



Träffpunkt Årstas månadsblad

Augusti 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. Deltagande i aktiviteter är kostnadsfritt. Hobbymaterial, viss underhållning, fika och mat betalar man själv. Våra träffpunkter är kontantfria så du betalar med kort eller med swish.

Våra öppettider: Helgfri vardag

Måndag–onsdag och fredag 8.00–15.30, torsdag 13.00–15.30.

Café öppet 9.00–15.00, torsdagar 13.00–15.00.

Med reservation för ändringar i programmet.

Träffpunkt Årsta

Fredag 1 augusti

08.00–15.00 Snickeri – **semesterstängt**

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

10.00–10.45 **Sittande sommargympa**

08.30–15.00 Gym

Måndag 4 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

08.30–15.00 Gym

Tisdag 5 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

10.00–11.00 **Sommargympa**

11.00–15.00 Gym (Sjukgymnast Shahin 13.00–15.00)

13.30–15.00 **Vi snackar bilar.**

Onsdag 6 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

13.00–15.00 **Våga måla!** Målarstuga för alla, kom och prova på att måla med oss. Material finns för akryl och akvarellmålning. Du kan också ta med eget arbete eller bara umgås en stund.

08.30–15.00 Gym

Torsdag 7 augusti

Personalmöte på förmiddagen

13.00–15.00 Boule

13.00–15.00 Gym (Sjukgymnast Shahin 13.00–15.00)

Fredag 8 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

10.00–10.45 **Sittande sommargympa**

13.00–15.00 **Film i Aulan**

08.30–15.00 Gym

Måndag 11 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

12.00–15.30 **Kortspel**

08.30–15.00 Gym

Tisdag 12 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

10.00–11.00 **Sommargympa**

11.00–15.00 Gym (Sjukgymnast Shahin 13.00–15.00)

Onsdag 13 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

13.00–15.00 **Våga måla!** Målarstuga för alla, kom och prova på att måla med oss. Material finns för akryl och akvarellmålning. Du kan också ta med eget arbete eller bara umgås en stund.

08.30–15.00 Gym

Torsdag 14 augusti**Personalmöte på förmiddagen**

13.00–15.00 Boule

13.00–15.00 Gym (Sjukgymnast Shahin 13.00–15.00)

Fredag 15 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

10.00–10.45 **Sittande sommargympa**

08.30–15.00 Gym

12.00–13.00 **Korvgrillning i trädgården, korv med bröd 20 kronor.**

Måndag 18 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

12.00–15.30 **Kortspel**

08.30–15.00 Gym

Tisdag 19 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

10.00–11.00 **Sommargympa**

11.00–15.00 Gym (Sjukgymnast Shahin 13.00–15.00)

Onsdag 20 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

13.00–15.00 **Våga måla!** Målarstuga för alla, kom och prova på att måla med oss. Material finns för akryl och akvarellmålning. Du kan också ta med eget arbete eller bara umgås en stund.

08.30–15.00 Gym

Torsdag 21 augusti**Personalmöte på förmiddagen**

13.00–15.00 Boule

13.00–15.00 Gym (Sjukgymnast Shahin 13.00–15.00)

Fredag 22 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

10.00–10.45 **Sittande sommargympa**

Fredag 22 augusti (forts.)

13.00–14.00 **Musikfrågesport i trädgården**

08.30–15.00 Gym

Måndag 25 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

12.00–15.30 **Kortspel**

13.00–14.00 **Bokcirkelträff**

13.00–15.00 **Möten över generationer på Summer Zone.** Vi dansar

Zenba med skolungdomar klockan 13.00 och vi spelar **badminton**

klockan 14.00. Summer Zone ligger på bandyplan/Studenternas, ingång från Å-sidan.

08.30–15.00 Gym

Tisdag 26 augusti

08.00–15.00 **Snickeri – stängt**

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

10.00–11.00 **Sommargympa**

11.00–15.00 Gym (Sjukgymnast Shahin 13.00–15.00)

12.00–13.00 **Kräftlunch, pris 130 kronor. Senast anmälan 13 augusti.**

Maxantal 20 platser.

12.00–16.00 **Stick & hantverksträff i Stadsträdgården för alla träffpunkter!**

Känner du för en stunds skapande i gott sällskap – Då är du hjärtligt välkommen till stick- och hantverksträff i Stadsträdgården! Ta med ditt stickprojekt, virknålar, broderier eller något annat hantverk du håller på med – oavsett om du är nybörjare eller en van hantverkare. Vi sitter utomhus nära Parksäckans entré där det finns plats för alla. Glöm inte dryck och solskydd, samt kanske egen fika.

OBS! Vid regn träffas vi istället 13.30–17.00 på Brasserie21 och handarbetar. Där kan du även fika, äta och dricka gott. Beläget vid Studenternas intill Danspaviljongen.

Föranmälan till Träffpunkt Sävja tel. [018-727 48 80](tel:018-7274880).

Onsdag 27 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

13.00–15.00 **Våga måla!** Målarstuga för alla, kom och prova på att måla med oss. Material finns för akryl och akvarellmålning. Du kan också ta med eget arbete eller bara umgås en stund.

08.30–15.00 Gym

Torsdag 28 augusti

Personalmöte på förmiddagen

13.00–15.00 Boule

13.00–15.00 Gym (Sjukgymnast Shahin 13.00–15.00)

13.00–14.00 Promenad i närområdet, träffpunkten tar med fika.

Fredag 29 augusti

08.00–15.00 Snickeri

08.00–15.00 Kaféet är öppet, välkommen in för fika.

10.00–10.45 **Sittande sommargympa**

08.30–15.00 Gym

Träffpunktens telefontid

Måndag–onsdag och fredag **8.00–9.00** och **14.30–15.00**,

torsdag **14.30–15.00**. Tel: [018-727 69 35](tel:018-7276935).

Gym

Gymmet är tillgängligt för dig som redan fått introduktion av träffpunktens sjukgymnaster och har fått ett individuellt anpassat träningsprogram.

Telefontid: Måndag–onsdag och fredag **8.30–9.30** och **15.30–16.30**, torsdag **15.30–16.30**.

Bokning av introduktion sker **endast** via telefon [018-727 76 26](tel:018-7277626). För närvarande är det kö.

Kommande aktivitet:

Måndag 1 september

13.00–15.00 **Möten över generationer på Summer Zone**. Vi dansar

Zenba med skolungdomar klockan 13.00 och vi spelar **badminton** klockan 14.00. Summer Zone ligger på bandyplan/Studenternas, ingång från Å-sidan.

Välkommen!

Håll utkik efter ändringar på vår webb.

Du hittar det på [Träffpunkt Årstas 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 **facebooksida**:

www.facebook.com/traffpunkter65uppsalakommun

Träffpunkt Årsta för dig som är 65+

Fyrislundsgatan 66

Tel.: [018-727 69 35](tel:018-7276935)

E-post: traffpunktarsta@uppsala.se

traffpunktsenior.uppsala.se