



Träffpunkt Storvretas månadsblad

Oktober 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

Onsdag 1 oktober – Träffpunkten flyttar ut till UKK, samtliga aktiviteter på Träffpunkten är inställda.

10.00–15.00 **Träffpunkten flyttar ut: Seniorfestival på UKK.** På Seniorfestivalen finns något för alla, oavsett om du gillar fart och fläkt eller föredrar ett lugnare tempo. Aktiviteter pågår hela dagen, både inne på Uppsala konsert & kongress (UKK) och ute på Vaksala torg och leds av bland andra Träffpunkter 65+. Seniorfestivalen är kostnadsfri och det bjuds på kaffe och bulle.

11.30–12.30 **INSTÄLLT** Välkommen till bords – en mötesplats för mat och gemenskap. **Denna dag hittar ni oss på Seniorfestivalen på UKK. Hoppas att vi ses där!**

Torsdag 2 oktober

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 3 oktober

09.00–12.00 Gym*

10.00–12.00 **Sång med Svenska Kyrkan.** Intresserad av sång och musik? Kom och sjung kravfyllt tillsammans! Gerd, kyrkomusiker från Svenska kyrkan kommer hit och håller i kören. Föranmälan senast 1 oktober. Vi fikar efteråt, för er som vill. Välkomna!

13.00–15.00 Gym drop in*

13.15–14.45 **Kvarteret Skatan.** Säsong 1. Del 1, 2 & 3 av 6. Humorserie med de udda karaktärer som befolkar Kvarteret Skatan. En mörk komedi av och med Vanna Rosenberg, Rachel Molin, Anna Blomberg, David Batra, Johan Glans och Mikael Syrén. Producent: Mats Grimberg.

Måndag 6 oktober

09.00–12.00 Gym*

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

10.00–12.00 Akvarellgrupp

13.00–15.00 Gym*

13.15–14.00 **Sittgympa.** Föranmälan.

Tisdag 7 oktober

08.30–11.30 Gym*

13.00–14.00 Gym*

13.30–14.30 **Mallas sal – Historieförfalskning som politiskt vapen.** I en ny antologi om olika perspektiv på historieförfalskning lyfter Ola Larsmo tre exempel på hur beskrivningen av vad som har hänt kan skeva. Det blir ett samtal om historia, moral och det kollektiva minnet – och om varför det är viktigt att våga se på det förflutna med nya ögon.

Onsdag 8 oktober

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. 09.00–11.00 Gym*

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. **Obs!** Vi möts upp utanför Ärentunaskolan klockan 11.30.

12.45–14.30 **Träffpunkten flyttar ut: Möte över generationer i Storskogen**. Vi möter upp elever från Pluggparadiset vid Tipptoppen och gör uppdrag tillsammans efter temat höst. Träffpunkten bjuder på kaffe. Anmälan sker senast måndag den 6 oktober. I samarbete med Upplandsstiftelsen och Pluggparadiset.

Torsdag 9 oktober

13.15–15.00 **Läsecirkel**. Vi samlas och har högläsning tillsammans. Föranmälan.

Fredag 10 oktober

09.00–12.00 Gym*

10.00–11.30 **IT-stöd**. Behöver du hjälp med IT-stöd? Allmän informationsträff. Vi informerar kring IT-stöd samt upplägg.

13.00–15.00 Gym drop in*

13.15–14.45 **Kvarteret Skatan**. Säsong 1. Del 4, 5 & 6 av 6. Humorserie med de udda karaktärer som befolkar Kvarteret Skatan. En mörk komedi av och med Vanna Rosenberg, Rachel Molin, Anna Blomberg, David Batra, Johan Glans och Mikael Syrén. Producent: Mats Grimberg.

Måndag 13 oktober

10.00–12.00 **Prova på Parkour med Storvreta idrottsförening**. Parkour handlar om att anpassa sig till omgivningen, passera hinder och utmana sina egna gränser. Tillfället sker i grupp och anpassas efter deltagarnas nivå och förutsättningar. Begränsat antal platser, anmälan sker till Träffpunkten senast torsdag den 9 oktober.

09.00–12.00 Gym* **INSTÄLLT**

10.00–10.30 Stationsträning utomhus. Vi träffas i parken vid Astrakanvägen. **INSTÄLLT**

10.00–12.00 Akvarellgrupp **INSTÄLLT**

13.00–15.00 Gym*

13.15–14.00 **Sittgympa**. Föranmälan.

