



Träffpunkt Storvretas månadsblad

November 2025

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 delta i de aktiviteter som erbjuds. 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.

Öppettider:

Måndag, tisdag, onsdag & fredag kl. 8.30–15.30

Torsdag kl. 13.00–15.30

Lunchstängt kl. 12.15–12.45

Med reservation för ändringar i programmet.

Träffpunkt Storvreta

Måndag 3 november

09.00–12.00 Gym*

10.00–11.00 **Stationsträning utomhus.** Vi träffas i parken vid Astrakanvägen.

10.00–12.00 **Akvarellgrupp.** Är du intresserad av att måla med akvarell? Kom på kravlös målning med akvarellfärger.

13.00–15.00 Gym*

13.15–14.00 **Sittgympa.** Föranmälan.

Tisdag 4 november

08.30–11.30 Gym*

13.00–14.00 Gym*

13.15–15.00 **Välkommen in att läsa dagens tidning, fika, pussla eller bara umgås.**

Onsdag 5 november

Planeringsdag – Träffpunkten har stängt.

Torsdag 6 november

13.15–15.00 **Välkommen in att läsa dagens tidning, fika, pussla eller bara umgås.**

Fredag 7 november

09.00–12.00 Gym*

13.00–15.00 Gym drop in*

13.15–15.00 **Film: Läkaren på landet**

I över trettio år har dr Jean-Pierre Werner praktiserat som läkare på den franska landsbygden. Han är omtyckt av alla och vet allt om deras krämpor, och en hel del annat också för den delen. De är nästan som en enda stor familj. Så drabbas läkaren själv av sjukdom och man sänder en läkare för att avlasta Jean-Pierre i hans arbete. Ytterst motvilligt går han med på den oönskade hjälpen.

Längd: 1 h 36 minuter. Genre: Drama

Måndag 10 november

09.00–12.00 Gym*

10.00–11.00 **Stationsträning utomhus.** Vi träffas i parken vid Astrakanvägen.

10.00–12.00 **Akvarellgrupp.** Är du intresserad av att måla med akvarell? Kom på kravlös målning med akvarellfärger.

13.00–15.00 Gym*

13.15–14.00 **Sittgympa.** Föranmälan.

Tisdag 11 november

08.30–11.30 Gym*

13.00–14.00 Gym*

13.15–15.00 **Välkommen in att läsa dagens tidning, fika, pussla eller bara umgås.**

Onsdag 12 november

09.00–11.00 Gym*

10.00–10.45 **Qigong**. Ett lugnt pass där vi utför rörelse- och andningsövningar som tillsammans med koncentrationsövningar används för att förbättra sinnen och kroppens funktioner. Föranmälan.

11.30–12.30 Välkommen till bords – en mötesplats för mat och gemenskap

Välkommen till gemensamma måltider under seniorluncher på skolan. Volontärer och personal från närliggande Träffpunkt kommer att finnas på plats vid ett särskilt bord en gång i veckan för att välkomna dig. Visionen är att ingen skall behöva äta ensam. Kom ensam eller ta med en vän - alla över 65 är välkomna. Du kan betala med swish eller måltidskuponger i skolmatsalen (ej kontanter). Kuponger köper du på valfri Seniorrestaurang eller på Träffpunkt Gottsunda respektive Storvreta. Välkommen till bords kommer till en början erbjudas på: Ärentunaskolan onsdagar kl. 11.30–12.30. Vi möts upp 11.15 på Träffpunkt Storvreta för dig som vill gå tillsammans, annars möts vi utanför Ärentunaskolan klockan 11.30.

Torsdag 13 november

13.15–15.00 **Handarbetscafé**. Kom och sticka, virka eller ta med något annat pyssel. Vi dricker kaffe och har en mysig eftermiddag tillsammans. Självklart är du välkommen även utan handarbete.

Fredag 14 november

09.00–12.00 Gym*

13.00–15.00 Gym drop in*

13.30–15.00 Vi möts i Mallas Sal: Fokus på släktforskning

Att släktforska är som att öppna en dörr till det förflutna. Varje upptäckt ger dig en djupare förståelse för din identitet och varifrån du kommer. Kom och prata med Björklungebygdens Släktforskarförening och ta chansen att prova våra släktforskningsdatorer.

Måndag 17 november

09.00–12.00 Gym*

10.00–12.00 **Akvarellgrupp**. Är du intresserad av att måla med akvarell? Kom på kravlös målning med akvarellfärger.

13.00–15.00 Gym*

13.15–14.00 **Sittgympa**. Föranmälan.

Tisdag 18 november

08.30–11.30 Gym*

10.00–11.00 **Stationsträning utomhus**. Vi träffas i parken vid Astrakanvägen.

13.00–14.00 Gym*

13.15–15.00 **Välkommen in att läsa dagens tidning, fika, pussla eller bara umgås.**

Onsdag 19 november

09.00–11.00 Gym*

10.00–11.00 **Linedance**. Tillfälligt inslag för denna månad. För dig som har dansat linedance tidigare. Föranmälan.

