



Mötesplats

Lyckträffen

Öppet måndag – fredag 9 – 16

Program
höst/vinter 2019

Knivsta
kommun



Välkommen till Lyckträffen!

Lyckträffen är en öppens mötesplats för dig som söker social gemenskap, vill delta i olika aktiviteter och/eller få fysisk träning. Till Lyckträffen kan alla daglediga komma för att umgås en stund, ta en kopp kaffe, vara med i studiecirklar, lyssna på föreläsningar, gå på fest ...

Lyckträffen har ett gott samarbete med studieförbunden Vuxenskolan (SV), ABF, Bilda, Sensus, NBV samt med Röda Korset, Rädda Barnen, PRO, SPF, Svenska Kyrkan, Gredelbykyrkan, SFI, Stegen, Knivstabygdens trädgårdssällskap, Lions, Anhörigstöd, Tillsammans för Knivsta, Centrum för idrott och kultur (CIK), Hälsohuset med flera.

Väntjänsten och Handtaget nås via Lyckträffen. Ring 018 – 34 70 59.

Mer information på www.knivsta.se/lycktraffen samt i Lyckträffens lokal.

Observera att ändringar kan förekomma. Information om studiecirklar lämnas av respektive studieförbund eller organisation.

Följ gärna Lyckträffen Knivsta på Facebook!

Öppet vardagar 9 – 16 samt övriga tider när det är programverksamhet.

Obs! Lyckträffen kommer att vara stängd 1/11 samt 20/12 2019 – 7/1 2020.

Anmälningar till fester och kontanta betalningar sker på Lyckträffen.

Övrig information ann.martini@knivsta.se, telefon 018 – 34 70 59.

Studiecirklar

Anmälan till SPF-cirklar: anette@isaksson.com, tel 070 – 485 38 06. Andra cirkel- eller evenemangsanmälningar samt betalning som är bindande sker till Lyckträffen, ann.martini@knivsta.se eller 018 – 34 70 59

- **Skrivarcirkel**

Fredagar 6/9, 20/9, 4/10, 18/10, 15/11, 29/11 kl 10 – 12. Ledare Birgit Sjövall
Anmälan: 018 – 38 50 38. Arr SPF i samarbete med SV.

- **Litteraturcirkel**

Tisdagar 20/8, 24/9, 22/10, 19/11 kl 10 – 12. Ledare Eva Dahlberg.
Anmälan på Lyckträffen. Max åtta deltagare.

- **Målarcirkel**

Torsdagar 5/9 – 5/12 kl. 13 – 15. Ledare Britt-Marie Widen och Mildred Svedman. Anmälan:
britt-mariewiden@hotmail.com. Samarbete med SV.

- **Livet förr och nu**

Tisdagar 3/9 – 12/11 kl 10.30 – 12. Ledare Kristina Jonsgården, Barbro Holkedahl, Ely Mattsson. Samarbete med Sensus. Anmälan på Lyckträffen.



- **Cykelreparation**

Tisdagar 20/8, 27/8, 3/9 och 10/9 kl 10 – 11.30. Tag med din cykel och få hjälp att rusta den till självkostnadspris. Ledare Claes Sandgren. Ev samarbete med NBV. (Cykelkurs: Se under Rörelse, hälsa och balans).



- **Körskoleteori**

Onsdagar kl 16 – 17.30, start 16/10. Max 10 deltagare. Anmälan till ABF. Kontakta andrea.hillgren@abf.se, tel 010 – 199 04 46

- **Låt dig inte luras!**

Om säkerhet och brottsförebyggande åtgärder i smått och stort

Måndagar 26/8, 16/9, 30/9, 7/10 kl 9 – 12 på Lyckträffen. Ledare Sten Arnekrans. Arr SPF i samarbete med SV.

- **Enklare vardagsekonomi för nyanlända**

Torsdagar 3/10, 10/10, 17/10, 24/10, 31/10 kl 15.30 – 17. Ledare Britt-Marie Olofsson. Samarbete med SV. Anmälan Lyckträffen, max åtta deltagar

- **Samtal på gång**

Start i höst. Promenad med diskussionsämnen för nyanlända och etablerade Knivstabor under minst tre träffar. Ledare Barbro Kemi. Anmälan på Lyckträffen. Samarbete med Bilda.

