eller 0176-17272

Sopplunch Riala

Onsdag 25/11 kl. 12.00-14.00

Andakt Margareta Yttergård, musiker Anders Jalkeus. Riala barnkör under ledning av Ellinor Videfors sjunger på sopplunchen.

Plats: Riala prästgård, Bergshamravägen 337, Bergshamra

Julkonsert – programkväll på roslagsmuseet

Torsdag 26/11 kl.18.00-19.00

Ellen Boström, fiol, och Sven Fredriksson, klaver, bjuder på stämningsfull julmusik i folkton. Roslagsmuseet övervåning, ingen förbokning, begränsat antal platser.

Plats: Roslagsmuseet, Hantverkargatan 23

Träffpunkt Afasi i Norrtälje

Måndag 30/11 2026, kl.13:00-15:00

Vi inbjuder dig med afasi och dina anhöriga att komma och fika, prata och dela erfarenheter!

Anmäl dig gärna om du har möjlighet eller bara kom vi finns på plats och tar emot! Anhöriga kan delta i egen samtalsgrupp som pågår samtidigt. Anmälan till Maggan Forselius 076-556 13 90 Majsan Naess 073-816 51 81

Plats: Cafeterian Folkets Hus Norrtälje

Återkommande aktiviteter

Träningslust i Roslagen – Träning alla dagar i veckan

Måndag kl. 11.00-12.00 samt 85+ gruppen kl. 14.30-15.30
Tisdag kl. 10.00-11.00
Onsdag kl. 14.00-15.00
Torsdag kl. 10.00-11.00 samt 85+ gruppen kl. 14.30-15.30
Fredag kl. 10.00-11.00

Det blir varierande pass: mixpass, gympa, tabata, combipass. Du har också tillgång till gym under de tider som vi har träningspass i hallen. Medlems- och träningsavgiften i Norrtälje är 1300 kr per år.

På måndagar och torsdagar har vi pass för dig som är 85+ (kl.14.30-15.30). Kostnadsfritt för alla över 85 år och efter varje pass serveras kaffe och smörgås som ICA Flygfyren bjuder på. På måndagar är det cirkelträning och på torsdagar är det sittgympa på stol och yoga på stol.

Plats: Mathildahallen, Albert Engströms gata 1A, Norrtälje

Tennis med SPF Rurik – måndagar kl.9.00-11.00

Vi spelar dubbel och bara korta set, då får vi spela oftare. Du som inte är SPF-medlem kan ansluta och testa aktiviteten för att sedan besluta dig för att bli medlem. Mer information: Hans-Gunnar Andersson, tel. 070 616 35 48

Plats: Tennishallen vid Rodengymnasiet, Baldersgatan 14A Norrtälje

Stavgång PRO Norrtälje – måndagar kl.11.00-12.30

Kom och promenera med oss med eller utan stavar. Vi samlas vid Folkets hus för ca 1,5 timmes stavgång. Vi är inga hurtbullar, utan går i

lagom takt, så att vi hinner umgås och prata. Ansvarig: Eva Lindberg Rendahl 070 043 6261

Plats: Samling Folkets hus Norrtälje, Galles gränd 5

Syjunta Vätö – tre måndagar

Måndag 2/11, 16/11 samt 30/11 kl.11.00-13.30

Med Mainy Söderholm.

Plats: Vätö församlingsgård, Vätö kyrkväg 31

Språkcafé Mariagården – måndagar kl.13.00-14.30

Vi träffas och pratar svenska, ingen anmälan du är välkommen! Diakon Margareta Yttergård.

Plats: Mariagården, Kyrkogatan 4 Norrtälje

Anhörigcafé – en måndag i månaden

Måndag 30/11 kl. 13.00-15.00

Juridik för anhöriga med Maria Nyström Agback

Maria är jurist med lång erfarenhet av att vägleda anhöriga. Lär dig mer om rättigheter, skyldigheter, sekretess och fullmakter. Du får också möjlighet att ställa egna frågor.

