



Träffpunkt Gottsundas månadsblad

Mars 2026

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 delta i de aktiviteter som erbjuds. Till vissa av aktiviteterna krävs **föranmälan!** 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 swish.

Vi har öppet under helgfria vardagar:

Måndag–onsdag och fredag 9.00–15.30.

Torsdag 13.30–15.30.

Träffpunkt Gottsunda

Med reservation för ändringar i programmet.

Måndag 2 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

10.00–10.45 **Sittyoga**. Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

11.00–11.45 **Zenba**. Kom och dansa till härliga rytmer.

11.30–12.30 **Välkommen till bords – en mötesplats för mat och gemenskap**. Kom och ät i gott sällskap. Personal från träffpunkten samt volontärer finns på plats vid seniorlunch på Gottsundaskolan. Du kan betala på två olika sätt, antingen via Swish eller med måltidskuponger som kan köpas på Träffpunkt Gottsunda eller på valfri seniorrestaurang.
12.45–13.30 **Stationsträning**. Träningsform där deltagarna cirkulerar mellan olika övningsstationer. Stationerna består av övningar innehållande styrka, balans, koordination och rörlighet.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

13.30–15.30 **Hantverkscafé**. Ta med ditt hantverk.

14.00–14.45 **Sittyoga**. Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

Tisdag 3 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.45–10.25 **Tabata-intervaller**. Styrke- och rörlighetsträning, en del övningar utförs på golvet. Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus. Ta med matta!

10.00–13.00 **Bridge** med "PRO-gänget". Kom gärna med och spela oavsett vem du är!

11.00–11.45 **Stågympa med fokus på balans**.

13.00–13.40 **Balansträning för män**.

13.00–14.00 **Samtalsgrupp: Tidsresan**. Under 8 tillfällen träffas vi och pratar kring teman kopplade till livets olika delar. För mer information och **föranmälan** kontakta Therese på träffpunkten som är samtalsledare [018-727 69 36](tel:018-7276936).

13.30–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

14.00–14.45 **Rygggympa**. Enkla övningar för rygg för ökad rörlighet och styrka. Övningarna utförs på golvet.

14.00 **Ny på Träffpunkten?** Är Träffpunkter 65+ nytt för dig? Välkommen hit för att träffa oss som jobbar här och se våra lokaler. Vi bjuder på en kopp kaffe och berättar kort om de olika aktiviteterna vi erbjuder här hos oss.

Onsdag 4 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.45–10.25 **Core / rörlighet-bålträning** med fokus på hållning och rörlighet.

10.00–12.00 **Målarkurs** med Isabel Hammar. Ta med eget material, det som du vill använda och öva på. Alla är välkomna!

Onsdag 4 mars (forts.)

10.45–11.45 **Avslappning och Mindfulness.** Träna aktiv avslappning och medveten närvaro. Alla kan delta. Passet genomförs sittande eller liggande, ta gärna med egen filt.

13.00–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

13.30–14.10 **Sittgympa.** Alla kan vara med!

14.10–15.00 **Skivor till kaffet.** Kom och fika tillsammans och önska dom låtar du vill höra.

Torsdag 5 mars

13.30–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.45–14.30 **Linedance.** Vi dansar enkel Linedance där alla kan vara med.

Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus.

14.00–15.30 **“Oss män emellan...”** En träff endast för män, en stund för samtal och fika.

Fredag 6 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.30–12.30 **“Fredagsmålarna”** träffas.

09.45–11.15 **Yoga. Föranmälan [018-727 59 63](tel:018-727-59-63).**

10.30–11.15 **Hand-grupp.** Lätta övningar med händer och handleder i syfte att hålla dem mjuka och starka. **Föranmälan [018-727 69 36](tel:018-727-69-36).**

11.45–12.30 **Sittyoga.** Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

12.30–14.00 **IT-stöd.** Boka tid för att få individuell hjälp upp till 30 minuter. **Föranmälan [018-727 69 36](tel:018-727-69-36).**

13.00–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

12.45–15.10 **Film “Nyckeln till frihet”.** En genom tiderna mycket omtyckt dramafilm från 1994. Banktjänstemannen Andy Dufresne blir oskyldigt morddömd och börjar ett nytt liv på Shawshank-fängelset. Fängelsets brutala och förgörande verklighet bjuder också på en oväntad vänskap, stark nog att radera alla murar. Speltid: 2 tim 22 minuter.

