



Träffpunkt Storgatan 11:s månadsblad

April 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 pensionärsföreningar** 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.

Måndag 1 april

Stängt

Tisdag 2 april

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

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

Onsdag 3 april

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

12.00–12.45 **Pingis** i foajén

Torsdag 4 april

09.30–12.30 **Schack** för alla

Fredag 5 april

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 mjuka sköna kläder.

12.30–13.30 **Stationsträning**. Vi tränar styrka, balans och rörelser i olika övningar till musik. Ha mjuka kläder och ta med egen vattenflaska.

Måndag 8 april

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 9 april

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

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

Onsdag 10 april

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

12.00–12.45 **Pingis** i foajén

Torsdag 11 april

09.30–12.30 **Schack** för alla

Fredag 12 april

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 mjuka sköna kläder.

12.30–13.30 **Stationsträning**. Vi tränar styrka, balans och rörelser i olika övningar till musik, ha mjuka kläder och ta med egen vattenflaska.

Måndag 15 april

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 16 april

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

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

Onsdag 17 april

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

12.00–12.45 **Pingis** i foajén

Torsdag 18 april

09.30–12.30 **Schack** för alla

Fredag 19 april

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 mjuka sköna kläder.

12.30–13.30 **Stationsträning**. Vi tränar styrka, balans och rörelser i olika övningar till musik. Ha mjuka kläder och ta med egen vattenflaska.

Måndag 22 april

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 23 april

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

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

Onsdag 24 april

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

12.00–12.45 **Pingis** i foajén

Torsdag 25 april

09.30-12.30 **Schack** för alla

13.30-15.30 **SeniorNet Uppsala**: IT-säkerhet och kommunen om Seniorguiden. Varmt välkommen.

Fredag 26 april

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 mjuka sköna kläder.

12.30-13.30 **Stationsträning**. Vi tränar styrka, balans och rörelser i olika övningar till musik. Ha mjuka kläder och ta med egen vattenflaska.

Måndag 29 april

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 30 april

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

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

Kommande aktiviteter

29 maj kl. 09.30–13.00 Träffpunkten flyttar ut:

Aktivitetsdag på Summer Zone

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 kommer senare och publiceras på vår hemsida, traffpunktsektor.uppsala.se.

Hoppas vi ses där!

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](tel:018-7275124)** eller e-post: storgatan11@ uppsala.se

Storgatan 11, centrum