**Medlemsblad**

**Oktober 2025 - Februari 2026**

Synskadades Riksförbund Uppsala - Knivsta

****



Hemsida: [www.srf.nu/uppsala-knivsta](https://www.srf.nu/uppsala-knivsta)

Följ oss på Facebook: [SRF Uppsala-Knivsta](https://www.facebook.com/srfuppsalaknivsta/?view_public_for=206680083080305)

Då är det dags med lite nya inbjudningar vad gäller aktiviteter oktober 2025 - februari 2026.

Anmälan till alla aktiviteter sker till telefon: 018-56 09 21 eller via mejl: [uppsala.knivsta@srf.nu](mailto:uppsala.knivsta@srf.nu)

**Kalendarium.**

29 oktober kl.11.00 Fika på Landings.

12 november kl.11.30 Lunch på Senioren.

17 november kl.13.00 Bokcirkeln.

7 december kl.15.00 Konsert i Gamla Uppsala kyrka.

8 december kl.13.00 Bokcirkeln.

11 december kl.8.30 Bussresa till Skultuna, Wester Qvarn och Åsby trädgård.

14 januari kl.14.00 Vi slänger ut julen (Storgatan 11).

26 januari kl.13.00 Bokcirkeln startar igen.

27 januari kl.13.30 Bingo på "storan".

4 februari kl.11.00 Fika/lunch på Fyrisvalls Bageri & Café.

16 februari kl.13.00 Bokcirkeln.

20 februari kl.18.00 Pizzakväll på "torget".

11-13 maj Vi åker till Åland. Anmäl ditt intresse redan nu.

**Kom med och fika eller ät en lunch på Landings.**

När: onsdagen den 29 okt kl.11.00 med avslut cirka kl.12.30.Plats: Landings Konditori, Kungsängsgatan 5 A, Uppsala. Pris: var och en betalar sitt eget, valfri förtäring.

Anmälan senast den 27 oktober till kansliet så vi vet hur många vi kommer att bli.

Nu fortsätter vi att utforska Uppsalas konditorier.   
Landings som ligger på gågatan i centrum är ett populärt kafé för många Uppsalabor.

Kom och gör oss sällskap och prata bort en stund så här i början av hösten över en kopp kaffe med gott kaffebröd eller varför inte en enklare lunch?

**Följ med och ät lunch på Restaurang Senioren.**

När: onsdagen den 12 november kl.11.30  
Plats: Restaurang Senioren, Kungsängsgatan 25.  
Kostnad: 70 kr för pensionärer och 105 kr för övriga.

Anmäl dig senast den 11 november före kl.12 till kansliet.

Nu var det länge sedan vi besökte Senioren och åt lunch där.

Syftet med träffen är att det är trevligt att äta tillsammans samt att vi vill uppmuntra till att våga gå ut mer och äta lunch på egen hand eller med ledsagare. Tyvärr går det inte att boka bord i förväg så därför bör vi vara där i tid.

Salladsbord efter säsong, bröd, måltidsdryck och kaffe ingår alltid i lunchen.

Menyn ser ut så här den dagen:

Dagens husman: Färslåda Lindström med gräddsås, kapris och kokt potatis.  
Dagens alternativ: Grekisk paj med tomat och oliver samt dressing.  
Dagens gröna: Krämig quorngratäng med ris.

**Konsert i Gamla Uppsala kyrka.**

När: söndagen den 7 december kl.15.00-16.00.  
Plats: Gamla Uppsala kyrka, Disavägen 8 Uppsala.

Meddela kansliet om du vill följa med senast den   
4 december kl.12.00.  
Vi är några medlemmar som tänker träffas och vara med på en konsert i Gamla Uppsala kyrka så här på andra advent. Att besöka en kyrka innan jul, det är en äldre tradition som fritidsgruppen nu försöker blåsa liv i igen.

Kyrkan gästas av kören Bella Donna som sjunger julens sånger.

**Resa till Skultuna, Wester Qvarn och Åsby trädgård**

Datum: torsdagen den 11 december.  
Tid: buss avgår från Uppsala Konsert & Kongress kl.08.30.  
Plats: Skultuna Bruk, Wester Qvarn och Åsby Trädgård.  
Pris: subventionerat pris för medlemmar 440kr.   
Icke medlemmar 640kr.

Inkl.  
Resa i turistbuss med toalett.  
Besök.  
Julbord.

Sista dag för anmälan som är bindande är den 27 november till kansliet.  
Glöm ej att meddela matallergier och att EJ använda starka dofter.

Vi lämnar Uppsala UKK kl.08.30.

Dagens första stopp är på Skultuna bruk,

Skultuna har en butik med sina produkter både till ordinarie priser och andra sortering.

Det finns fler butiker i området, den som ligger bredvid Skultunas butik är Iittala Outlet som bl.a. säljer Rörstrand och Fiskars. I backen på väg ner till Skultuna finns också en outlet. I dessa butiker finns varor från bl.a. Marimekko, Snö of Sweden. Sortimentet varierar beroende på vilka varor som finns till outlet priser.

I Skultunas butik finns ett kafé för den som behöver stilla kaffesuget. När vi har handlat färdigt stiger vi på bussen igen för att åka vidare.

Det är Wester Qvarn som är nästa stopp på vår resa.

I den gamla Qvarnen som i dag är ombyggt till restaurang med en hel del av kvarninredningen kvar ska vi äta julbord. Här finns det som hör julbordet till, ja kanske inte grisfötter.

