



Träffpunkt Storgatan 11:s månadsblad

Maj 2024

Välkommen till en mötesplats för dig som är senior 65+

Här är du välkommen för en stunds sällskap, ta en kopp kaffe, läsa dagens UNT eller Svenska Dagbladet. Alla våra aktiviteter är kostnadsfria men du betalar för fika, mat, hobbymaterial och viss underhållning. Våra träffpunkter är kontantfria så du betalar med kort eller med swish. Dörrarna styrs av tidlös som öppnar 9.00 och låses 16.00. Mellan 08.00–09.00 och 16.00–16.30, ring på dörrklockan så öppnar vi.

Våra öppettider

Helgfri vardag, måndag–torsdag 08.00–16.30, fredag 08.00–16.00.

Några av våra aktiviteter

Här erbjuder vi bland annat: Qigong • Bingo • IT-café • Schack • Linedance

Träffpunkt Storgatan 11

Våra lokaler

Träffpunkt Storgatan 11 erbjuder Uppsalas **65+ och pensionärs-föreningar** lokaler för sammankomster av olika slag. För bokning av lokal, ring [018-727 51 24](tel:018-7275124) mellan klockan 09.00–12.00 helgfria vardagar eller skicka e-post till: storgatan11@uppsala.se.

Med reservation för ändringar i programmet.

Onsdag 1 maj
Stängt.

Torsdag 2 maj
09.30–12.30 **Schack** för alla

Fredag 3 maj
10.30–11.15 **Qigong** består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen. Ha gärna med egen vattenflaska samt ha mjuka sköna kläder.

Måndag 6 maj
10.00–12.00 **IT-café**. Kom och få hjälp med din mobil, padda eller dator.
12.30–16.00 **Bingo**
14.00–16.00 **Pingis** i foajén

Tisdag 7 maj
10.00–13.00 **Flitiga fingrar**. Kom och sy, sticka och umgås.
12.30–16.30 **Kortspel**. Vi spelar poängpoker.
11.00–12.00 **Kom och besök oss**, vi bjuder på en kopp kaffe och berättar för dig om vår verksamhet.

Onsdag 8 maj
11.00–11.45 **Linedance** i stora salen
12.00–12.45 **Pingis** i foajén

Torsdag 9 maj
Kristihimmelsfärdsdag. **Stängt**

Fredag 10 maj
10.30–11.15 **Qigong** består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen. Ha gärna med egen vattenflaska samt ha mjuka sköna kläder.

Måndag 13 maj

10.00–12.00 **IT-café**. Kom och få hjälp med din mobil, padda eller dator.

12.30–16.00 **Bingo**

14.00–16.00 **Pingis** i foajén

Tisdag 14 maj

10.00–13.00 **Flitiga fingrar**. Kom och sy, sticka och umgås.

12.30–16.30 **Kortspel**. Vi spelar poängpoker.

Onsdag 15 maj

11.00–11.45 **Linedance** i stora salen

12.00–12.45 **Pingis** i foajén

Torsdag 16 maj

09.30–12.30 **Schack** för alla

Fredag 17 maj

10.30–11.15 Qigong. **INSTÄLLD.**

Måndag 20 maj

10.00–12.00 **IT-café**. Kom och få hjälp med din mobil, padda eller dator.

12.30–16.00 **Bingo**

14.00–16.00 **Pingis** i foajén

Tisdag 21 maj

10.00–13.00 **Flitiga fingrar**. Kom och sy, sticka och umgås.

12.30–16.30 **Kortspel**. Vi spelar poängpoker.

Onsdag 22 maj

11.00–11.45 Linedance. **INSTÄLLD.**

12.00–12.45 **Pingis** i foajén

Torsdag 23 maj

09.30–12.30 **Schack** för alla

Fredag 24 maj

10.30–11.15 **Qigong** består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen. Ha gärna med egen vattenflaska samt ha mjuka sköna kläder.

Måndag 27 maj

10.00–12.00 **IT-café**. Kom och få hjälp med din mobil, padda, dator.

12.30–16.00 **Bingo**

14.00–16.00 **Pingis** i foajén

Tisdag 28 maj

10.00–13.00 **Flitiga fingrar**. Kom och sy, sticka och umgås.

12.30–16.30 **Kortspel**. Vi spelar poängpoker.

11.00–12.00 **Kom och besök oss**, vi bjuder på en kopp kaffe och berättar för dig om vår verksamhet.

Onsdag 29 maj

09.30–13.00 **Träffpunkten flyttar ut: Aktivitetsdag på Summer Zone i Uppsala**

I år är det dags igen – en glädjefylld dag med aktiviteter och umgänge på Summer Zone, vid Studenternas bandyplan.

Kom och umgås med andra besökare, träffa personal från Träffpunkterna, Seniorbostäder och andra inbjudna verksamheter. Delta i sociala och fysiska aktiviteter och ha en härlig dag tillsammans med oss.

Program för dagen finner du längst bak i månadsbladet och publiceras även på vår hemsida, www.traffpunktsejor.uppsala.se.

Hoppas vi ses där!

11.00–11.45 **Linedance** i stora salen

12.00–12.45 **Pingis** i foajén

Torsdag 30 maj

09.30–12.30 **Schack** för alla

Fredag 31 maj

10.30–11.15 **Qigong** består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen. Ha gärna med egen vattenflaska samt ha mjuka sköna kläder.

12.00–14.00 **Vi grillar korv**, har quiz och sjunger visor tillsammans. Korv 20 kronor. Vid regn ställer vi in.

Välkommen!

Håll utkik efter ändringar på vår webb. Du hittar det på [Träffpunkt Storgatan11:s startsida](#) under ”Aktuellt”.

Hjälp oss att bli bättre! Du kan lämna dina synpunkter eller ditt förbättringsförslag direkt på webben: <https://etjanster.uppsala.se/s/vof-synpunkt>. Du kan också hämta ut blanketten på din träffpunkt.

Följ gärna vår **facebook**sida:

www.facebook.com/traffpunkter65uppsalakommun

Kontakta oss gärna för mer information

Helgfri måndag–torsdag 8.00–16.30, fredag 8.00–16.00.

Telefon **018-727 51 24** eller e-post: storgatan11@ uppsala.se

Storgatan 11, centrum

Aktivitetsdag på Summer Zone för dig som är 65+

Program för onsdag 29 maj 09.30-13.00:

Schemalagda aktiviteter leds av instruktörer. Kom till samlingspunkten 5 minuter innan aktiviteten börjar.

TID	SAMLINGSPUNKT	
09.50-13.00		
Balansbana	Siffra 1	<i>Drop-in</i>
09.50-10.20		
Gå-innebandy	Siffra 4	
Linedance	Scen	
10.00-13.00		
Akvarellmålning	Siffra 1	<i>Drop-in</i>
10.30-11.00		
Minitennis	Siffra 4	
Sittgympa	Siffra 3	
11.00-13.00		
Boccia	Siffra 5	<i>Drop-in</i>
11.10-11.40		
Gå-Fotboll	Siffra 4	
Yoga	Siffra 3	<i>(tag gärna med egen matta)</i>
11.50-12.20		
Qigong	Siffra 3	
Volleyboll	Siffra 2	
12.30-13.00		
Zenba	Scen	
Core	Siffra 3	<i>(tag gärna med egen matta)</i>

Träffpunkter 65+ & Seniorbostäder

Karta över aktivitetsytan på Summer Zone med samlingspunkterna utmarkerade.



Träffpunkter 65+ & Seniorbostäder