Tisdag 14 oktober

08.30–11.30 Gym* **INSTÄLLT**

10.00–11.30 Träffpunkt Storvreta står på ICA Supermarket Storvreta och informerar om Träffpunkter 65+. Kom gärna förbi och hälsa på oss!

13.00–14.00 Gym*

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

Onsdag 15 oktober

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.

09.00–11.00 Gym*

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 16 oktober

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 17 oktober

09.00–12.00 Gym*

13.00–15.00 Gym drop in*

13.15–14.45 **Film: Prästen i paradiset**

Kyrkan är vackert smyckad, gästerna samlade och förväntansfulla, brudparet står redo i sitt livs ögonblick - kort sagt, allt är perfekt. Förutom en sak - var är prästen? Jo, den svenska prästen på Phuket, Krister Hellstrand är på väg. Men han är rejält försenad och han har problem. Stora problem. Svenska kyrkans församling på Phuket gör inte mycket väsen av sig. Faktum är att de flesta som besöker ön inte ens vet om att den finns. Vilket den svenska prästen på plats, Krister, är rätt nöjd med. Han kan ägna sig åt det han gillar mest i livet - spel, alkohol och kvinnor. Men det kommer bli ändring på detta, fortare än Krister kan ana...
Genre: Komedi. Längd: 1 h 22 minuter.

Måndag 20 oktober

09.00–12.00 Gym*

10.00–10.30 **Stationsträning utomhus.** Vi träffas i parken vid Astrakanvägen.

10.00–12.00 Akvarellgrupp

13.00–15.00 Gym*

13.15–14.00 **Sittgympa.** Föranmälan.

Tisdag 21 oktober

08.30–11.30 Gym*

13.00–14.00 Gym*

13.30–15.00 **Höstunderhållning med PRO.** Pensionärernas riksorganisation i Storvreta kommer ut och sjunger allsång på Träffpunkten i cirka 45 minuter. Välkommen till en stämningsfull eftermiddag tillsammans. Det kommer att finnas fika efteråt för de som vill.

Onsdag 22 oktober

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.

09.00–11.00 Gym*

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.

13.15–14.45 **Handelsbanken föreläsning Ekonomisk familjejuridik.**

Henrik från Handelsbanken kommer och berättar om juridiken kring sambor, gifter, arv, testamenten, gåvor och framtidsfullmakter.

Torsdag 23 oktober

13.15–15.00 **Läsecirkel.** Vi samlas och har högläsning tillsammans. Föranmälan.

Fredag 24 oktober

09.00–12.00 Gym*

10.00–12.00 **Sång med Svenska Kyrkan.** Intresserad av sång och musik? Kom och sjung kravfyllt tillsammans! Gerd, kyrkomusiker från Svenska kyrkan kommer hit och håller i kören. Föranmälan senast 22 oktober. Vi fikar efteråt, för er som vill. Välkomna!

13.00–15.00 Gym drop in*

Fredag 24 oktober (forts.)

13.15–14.15 **SVT Play dokumentär: Faraos ansikte.** För 200 år sedan knäckte en fransk egyptolog koden till en svunnen värld. Jean François Champollion dechiffrerade de mystiska hieroglyferna på Rosettastenen och plötsligt öppnade sig historien om en högt stående civilisation. Vid det överdådiga templet i Abu Simbel sökte han spåren efter den store faraon Ramses II - och sanningen om faraons liv. Programledare: Victoria Dyring. Längd: 59 minuter.

Måndag 27 oktober

09.00–12.00 Gym*

10.00–10.30 **Stationsträning utomhus.** Vi träffas i parken vid Astrakanvägen.

10.00–12.00 Akvarellgrupp

13.00–15.00 Gym*

13.15–14.00 **Sittgympa.** Föranmälan.

Tisdag 28 oktober

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 29 oktober

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.

09.00–11.00 Gym*

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 30 oktober

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.

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!

Fredag 31 oktober

09.00–12.00 Gym*

10.00–12.00 Brunch och musikquiz. Välkommen på brunch med både matigt och fika samt musikquiz. Kostnad 40 kr, föranmälan till Träffpunkten senast måndag den 27 oktober.

13.00–15.00 Gym drop in*

* **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**”.

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 **facebookside**:

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