

Mötesplats Närlunda



April 2025

Torsdagen den 3 april

15.00–16.30 Shared reading Föranmälan kravs, sista

Läser korta texter tillsammans och skapar mening utifrån olika erfarenheter. Ingen förberedelse krävs. Alla är välkomna, oavsett läsvana. Läsledare är personaler från Helsingborgs bibliotek.

Måndagen den 7 april

13.30–14.30 Pratcafé Fika till självkostnadspris

15.00–16.00 Balansera Mera Gymnastik, balansträning som är fallförebyggande

Övningarna är framtagen av arbets – samt fysioterapeut i Helsingborg Stad

Måndagen den 14 april

13.30–14.30 Inomhus boule

14.45–15.45 Senior Shake

Dansrörelser som kan göras sittande eller stående till musik.

Måndagen den 28 april

13.30–15.00 Dietisterna besöker mötesplats Närlunda

Lyssna till vård- och omsorgsförvaltningens dietister Cornelia och Teresa prata om mat för ett friskt och gott liv.

Vi kommer även att få provsmaka enkla mellanmål, och du får möjlighet att ställa frågor.

Föranmälan senast den 23 april

Mer information

Träffpunkten är öppen i anslutning till aktiviteterna på programbladet. Verksamheten är under uppbyggnad och bygger på frivilliga insatser från besökarna. Därför är din insats betydelsefull.

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



Webben: vardochomsorg.helsingborg.se/traffpunkter



Instagram: @TraffpunkterIHelsingborg, @VardOchOmsorgIHelsingborg

Mötesplats Närlunda, Närlundavägen 18, 252 75 Helsingborg

Telefon: 042-10 44 80, mejl: traffpunkt.1@helsingborg.se