Under vecka 11 samlar vi in synpunkter, tankar och feedback från er besökare. På träffpunkten kommer det att finnas en rosa brevlåda där du kan lämna en lapp med dina åsikter om träffpunkten. Vi är tacksamma om du vill delta så vi tillsammans kan jobba för en trivsamt träffpunkt.

Måndag 9 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

10.00–10.45 **Sittyoga.** Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

11.00–11.45 **Zenba.** Kom och dansa till härliga rytmer.

Måndag 9 mars (forts.)

11.30–12.30 Välkommen till bords – en mötesplats för mat och

gemenskap. Kom och ät i gott sällskap. Personal från träffpunkten samt volontärer finns på plats vid seniorlunch på Gottsundaskolan. Du kan betala på två olika sätt, antingen via Swish eller med måltidskuponger som kan köpas på Träffpunkt Gottsunda eller på valfri seniorrestaurang.

12.45–13.30 Stationsträning. Träningsform där deltagarna cirkulerar mellan olika övningsstationer. Stationerna består av övningar innehållande styrka, balans, koordination och rörlighet.

13.00–15.30 Samtal och umgänge, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

13.30–15.30 Hantverkscafé. Ta med ditt hantverk.

14.00–14.45 Sittyoga. Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

Tisdag 10 mars

09.00–12.00 Gym* för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.45–10.25 Tabata-intervaller. Styrke- och rörlighetsträning, en del övningar utförs på golvet. Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus. Ta med matta!

10.00–13.00 Bridge med "PRO-gänget". Kom gärna med och spela oavsett vem du är!

11.00–11.45 Stågympa med fokus på balans.

13.00–13.40 Balansträning för män.

13.00–14.00 Samtalsgrupp: Tidsresan. Under 8 tillfällen träffas vi och pratar kring teman kopplade till livets olika delar. För mer information och **föranmälan** kontakta Therese på träffpunkten som är samtalsledare [018-727 69 36](tel:018-7276936).

13.30–14.30 Vi möts i Mallas sal – Den barmhärtige mördaren. Patrik Svensson fick sitt internationella genombrott med boken Ålevangeliet. Nu är han aktuell med Den barmhärtige mördaren. Genom noggrann research skildrar Svensson ett dramatiskt människoöde och ett samhälle präglad av statarsystemet, där människors liv var nästan förutbestämda. Vi samlas kring storskärmerna på träffpunkten. Du kan också besöka Stadsbiblioteket eller se föreläsningen via Teams. Samarrangörer: Bibliotek Uppsala, Träffpunkter 65+ och Studieförbundet.

13.30–15.00 Gym* för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

14.00–14.45 Rygggympa. Enkla övningar för rygg för ökad rörlighet och styrka. Övningarna utförs på golvet.

14.00 Ny på Träffpunkten? Är Träffpunkter 65+ nytt för dig? Välkommen hit för att träffa oss som jobbar här och se våra lokaler. Vi bjuder på en kopp kaffe och berättar kort om de olika aktiviteterna vi erbjuder här.

Onsdag 11 mars

09.00–12.00 Gym* för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.45–10.25 Core / rörlighet-bålträning med fokus på hållning och rörlighet.

10.00–12.00 Målarkurs med Isabel Hammar. Ta med eget material, det som du vill använda och öva på. Alla är välkomna!

Onsdag 11 mars (forts.)

10.45–11.45 **Avslappning och Mindfulness.** Träna aktiv avslappning och medveten närvaro. Alla kan delta. Passet genomförs sittande eller liggande, ta gärna med egen filt.

13.00–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

13.30–14.10 **Sittgympa.** Alla kan vara med!

14.10–15.00 **Musikquiz.** Kom och fika tillsammans och testa dina musikkunskaper.

Torsdag 12 mars

13.30–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.45–14.30 **Linedance.** Vi dansar enkel Linedance där alla kan vara med.

Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus.

14.00–15.30 **“Oss män emellan...”** En träff endast för män, en stund för samtal och fika.

