



Mötesplats
Lyckträffen

Öppet måndag – fredag 9 – 16

Program
vår/sommar 2020

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, 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.

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 anmälningar till cirklar eller evenemang samt betalning som är bindande sker till Lyckträffen, ann.martini@knivsta.se eller 018 – 34 70 59.

Platsen är Lyckträffen när inte annat anges.

- **Skrivarcirkel**

Fredagar 24/1, 7/2, 21/2, 6/3, 20/3, 3 /4, 17/4, (*ej* 1/5) och 15/5. Ledare Birgit Sjövall Anmälan 018 – 38 50 38. Arr SPF i samarbete med SV.

- **Litteraturcirkel**

Tisdagar 11/2, 10/3, 14/4, 19/5 och 16/6 kl 10 – 12. Fem böcker väljs ut av gruppen och samtalas runt. Ledare Eva Dahlberg. Max 8 deltagare. Samarbete med SV.

- **Målarcirkel**

Torsdagar 6/2 - 23/4 kl 13 – 15 (*ej* 9/4). Ledare Britt-Marie Widen, Mildred Svedman. Anmälan: britt-mariewiden@hotmail.com. Samarbete med SV.

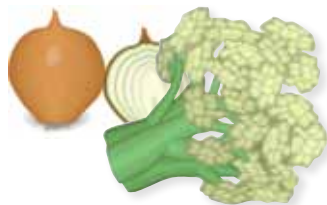


- **Livet förr och nu**

Tisdagar 28/1 – 28/4 (ej 7/4) kl 10.30 – 12. Ledare Kristina Jonsgården, Barbro Holkedahl, Elsy Mattsson. Samtala om olika ämnen och händelser i livet. Samarbete med Sensus.

- **Matlagning för herrar**

Laga vardagsmat tillsammans och lär av varandra
Tisdagar, 3/3, 10/3, 17/3, 24/3, 31/3 och 7/4 kl 13 – 15.30. Max 6 deltagare. Ledare Sven-Erik Eriksson.
Plats: Faktorns gata 6. Samarbete med Bilda.



- **Cykelreparation**

Tisdagar 21/4, 28/4, 5/5 och 12/5 kl 10 – 11.30. Tag med din cykel och få hjälp att rusta den till självkostnadspris. Platsen är utanför Lyckträffen. Ledare Claes Sandgren. Samarbete med NBV.

- **Körskoleteori**

Torsdag 20/2 – 2/4 kl 16.30 – 17.30. 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.
Måndagar 10/2, 24/2 och 9/3 kl 9 – 12. Ledare Kjell-Åke Magnusson.
Arr SPF i samarbete med SV.

- **Demokrati påverkar samhället**

Onsdagar 5/2, 12/2, 19/2, 26/2 och 4/3 kl 13.30 – 15.30 samtalar vi om demokrati. Ledare Birgit Sjövall och Annika Övernäs. Plats: Faktorns gata 6. Max 12 deltagare. Samarbete med NBV.

- **Samtalscirkel för anhöriga**

Lyfta tillsammans.
Tisdagar 4/2, 3/3, 7/4, 12/5 och 9/6 kl 10.30 – 12. Ledare Mona Jakobson och Berit Axelsson. Samarbete med SV.

- **Samtal i vardagen**

Tisdagar 4/2, 11/2, 18/2, (ej 25/2), 3/3, 10/3, 17/3 och 24/3 kl 15.15 – 16.30. Ledare Britt-Marie Lööf. 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!

Kultur och kalas på Lyckträffen

Måndagar

- *Musikträffen*. Tag med eget instrument, var med och sjung eller bara lyssna vid kaffeborden. Jämna veckor 3/2, 17/2, 2/3, 16/3, 30/3 (ej 13/4) 27/4, 11/5, 25/5, 8/6 och 22/6 kl 13.30 – 15. Samarbete med SV.
- *Lär dig vårodling* 23/3 och 11/5 kl 15.30 – 17 med Sylvia Carlsson och Harriet Karlsson Samarbete med NBV. Anmälan på Lyckträffen.
- *Sommar på Spåret-Quiz* 1/6 kl 13.30 – 15 med Eva Dahlberg.

Tisdagar

- *Bingo*. Jämna veckor 7/1, 21/1, 4/2, 18/2, 3/3, 17/3, 31/3, 14/4, 28/4, 12/5, 26/5 och 9/6 kl 13.30 – 15. Pris 40 kr.
- *Handarbetescafé*. Ojämna veckor 28/1, 11/2, 25/2, 10/3, 24/3, 7/4, 21/4, 5/5 och 19/5 kl 13 – 15. Arr SPF.
- *Språkcafé*. Kom och prata svenska och träffa nya vänner! 7/1 – 10/6 kl 16.30 – 19. Samarbete med NBV.
- *Semmelfest* 25/2 kl 13.30 – 15. Kerstin Runnding spelar el-piano. Arr Röda Korset. Pris 20 kr.
- *Påskpyssel och Handarbetescafé* 7/4 kl 13 – 15 tillsammans med barn från olika verksamheter.
- *Balans i livet*. Föredrag av Monica Jonsson 5/5 kl 13.30 – 14.30.
- *Kortspelseftermiddagar* 16/6, 23/6 och 30/6 kl 13.30 – 15. Samverkan med Tillsammans för Knivsta.



