



Träffpunkt Nyby 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 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: **Träffpunkt Nyby** på tel. [018-727 69 43](tel:018-7276943) Leopoldsgatan 5

Måndag: 10.00–11.45, Bibliotek 12.30–15.00

Tisdag: 10.00–12.00, 13.30–15.00

Onsdag: Öppet vid aktivitet.

Torsdag: 13.30–15.45

Fredag: 11.00–11.45, 13.30–15.00

Träffpunkt Nyby

Med reservation för ändringar under sommarmånaderna då byggnation kan komma att påverka lokalerna samt tider.

V.32

Måndag 4 augusti

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

09.30–10.30 Välkommen in på en **kopp kaffe & läsa tidningen** i Träffpunktens lokal.

12.30–15.00 **Biblioteket** öppet (arr Vänsam).

13.30–14.30 **Biljard** i entrén

Tisdag 5 augusti

09.30–10.15 **Sittgympa** i aulan

10.20–11.00 **Kaffestund**. Ta med dig ditt kaffe/te så ses vi i träffpunkten.

Onsdag 6 augusti

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

10.00–11.00 **Boule** i Kastellparken. Medtag bouleklot & vattenflaska.

13.30–14.30 **Prova på pingis** i dagcentralen.

Torsdag 7 augusti

13.30–15.00 **Kortspel** i träffpunktens lokal

14.00–15.00 **Promenad** i närområdet

Fredag 8 augusti

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

09.00–11.00 **Stickcafé**

09.15–10.00 Linedance i dagcentralen (nybörjardanser)

10.00–10.45 **Drop-in-fika** i träffpunktens lokal (swish/kort)

13.00–15.30 **Snickeri för damer**. Inga förkunskaper eller tidigare erfarenheter behövs.Handledning finns på plats.

14.00–15.00 Musikquiz utomhus på träffpunktens innegård

V.33

Måndag 11 augusti

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

09.30–10.30 Välkommen in på en **kopp kaffe & läsa tidningen** i Träffpunktens lokal.

10.00–11.00 Terminsstart **Stationsträning i aulan**. Ta med vattenflaska & inomhusskor.

12.30–15.00 **Biblioteket** öppet (arr Vänsam).

13.30–14.30 **Biljard** i entrén

Tisdag 12 augusti

10.20–11.00 **Kaffestund**. Ta med dig ditt kaffe/te så ses vi i träffpunkten.

Onsdag 13 augusti

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

10.00–11.00 **Boule** i Kastellparken. Medtag bouleklott & vattenflaska.

13.30–14.30 **Prova på pingis** i dagcentralen.

Torsdag 14 augusti

13.30–15.00 **Kortspel** i träffpunkten

14.00–15.00 **Promenad** i närområdet

Fredag 15 augusti

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

09.00–11.00 **Stickcafé**

09.15–10.00 Linedance i dagcentralen (nybörjardanser)

10.00–10.45 **Drop-in-fika** i träffpunktens lokal (swish/kort)

13.00–15.30 **Snickeri för damer**. Inga förkunskaper eller tidigare erfarenheter behövs.Handledning finns på plats.

V.34

Måndag 18 augusti

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

09.30–10.30 Välkommen in på en **kopp kaffe & läsa tidningen** i Träffpunktens lokal.

10.00–11.00 **Stationsträning i aulan**. Ta med vattenflaska & inomhusskor.

12.30–15.00 **Biblioteket** öppet (arr Vänsam).

13.30–14.30 **Biljard** i entrén

13.30–14.30 Promenad i närområdet. Vi ses vid Träffpunktens lokal.

Tisdag 19 augusti

09.00–10.00 **Terminsstart** Gruppträning i gymmet. För dig som tränat på gymmet tidigare. Grupp 1.

10.00–11.00 **Terminsstart** Gruppträning i gymmet. För dig som tränat på gymmet tidigare. Grupp 2.

10.20–11.00 **Kaffestund**. Ta med dig ditt kaffe/te så ses vi i träffpunkten.