Vårdar eller stödjer du någon med kognitiv svikt eller demenssjukdom som har svårt att klara vardagen på egen hand?

Kom och träffa andra i samma situation och byt erfarenheter. Vi bjuder på fika. Ingen föranmälan behövs, du är välkommen när du vill och kan. Stödet till anhöriga är kostnadsfritt och vi har tystnadsplikt.

Kontakt: Maria, tel. 0176-746 74 / Lotta, tel. 0176-28 41 91 eller e-post till **anhorigstod@norrtalje.se**.

Plats: Lilla Brogatan (tidigare turistbyrån) i Norrtälje stad

Stavgång – måndagar året om

Måndagar kl.9.30

Vi vandrar med eller utan stavar efter fina promenadstråk i skogen. Är det snö och is går vi på gångvägarna i närområdet.

Om du inte vill gå med kan du ändå komma till Rodenkyrkan för gemensam fika kl.10.30. Kom med när DU kan. Vi vandrar i alla väder.

Plats: Rodenkyrkan, Kråkbrinken 7A

Teater- och dramagrupp – måndagar, varannan vecka kl.18.00-20.00

Måndag 9/11 samt 23/11

I lek, drama och teater övar vi på koncentration, tillit, samarbete och fantasi - som stärker och utvecklar individen och gruppen. Mycket av det vi gör stannar inom gruppen. Ibland medverkar gruppen i olika kyrkliga sammanhang.

Är du intresserad av att vara med? Anmäl dig till dramapedagog Vicki Kipler: 0176-774 46 victoria.kipler@svenskakyrkan.se

Plats: Frötunagården, Rösavägen 29

Boule SPF Rurik – måndagar, torsdagar, lördagar

Måndagar och torsdagar kl. 9.45, lördagar kl. 13.00

Spela boule med SPF Rurik. Avgift 30kr/gg**.** Medtag egen fika. Du som inte är SPF-medlem kan ansluta och testa aktiviteten för att sedan besluta dig för att bli medlem. Ansvarig: SPF Rurik: Lars Eriksson tfn 070-5610406.

Plats: Från oktober i boulehallen vid sportcentrum

Träna svenska, språkcafé Rödakorsgården – tisdagar kl.10.00-12.00

Kom in för språkträning, fika och trevligt umgänge!

Plats: Rödakorsgården, Trädgårdsgatan 5 Norrtälje

Aktiv Senior, Öppen Arena – tisdagar t.o.m 15 december

Tisdagar kl. 11.00–12.00

Gruppträning för alla 65+ som vill röra på sig tillsammans med andra. Fokus på balans, rörlighet, styrka och kondition.
Kostnadsfritt, ingen föranmälan.

Info: Linda Wrangell Sjögren, Folkhälsosamordnare, tel: 0176-714 01, e-post: linda.wrangell-sjogren@norrtalje.se

Plats: Friskis och Svettis lokal Hangaren, Gustaf Adolfs väg 51, Norrtälje

Miniseminarier med Seniornet Roslagen – tisdagar i november

3/11	kl. 10.30 - 12.00	Säker på nätet
	kl. 13.30 - 15.00	Mobiltips för vardagen
10/11	kl. 10.30 - 12.00	Kom igång med mobilen (Android)
	kl. 13.30 - 15.00	Ordning och reda i din digitala värld
17/11	kl. 10.30 - 12.00	Kom igång med AI
	kl. 13.30 - 15.00	Ge dina bästa mobiltips
24/11	kl. 10.30 - 12.00	Mer om din mobiltelefon (iPhone)
	kl. 13.30 - 15.00	Mer om din mobiltelefon (Android)

Plats: Norrtälje Stadsbibliotek

Lunchmusik med andakt Norrtälje kyrka – tisdagar kl.12.00-12.30

Varierad musikunderhållning.

Plats: Norrtälje kyrka, Kyrkogatan 4 Norrtälje

Biljard SPF Rurik – tisdagar kl.13.00-15.00

Vi spelar biljard varje tisdag i två timmar med kaffepaus. Vi vill gärna starta en eller flera nya grupper. Nybörjare får prova på två gånger med utbildning och råd om hur man gör. Du som inte är SPF-medlem kan ansluta och testa aktiviteten för att sedan besluta dig för att bli medlem.