Onsdagar

- *Elbils-poolen i Knivsta* 22/1 kl 13.30 med Zandra Olsson från Moveabout.
- *50- och 60-talsmusik* med CRP 26/2 kl 13.30 – 14.15. Samarbete med SV.
- *Grabbträffen* 8/1 – 3/6 kl 13.30 – 15. Möt nya bekanta och gamla vänner i en härlig gemenskap. Ledare Göran Tibell. Samarbete med SV.
- *Våffeldag* 25/3 kl 13 – 15. Underhållning kl 13.30 – 14.15 med Lasse Edlund: ”Från Bach till Beatles”. Pris 20 kr. Anmälan på Lyckträffen.
- *Stora städardagen av Estrids utegård* 22/4 kl 13.30 – 15 på Faktorns gata 6. Vi avslutar med picknick. (Vid regn Sågverkstorget 10B). Samarbete med NBV.
- *Stora planteringsdagen på Estrids utegård* 20/5 kl 13.30. Trädgårdsingenjör Ann-Catrin Thor ger råd. (Vid regn Sågverkstorget 10B). Samarbete med NBV.
- *Påskbuffé* 8/4 kl 12. Anmälan. Pris 120 kr. Max 50 deltagare.

- *Uffes enmansband med Birgitta* spelar 13/5 kl 13.30 – 14.15. Samarbete med SV.

Torsdagar

- *Språk- och kulturcafé* 16/1 – 11/6 kl 13.30 – 15. Kom och möt nya vänner!
- *Digitala caféet* 30/1 – 23/4 kl 10 – 12. Tag med dina frågor om platta eller mobil till Lyckträffen. Möt bland annat Kajsa, Lena och Åke som hjälper dig. Samarbete med SV och Lions.
- *Valborgsfest* 30/4 kl 14 – 15 på Estrids innergård, Faktorns gata 6. Korvgrillning, fika och underhållning av Primokören. Pris 30 kr. Arr Röda Korset och PRO (Lyckträffen stänger kl 12).

- *Midsommarfest* 18/6. Kl 10 kläs midsommarstången. Kl 14 – 15 spelar Lena och Yngve och Knivsta folkdanslag dansar. Tårta och kaffe serveras, pris 30 kr. Platsen är Estrids innergård, Faktorns gata 6. Arr Röda Korset, Samverkarna och Lions (Lyckträffen stänger kl 12 den här dagen).



- *Cykeltur runt Walloxen* 7/5. Samling utanför Lyckträffen kl 13. Vattenstopp på vägen och våfflor vid återkomsten. Pris 20 kr.

- *Bilorientering* 14/5. Start kl 10 på Lyckträffen där karta finns att hämta. Anmäl dig gärna på Lyckträffen om du har bil, berätta hur många som kan åka med. Det finns även en lista för dig som vill åka med. Sista anmälan 11/5. Arr SPF, Kjell-Åke Magnusson

- *Berits hemliga utflykt* 28/5. Samling kl 10 på Lyckträffen, åter ca kl 15.30. Pris 450 kr, anmälan på Lyckträffen. Max 40 deltagare. (Lyckträffen stängd hela dagen).

Fredagar

- *Stenskog: Finstämda sånger från Beatles till Clapton* 24/1 kl 13.30 – 14.15.
- *Lös Melodikryssset med Harri* 10/1 – 26/6 kl 10.15 – 11.15. Samarbete med SV.
- *Alla Hjärtans dag* 14/2 kl 14 – 15.30 i Kommunhuset. Lagga kyrkokör och SPF-kören underhåller. Fika serveras av arrangörerna i PRO och Samverkansgruppen. ICA Kvantum och Willys sponsrar firandet med tårta.
- *Ät med oss!* Tag med matlåda eller vi går och handlar 10/1 – 26/6 kl 11.30 – 13.
- *Lagga spelmän.* Kom och lyssna 7/2, 6/3, 3/4 och 5/6 kl 13.30 – 14.15. Samarbete med SV.
- *Musiker och sångare.* Bildvisning med Lennart Runnding 21/2 kl 13.30. Anmälan.

fortsättning på nästa sida

Fredagar på Lyckträffen, forts

- *Vargjakt i Uppland* under 1800-talet samt några andra lokala anekdoter från Knivstatrakten. Föredrag av Göran Källgården 13/3 kl 13.30 – 14.15.
- *Ett möte med människor och hus i Sundsvall* 20/3 kl 13.30. Föreläsning av Gudrun Nordenås om ”staden som likt fågel Fenix reste sig ur askan”.
- *Modevisning i Kommunhuset* 17/4 kl 13.30 – 15.30. Seniorshop och Jobbiskor är på plats. Samarbete med PRO och SPF. (Lyckträffen stänger kl 13).
- *Tipspromenad* 8/5 kl 13 med Ann-Catrin Thor. Samling på Lyckträffen samt genomgång efter promenaden. Lyckträffen bjuder på fika.
- *Husby-Långhundra*. Bildvisning av Lennart Runnding 15/5 kl 13.30. Anmälan.
- *50- och 60-talsmusik* med CRP 22/5 kl 13.30 – 14.15. Samarbete med SV

Föredrag och information på Lyckträffen

Måndagar kl 13.30

Kom och ställ dina frågor!