- **Samtalscirkel för anhöriga**

Lyfta tillsammans. Tisdagar 10/9, 8/10, 12/11 och 3/12 kl 10.30 – 12. Ledare Mona Jakobson och Berit Axelsson. Samarbete med SV. Anmälan till Lyckträffen.

- **Samtal i vardagen**

Tisdagar 24/9 – 12/11 kl 15.15 – 16.30. Ledare Britt-Marie Lööf. Samarbete med SV.

- **Att vara mamma och pappa för barn 2 – 8 år**

Lördagar 5/10, 12/10 och 19/10 kl 11 – 13. Ledare Britt-Marie Lööf. Anmälan: susan.gallone@sv.se Barnvakt och ev. tolk finns på plats.

- **Lär dig surfa! Digital coach**

* Grundkurs blandad Android och IPAD i Kommunhuset torsdagar t o m 24/10, med start 19/9 kl 13 – 14.30 i Knivsta bibliotek. Ledare Bo Liljeborn. Anmälan: susan.gallone@sv.se

* Iphone, IPAD 3/10 – 5/12 i Kommunhuset torsdagar kl 10.30 – 12. Ledare Lena Liljeborn FULLT! *

* Android, Samsung, Sony 3/10 – 5/12 torsdagar kl 10.30 – 12 på Lyckträffen. Ledare Kajsa Ekdahl. FULLT! Samarbete med SV och Lions.

Kultur och kalas på Lyckträffen

Måndagar

- *50-talsmusik* med CRP 26/8 kl 13.30 – 14.15.
- *Musikträffen*. Tag med eget instrument, var med och sjung eller bara lyssna vid kaffeborden. Jämna veckor 16/9, 30/9, 14/10, 28/10, 11/11, 25/11 och 9/12 kl 13.30 – 15. Samarbete med SV.
- *Lär dig vinterodling* med Sylvia Carlsson och Harriet Karlsson 2/9 samt 7/10 kl 15.30. Ev samarbete med NBV.
- *Trubadurstund* med Nisse Larsson 2/12 kl 13.30 – 14.15.
- *Julpyssel* med fru Larsson och Gun Lindroth 16/12 kl 13.30 – 15.
- *Mellandagsfest* 30/12 kl 14 – 15 i Kommunhuset. Allsång med Lagga spelmän. Samarbete med Röda Korset.
- *Julgransplundring* 13/1 kl 14 – 15 i Kommunhuset. Lena och Yngve spelar, Bertil och Sören dansar med Högåsens elever. Samarbete med SPF. (Lyckträffen stänger kl 13 denna dag)

Tisdagar

- *Bingo*. Jämna veckor 3/9, 17/9, 1/10, 15/10, 29/10, 12/11, 26/11 kl 14 – 15 (10/12 inställt p g a Nobelfest). Kostnad 40 kr.
- *Handarbetscafé*. Ojämna veckor 10/9, 24/9, 8/10, 22/10, 5/11, 19/11 och 3/12 kl 13 – 15. Arr SPF.
- *Språkcafé*. Kom och prata svenska och träffa nya vänner! 3/9 – 3/12 kl 16.30 – 19. Ev samarbete med NBV.
- *Nobelfest med tre-rätters meny* 10/12 kl 16. Anmälan, max 50 deltagare.

Onsdagar

- *Sport-Quiz med* Eva Dahlberg 21/8 kl 13.30 – 15. Samarbete med SV.
- *Surströmmingsfest i Ängbypark* 4/9 kl 12. Underhållning med Ulf Eriksson. Pris 120 kr (fika ingår) Sista anmälan 26/8. Obs! Lyckträffen stängd denna dag.
- *Grabbträffen* med Göran Tibell och Rolf Byström 28/8 – 4/12 kl 13.30 – 15. Samarbete med SV.



- *Trädgårdstider med Ann-Katrin Thor*. Utomhusföredrag om förberedelser inför hösten. Estrids innergård 11/9 kl 13.30.
- *Musik-Quiz* med Eva Dahlberg 11/12 kl 13.30 – 15. Samarbete med SV.
- *Viktoriafallen*. Claes Sandgren visar bilder 18/12 kl 13.30. Ev samarbete m NBV

Torsdagar

- *Språk- och kulturcafé* 22/8 – 12/12 kl 13.30 – 15. Kom och möt nya vänner!
- *Julbuffé* 19/12 kl 12. Max 55 deltagare. Pris 120 kr. Anmälan.

