



Träffpunkt Nybys månadsblad

December 2022

Välkommen till en mötesplats för dig som är senior 65+

Här är du välkommen för en stunds sällskap, läsa dagens UNT eller delta i de aktiviteter som erbjuds. Vi har en seniorrestaurang i huset som erbjuder både mat och dryck. Deltagande i Träffpunktens aktiviteter är kostnadsfritt. Hobbymaterial, viss underhållning och fika är till självkostnadspris. Våra träffpunkter är kontantfria så du betalar med kort eller med swish.

Du behöver föränmäla dig till våra aktiviteter, se telefontider i programmet.

Vi har öppet helgfria vardagar: Måndag, tisdag, onsdag och fredag 08.00–15.00 och torsdag 13.00–15.00.

Träffpunkt Nyby

Telefontid för anmälan till **aktiviteter** på telefon [018-727 76 68](tel:018-727 76 68).

Måndag–onsdag och fredag: 08.15–09.00 och 13.00–14.00.

Torsdag: 13.00–14.00.

Vid frågor om **gymmet** eller **bokning av introduktion**, telefon [018-727 21 65](tel:018-727 21 65).

Med reservation för ändringar i programmet.

Torsdag 1 december

12.30–15.00 Biblioteket öppet (Vänsam)

13.30–15.00 Andakt (Arr. Gamla Uppsala förs. eller Österledskyrkan)

13.30–14.15 Långsam promenad i närområdet

14.00–15.00 Linedance, fortsättning. För dig som dansat linedance tidigare.

Fredag 2 december

09.00–15.00 Gym*. OBS! Bokade tider

09.30–12.00 Tapetsseringskurs

09.30–11.30 Stickcafé

10.00–11.15 Stågympa/Stationsträning i aulan

13.00–14.00 Biljard i dagcentralen

Måndag 5 december

09.00–12.00 Gym*. OBS! Bokade tider

09.15–10.00 Promenad med träningsövningar

12.30–15.00 Biblioteket öppet

13.00–16.00 Måleri/teckning

13.15–15.30 Bingo i aulan (arr. Klubb Nyby)

13.30–14.30 Gruppträning på gymmet. OBS! Begränsat antal platser.

Tisdag 6 december

09.00–12.00 Snickeri

09.15–09.45 Sittgympa i dagcentralen

10.00–11.15 Stationsträning/Stågympa i Aulan

13.00–15.00 Snickeri

13.45–14.30 Promenad i närområdet

Onsdag 7 december

09.00–16.00 Gym*. OBS! Bokade tider

09.30–10.45 **Nyhet*** Prova på innebandy i aulan. Rörelse, koordination och matchspel.

13.30–14.45 Bordtennis & Biljard i dagcentralen

14.00–15.30 Högläsning i Plommonrummet

Torsdag 8 december

12.30–15.00 Biblioteket öppet (Vänsam)
13.30–15.00 Andakt (Arr. Gamla Uppsala förs. eller Österledskyrkan)
13.30–14.15 Långsam promenad i närområdet
14.00–15.00 Linedance, fortsättning. För dig som dansat linedance tidigare.

Fredag 9 december

09.00–15.00 Gym*. OBS! Bokade tider
09.30–12.00 Tapetseringskurs
09.30–11.30 Stickcafé
10.00–11.15 Stågympa/Stationsträning i aulan
13.00–14.00 Biljard i dagcentralen

Måndag 12 december

09.00–12.00 Gym*. OBS! Bokade tider
09.15–10.00 Promenad med träningsövningar
12.30–15.00 Biblioteket öppet
13.00–16.00 Måleri/teckning
13.15–15.30 Bingo i aulan (arr. Klubb Nyby). **Avslutning för denna termin.**
13.30–14.30 Gruppträning på gymmet. OBS! Begränsat antal platser.

