



Träffpunkt Storgatan 11:s månadsblad

## Januari 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 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 8.30 och låses 16.00.

**Våra öppettider**

Helgfri vardag, måndag–fredag 08.30–15.30.

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 kontakta bokningsservice.

**Med reservation för ändringar i programmet.**

## Onsdag 1 januari

**Träffpunkten är stängd pga. helgdag.**

## Torsdag 2 januari

13.00–14.30 Kom och spela **kort**.

## Fredag 3 januari

13.00–14.00 Kolla på programmet **Sveriges roligaste barnklipp** i stora salen.

14.00–14.30 **Filmquiz** i stora salen

## Måndag 6 januari

**Träffpunkten är stängd pga. helgdag.**

## Tisdag 7 januari

09.00–09.45 **NYHET\* Välkommen att prova på sittgympa!** Ett roligt och effektivt pass med rörelser som utförs sittande och med gummiband som redskap. Övningarna är varierade, från pulshöjande till stärkande, och innehåller även dansinspirerade moment. Efter passet finns det möjlighet att fika tillsammans på Träffpunkten.

10.00–13.00 **Flitiga fingrar** (lappteknik) med Ingrid Munkfors som ledare. Lär dig lappteknik eller fortsätt med pågående arbete i trevligt sällskap. Symaskiner finns. Ingen föransmälan krävs. (Arr. Flitiga fingrar).

## Onsdag 8 januari

11.30 **Gå på bio på nya SF-biografen! Film: Gula Änkan.**

Beskrivning: Baserad på den sanna historien bakom champagnefamiljen och imperiet Veuve Clicquot. Efter sin mans förtidiga död ignorerar Madame Clicquot konventionen om att hon som kvinna inte kan styra en vinverksamhet. Genom att styra företaget genom svindlande politiska och ekonomiska vändningar, trotsar hon sina kritiker och revolutionerar champagneindustrin och blir en av världens första stora affärskvinnor. Pris: 169 kr.

Filmen börjar 12.10. Vi samlas på storgatan 11.30, och promenerar till biografen tillsammans.

### **Torsdag 9 januari**

09.30–12.30 **Terminstart! Schack för alla**

### **Fredag 10 januari**

14.00–15.00 **Är Träffpunkter 65+ nytt för dig?** Välkommen till Träffpunkt Storgatan 11. Träffa oss som jobbar här, få information om vår verksamhet och våra aktiviteter samt få en rundtur i våra lokaler. Vi bjuder dig på en kopp kaffe och fikabröd.

### **Måndag 13 januari**

10.00–12.00 **Terminstart! IT-Café**, trevlig samvaro med IT-tema. Funktionärer finns på plats. Vårt motto är: ”Seniorer lär seniorer använda digital teknik”. Plats: Stora salen. (Arr. SeniorNet Uppsala).  
13.00–16.00 **Bingo** i aulan. (Arr. PRO Fålhagen).

### **Tisdag 14 januari**

09.00–09.45 **NYHET! Välkommen att prova på sittgympa!** Ett roligt och effektivt pass med rörelser som utförs sittande och med gummiband som redskap. Övningarna är varierade, från pulshöjande till stärkande, och innehåller även dansinspirerade moment. Efter passet finns det möjlighet att fika tillsammans på Träffpunkten.

10.00–13.00 **Flitiga fingrar** (lapptechnik) med Ingrid Munkfors som ledare. Lär dig lapptechnik eller fortsätt med pågående arbete i trevligt sällskap. Symaskiner finns. Ingen föranmälan krävs. (Arr. Flitiga fingrar).

### **Onsdag 15 januari**

11.00–12.00 **Terminstart! Linedance** i stora salen

### **Torsdag 16 januari**

09.30–12.30 **Schack** för alla

### **Fredag 17 januari**

10.30–11.15 **Terminstart! 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.

13.00–14.00 **Frågesport** i rum 12

### **Måndag 20 januari**

10.00–12.00 **IT-Café**, trevlig samvaro med IT-tema. Funktionärer finns på plats. Vårt motto är: ”Seniorer lär seniorer använda digital teknik”. Plats: Stora salen. (Arr. SeniorNet Uppsala).

14.00–15.00 **Pingis** i foajén

### **Tisdag 21 januari**

09.00–09.45 **NYHET! Välkommen att prova på sittgympa!** Ett roligt och effektivt pass med rörelser som utförs sittande och med gummiband som redskap. Övningarna är varierade, från pulshöjande till stärkande, och innehåller även dansinspirerade moment. Efter passet finns det möjlighet att fika tillsammans på Träffpunkten.

### **Onsdag 22 januari**

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

### **Torsdag 23 januari**

09.30–12.30 **Schack** för alla

### **Fredag 24 januari**

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.

### **Måndag 27 januari**

10.00–12.00 **IT-Café**, trevlig samvaro med IT-tema. Funktionärer finns på plats. Vårt motto är: ”Seniorer lär seniorer använda digital teknik”. Plats: Stora salen. (Arr. SeniorNet Uppsala).

14.00–15.00 **Pingis** i foajén

### **Tisdag 28 januari**

09.00–09.45 **NYHET! Välkommen att prova på sittgympa!** Ett roligt och effektivt pass med rörelser som utförs sittande och med gummiband som redskap. Övningarna är varierade, från pulshöjande till stärkande, och innehåller även dansinspirerade moment. Efter passet finns det möjlighet att fika tillsammans på Träffpunkten.

### **Onsdag 29 januari**

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

### **Torsdag 30 januari**

09.30–12.30 **Schack** för alla

### **Fredag 31 januari**

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.

**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](http://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](mailto:storgatan11@uppsala.se)

Storgatan 11, centrum