Fredag 13 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.30–12.30 **“Fredagsmålarna”** träffas.

09.45–11.15 **Yoga. Föranmälan [018-727 59 63](tel:018-727-59-63).**

10.30–11.15 **Hand-grupp.** Lätta övningar med händer och handleder i syfte att hålla dem mjuka och starka. **Föranmälan [018-727 69 36](tel:018-727-69-36).**

11.00–12.00 **Zenba.** Kom och dansa till härliga rytmer. Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus.

11.45–12.30 **Sittyoga.** Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

12.00–13.00 **“Lätt svenska”.** Vi träffas och samtalar på enkel svenska.

12.30–14.00 **IT-stöd.** Boka tid för att få individuell hjälp upp till 30 minuter. **Föranmälan [018-727 69 36](tel:018-727-69-36).**

13.00–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

13.00–15.00 **Luffarslörd.** Kom och prata om luffarslörd. Ing Britt visar upp och berättar om sin luffarslördssamling. Om du har något eget att ta med och visa upp är det också välkommet.

Måndag 16 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

10.00–10.45 **Sittyoga.** Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

11.00–11.45 **Zenba.** Kom och dansa till härliga rytmer.

11.30–12.30 **Välkommen till bords - en mötesplats för mat och gemenskap.** Kom och ät i gott sällskap. Personal från träffpunkten samt volontärer finns på plats vid seniorlunch på Gottsundaskolan. Du kan betala på två olika sätt, antingen via Swish eller med måltidskuponger som kan köpas på Träffpunkt Gottsunda eller på valfri seniorrestaurang.

Måndag 16 mars (forts.)

12.45–13.30 **Stationsträning.** Träningsform där deltagarna cirkulerar mellan olika övningsstationer. Stationerna består av övningar innehållande styrka, balans, koordination och rörlighet.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

13.30–15.30 **Hantverkscafé.** Ta med ditt hantverk.

14.00–14.45 **Sittyoga.** Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

Tisdag 17 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.45–10.25 **Tabata-intervaller.** Styrke- och rörlighetsträning, en del övningar utförs på golvet. Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus. Ta med matta!

10.00–13.00 **Bridge** med "PRO-gänget". Kom gärna med och spela oavsett vem du är!

11.00–11.45 **Stågympa med fokus på balans.**

13.00–13.40 **Balansträning för män.**

13.00–14.00 **Samtalsgrupp: Tidsresan.** Under 8 tillfällen träffas vi och pratar kring teman kopplade till livets olika delar. För mer information och **föranmälan** kontakta Therese på träffpunkten som är samtalsledare [018-727 69 36](tel:018-7276936).

13.30–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

14.00–14.45 **Rygggympa.** Enkla övningar för rygg för ökad rörlighet och styrka. Övningarna utförs på golvet.

14.00 **Ny på Träffpunkten?** Är Träffpunkter 65+ nytt för dig? Välkommen hit för att träffa oss som jobbar här och se våra lokaler. Vi bjuder på en kopp kaffe och berättar kort om de olika aktiviteterna vi erbjuder här hos oss.

Besök oss på 60+mässan, Fyrishov 18–19 mars!

Är du ny ser vi fram emot att lära känna dig.

Är du redan en del av vår gemenskap blir vi glada att få säga hej igen.

Besök www.60plusmassan.se för mer information.

Onsdag 18 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

10.00–12.00 **Målarkurs** med Isabel Hammar. Ta med eget material, det som du vill använda och öva på. Alla är välkomna!

10.45–11.45 **Avslappning och Mindfulness.** Träna aktiv avslappning och medveten närvaro. Alla kan delta. Passet genomförs sittande eller liggande, ta gärna med egen filt.

13.00–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

14.10–15.00 **Skivor till kaffet.** Kom och fika tillsammans och önska dom låtar du vill höra.

Torsdag 19 mars

13.30–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.45–14.30 **Linedance**. Vi dansar enkel Linedance där alla kan vara med.

Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus.

14.00–15.30 **“Oss män emellan...”** En träff endast för män, en stund för samtal och fika.

Fredag 20 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.30–12.30 **“Fredagsmålarna”** träffas.