Fredagar

- *Dan Anderssons liv, leverne och visor*. Bosse Lindström sjunger och berättar, fredag 6/9 kl 13.30 – 14.15.
- *Melodikrysset* 9/8 – 6/12 kl 10.30 – 11.15.
- *Ät med oss!* Tag med matlåda eller vi går och handlar 9/8 – 6/12 kl 11.30 – 13.
- *Lagga spelmän*. Kom och lyssna 13/9, 18/10, 15/11 och 6/12 kl 13.30 – 14.15. Samarbete med SV.
- *Kräftfest på Lyckträffen* 23/8 kl 12. Pris 120 kr (västerbottenpaj, fika ingår). Anmälan, max 55 deltagare.
- *Modevisning i Kommunhuset* 11/10 kl 13.30. Seniorshop och Jobiskor är på plats. Samarbete med PRO och SPF. (Lyckträffen stänger kl 13).
- *Stämmingsfulla visor med Stenskog* 4/10 kl 13.30 – 14.15.
- *Luciafirande* i Kommunhuset 13/12 kl 14 – 15. Primokören underhåller. Samarbete med PRO. (Lyckträffen stänger kl 13 den dagen).



Måndagkvällar med Röda Korset kl 18 – 20

I höst börjar aktiviteterna 16 september. Ett varierat program erbjuds, bland annat utbildningar i hjärt- och lungräddning. Andra programpunkter är "Röda Korset nu och då", "Krisberedskap" och "Nyanlända Knivstabor med olika bakgrund berättar om sina länder och sina upplevelser".

Ett särskilt program kan hämtas i september på Lyckträffen och i Kupan.

Föredrag och information på Lyckträffen

Kl 13.30

- *Bygdegården Blå Wingen i Husby-Långhundra*. Ingemar Hansson berättar tisdag 20/8.
- *Anna Cederström på Kungshamn – en pionjär för miljö och kultur*. Karin Lundberg föreläser tisdag 27/8.
- *Region Uppsalas ”patientadministratör”* informerar om bland annat vårdgaranti och att lista sig. Frågestund. Måndag 2/9.
- *Alkohol och beroende*. Maria Eriksson och Mats Bjurgard från Råd och stöd i Knivsta kommun informerar måndag 9/9.
- *Demensföreningen i Uppsala*. Gustaf von Essen berättar om föreningens arbete måndag 23/9.
- *Knivsta Idrottsklubb 100 år*. Lennart Runnding visar bildspel fredag 27/9. Anmälan.
- *Fallprevention, balansövning och hjälpmedel*. Sofia Markström och Janice Rosén från Knivsta kommun berättar måndag 7/10.
- *Låt hjärtat va me!* Hjärt- och lungsjukas förening föreläser måndag 21/10.
- *Synskadades riksförbund*. Föredrag med Sten Arnekrans om möjligheten att få ihop vardagen. Råd och tips samt information om hjälpmedel måndag 4/11.
- *Brottsförebyggande rådet* ger information måndag 18/11.
- *Gredelby med flera områden*. Bildspel med Lennart Runnding fredag 22/11. Anmälan.

Helgöppet på Lyckträffen

- *Tillsammans för Knivsta*. Välkommen på fika nästan varje söndag kl 14 – 18. Kolla på facebook!
- *Lär dig dekorera pepparkakor* till olika evenemang, som till exempel dop och bröllop. Ledare Ildiko Pampurne. Lördagar 7/9 och 21/9 alternativt 16/11 och 30/11 kl 10 – 14. Ev samarbete med NBV.
- *Att vara mamma och pappa för barn 2 – 8 år*. Lördagar 5/10, 12/10 och 19/10 kl 11 – 13. Mer information under *Studiecirklar* sid 3.



Rörelse, kost, hälsa och balans

Måndagar

- *Balansera mera. Om kost, rörelse och hälsa.*

Måndagar 21/10, 4/11, 18/11, 2/12 kl 9 – 12 på Lyckträffen. Ledare Sten Arnekrans. Arr SPF i samarbete med SV.