11.00–12.00 **Terminsstart** Gruppträning i gymmet. För dig som tränat på gymmet tidigare. Grupp 3.

Onsdag 20 augusti

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

10.00–11.00 **Boule** i Kastellparken – **INSTÄLLT** pga. Pågående Turnering.

13.30–14.30 **Prova på pingis** i dagcentralen.

Torsdag 21 augusti

13.30–15.00 **Kortspel** i träffpunkten

14.00–15.00 **Promenad** i närområdet

14.00–15.00 **Linedance** i dagcentralen (fortsättning)

Fredag 22 augusti

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

09.00–11.00 **Stickcafé**

09.15–10.00 Linedance i dagcentralen (nybörjardanser)

10.00–10.45 **Drop-in-fika** i träffpunktens lokal (swish/kort)

13.00–15.30 **Snickeri för damer**. Inga förkunskaper eller tidigare erfarenheter behövs.Handledning finns på plats.

14.00–15.00 **Discgolf** i gränbyparken. Vi ses där! Discar finns att låna.

[Nyby Servicehus, Leopoldsgatan, Uppsala till Gränbyparkens Multi Golf Park – Google Maps](#)

V.35

Måndag 25 augusti

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

09.30–10.30 Välkommen in på en **kopp kaffe & läsa tidningen** i Träffpunktens lokal.

10.00–11.00 **Stationsträning i aulan**. Ta med vattenflaska & inomhusskor.

12.30–15.00 **Biblioteket** öppet (arr Vänsam).

13.30–14.30 **Biljard** i entrén

13.30–14.30 Promenad i närområdet. Vi ses vid Träffpunktens lokal.

13.00–15.00 **Möten över generationer på SummerZone**. Vi dansar **Zenba** med skolungdomar klockan 13.00 och vi spelar **badminton** klockan 14.00. SummerZone ligger på bandyplan/Studenternas, ingång från Å-sidan.

Tisdag 26 augusti

09.00–10.00 Gruppträning i gymmet. För dig som tränat på gymmet tidigare. Grupp 1.

09.30–10.15 **Sittgympa** i aulan

10.00–11.00 Gruppträning i gymmet. För dig som tränat på gymmet tidigare. Grupp 2.

10.20–11.00 **Kaffestund**. Ta med dig ditt kaffe/te så ses vi i träffpunkten.

11.00–12.00 Gruppträning i gymmet. För dig som tränat på gymmet tidigare. Grupp 3.

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 Parksnäckans 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

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

10.00–11.00 **Boule** i Kastellparken. Medtag bouleklot & vattenflaska.

13.30–14.30 **Prova på pingis** i dagcentralen.

Torsdag 28 augusti

13.30–15.00 **Kortspel** i träffpunkten

14.00–15.00 **Linedance** i dagcentralen (fortsättning)