Anmälan kan göras på mail till lee021@icloud.com eller på telefon 070-561 04 06.

Plats: Norrtälje Biljardklubbs lokal, Stockholmsvägen 17, i källaren ingång på baksidan.

SeniorNet Roslagen tekniskt stöd – tisdagar

Tisdagar kl. 10.00-12.00 och 13.00–15.00

SeniorNet Roslagens handledare hjälper andra seniorer använda digital teknik. Du kan få hjälp med din PC, Mac, surfplatta eller telefon.

Via projektet ”Låna en surfplatta” kan seniorer som idag inte har dator eller surfplatta, låna en. Info: https://roslagen.seniornet.se/prova-pa eller kontakta oss via roslagen@seniornet.se

Plats: Norrtälje stadsbibliotek, en trappa upp

Meditation – fyra tisdagar i november

Tisdag 3/11, 10/11, 17/11 samt 24/11 kl.19.00-20.00

Är det första gången? Kom en kvart innan! Har du frågor kontakta Sophia Sigurdsdotter Roman, tel. 0176-77439. Ingång via sakristian.

Plats: Norrtälje kyrka, Kyrkogatan 4 Norrtälje

Anhörigstöd rådgivning Drop-in – tisdagar & onsdagar kl. 13.00-16.00.

Rådgivning kring omsorgsfrågor erbjuds på plats på tisdagar och onsdagar. Kontakt via telefon 0176-714 17 på vardagar som inte är röda dagar. Välkommen!

Plats: Lilla Brogatan 3 B, Norrtälje stad

Öppen ateljé – tisdagar, onsdagar, torsdagar

Tisdagar kl.13.00-21.00, onsdagar kl.13.00-17.00 samt torsdagar kl.13.00-21.00.

En plats där vi som gillar att skapa möts. Du kan dreja, tova, sticka, virka, sy, måla, pyssla med mera. Vi har konstnärsmaterial, lera,

drejskivor, ull, färger, verktyg, tyg och symaskiner. Det går bra att ta med sig sitt eget material, handarbete eller slöjdprojekt också.

Plats: Aktivitetshuset Magasinet, Baldersgatan 14

Musikcafé på Magasinet – onsdagar 11.00-13.00

Musikquiz: 11/11, 25/11

Artister: Stefan Tangen 4/11, Erik Ryberg 18/11

Varmt välkomna till Magasinets populära musikcafé! Magasinets personal med Roger Gustafsson i spetsen underhåller med både allsång, inspelad- och levande musik. Härlig stämning, kluriga frågor och många skratt utlovas. Dörrarna öppnas kl.10.50.

Entréavgift: 30 kronor, fika till självkostnadspris.

Plats: Aktivitetshuset Magasinet, Baldersgatan 14 Norrtälje (ligger intill Rodengymnasiet)

Handarbeta med PRO – onsdagar kl.13.00-15.00

Ansvarig: Anki Stenström
Pågår tom 15 dec.

Plats: PRO Norrtäljes föreningslokal, Galles gränd 5 (Folkets hus)

Filosoficafé – onsdag en gång i månaden

Onsdag 11 november kl. 18.30-20.00

Att filosofera är att stanna upp, rikta uppmärksamheten mot något, ett begrepp eller en fråga och undersöka detta utifrån olika perspektiv och i olika sammanhang. Välkommen att med öppet sinne erinra dig, tänka och utforska tillsammans med andra i fria och respektfulla samtal.

Biblioteket bjuder på fika. Samtalsledare: Elinor Hållén, Doktor i filosofi, Uppsala universitet och medlem i Svenska sällskapet för filosofisk praktik. Föranmälan via mail nbi@norrtalje.se eller telefon 0176 747 34

Plats: Norrtälje bibliotek

Café Frötuna – torsdagar kl.10.00-12.00

Caféet inleds med program av något slag, därefter serveras kaffe och te med dopp, 30kr. Här möts vi - Här trivs vi - Här umgås vi!

