



Träffpunkt

Grönkullagatan 41

Hösten 2026

Onsdag 28 oktober

14.00–15.00

Sean Neilan är en passionerad amatörmusiker med en djup kärlek till tidlösa låtar från 1970-, 80- och 90-talen. Med gitarren i handen och en varm, uttrycksfull röst väcker han poetiska klassiker av legender som The Beatles, The Eagles, Paul Simon och Van Morrison till liv. Hans framträdanden är avslappnade, innerliga och fulla av nostalgi. Oavsett om han spelar igenom "Hotel California", "Brown Eyed Girl" eller en Beatles-favorit, inbjuder Sean lyssnarna att luta sig tillbaka, minnas och helt enkelt njuta av skönheten i fantastiska låtar.

Onsdag 25 november

14.00–15.00

Ät för att orka – föreläsning om kost för aktiva seniorer
Rätt mat kan göra stor skillnad för hur vi mår och hur mycket energi vi har. Den här föreläsningen handlar om hur du som senior kan äta för att stärka kroppen, förbättra återhämtningen och få mer glädje av den träning eller rörelse du redan gör. Vård- och omsorgsförvaltningens dietister ger dig praktiska råd, enkla tips och inspiration av vad som passar i vardagen

Mer information

Ingen föranmälan krävs och aktiviteterna är kostnadsfria om inget annat anges.

Träffpunkten är ett samarbete mellan Vård- och omsorgsförvaltningen, Idé A Drottninghög och Helsingborgshems trygghetsboende.

Öppettider

Träffpunkten är öppen i anslutning till aktiviteterna på programbladet.

Kontakt

Telefon 042 – 10 44 80

Följ oss!

Vi finns på webben och på sociala medier. Följ oss gärna där!



Webben: vardochomsorg.helsingborg.se/traffpunkter



Instagram: [@TraffpunkterIHelsingborg](https://www.instagram.com/TraffpunkterIHelsingborg) samt [@VardOchOmsorgIHelsingborg](https://www.instagram.com/VardOchOmsorgIHelsingborg)



Facebook: [Vård och omsorg i Helsingborg](https://www.facebook.com/VardochomsorgiHelsingborg)