09.45–11.15 **Yoga. Föranmälan [018-727 59 63](tel:018-727 59 63).**

10.30–11.15 **Hand-grupp**. Lätta övningar med händer och handleder i syfte att hålla dem mjuka och starka. **Föranmälan [018-727 69 36](tel:018-727 69 36).**

11.00–12.00 **Zenba**. Kom och dansa till härliga rytmer. Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus.

11.45–12.30 **Sittyoga**. Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

12.00–13.00 **“Lätt svenska”**. Vi träffas och samtalar på enkel svenska.

13.00–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

13.00 **Odla med Seniorerna i Matparken, Gottsundagipen**. Vill du vara med och odla i sommar? Vi berättar hur odlingsgruppen fungerar.

Tillsammans planerar för årets säsong. Erfaren odlare, nybörjare eller bara nyfiken? Spelar ingen roll, alla är lika välkomna.

Måndag 23 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

10.00–10.45 **Sittyoga**. Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

11.00–11.45 **Zenba**. Kom och dansa till härliga rytmer.

11.30–12.30 **Välkommen till bords – en mötesplats för mat och gemenskap**. Kom och ät i gott sällskap. Personal från träffpunkten samt volontärer finns på plats vid seniorlunch på Gottsundaskolan. Du kan betala på två olika sätt, antingen via Swish eller med måltidskuponger som kan köpas på Träffpunkt Gottsunda eller på valfri seniorrestaurang.

12.45–13.30 **Stationsträning**. Träningsform där deltagarna cirkulerar mellan olika övningsstationer. Stationerna består av övningar innehållande styrka, balans, koordination och rörlighet.

13.00–13.45 **Varmt välkommen på ett föredrag om konsten i**

Gottsunda! Det är mycket som händer i Gottsunda, stadsdelen växer och då är offentlig konst en viktig del i utvecklingen. Anna Holmbom, intendent för offentlig konst vid Uppsala kommun, berättar om några utvalda offentliga konstverk och det övergripande arbetet med offentlig konst i Gottsunda.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

13.30–15.30 **Hantverkscafé**. Ta med ditt hantverk.

14.00–14.45 **Sittyoga**. Vi sitter på stol och gör enkla övningar.

Tisdag 24 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.45–10.25 **Tabata-intervaller**. Styrke- och rörlighetsträning, en del övningar utförs på golvet. Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus. Ta med matta!

10.00–13.00 **Bridge** med “PRO-gänget”. Kom gärna med och spela oavsett vem du är!

11.00–11.45 **Stågympa med fokus på balans**.

13.00–13.40 **Balansträning för män**.

13.00–14.00 **Samtalsgrupp: Tidsresan**. Under 8 tillfällen träffas vi och pratar kring teman kopplade till livets olika delar. För mer information och **föranmälan** kontakta Therese på träffpunkten som är samtalsledare [018-727 69 36](tel:018-7276936).

13.30–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

14.00–14.45 **Rygggympa**. Enkla övningar för rygg för ökad rörlighet och styrka. Övningarna utförs på golvet.

14.00 **Ny på Träffpunkten?** Är Träffpunkter 65+ nytt för dig? Välkommen hit för att träffa oss som jobbar här och se våra lokaler. Vi bjuder på en kopp kaffe och berättar kort om de olika aktiviteterna vi erbjuder här hos oss.

Onsdag 25 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.30–12.30 **“Akvarellgruppen”** träffas.

09.45–10.25 **Core / rörlighet-bålträning** med fokus på hållning och rörlighet.

10.45–11.45 **Avslappning och Mindfulness**. Träna aktiv avslappning och medveten närvaro. Alla kan delta. Passet genomförs sittande eller liggande, ta gärna med egen filt.

12.00 **Våffeldagen**. Kom och fira våffeldagen med en god våffla med bär och grädde. Kostnad 30 kr, föranmälan senast måndag 23 mars.

13.00–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

13.30–14.10 **Sittgympa**. Alla kan vara med!

14.10–15.00 **Skivor till kaffet**. Kom och fika tillsammans och önska dom låtar du vill höra.

Torsdag 26 mars

13.30–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.45–14.30 **Linedance**. Vi dansar enkel Linedance där alla kan vara med. Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus.