Plats: Frötunagården, Rösavägen 29

Sjung bara sjung i Markuskyrkan – tre torsdagar

Torsdag 5/11, 12/11 och 19/11 kl.10.45-11.45

Välkommen du dagledig som längtar efter att sjunga. Vi gör enkla röstövningar och sjunger enkla sånger för glädjens skull
Vill du och har tid, kan du efter sången vara med på andakt kl 12.00 för att sedan ta en gemensam fika.
Ingen föranmälan krävs.

Plats: Markuskyrkan, Grindvägen 9 Norrtälje

Sopplunch med andakt i Markuskyrkan – torsdagar kl.12.00-14.00

Sopplunch och andakt i Markuskyrkan. Musiker Ellinor Videfors.

Plats: Markuskyrkan, Grindvägen 9 Norrtälje

Minneskören – torsdagar en gång i månaden

Torsdag 5/11 kl.13.00-15.00

Tillsammans sjunger vi sånger vi minns med melodier som väcker minnen och sprider glädje.

Är du anhörig? Här finns det möjlighet att välja att komma tillsammans med din närstående. Du behöver inte ha några förkunskaper, det kostar inte något att delta och alla är varmt välkomna! Vi bjuder på fika!

Plats: Lilla Brogatan (tidigare turistbyrån) i Norrtälje stad

Tälj i trä – torsdagar kl.18.00-21.00

Varmt välkomna till Magasinets mysiga ateljé och lär dig eller vidareutveckla dina kunskaper i att tälja i trä. Material, verktyg och handledare finns på plats. För dig mellan 15–115 år.

Plats: Aktivitetshuset Magasinet, Baldersgatan 14

Mattcurling – måndagar 14.30-16.30 och torsdagar kl.10.00-12.30

Arrangeras av PRO tillsammans med SPF Rurik. Avgift 30kr/gg**.** Medtag egen fika. Du som inte är PRO/SPF-medlem kan ansluta och testa aktiviteten för att sedan besluta dig för att bli medlem. Ansvarig: PRO Norrtälje Anita Mattsson, tel. 070 203 1785. SPF Rurik: Jan-Erik Enström tel. 070 685 2336

Plats: Campus Roslagen Gymnastikhall, Nordrona Sporthall Kaserngatan 2

Handarbetsträff Lohärad – måndagar kl.18.00-20.30

Ta med din stickning, virkning eller annat roligt handarbete, så ses vi! 30 kr inkl. fika. Ingen föranmälan behövs. Gå in på vår hemsida loharadbygdegard.se eller ring telefonnummer 072-714 94 19 samma dag ifall det skulle vara inställt.

Plats: Lohärad Bygdegård, Lohäradsvägen 231

Gåfotboll – onsdagar kl.10.00-12.00

Samling kl.09:45 i Klubbstugan. Kl.10:00 börjar träningen/matchen. Sedan är det go fika i eller utanför klubbis. Läs mer på BKV Gåfotboll

Plats: BKV klubblokal/Sportfältet Norrtälje Sportcentrum, Gustaf Adolfs väg 53

Språkcafé Rodenkyrkan – onsdagar kl.13.00-15.00

Vi fikar och pratar om olika ämnen på lätt svenska.
Alla är välkomna!

Plats: Rodenkyrkan, Kråkbrinken 7A

Garnkväll Rodenkyrkan – onsdagar kl.18.00-19.30

Välkommen att handarbeta tillsammans i en fin gemenskap! Vi träffas i Rodenkyrkan varje onsdag där vi pysslar, hjälps åt, inspirerar varandra,

umgås och fikar tillsammans. Ta med dig ditt handarbetsprojekt och kom! Ingen föranmälan krävs. Det kostar ingenting att vara med, men vi hjälps åt att ansvara för fikat under terminen. Vid frågor, kontakta Caroline, 070–717 10 75

Plats: Rodenkyrkan, Kråkbrinken 7A

Träna svenska – torsdagar 13.00-14.30

Vill du träna din svenska tillsammans med andra?
Vi samtalar på lätt svenska i mindre grupper och tränar på ord och uttal. Passar dig som redan kan en del svenska och vill träna mer. Att vara med är gratis och du behöver inte anmäla dig.

