

Mötesplats Rydebäck



December 2024

Måndagar

10.00–12.00 Italienska sista 16/12

Kamratstudiecirkel på avancerad nivå.

10.00–10.45 Seniorshake sista 16/12

Dansrörelser som kan göras sittande eller stående till musik.

11.15–12.00 Seniorshake sista 16/12

Dansrörelser som kan göras sittande eller stående till musik.

14.00–16.30 Shanghai kortspel Äger rum ojämnta veckor. **Sista 16/12**

13.30–15.30 Skip-bo Äger rum jämna veckor. **Sista 9/12**

13.00–17.00 Bridge sista 9/12

Tisdagar

09.30–11.30 Stickcafé sista 10/12

10.00–11.30 Mansgrupp Med diskussionsfika. **Sista 10/12**

13.00–15.00 Tyska Äger rum jämna veckor. **Sista 10/12**

16.00–19.30 Canasta sista 10/12

Onsdagar

08.00–09.00 Bad från bryggan Samling vid Rydebäck strand. **Sista 18/12**

09.30–10.30 Gymnastik med redskap sista 18/12

Lättgymnastik där vi använder medicinskbollar och gymnastikband.

10.30–11.15 Balansera Mera Gymnastik sista 18/12

Balansera mera gymnastik, rörelser som tränar balansen

13.30–15.00 Läsa tillsammans/Shared reading Äger rum jämna veckor. **Sista 11/12**

13.30–16.30 Bingo Äger rum ojämnta veckor. **Sista 18/12**

16.30–21.00 Bridge sista 4/12

Torsdagar

09.30–11.30 Skaparglädje Handarbete av olika slag **sista 12/12**

16.00–19.30 Bridge sista 5/12

Fredagar

10.00–13.00 Canasta Tre kort lekar **sista 6/12**

13.30–14.00 Surfcafé äger rum den 6/12

Grundläggande telefoni, där vi pratar om hur man använder sin mobil.

Mötesplats Rydebäck



Extra aktiviteter i december

Jullunch

Tisdagen den 10 december klocka 12.00. Föranmälan krävs, senast den 5/12.

Vi avslutar med **Poesibingo Klockan 14.00.**

Våffelcafé

Torsdagen den 19 december klocka 13.30

Uppehåll 20 december till 6 januari

God Jul och Gott Nytt År!

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