Uppsala kommun



Träffpunkt Storgatan 11 månadsblad

November 2026

Välkommen till en mötesplats för dig som är senior 65+
Här är du välkommen för en stunds sällskap, ta en kopp kaffe och läsa dagens UNT. 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 • Stationsträning

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 2 november
10.00–10.30 **Linedance för nybörjare**. Vi går igenom grunderna i linedance i lugn takt. Varmt välkomna! Plats: Aulan.
10.00–12.00 IT-Café, trevlig samvaro med IT-tema. Funktionärer finns på plats. Vårt motto är: ”Seniorer lär seniorer använda digital teknik” (Arr. SeniorNet Uppsala). Plats: 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 Stora salen (Arr. PRO Fålhagen).

Tisdag 3 november
09.00–09.45 Morgonqigong
10.00–13.00 Flitiga fingrar med Ingrid Munkfors som ledare. Lär dig lappteknik eller fortsätt med pågående handarbete i trevligt sällskap. Symaskiner finns. Ingen föranmälan krävs (Arr. Flitiga fingrar).
Plats: Stora salen.

Onsdag 4 november
10.00–11.00 Stationsträning. Vi tränar balans, kondition och styrka till medryckande musik. Plats: Stora salen.
UPS programverksamhet på Storgatan 11:
- 10.30 Mingel med fika
- 11.00 Föreläsning: Erik Lindblad från Statsarkivet berättar om innerstadens omvandling på 60 och 70-talen.

11.15–12.00 Linedance i stora salen.

Torsdag 5 november
Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00.
09.30–16.00 Schack för alla, drop-in, självgående aktivitet. Plats: Foajén.
14.00 **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.

Fredag 6 november
10.30–11.15 Qigong består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen.
11.30–13.30 Musik quiz och önskemusik

Måndag 9 november
10.00–12.00 IT-Café, trevlig samvaro med IT-tema. Funktionärer finns på plats. Vårt motto är: ”Seniorer lär seniorer använda digital teknik” (Arr. SeniorNet Uppsala). Plats: 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 Stora salen (Arr. PRO Fålhagen).

Tisdag 10 november
09.00–09.40 **Morgonqigong**
10.00–13.00 Flitiga fingrar med Ingrid Munkfors som ledare. Lär dig lappteknik eller fortsätt med pågående handarbete i trevligt sällskap. Symaskiner finns. Ingen föranmälan krävs (Arr. Flitiga fingrar).
Plats: Stora salen.
13.00 Vi promenerar till ett café och fikar.

Onsdag 11 november
10.00–11-00 Stationsträning. Vi tränar balans, kondition och styrka till medryckande musik. Plats: Stora salen.
11.15 –12.00 Linedance i stora salen

Torsdag 12 november
Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00.
09.30–16.00 Schack för alla, drop-in, självgående aktivitet. Plats: Foajén.
14.00 **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.

Fredag 13 november
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 Vi målar våra papier-maché figurer.

Måndag 16 november
10.00–10.30 **Linedance för nybörjare**. Vi går igenom grunderna i linedance i lugn takt. Varmt välkomna! Plats: Aulan
10.00–12.00 IT-Café, trevlig samvaro med IT-tema. Funktionärer finns på plats. Vårt motto är: ”Seniorer lär seniorer använda digital teknik” (Arr. SeniorNet Uppsala). Plats: 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 Stora salen (Arr. PRO Fålhagen).

Tisdag 17 november
09.00–09.40 **Morgonqigong**
10.00–13.00 Flitiga fingrar med Ingrid Munkfors som ledare. Lär dig lappteknik eller fortsätt med pågående handarbete i trevligt sällskap. Symaskiner finns. Ingen föranmälan krävs (Arr. Flitiga fingrar). Plats: Stora salen.
13.30–15.00 **Mallas sal:** Lena Sohl berättar om sin Augustprisnominerade bok Tvätten, som skildrar kvinnorna i tvätteriet i Rimbo. Genom deras erfarenheter väver hon också in sin egen familjehistoria – om en mormor som fyllde lägenheten i Hagen med rea kläder och vars kropp till slut bröts ner av det tunga arbetet. Boka plats via **bibliotekuppsala.se**.
Du kan även titta på föreläsningen på träffpunkten65+.