Plats: Norrtälje stadsbibliotek, plan 2

Trevliga torsdagar – torsdagar kl.13.00-14.00

Musikunderhållning av olika artister, kaffe med dopp och lotteriförsäljning, välkommen!
5/11 Stefan och Tobbe ”Gott och blandat”
12/11 Staffan Klingspor Sång och musik från Österrike ”Hösttema”
19/11 Kurt Dahl ”Allsång”
26/11 No Name “Dansbandstoner”

Plats: Rödakorsgården, Trädgårdsgatan 5 Norrtälje

Café Rosenlund – torsdagar kl.13.00-15.00

Välkomna till Rosenlundskyrkan! Kaffe med dopp. Här möts vi, här trivs vi, här umgås vi.

Plats: Rosenlundskyrkan, Rosenlundsvägen 3 Bergshamra

Café Just nu, Roslagens demensförening – torsdagar en gång i månaden

Torsdag 12/11 kl. 13.30-15.30

Välkommen till *Café Just Nu*, en mötesplats för par där ena partnern har en kognitiv sjukdom. Målsättningen med Café Just Nu är att skapa en

mötesplats med möjlighet att träffa andra i samma situation och få nya vänner.

En plats där man känner gemenskap och trygghet så man vågar vara sig själv. Träffarna är avgiftsfria, föranmäl dig gärna till justnu2023@gmail.com / tel. 070 - 482 99 61

Plats: Mariagården, Kyrkogatan 4 Norrtälje

Torsdagsträffar

Torsdag 12/11 och torsdag 26/11 kl.18.30-20.30

Kom och dansa, fika eller bara prata bort en stund!

Plats: Lohärad bygdegård

Yoga för seniorer – fredagar kl.10.00-11.00

Varmt välkomna att delta i yoga för seniorer på Aktivitetshuset Magasinet. Du väljer själv om du vill använda en stol eller en yogamatta.

Magasinets café håller öppet.
Ingen föranmälan krävs. Kostnad 30 kr. Info: Roger Gustafsson, tel. 0176-713 91.

Plats: Aktivitetshuset Magasinet, Aktivitetshallen på övre plan. Baldersgatan 14

Frukost på Café Maria – fredagar kl.07.30-10.00

På fredagar serveras en härlig frukost i Mariagården. Pris 30kr.
Café Marias övriga öppettider är måndagar 10-14,
Tisdagar 10-14 samt torsdagar 10-14

Plats: Mariagården, Kyrkogatan 4 Norrtälje

Enskild digital handledning Norrtälje bibliotek – fredagar

Fredagar kl.12.30-14.30, observera att tidsbokning krävs
Samtliga datum i november: 6/11, 13/11, 20/11, 27/11

Digital handledning för dig som vill bli en mer självständig användare av digital teknik. Ta med din egen dator, mobil eller surfplatta så hjälper vi dig att komma igång. Kostnadsfritt.

Bokningsförfrågan via telefon 0176 747 34, mail till nbi@norrtalje.se eller fysiskt besök på biblioteket.tjm

Plats: Norrtälje Stadsbibliotek, Billborgsgatan 3

Öppet fik Rodenkyrkan – en lördag i månaden

Lördag 14 november kl. 20.00-23.00

Gemenskap för nya och gamla i Norrtälje. Drop in under kvällen. info@rodenkyrkan.se

Plats: Rodenkyrkan, Kråkbrinken 7A

Spela Bridge med Norrtälje Bridgesällskap – Återkommer hela hösten

Nybörjarkurser lördagar kl.10–12 och måndagar kl.18–20.
Speldagar: Nybörjarspel onsdagar kl.18–20.
För de som kan lite mer: onsdagar kl.9.45-13.30 och fredagar kl.9.45-13.30. Allt återkommer hela hösten. Anmälan och info: Göran Mattsson, tel. 070-311 1766 eller goranmattsson46@gmail.com

