

Mötesplats Rydebäck



Augusti 2025

Måndagar

10.30–11.15 Balansera Mera Gymnastik (aktivitet är måndag tom. 13/8)

Balansera mera gymnastik, rörelser som tränar balansen

13.30–15.30 Skip-bo Äger rum jämna veckor.

Tisdagar

10.00–11.00 Promenad i närområdet samling utanför träffpunkten

13.30–15.30 Pratcafé 5/8

13.30–15.30 Våffelcafé 19/8

Onsdagar

10.30–11.15 Balansera Mera Gymnastik (onsdagar igen från 20/8)

Balansera mera gymnastik, rörelser som tränar balansen

Onsdagar och torsdagar är träffpunkten obemannad

Mer information

Träffpunkten är öppen i anslutning till aktiviteterna på programbladet. Är dörren stängd kan du knacka på eller ring oss.

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

Mötesplats Rydebäck, Frösögatan 3, 257 30 Rydebäck
Telefon: 042-10 44 80, mejl: traffpunkt.1@helsingborg.se