Anmälan anette@isaksson.com, tel 070 – 485 38 06

- *Balansgympa i Hälsohuset, Spegelsalen 26/8 – 2/12 kl 10.30 – 11.*

Marianne Wikström: ojämna veckor 26/8, 9/9, 23/9, 7/10, 21/10, 4/11, 18/11 och 2/12. Lena Liljeblad: jämna veckor 2/9, 30/9, 14/10, 28/10, 11/11 och 25/11.

16/9 visar Monika Jonsson ”Balans och rörelse, helt enkelt”.

Torsdagar

- *Cirkelpass med balans. 5/9 – 3/12 kl 10.30 – 11.*

Träningslokal är Faktorns gata 6.

- *Föreläsning om SM-Guldnivå 29/8 kl 10.30 – 12 av Niklas Wikegård och Jenny Gille på Lyckträffen.*

- *Cykelkurs – lär dig cykla! 22/8, 29/8, 5/9 och 12/9 kl 15 – 16. Samling utanför Lyckträffen. Ledare Hajar Mohammadi. Ev samarbete med NBV.*

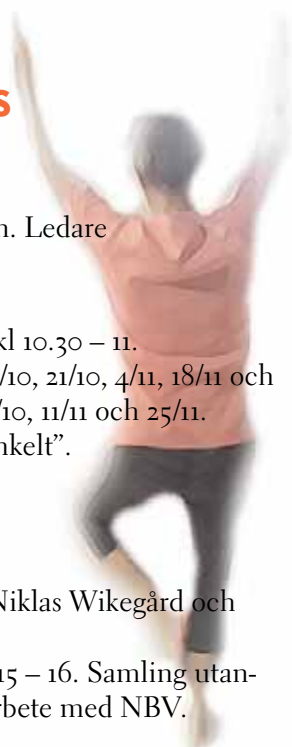
Fredagar

- *Step up. Spegelsalen i Hälsohuset 20/9, 4/10, 18/10, 15/11 och 29/11 kl 10.15 – 11. Ledare Bibbi Gustafsson.*

- *Spinning. Hälsohuset 13/9, 27/9, 11/10, 25/10, 8/11, 22/11 och 6/12 kl 10.15 – 11. Ledare Staffan Falk.*

- *Kost och hälsa för seniorer 8/11. Föreläsning med Christoffer Johansson på Lyckträffen. Arr: SISU-utbildarna Uppsala.*

- *Må bra-cirkel. Lyckträffen 13/9, 27/9, 11/10, 25/10, 8/11, 22/11, 6/12 kl 10.30 – 12. Ledare Rita Borenstein. Anmälan till lbl@ritaborenstein.se eller tel 018 – 34 70 59. Samarbete med SV.*



Promenadgruppen

Alla helgfria onsdagar hela året runt träffas vi kl 9.20 på Lyckträffen. Vi minglar runt kaffebordet för att sedan gå ut med boende på Estrids och Vilhelms gårdar. Kom med du också!

Filmvisning i Tillassalen, Kommunhuset

Fredagar kl 13.30

Ingen kostnad. Du kan bli medlem i Lyckträffens filmklubb vid filmvisningen. PRO har kaffeförsäljning. *Obs!* Lyckträffen stänger kl 13 dessa dagar.

30/8 *A star is born*

Amerikansk film. Lady Gagas och Bradley Coopes kärlekshistoria berör utöver det vanliga. (2 tim 16 min)

20/9 *Britt-Marie var här*

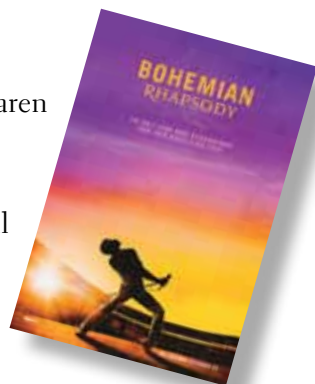
Svensk film. Om en kvinna som väntat ett helt liv på att hennes ska börja. (1 tim 38 min)

25/10 *Bohemian Rhapsody*

Engelsk biografisk musikfilm som fokuserar på sångaren Freddie Mercurys liv. (2 tim 13 min)

29/11 *Ben is back*

Amerikansk film om en mammas odödliga kärlek till sin son, som testas under svåra omständigheter. (1 tim 44 min)



Knivsta 
kommun

Lyckträffen
Sågverkstorget 10
Knivsta

www.knivsta.se/lycktraffen