



Träffpunkt Storgatan 11:s månadsblad

Augusti 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.

Torsdag 1 augusti

11.00–12.30 **Stadsvandring**. Vid fint väder går vi en på härlig promenad tillsammans i lugnt och skönt tempo. Ta gärna med eget fika och en vattenflaska. Vi träffas i kaféet på storgatan.

14.00–15.30 **Kortspel**.

Fredag 2 augusti

11.00–13.00 **Tipsrunda** runt huset. Vi avslutar med fika.

14.00–15.00 **It-café**

Måndag 5 augusti

11.00–12.00 **Cirkelträning**. Vi kör olika övningar till musik. Där du tränar balans, styrka och puls. Ta med egen vattenflaska och bra träningskläder.

14.00–16.00 **Pingis** i foajén

Tisdag 6 augusti

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

14.00–15.00. Kom och spela **boule**. Vi träffas i cafét på storgatan 11 och går tillsammans till bouleplanen vid parken bakom Storgatan 11. Ta med egen vattenflaska.

Onsdag 7 augusti

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

13.00–14.00 **Musikquiz** i kaféet

Torsdag 8 augusti

11.00–12.00 **Promenad** i svartbäcken. Vi går på en härlig promenad tillsammans i lugnt och skönt tempo. Ta gärna med eget fika och en vattenflaska. Vi träffas i kaféet på storgatan.

14.00–15.30 **Kortspel**

Fredag 9 augusti

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.

14.00–15.00 **It-café**

Måndag 12 augusti

11.00–12.00 **Cirkelträning** Vi kör olika övningar till musik. Där du tränar balans, styrka och puls. Ta med egen vattenflaska och bra träningskläder.

14.00–16.00 **Pingis** i foajén

Tisdag 13 augusti

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

14.00–15.00 Kom och spela **boule** vi träffas i cafét på storgatan 11 och går tillsammans till bouleplanen vid parken bakom Storgatan

11. Ta med egen vattenflaska.

Onsdag 14 augusti

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

13.00–14.00 **Musikquiz** i cafeét

Torsdag 15 augusti

11.00–12.00 **Promenad** i fålhagen. Vi går på en härlig promenad tillsammans i lugnt och skönt tempo. Ta gärna med eget fika och en vattenflaska. Vi träffas i kaféet på storgatan.

14.00–15.30 **Kortspel**

Fredag 16 augusti

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.

14.00–15.00 **It-café**

Måndag 19 augusti

11.00–12.00 **Cirkelträning**. Vi kör olika övningar till musik. Där du tränar balans, styrka och puls. Ta med egen vattenflaska och bra träningskläder.

14.00–16.00 **Pingis** i foajén

Tisdag 20 augusti

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

14.00–15.00. Kom och spela **boule**. Vi träffas i cafét på storgatan 11 och går tillsammans till bouleplanen vid parken bakom Storgatan

11. Ta med egen vattenflaska.

Onsdag 21 augusti

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

13.00–14.00 **Musikquiz** i cafeét

Torsdag 22 augusti

14.00–15.00 **Promenad** längs fyrisån. Vi går på en härlig promenad tillsammans i lugnt och skönt tempo. Ta gärna med eget fika och en vattenflaska. Vi träffas i kaféet på storgatan.

14.00–15.30 **Kortspel**

Fredag 23 augusti

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.

14.00–15.00 **It-café**

Måndag 26 augusti

11.00–12.00 **Cirkelträning**. Vi kör olika övningar till musik. Där du tränar balans, styrka och puls. Ta med egen vattenflaska och bra träningskläder.

14.00–16.00 **Pingis** i foajén

Tisdag 27 augusti

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

14.00–15.00. Kom och spela **boule**. Vi träffas i cafét på storgatan 11 och går tillsammans till bouleplanen vid parken bakom Storgatan 11. Ta med egen vattenflaska.

Onsdag 28 augusti

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

13.00–14.00 **Musikquiz** i cafeét

Torsdag 29 augusti

11.00–12.00 **Promenad** mot Gränby: Vi går på en härlig promenad tillsammans i lugnt och skönt tempo. Ta gärna med eget fika och en vattenflaska. Vi träffas i kaféet på storgatan.

14.00–15.30 **Kortspel**

Fredag 30 augusti

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.

14.00–15.00 **It-café**

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: [Lämna synpunkter - Uppsala kommun](#). 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