



Träffpunkt Storgatan 11:s månadsblad

Juni 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 tidlås som öppnar 8.30 och låses 16.00.

Våra öppettider

Helgfri vardag, måndag–onsdag 08.30–15.30, torsdag 13.00–15.30 och 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 pensionärs-föreningar** lokaler för sammankomster av olika slag. För bokning av lokal kontakta bokningsservice.

Med reservation för ändringar i programmet.

Måndag 2 juni

09.00–11.00 **Dansa Zenba och mingla på Summer Zone**

tillsammans med skolelever. Summer Zone är öppet och vi dansar Zenba klockan 9.30. Möjlighet till andra aktiviteter som tex cornhole och basket på egen hand. Summer Zone ligger på Studenternas bandyplan. Ingång från Å-sidan. (Arr. TP Björklinge).

10.00–11.00 **Sommaraktivitet!* Prova på Stationsträning ute på innergården!** En träningsform där du tränar puls, styrka, balans och rörlighet i olika stationer. Vid regn är vi i Stora salen.

13.00–14.30 Målarstund i foajén. Oavsett om du är nybörjare eller har målat förut är du välkommen. Tag med eget material.

13.00–16.00 Bingo i aulan. (Arr. PRO Fålhagen).

Tisdag 3 juni

09.30–10.15 **Välkommen på sittgympa ute på innergården!** Ett roligt och effektivt pass med rörelser som utförs sittande och med gummiband som redskap. Vid regn är vi i Stora salen. **OBS! ny tid och plats!***

13.30–14.30 **Stadsbiblioteket” Vi möts i Mallas – Uppsala musikarkiv firar Elvis 90 år.**

I år skulle Elvis Presley ha fyllt 90 år. För att fira detta jubileum presenteras en avskalad föreställning med fantastiska Elvis-låtar, kåseri och humor, med Kent Wennman och Arvid Callin Nerdal. Delta på plats eller se digitalt på träffpunkten. **Fri entré. Boka plats i Mallas sal via bibliotekuppsala.se**, i infodisken på biblioteket eller ring **[018-727 17 20](tel:018-7271720)**.

Onsdag 4 juni

09.00–15.00 **VÄLKOMMEN PÅ ÖPPET HUS PÅ STORGATAN 11**

Träffpunkter 65+ bjuder tillsammans med Uppsala Pensionärsföreningars Samarbetsråd (UPS) in till en dag fylld med gemenskap, inspiration och aktiviteter. Under dagen finns föreningar och kommunala verksamheter på plats för att berätta om vad de gör och hur du kan engagera dig. Vi bjuder på kaffe, fika, underhållning och möjlighet att prova på olika aktiviteter. Se bilaga i slutet av bladet.

Torsdag 5 juni

Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00

09.30–12.30 Schack för alla, drop in självgående aktivitet. Plats: Foajén

Fredag 6 juni Nationaldagen

Träffpunkten stängd pga. röd dag

Måndag 9 juni

09.00–11.00 Dansa Zenba och mingla på Summer Zone

tillsammans med skolelever. Summer Zone är öppet och vi dansar Zenba klockan 9.30. Möjlighet till andra aktiviteter som tex cornhole och basket på egen hand. Summer Zone ligger på Studenternas bandyplan. Ingång från Å-sidan. (Arr. TP Björklinge)

10.00–11.00 **Sommaraktivitet!* Prova på Stationsträning ute på innergården!** En träningsform där du tränar puls, styrka, balans och rörlighet i olika stationer. Vid regn är vi i Stora salen.

13.00–14.30 Målarstund i foajén. Oavsett om du är nybörjare eller har målat förut är du välkommen. Tag med eget material.

13.00–16.00 Bingo i aulan. (Arr. PRO Fålhagen). **OBS! Sista tillfället för terminen***. Start igen 25/8.

Tisdag 10 juni

09.30–10.15 **Välkommen på sittgympa ute på innergården!** Ett roligt och effektivt pass med rörelser som utförs sittande och med gummiband som redskap. Vid regn är vi i Stora salen. **OBS! ny tid och plats!***

Onsdag 11 juni

10.00–11.00 **Sommaraktivitet!* Boule på innergårdens parkering.**

Torsdag 12 juni

Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00.

09.30–12.30 Schack för alla, drop in självgående aktivitet. Foajén.

Fredag 13 juni

10.30–11.15 Qigong består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen. Vi ses utomhus på innergården, vid är vi regn inomhus. **OBS! Ny plats*.**

12.30–13.00 Lunchpromenad, vi ses vid entrén till Träffpunkten.

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 16 juni

10.00–11.00 **Sommarnyhet!* Prova på Stationsträning ute på innergården!** En träningsform där du tränar puls, styrka, balans och rörlighet i olika stationer. Vid regn är vi i Stora salen.

13.00–14.30 Målarstund i foajén. Oavsett om du är nybörjare eller har målat förut är du välkommen. Tag med eget material.