14.00–15.30 **“Oss män emellan...”** En träff endast för män, en stund för samtal och fika.

Fredag 27 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.30–12.30 **“Fredagsmålarna”** träffas.

09.45–11.15 **Yoga**. **Föranmälan** [018-727 59 63](tel:018-7275963).

Fredag 27 mars (forts.)

10.30–11.15 **Hand-grupp**. Lätta övningar med händer och handleder i syfte att hålla dem mjuka och starka. **Föranmälan** [018-727 69 36](tel:018-727 69 36).

11.00–12.00 **Zenba**. Kom och dansa till härliga rytmer. Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus.

11.45–12.30 **Sittyoga**. Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

12.00–13.00 **“Lätt svenska”**. Vi träffas och samtalar på enkel svenska.

12.30–14.00 **IT-stöd**. Boka tid för att få individuell hjälp upp till 30 minuter. **Föranmälan** [018-727 69 36](tel:018-727 69 36).

13.00–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

14.00–15.00 **Geografiquiz**. Är du en höjdare på geografi? Gissa vilket land utifrån dess form på kartan samt Afrikas stora städer? Kom och testa dina geografikunskaper tillsammans med andra.

Måndag 30 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

10.00–10.45 **Sittyoga**. Vi sitter på stol och gör enkla yogainspirerade övningar.

11.00–11.45 **Zenba**. Kom och dansa till härliga rytmer.

12.45–13.30 **Stationsträning**. Träningsform där deltagarna cirkulerar mellan olika övningsstationer. Stationerna består av övningar innehållande styrka, balans, koordination och rörlighet.

13.00–15.30 **Samtal och umgänge**, i huvudsak pratas persiska men alla är välkomna.

13.30–15.30 **Hantverkscafé**. Ta med ditt hantverk.

14.00–14.45 **Sittyoga**. Vi sitter på stol och gör enkla övningar.

Tisdag 31 mars

09.00–12.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

09.45–10.25 **Tabata-intervaller**. Styrke- och rörlighetsträning, en del övningar utförs på golvet. Plats: Danssalen, Gottsunda Allaktivitetshus. Ta med matta!

10.00–13.00 **Bridge** med “PRO-gänget”. Kom gärna med och spela oavsett vem du är!

11.00–11.45 **Stågympa med fokus på balans**.

13.00–13.40 **Balansträning för män**.

13.00–14.00 **Samtalsgrupp: Tidsresan**. Under 8 tillfällen träffas vi och pratar kring teman kopplade till livets olika delar. För mer information och **föranmälan** kontakta Therese på träffpunkten som är samtalsledare [018-727 69 36](tel:018-727 69 36).

13.30–15.00 **Gym*** för dig som fått introduktion av vår fysioterapeut.

14.00–14.45 **Rygggympa**. Enkla övningar för rygg för ökad rörlighet och styrka. Övningarna utförs på golvet.

14.00 **Ny på Träffpunkten?** Är Träffpunkter 65+ nytt för dig? Välkommen hit för att träffa oss som jobbar här och se våra lokaler. Vi bjuder på kaffe och berättar kort om de olika aktiviteterna vi erbjuder här hos oss.

Välkommen!

Kulturen svänger

Alla Gottsundabor – kom och häng med oss den 30 och 31 mars!

30–31 mars arrangerar vi två inspirerande dagar i samarbete med Uppsala bibliotek, Gottsunda Allaktivitetshuset, Gottsunda dans och teater och Gottsunda kulturhus.

Under dessa två dagar får du möjlighet att:

- Prova på olika aktiviteter
- Delta i spännande föreläsningar
- Måla graffiti

Det blir två dagar fyllda med kreativitet, gemenskap och inspiration! Håll utkik efter anslag och mer information som kommer inom kort. Varmt välkomna!

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

Scanna QR-koden med din telefon.



<https://vardochomsorg.uppsala.se/fritid-och-traffpunkter/traffpunkter65/har-ar-vara-traffpunkter/traffpunkt-gottsunda/>

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

Träffpunkt Gottsunda för dig som är 65+

Valthornsvägen 19c

E-post: traffpunktgottsunda@upsala.se

Tel.: **018-727 69 36**

traffpunktsenior.uppsala.se