Onsdag 18 november
10.00–10.30 **Stationsträning**– tränar balans, kondition och styrka till medryckande musik. Plats: Stora salen
11.00–12.00 **Linedance** i stora salen.

Torsdag 19 november
Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00.
09.30–16.00 Schack för alla, drop-in, självgående aktivitet. Plats: Foajén.
13.30–14.30 Vi går en härlig höstpromenad till fjärilsparken.

Fredag 20 november
10.30–11.15 **Qigong** består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen.
13.00–14.30 **Filmvisning**. **Flickan med pärlörhänge.** Den sjuttonåriga Griet tvingas att ta en tjänst som piga hos konstnären Jhannes Vermeet. En av hennes uppgifter är att konstnärsateljen hålla perfekt ordning på allt i rummet. Ett nära samförstånd växer fram mellan konstnären och tjänsteflickan, vilket leder till svartsjuka och missförstånd inom familjen.

Måndag 23 november
10.00–10.30 **Linedance för nybörjare**. Vi går igenom grunderna i linedance i lugn takt. Varmt välkomna! Plats: Aulan
10.00–12.00 IT-Café, trevlig samvaro med IT-tema. Funktionärer finns på plats. Vårt motto är: ”Seniorer lär seniorer använda digital teknik” (Arr. SeniorNet Uppsala). Plats: 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 Stora salen (Arr. PRO Fålhagen).

Tisdag 24 november
09.00–09.40 **Morgonqigong**
10.00–13.00 Flitiga fingrar med Ingrid Munkfors som ledare. Lär dig lappteknik eller fortsätt med pågående handarbete i trevligt sällskap. Symaskiner finns. Ingen föranmälan krävs (Arr. Flitiga fingrar). Plats: Stora salen.

Onsdag 25 november
10.00–10.45 S**tationsträning.** Vi tränar balans, kondition och styrka till medryckande musik. Plats: Stora salen.
11.15–12.00 **Linedance** i stora salen
13.30–16.00 **SeniorNet Uppsala** bjuder in till månadsmöte och föredrag. ”Hur kan vi förbereda oss för störningar i samhället och skydda oss mot bedrägerier? Välkommen till en informationsträff där **Anna Jelicic**, Länsstyrelsen i Uppsala län medverkar och pratar om beredskap och hur vi kan förbereda oss inför samhällskriser. **Swedbank berättar om bedrägerier** och hur vi kan bli bättre på att upptäcka och förebygga dem". Inget medlemskap krävs. Gratis fika! (Arr: SeniorNet Uppsala). Plats Aulan övervåningen.

Torsdag 26 november
Träffpunkten är stängd på fm, öppnar 13.00.
09.30–16.00 Schack för alla , drop-in, självgående aktivitet. Plats: Foajén.

Fredag 27 november
10.30–11.15 **Qigong** består av mental koncentration, enkla rörelser och andning för att förbättra cirkulationen av energi i kroppen.
11.30–14.00 **Adventsmys**. Vi äter lunch tillsammans, glögg och pepparkakor, soppa och nybakat bröd. 30 kr.
14.00 **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 30 november
10.00–10.30 **Linedance för nybörjare**. Vi går igenom grunderna i linedance i lugn takt. Varmt välkomna! Plats: Aulan
10.00–12.00 IT-Café, trevlig samvaro med IT-tema. Funktionärer finns på plats. Vårt motto är: ”Seniorer lär seniorer använda digital teknik” (Arr. SeniorNet Uppsala). Plats: 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 Stora salen (Arr. PRO Fålhagen).

Välkommen!

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 facebooksida:
www.facebook.com/traffpunker65uppsalakommun

Kontakta oss gärna för mer information
Träffpunkt Storgatan 11
Storgatan 11, centrum
Telefon: 018-727 51 24
E-post: storgatan11@uppsala.se