Tisdag 13 december

09.00–12.00 Snickeri
09.15–09.45 Sittgympa i dagcentralen **terminsavslutning***
10.00–11.15 Stationsträning/Stågympa i Aulan
13.00–15.00 Snickeri
13.45–14.30 Promenad i närområdet
13.00–15.00 **Luciafirande i aulan.** Elever från Fredrika Bremerskolan sjunger in julen. Glögg, kaffe, lussekatter och pepparkakor entré 50kr, kontant eller swish. (Arr. PRO SvB)

Onsdag 14 december

09.00–16.00 Gym*. OBS! Bokade tider
09.30–10.45 **Nyhet*** Prova på innebandy i aulan. Rörelse, koordination och matchspel.
13.30–14.45 Bordtennis och biljard i dagcentralen
14.00–15.30 Högläsning i Plommonrummet

Torsdag 15 december

12.30–15.00 Biblioteket öppet (Vänsam)
13.30–15.00 Andakt (Arr. Gamla Uppsala förs. eller Österledskyrkan)
13.30–14.15 Långsam promenad i närområdet
14.00–15.00 Linedance, fortsättning. För dig som dansat linedance tidigare.

Fredag 16 december

09.00–15.00 Gym*. OBS! Bokade tider

09.30–12.00 Tapetseringskurs

09.30–11.30 Stickcafé

13.00–15.00 **Julfest med fika och underhållning. Vi bjuder på juligt fika och härlig stämning. Det blir underhållning med Gina van Dam, där det bjuds på både spex och musik! Anmälan senast fredag 9 december till Träffpunkten. Välkomna önskar vi på Träffpunkt Nyby och Nyby Seniorbostäder.**

Måndag 19 december

09.00–12.00 Gym*. OBS! Bokade tider

09.15–10.00 Promenad med träningsövningar

12.30–15.00 Biblioteket öppet

13.00–16.00 Måleri/teckning **terminsavslutning***

13.30–14.30 Gruppträning på gymmet. OBS! Begränsat antal platser.

Terminsavslutning*

Tisdag 20 december

09.00–12.00 Snickeri **terminsavslutning***

10.00–11.15 Stationsträning/Stågympa i Aulan **terminsavslutning***

13.00–15.00 Snickeri **terminsavslutning***

13.45–14.30 Promenad i närområdet

Onsdag 21 december

09.00–16.00 Gym*. OBS! Bokade tider

09.30–10.15 Kort promenad med träningsövningar i närområdet

13.30–14.45 Bordtennis och biljard i dagcentralen

14.00–15.30 Högläsning i Plommonrummet

Torsdag 22 december

12.30–15.00 Biblioteket öppet (Vänsam)

13.30–15.00 Andakt (Arr. Gamla Uppsala förs. eller Österledskyrkan)

13.30–14.15 Långsam promenad i närområdet

Fredag 23 december

09.00–15.00 Gym*. OBS! Bokade tider

09.30–11.30 Stickcafé **terminsavslutning**

13.00–14.00 Biljard i dagcentralen

Måndag 26 december

stängt p.ga. Annandag jul

Tisdag 27 december

09.00–15.00 Välkommen in! Läs dagens unt, eller prova på aktiviteter som erbjuds.

09.00–15.00 Prova på bordtennis och biljard i dagcentralen.

Onsdag 28 december

09.00–16.00 Gym*. OBS! Bokade tider

09.00–15.00 Välkommen in! Läs dagens UNT, eller prova på aktiviteter som erbjuds.

09.00–15.00 Prova på bordtennis och biljard i dagcentralen.

Torsdag 29 december

13.00–15.00 Välkommen in! Läs dagens UNT, eller prova på aktiviteter som erbjuds.

13.00–15.00 Prova på bordtennis och biljard i dagcentralen.

Fredag 30 december

09.00–15.00 Gym*. OBS! Bokade tider

09.30–11.30 Stickcafé

09.00–14.00 Prova på bordtennis och biljard i dagcentralen.

Välkommen!

Håll utkik efter ändringar på vår webb. Du hittar det på [Träffpunkt Nybys startsida](#) under ”Aktuellt”.

Följ gärna vår facebook sida:

www.facebook.com/traffpunkter65uppsalakommun

Träffpunkt Nyby för dig som är 65+

Leopoldsgatan 5

traffpunktsenior.uppsala.se