

Träffpunkt Rosenknoppen



Mars 2025

Måndagar

10.00–10.30 Seniorshake och sittande Tabata

Dansrörelser som kan göra sittandes eller stående till musik.

10.30–12.30 Sillfrukost

Tisdagar

13.30–16.00 Bingo

Onsdagar

10.00–10.30 Balansera mera gymnastik

Rörelser som tränar balansen till musik.

10.30–12.30 Onsdagsfrukost

13.30–21.00 Quiltglädje

Äger rum jämna veckor. Vill du veta mer så kan du kontakta Agneta Jansson på telefon 076-812 58 17.

Torsdagar

13.00–16.00 Träffpunktens pysselgrupp

Vi pysslar, målar, stickar och fikar tillsammans.

Fredagar

10.00–10.45 Balansera mera promenad,

Träning utomhus med olika balansövningar. Leds av volontärerna Agneta och Ingrid.

10.45–12.00 Våffelcafé

Extra aktiviteter i mars

Bli kompis med din mobil

Måndag den 10 mars klockan 10.00-12.00 får du hjälp med din mobil.

Träffpunkt Rosenknoppen



Mer information

Öppettider

Träffpunkten är öppen i anslutning till programbladets aktiviteter. Är dörren stängd kan du knacka på eller ringa till oss.

Håll utkik

På Håll utkik på anslagstavlan där vi sätter upp information om det tillkommer fler aktiviteter.

Kontakt

Kontakta träffpunktssamordnaren på telefon 0732-31 57 51.

Följ oss!

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



Webben: vardochomsorg.helsingborg.se/traffpunkter



Instagram: @TraffpunkterIHelsingborg, @VardOchOmsorgIHelsingborg



Facebook: Vård och omsorg i Helsingborg