Plats: Hantverkaregatan 6, Norrtälje

Evenemang och aktiviteter i Norrtälje kommun hittar du i evenemangskalendern på hemsidan:

Evenemangskalender
www.norrtalje.se/evenemang/

Bibliotekens evenemang finns här:

Evenemang - Biblioteken i Norrtälje
/www.bibliotek.norrtalje.se/evenemang

Väntjänsten i Norrtälje (Svensk- och finsktalande) söker nya volontärer!

Väntjänsten i Norrtälje är en ideell förening som arbetar på frivilligbasis med att motverka ensamhet.

Vill du vara en vän?
Vi volontärer ger lite av oss själva och vår tid som stöd och sällskap för att bryta ofrivillig ensamhet.

Vill du besöka en ensam senior och göra sällskap till aktiviteter?
Hör av dig till oss!

Telefon: 076–0766935
E-post: vantjansten2024@gmail.com

Telefontider:
Måndag, onsdag och fredag 13.00 – 15.00

Vännerna genomgår en utbildning och har självklart tystnadsplikt.

Träffpunkter Bergshamra, Blidö, Lohärad och Norrtälje

Bergshamra, bygdegårdsvägen 2 A
Kontaktperson: Gullvi Klarheden, tfn: 0708–712712,
e-post: traffbergshamra@gmail.com

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Fredag	**Aktivitet varierat program**, rullande schema • Musikunderhållning med kaffe och smörgås • Film med läsk och popcorn • Handarbetscafé med kaffe och kaka • Öppen fredag med kaffe och smörgås	13.00 – 15.00	Gullvi Klarheden

Blidö, Blidösockens hembygdsgård, Silversmedens hus.
Kontaktperson: Kristina Söderman, 0708–345723,
kristinasoderman@hotmail.com

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Fredag	**11 september** – Fika och besök från Kulturhallen (kl. 12.00) **25 september** – Fika och besök som berättar om fiskeutställningen och fiskets historia (kl. 11.00) **9 oktober** – Fika och besök från Internetstyrelsen info om bedrägerier. Digital visning av Silversmedens hus (kl.13.00) **6 november** – Fika och besök som ger introduktion och support i dataanvändning, ta gärna med egen bärbar dator (kl. 11.00) **20 november** – Fika och samtal om sjöfarten i Blidöbygden och kvinnornas lott när männen var på sjön (kl. 11.00) **11 december** - Adventsfika	10.00 – 13.00	Kristina Söderman

Fika och umgänge varvas med besökande som berättar eller informerar om olika frågor. Tid för dessa besök anges i parentes.

Norrtälje, Lundmansgatan 4D källarplan, ingång genom trapphuset (hiss finns). Kontaktperson: Riitta Lukander, tfn: 076–1965019, e-post: traffnorrtalje@gmail.com

Dag	Aktivitet	Tid	Kontaktperson
Måndag	**Handarbetsgrupp för kvinnor** (tvåspråkig, finska/svenska)	11.00 – 13.00	Eeva-Maija Mattsson, 073–5284942
Måndag	**Måndagscafét**	13.30 – 15.00	Carin Eriksson 070–513 4708
Tisdag	**Handarbetscafé**	10.00 – 13.30	Kerstin Lennartsson, 070–2890386
Tisdag	**Teatergrupp Uniikki** (tvåspråkig, finska/svenska)	14.30 – 17.30	Eija Sarikka, 070–5238528
Onsdag	**Glada Seniorer**, grupp som diskuterar olika aktuella frågor, ordnar föreläsningar med mera	13.00 – 15.00	Allan Fahlström, 072–2014239
Torsdag	**Seniorcafé** (tvåspråkig, finska/svenska)	12.30 – 14.00	Anja Mäkinen, 070–1161290

Aktiviteterna bedrivs i samverkan med: Hjärt- och lungföreningen, Väntjänsten i Norrtälje och PRO