De jobbar mycket med lokala råvaror från producenter i närheten tex Åsby Kött och Vilthandel. Vi börjar med glögg och pepparkaka i väntan på att vi ska bli placerade till bords. Dryck till maten får var och en betala själv, däremot ingår kaffe.

Vi äter i lugn och ro, det är ju det mysiga med att äta julbord. Enligt gammalt ska man äta sju tallrikar innan man är färdig och det är ju för att man inte ska blanda ihop smakerna på tallriken.

När vi är mätta och belåtna stiger vi på bussen för att åka den korta biten till Åsby trädgård och Åsby kött och vilthandel. I de två butikerna botaniserar vi bland blommor, presentartiklar och köttprodukter.

När vi har handlat färdigt är det dags att åka vidare mot hemorten, vi är i Uppsala, UKK ca kl.17.00

/SRF Uppsala-Knivstas fritidsgrupp tillsammans med  
Sundbergs Busstrafik AB.  
Desirée Boman.

**Vi slänger ut julen!**

När: onsdag 14 januari kl.14.00-17.00.  
Plats: Storgatan 11 Uppsala.   
Pris: 150kr för landgång med dryck, kaffe och kaka.

Anmälan som är bindande senast den 8 januari till kansliet.

När vi åter igen gått in i ett nytt år, så är det dags att slänga ut julen. Det gör vi denna gång på Storgatan 11 där det finns gott om plats att ta sig en sväng om. Som vanligt hoppas vi att vår vän från de djupa skogarna hittar dit och kan hjälpa oss att dela ut var sin julklapp till alla. Det blir därför bra om alla har med sig var sitt inslaget paket värt max 50kr som vi kan stoppa i julklappssäcken.

**Bingo på "storan".**

När: tisdagen den 27 januari 2026.  
Tid: 13.30-15.30.  
Plats: Storan, Kungsgatan 62, 5 tr. Uppsala.  
Pris: 50kr för kaffe god bulle m.m. plus spänning.

Anmälan senast den 22 januari till kansliet före kl.12.00.

Kom och var delaktig i lite spänning och glädje när någon av oss vinner på Bingo. Bingospelet är anpassat så att alla kan delta. Vi köper in trevliga vinster till ett humant pris. Kom och var med och känn spänningen och glädjen!

Obs! Om det blir ett färre antal deltagare kommer vi att flytta aktiviteten till Kungsgatan 64. Men det meddelar vi dig om det blir så.

**En trevlig stund på Fyrisvalls Bageri & Café.**

När: onsdagen den 4 februari kl. från 11.00 med avslut cirka 12.30.  
Plats: Fyrisvalls Bageri & Café, Fyrisvallsgatan 10 C Uppsala.   
Pris: var och en betalar sitt eget, valfri förtäring.

Anmälan senast den 27 januari till kansliet så vi vet hur många vi kommer att bli.

Nu fortsätter vi att utforska Uppsalas konditorier.   
Fyrisvalls Bageri & Café öppnade under 2025.

Kom och gör oss sällskap och prata bort en stund så här i början av året över en kopp kaffe med gott kaffebröd eller varför inte en enklare lunch?

**Pizzakväll på "torget"**

När: fredagen den 20 februari 2026.  
Tid: 18.00-20.30.   
Plats: Kungsgatan 64, torget (kansliet).  
Pris: 150kr för pizza, samt kaffe och kaka.   
Ta med egen valfri dryck.

Anmälan som är bindande gör du senast den 18 februari före kl.12.00 till kansliet.

Här inbjuds du till en trevlig kväll med socialt umgänge och pizza. I samband med anmälan får du veta vilka pizzor som det finns att välja mellan. Vi hoppas att vi kommer att få en trevlig kväll tillsammans.

**Idé på någon ytterligare cirkel?**

Hör av dig till kansliet om du har några önskemål vad gäller cirklar som föreningen som vi kan starta upp?   
Vi tar tacksamt emot nya förslag.

**Telefon och mejladresser till kansli och styrelse m.fl.**

Kansliet når du via telefon och mejl.  
Telefon: 018-56 09 21. Blir du uppringd från kansliet anges följande mobilnummer: 072-961 78 77.  
Mejladress: uppsala.knivsta@srf.nu

**SRF Uppsala-Knivstas styrelse t.o.m. årsmöte 2026.**

Ordförande:  
Daniel Enholm 073-753 24 52

Vice ordförande:  
Gunilla Nilsson

Ekonomiskt föredragande:  
Monica H Zetterström 070-015 94 26  
Mejladress: lillamy.hermanson@gmail.com

Ledamot:  
Annelie Olsson 018-29 34 50  
Mejladress: annelie74.olsson@telia.com

Ledamot:  
Eva Berglin Gustafsson 0702-52 82 84  
Mejladress: eva.b.gustafsson@gmail.com

Ledamot:  
Margareta Hagbro

Ledamot:  
Ulrika Willberg  
Mejladress: willberg.ulrika@gmail.com

Gemensam mejladress hela styrelsen: srfukstyrelse@c.hso.se

Kansliet har stängt från och med den 23 december och öppnar åter den 7 januari.

Styrelsen & fritidsgruppen med personal önskar er alla en god jul och ett gott nytt år!

Hemsida: [www.srf.nu/uppsala-knivsta](https://www.srf.nu/uppsala-knivsta)

Följ oss på Facebook: [SRF Uppsala-Knivsta](https://www.facebook.com/srfuppsalaknivsta/?view_public_for=206680083080305)

