



Träffpunkt Storgatan 11 månadsblad

Juni 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 SvD. 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.

Här erbjuder vi bland annat:

Qigong • Bingo • IT-café • Schack • Linedance • Sittyoga

Våra öppettider:

Helgfri vardag, måndag–onsdag & fredag 8.30–15.30, torsdag 13.00–15.30.

Dörrarna styrs av tidlås som öppnas 08.30 och låses 16.00.

Våra lokaler: Träffpunkt Storgatan 11 erbjuder Uppsalas 65+ och pensionärs föreningar lokaler för sammankomster av olika slag. För bokning av lokal kontakta bokningsservice.

Träffpunkt Storgatan 11

Med reservation för ändringar i programmet.

Måndag 1 juni

10.00–10.30 **Linedance för nybörjare**. Vi går igenom grunderna i linedance i lugn takt. Varmt välkomna! Plats: Aulan.

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

Tisdag 2 juni

09.00–09.40 **Sittyoga**. Vi sitter på stol. Möjligt att stå delar av passet för den som vill. Plats: Stora salen.

11.00–13.00 Sommarcafé, ute i trädgården, vad vi gör bestämmer vi när vi ses, spelar spel tar en promenad, målar.

Onsdag 3 juni

10.00 Stågympa på innergården

11.00–12.00 Linedance i stora salen

Torsdag 4 juni

Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00.

13.00 Kom in för en kopp kaffe eller läs tidningen.

Fredag 5 juni

09.45–10.15 **Core- & bålträning** med fokus på hållning och rörlighet.

Övningarna utförs mestadels sittande och stående. Plats: Stora salen, ute vid fint väder.

10.30–11.15 **Qigong** består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen.

13.00–14.00 Fredagspromenad i närområdet.

Måndag 8 juni

10.00–10.30 **Linedance för nybörjare**. Vi går igenom grunderna i linedance i lugn takt. Varmt välkomna! Plats: Aulan.

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

Tisdag 9 juni

09.00–09.40 **Sittyoga**. Vi sitter på stol. Möjligt att stå delar av passet för den som vill. Plats: Stora salen.

10.00–12.00 Sommarcafé, ute i trädgården, vad vi gör bestämmer vi när vi ses, spelar spel tar en promenad, målar.

12.30–16.00 **SKAPA i Stadsträdgården!** Känner du för en stunds skapande i gott sällskap – då är du hjärtligt välkommen till denna sommarträff i Stadsträdgården. Kom och sticka, tälj, virka eller brodera.

Vi sitter utomhus nära Parksnäckans entré där det finns plats för alla.

Ta med ditt projekt, dryck och solskydd, samt kanske egen fika. Lunch eller fika finns även att köpa i närheten. Mer info: [018-727 48 80](tel:018-7274880).

Onsdag 10 juni

10.00 Boule på innergården

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

Torsdag 11 juni

Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00.

13.00 Kom in för en kopp kaffe eller läs tidningen.

Fredag 12 juni

09.45–10.15 **Core- & bålträning** med fokus på hållning och rörlighet.

Övningarna utförs mestadels sittande och stående. Plats: Aulan, ute vid fint väder.

10.30–11.15 **Qigong** består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen.

13.00–14.00 Fredagspromenad i närområdet.

Måndag 15 juni

10.00–10.30 **Linedance för nybörjare**. Vi går igenom grunderna i linedance i lugn takt. Varmt välkomna! Plats: Aulan.

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

Tisdag 16 juni

09.00–09.40 **Sittyoga**. Vi sitter på stol. Möjligt att stå delar av passet för den som vill. Plats: Stora salen.

11.00–13.00 Sommarcafé, ute i trädgården, vad vi gör bestämmer vi när vi ses, spelar spel tar en promenad, målar.

Onsdag 17 juni

10.00 Stågympa på innergården

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

13.00–15.00 **Midsommarfirande!** Kom och fira midsommar med oss vi bjuder på tårta och kaffe. Vi har allsång och dans. Anmälan senast 12 juni.

Torsdag 18 juni

Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00.

13.00 Kom in för en kopp kaffe eller läs tidningen.

Fredag 19 juni – Stängt för midsommar

Måndag 22 juni

10.00–10.30 **Linedance för nybörjare**. Vi går igenom grunderna i linedance i lugn takt. Varmt välkomna! Plats: Aulan.

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

Tisdag 23 juni

09.00–09.40 **Sittyoga**. Vi sitter på stol. Möjligt att stå delar av passet för den som vill. Plats: Stora salen.

Tisdag 23 juni (forts.)

11.00–13.00 Sommarcafé, ute i trädgården, vad vi gör bestämmer vi när vi ses, spelar spel tar en promenad, målar.

Onsdag 24 juni

10.00 Boule på innergården

11.00–12.00 **Linedance** i stora salen

Torsdag 25 juni

Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00.

13.00 Kom in för en kopp kaffe eller läs tidningen.

Fredag 26 juni

09.45–10.15 **Core- & bålträning** med fokus på hållning och rörlighet.

Övningarna utförs mestadels sittande och stående. Plats: Stora salen, ute vid fint väder.

10.30–11.15 **Qigong** består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen.

13.00–14.00 Fredagspromenad i närområdet.

Måndag 29 juni

10.00–10.30 **Linedance för nybörjare**. Vi går igenom grunderna i linedance i lugn takt. Varmt välkomna! Plats: Aulan.

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

Tisdag 30 juni

11.00–13.00 Sommarcafé, ute i trädgården, vad vi gör bestämmer vi när vi ses, spelar spel tar en promenad, målar.

13.00 **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.

Välkommen!

Kommande aktivitet

Onsdag 26 Augusti

10.00–16.00 Seniorfestival på Uppsala Konsert och Kongress

Kom till Seniorfestivalen och sväng loss till livemusik, testa nya aktiviteter och upplev en dag full av glädje och gemenskap. På festivalen finns något för alla seniorer, oavsett om du gillar fart och fläkt eller vill ha en mer stillsam sysselsättning. Du kan prova olika aktiviteter under hela dagen, både inne på UKK och ute på Vaksala torg. Seniorfestivalen har fri entré och du behöver inte anmäla dig innan. Vi bjuder på kaffe och bulle. Lättare lunch finns att köpa.

För mer information och aktiviteter, se hemsidan: www.uppsala.se/seniorfestival. Hoppas vi ses där!

Håll utkik efter ändringar på vår webb. Du hittar det på [Träffpunkt Storgatan11:s startsida](#) under ”Aktuellt”.

Scanna QR-koden med din telefon.



<https://www.uppsala.se/kultur-idrott-fritid/plats/traffpunkter-65/traffpunkt-storgatan-11/>

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

www.traffpunktsenior.uppsala.se



Välkommen!

Träffpunkter65+ & Summer Zone!

På **fredagar** under sommaren kommer personal från Träffpunkter65+ finnas på plats på Summer Zone för samtal, samvaro och aktiviteter mellan klockan 9 och 11. **Vid varje tillfälle erbjuds en prova-på aktivitet klockan 10.00.** Passa även på att nyttja Summer Zones ytor och aktiviteter efter eget intresse.

Summer Zone ligger på bandyplan/Studenternas.

Läs mer på:



Träffpunkter65+