Fredag 29 augusti

09.00–15.00 **Gym*** drop-in

09.00–11.00 **Stickcafé**

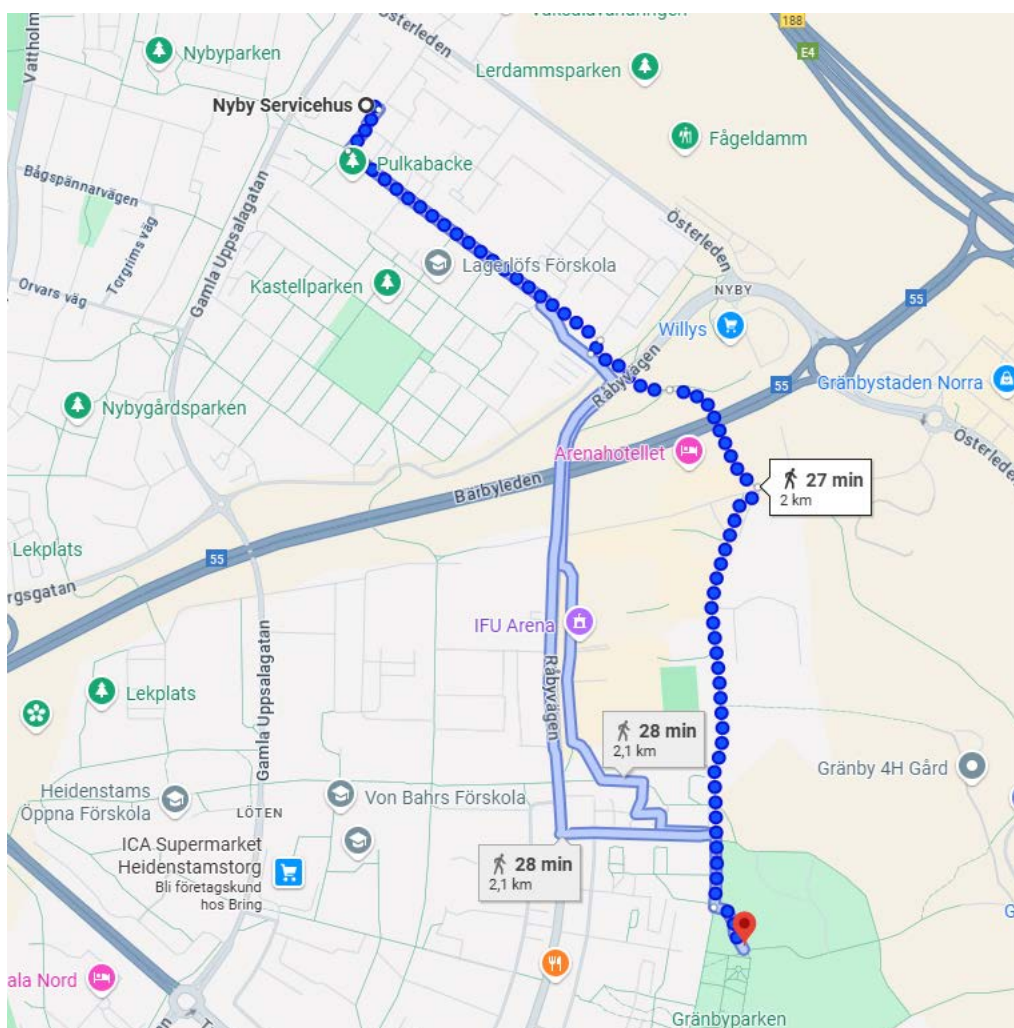
09.15–10.00 Linedance i dagcentralen (nybörjardanser)

10.00–10.45 **Drop-in-fika** i träffpunktens lokal (swish/kort)

13.00–15.30 **Snickeri för damer**. Inga förkunskaper eller tidigare erfarenheter behövs.Handledning finns på plats.

14.00–15.00 **Discgolf** i gränbyparken. Vi ses där! Discar finns att låna.

[Nyby Servicehus, Leopoldsgatan, Uppsala till Gränbyparkens Multi Golf Park – Google Maps](#)



***Gym**

Gymmet är öppet för dig som redan gått introduktion på träffpunktens gym och här fått ett individuellt anpassat träningsprogram av sjukgymnast. För bokning av introduktion, ring **018-727 21 65**. Telefontid måndagar och tisdagar. För närvarande är det kö för introduktion till gymmet. Du tränar under eget ansvar men personal finns på plats.

Öppettider:

Måndagar kl 9.00–12.00 samt 13.00–16.00. Drop-in samtliga tider.

Onsdagar kl 9.00–12.00 samt 13.00–16.00. Drop-in samtliga tider.

Fredagar kl 9.00–12.00 samt 13.00–15.00. Drop-in samtliga tider.

Håll utkik efter ändringar på vår webb. Du hittar det på [Träffpunkt Nybys 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 Nyby för dig som är 65+

Leopoldsgatan 5

Telefon: **018-727 76 68**

E-post: traffpunktnyby@uppsala.se

traffpunktsenior.uppsala.se