Tisdag 17 juni

11.30–ca 14.00 Gemensam utflykt till Ulva Kvarn

Utflykt till Ulva kvarn tillsammans med Träffpunkt Karl-Johan och Träffpunkt Storvreta. Vi promenerar runt området, svarar på frågesport, spelar utespel, fikar och har en trevlig dag tillsammans. Café finns på plats där du kan köpa fika, det går också bra att ta med eget fika om du önskar det. Kläder efter väder, ta gärna bekväma skor. **Anmälan till Träffpunkten senast fredag 13 juni.** Buss 104 går till Ulva kvarn. Du kan kliva på på den station som passar dig bäst, vi går på vid Skolgatan kl 11.30.

Onsdag 18 juni

10.00–11.00 Boule på innergårdens parkering

11.00–12.00 Linedance i stora salen

13.00–14.00 **Midsommarfika.** Vi firar tillsammans med midsommarinspirerat fika 25 kr. Plats: Innergården, vid regn är vi inomhus. Anmäl dig senast måndag 16 juni.

14.00–15.00 **Sommaraktivitet!* Core i Aulan.** Core är en bålträning med fokus på hållning och rörlighet. Det finns begränsat antal mattor, tag gärna med dig egen om du har.

Torsdag 19 juni

Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00

09.30–12.30 Schack för alla, drop-in självgående aktivitet. Plats: Foajén

Fredag 20 juni Midsommarafton

Träffpunkten är stängd pga. Röd dag.

Måndag 23 juni

10.00–11.00 **Sommaraktivitet!* Prova på Stationsträning ute på innergården!** En träningsform där du tränar puls, styrka, balans och rörlighet i olika stationer. Vid regn är vi i Stora salen.

13.00–14.30 Målarstund i foajén. Oavsett om du är nybörjare eller har målat förut är du välkommen. Tag med eget material.

Tisdag 24 juni

09.30–10.15 **Välkommen på sittgympa ute på innergården!** Ett roligt och effektivt pass med rörelser som utförs sittande och med gummiband som redskap. Vid regn är vi i Stora salen. **OBS! ny tid och plats!***

Onsdag 25 juni

10.00–11.00 Boule på innergårdens parkering.

11.00–12.00 Linedance i stora salen.

13.00–14.00 **Vi bjuder in till grillstund på innergården.** På menyn: grillad banan fylld med choklad 25 kr (inkl. kaffe). Anmäl dig senast måndag 9 juni.

14.00–15.00 **Sommaraktivitet!* Core i Aulan.** Core är en bålträning med fokus på hållning och rörlighet. Det finns begränsat antal mattor, tag gärna med dig egen om du har.

Torsdag 26 juni

Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00

09.30–12.30 Schack för alla, drop in självgående aktivitet. Plats: Foajén.

Fredag 27 juni

10.30–11.15 Qigong består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen. Vi ses utomhus på innergården, vid regn är vi inomhus. **OBS! Ny plats***

14.00–15.00 Utomhusspel. Vi ses på innergården och spelar kubb.

Måndag 30 juni

10.00–11.00 **Sommaraktivitet!* Prova på Stationsträning ute på innergården!** En träningsform där du tränar puls, styrka, balans och rörlighet i olika stationer. Vid regn är vi i Stora salen.

13.00–14.30 Målarstund i foajén. Oavsett om du är nybörjare eller har målat förut är du välkommen. Tag med eget material.

Övrigt

Träffpunkt Storgatan 11 har sommarstängt v.29 och v.30.

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

Träffpunkt Storgatan 11

Storgatan 11, centrum

Telefon: [018-727 51 24](tel:018-7275124)

E-post: storgatan11@uppsala.se

traffpunktsenior.uppsala.se

Öppet hus på Storgatan 11

Träffpunkter 65+ bjuder tillsammans med Uppsala Pensionärsföreningars Samarbetsråd (UPS) in till en dag fylld med gemenskap, inspiration och aktiviteter.

Välkommen på öppet hus onsdagen den 4 juni kl. 09.00–15.00.

Under dagen finns föreningar och kommunala verksamheter på plats för att berätta om vad de gör och hur du kan engagera dig om du vill.

Vi bjuder på kaffe, fika, underhållning och möjlighet att prova på olika aktiviteter

09.00 Vi öppnar dörrarna till Öppet hus

10.00-10.45 Kören Opalerna sjunger sommarsånger i Aulan

10.50-11.10 Prova på - Qigong i Aulan

11.30-12.00 Uppvisning, Japanskt bågskytte på innergården

12.15-12.45 Föredrag: Inger Grotteblad "Digitala spel, en väg till gemenskap och ett sätt att bygga broar till dina barn och barnbarn"

13.00-13.15 Prova på - Sittgympa på innergården

13.30-14.00 Paneldebatt i Aulan: Föreningslivet som en väg till gemenskap

14.00-15.00 Bandet "Grabbarna från Eken" spelar svensk/irländsk folkmusik i Aulan

Utställare och föreningar

PRO Svartbäcken, PRO Fjärdingen, Lötenträffens pensionärsförening, UPS, SeniorNet, Uppsala demensförening, Gaming Senior EF, Måltidsservice och Träffpunkt Storgatan 11