



# Träffpunkt Söder

## Månadsblad våren 2024

### Måndagar

10.00 - 12.30 Handarbetscafé.

13.00 - 15.00 Virkar nallar. (udda veckor)

Leds av volontär Carina

14.00 - 15.00 Konversation på franska.

14.00 - 17.00 Canasta.

### Tisdagar

10.00 - 12.30 Stickcafé.

11.00 - 12.00 Kinesisk folkgympastik.

Träning tillsammans med volontär Nai

14.00 - 15.00 Hundcafé.

Tillsammans med volontär Lisbeth

14.00 - 17.00 Canasta

Samarbete med SKPF

### Onsdagar

10.30 - 11.30 Diskussions fika. (jämna veckor)

Vi diskuterar allt, med en gemensam fika

12.00 - 13.00 Tecken som stöd. (udda veckor)

Leds av volontär Christel

12.00 - 13.00 Andningsyoga (**Föranmälan**)

Leds av volontär Franziska

13.30 - 16.00 Bingo.

13.30 - 15.30 Stickcafé. (udda veckor)

Träffpunkt Söder, Nedre Holländaregatan 24 252 26 Helsingborg

042-10 68 74

[Traffpunkt.4@helsingborg.se](mailto:Traffpunkt.4@helsingborg.se)



# Träffpunkt Söder

## Torsdagar

10.30 - 11.30 Rörelse till musik  
Leds av volontärer Ewa o Maria

12.00 Sillabrunch. *föranmälan 8/2, 7/3, 4/4, 2/5, 30/5*

12.00 Luncha tillsammans 22/2, 21/3, 18/4

13.00 - 16.00 Aktiv med färger.  
Leds av volontär Carina

16.30 - 19.00 Bokcirkel (udda veckor)

## Fredagar

10.00 - 12.00 Fredagsfika.

11.30 - 12.30 Gymnastik.  
Lättsam gymnastik som leds av volontär Maria

12.30 - 13.30 Kinesisk folkgympastik.  
Träning tillsammans med volontär Nai

13.30 - 15.00 Våffel café.

## Lördag

13.30 - 16.00 Bingo (udda veckor)

## Mer information om träffpunkten

Det går bra att beställa smörgåsar o kakor i  
café

VardOchOmsorg.helsingborg.se  
Instagram.com/VardOchOmsorgiHelsingborg  
Facebook.com/VardOchOmsorgiHelsingborg

Träffpunkt Söder, Nedre Holländaregatan 24 252 26 Helsingborg  
042-10 68 74

[Traffpunkt.4@helsingborg.se](mailto:Traffpunkt.4@helsingborg.se)