11.30–12.30 Välkommen till bords – en mötesplats för mat och gemenskap

Välkommen till gemensamma måltider under seniorluncher på skolan. Volontärer och personal från närliggande Träffpunkt kommer att finnas på plats vid ett särskilt bord en gång i veckan för att välkomna dig. Visionen är att ingen skall behöva äta ensam. Kom ensam eller ta med en vän - alla över 65 är välkomna. Du kan betala med swish eller måltidskuponger i skolmatsalen (ej kontanter). Kuponger köper du på valfri Seniorrestaurang eller på Träffpunkt Gottsunda respektive Storvreta. Välkommen till bords kommer till en början erbjudas på: Ärentunaskolan onsdagar kl. 11.30–12.30. Vi möts upp 11.15 på Träffpunkt Storvreta för dig som vill gå tillsammans, annars möts vi utanför Ärentunaskolan klockan 11.30.

Torsdag 20 november

13.15–15.00 **Välkommen in att läsa dagens tidning, fika, pussla eller bara umgås.**

Fredag 21 november

09.00–12.00 Gym*

13.00–15.00 Gym drop in*

13.00–14.00 **Linedance**. Tillfälligt inslag för denna månad. För dig som har dansat linedance tidigare. Föranmälan.

Måndag 24 november

09.00–12.00 Gym*

10.00–12.00 **Akvarellgrupp**. Är du intresserad av att måla med akvarell? Kom på kravlös målning med akvarellfärger.

13.00–15.00 Gym*

13.15–14.00 **Sittgympa**. Föranmälan.

Tisdag 25 november

08.30–11.30 Gym*

10.00–11.00 **Stationsträning utomhus**. Vi träffas i parken vid Astrakanvägen.

13.00–14.00 Gym*

13.15–15.00 **Välkommen in att läsa dagens tidning, fika, pussla eller bara umgås.**

Onsdag 26 november

09.00–11.00 Gym*

10.00–11.00 **Linedance**. Tillfälligt inslag för denna månad. För dig som har dansat linedance tidigare. Föranmälan.

Onsdag 26 november (forts.)

11.30–12.30 Välkommen till bords – en mötesplats för mat och gemenskap

Välkommen till gemensamma måltider under seniorluncher på skolan. Volontärer och personal från närliggande Träffpunkt kommer att finnas på plats vid ett särskilt bord en gång i veckan för att välkomna dig. Visionen är att ingen skall behöva äta ensam. Kom ensam eller ta med en vän - alla över 65 är välkomna. Du kan betala med swish eller måltidskuponger i skolmatsalen (ej kontanter). Kuponger köper du på valfri Seniorrestaurang eller på Träffpunkt Gottsunda respektive Storvreta. Välkommen till bords kommer till en början erbjudas på: Ärentunaskolan onsdagar kl. 11.30-12.30. Vi möts upp 11.15 på Träffpunkt Storvreta för dig som vill gå tillsammans, annars möts vi utanför Ärentunaskolan klockan 11.30.

13.15–15.00 Föreläsning Uppsala stadsarkiv

Erik från Uppsala stadsarkiv kommer och håller föredrag om Kandelabern på Stora torget.

Torsdag 27 november

13.00–14.00 Ny på Träffpunkten. Är Träffpunkter 65+ nytt för dig?

Välkommen hit för att träffa oss som jobbar här och se våra lokaler. Vi bjuder på en kopp kaffe och berättar kort om de olika aktiviteterna vi erbjuder här hos oss!

13.15–15.00 **Handarbetscafé.** Kom och sticka, virka eller ta med något annat pyssel. Vi dricker kaffe och har en mysig eftermiddag tillsammans. Självklart är du välkommen även utan handarbete.

Fredag 28 november

09.00–12.00 Gym*

10.00–11.00 **Linedance.** Tillfälligt inslag för denna månad. För dig som har dansat linedance tidigare. Föranmälan.

13.00–15.00 Gym drop in*

13.15–15.00 **Jultovning.** Tova tomtar, julgranskulor, snögubbar, änglar eller något annat juligt. Kostnad 40 kronor. Föranmälan senast 26:e november.

* **Gymmet** är tillgängligt för dig som redan fått introduktion av träffpunktens fysioterapeuter. Kontakta träffpunkten för mer information.

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

Scanna QR-koden med din telefon.



<https://vardochomsorg.uppsala.se/fritid-och-traffpunkter/traffpunkter65/har-ar-vara-traffpunkter/traffpunkt-storvreta/>

Hjälp oss att bli bättre! Du kan lämna dina synpunkter eller ditt förbättringsförslag direkt på webben: [Lämna synpunkter - Uppsala kommun](#). Du kan också hämta ut blanketten på din träffpunkt.

Följ gärna vår **facebook sida**:
www.facebook.com/traffpunkter65uppsalakommun

Träffpunkt Storvreta för dig som är 65+

Hasselvägen 1C, Storvreta

E-post: traffpunktstorvreta@uppsala.se

Tel: **018-727 56 77**

traffpunktsenior.uppsala.se