- *Feldenkrais-metoden* 27/1. Lisa Ring ger information. Möjlighet att testa.
- *Glaukom, syn för äldre och belysning som hjälpmedel* 10/2. Föredragshållare Leif Wall.
- *Hemberedskap och brandsäkerhet* 24/2. Personal från Enheten för säkerhet och beredskap i Knivsta och Kenneth Nyman från Attunda Brandstation berättar.
- *Företräderskap, framtidsfullmakt och godemän* 9/3. Febe Sandqvist från Region Uppsala berättar om hur man kan lösa situationen för personer vid konjunktivsvikt som demens.
- *Folktandvården* 23/3. Carina Landh från Region Uppsala informerar.
- *Kommunens stöd för seniorer* 6/4. Enhetschefen för hemtjänsten, Johan Nyström, samt biståndsbedömarna Hayat Ibrahim och Sandra Baumgärtel informerar.
- *Smultronställen i våra naturområden* 20/4. Emelie Runfelt från Upplandsstiftelsen berättar och ger tips.
- *Att leva med reumatisk sjukdom*. 18/5 informerar Lena Wahlund från Reumatikerförbundet.



Rörelse, kost, hälsa och balans

Måndagar

- *Balansera mera. Om kost, rörelse, medicin och möten.*

Måndagar 2/3, 23/3, 6/4 och 20/4 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* kl 10.30 – 11. Ledare Marianne Wikström ojämnta veckor 27/1, 10/2, 24/2, 9/3, 23/3, 6/4, 20/4, 4/5, 18/5 och 1/6, Margith Fägrema jämna veckor 3/2, 17/2, 2/3, 16/3, 30/3, (ej 13/4), 27/4, 11/5 och 25/5.

Torsdagar

- *Cirkelpass med styrka och balans* kl 10.30 – 11.15 på Faktorns gata 6. Ledare Nonna Andersson jämna veckor 6/2 – 24/6, Gunilla Nilsson ojämnta veckor 13/2 – 4/6.

Fredagar

- *Spinning.* Hälsohuset kl 10.15 – 11. Ojämnta veckor 31/1, 14/2, 28/2, 13/3, 27/3, (ej 10/4), 24/4, 8/5, 22/5 och 5/6. Ledare Staffan Falk.

- *Må bra-cirkel.* Lyckträffen kl 10.30 – 12 ojämnta veckor 14/2, 28/2, 13/3, 27/3, 24/4, 8/5, 29/5. Ledare Rita Borenstein. Anmälan till lbl@ritaborenstein.se eller tel 070 – 7707 199 alt 018 – 34 70 59.

Ingen anmälan sker till passen, dock är platsantalet begränsat.

Ingen avgift.

Håll utkik efter Hälsoveckan 4/5 – 10/5! Mer information kommer i slutet av mars på Lyckträffen.

Helgöppet på Lyckträffen

Tillsammans för Knivsta

Välkommen på fika nästan varje söndag kl 14 – 18. Kolla på facebook!

Röda Korset

Välkommen till Öppet årsmöte med fika söndag 23/2 kl 14 – 15.

Knivsta Marknad

Lördag 16/5 har Lyckträffen öppet kl 10 – 15..

Knivsta Team sjunger kl 13 – 13.30.



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.

31/1 *Lyrro – Ut & invandrama*

Svensk komedi. Borta bra men hemma bäst? En sketchartad film om människor som alltid är på väg. (1 tim 24 min)

28/2 *Dolda tillgångar*

Amerikanskt drama. Sann berättelse om tre briljanta kvinnor som arbetade för NASA och gjorde historiska avtryck på världen. (2 tim 7 min)

27/3 *Eld och lågor*

Svensk film som bygger på en sann berättelse om två rivaliserande nöjesparker och en förbjuden kärlekshistoria i Stockholm 1940. (1 tim 45 min)

24/4 *Downton Abbey*

Brittiskt drama baserat på TV-serien. Utspelar sig 1927 när Downton Abbey får kungligt besök av Georg V och drottning Mary. (2 tim 3 min).

29/5 *The greatest showman*

Amerikansk musikalfilm. Cirkusdirektören P T Barnum ville skapa den största och mest spektakulära föreställning som världen skådat. (1 tim 46 min).

26/6 *Red Joan*

Brittiskt verklighetsbaserat drama om KGB-spionen Melita Norwood, som lämnade över brittiska atomhemligheter till Sovjetunionen. (1 tim 41 min).



Knivsta 
kommun

Lyckträffen
Sågverkstorget 10
Knivsta

www.knivsta.se/lycktraffen